

# Améliorer son efficacité avec le Mind Mapping : pensez mieux, travaillez plus vite

*Lien : https://innov-maroc.com/formation/ameliorer-son-efficacite-avec-le-mind-mapping-pensez-mieux-travaillez-plus-vite*

DURÉE
**4 jours (28h)**

RÉFÉRENCE
**DP262**

CATÉGORIE
**Développement de votre Potentiel**

INNOV MAROC

## 🎯 OBJECTIFS DE LA FORMATION

À l'issue de cette formation, vous serez capable de :

- ✔ Comprendre les principes du Mind Mapping
- ✔ Structurer efficacement ses idées et informations
- ✔ Améliorer la mémorisation et la compréhension
- ✔ Gagner en efficacité dans la prise de notes
- ✔ Optimiser la gestion de projets et des tâches
- ✔ Stimuler la créativité et la résolution de problèmes
- ✔ Utiliser les outils de mind mapping numériques et papier
- ✔ Améliorer la clarté et la synthèse de l’information
- ✔ Développer une meilleure organisation personnelle
- ✔ Booster sa performance professionnelle globale

## 👥 POUR QUI ?

- ✔ Managers et cadres
- ✔ Chefs de projet
- ✔ Entrepreneurs
- ✔ Assistants et secrétaires
- ✔ Responsables organisationnels
- ✔ Toute personne souhaitant améliorer sa productivité et sa structuration des idées

INNOV MAROC



## Programme détaillé

### 1 / Introduction au Mind Mapping

- Définition et principes fondamentaux
- Origines et usages du mind mapping
- Bénéfices cognitifs et organisationnels

### 2 / Fonctionnement du cerveau et visualisation

- Mémoire visuelle et association d’idées
- Processus de pensée arborescente
- Optimisation de la concentration

### 3 / Les règles de construction d’une carte mentale

- Structure centrale et branches principales
- Hiérarchisation des idées
- Utilisation des mots-clés

### 4 / Techniques de création de mind maps efficaces

- Organisation logique des informations
- Structuration des concepts complexes
- Simplification des idées

INNOV MAROC

## 5 / Outils et supports de mind mapping

- Mind mapping papier
- Logiciels et applications numériques
- Comparaison des outils disponibles

## 6 / Mind mapping pour la prise de notes

- Synthèse rapide d’informations
- Prise de notes en réunion
- Amélioration de la mémorisation

## 7 / Mind mapping pour la gestion de projets

- Planification des tâches
- Structuration des projets complexes
- Suivi des étapes clés

## 8 / Mind mapping pour la créativité et la résolution de problèmes

- Génération d’idées
- Brainstorming structuré
- Analyse de solutions alternatives

## 9 / Optimisation de la performance personnelle

- Gestion du temps et des priorités
- Amélioration de l’efficacité professionnelle
- Développement de la clarté mentale

INNOV MAROC

## Approche pédagogique

- Support Ecrit et Projection
- Exposés Interactifs, Podcasts et Vidéos
- Brainstorming et Jeux de Rôle
- Mises en Situation pour faciliter l'assimilation
- Cas Pratiques et Labs inclus pour leur impact opérationnel
- Test de Validation des Acquis des Connaissances

## Prochaines dates programmées

| | |
|---|---|
| 23 au 26 Fév. 2027 | Présentiel - Casablanca |
| 20 au 23 Avr. 2027 | Présentiel - Casablanca |
| 15 au 18 Juin 2027 | Présentiel - Casablanca |
| 10 au 13 Août 2027 | Présentiel - Casablanca |
| 05 au 08 Oct. 2027 | Présentiel - Casablanca |

Autres dates possibles sur demande. Contactez-nous pour organiser une session intra-entreprise.

## Réservation & Renseignements

**Téléphone :** +212 522 247 210
**Email :** contact@innov-maroc.com
**Web :** https//www.innov-maroc.com


INNOV MAROC — Tous droits réservés