

APPRENDRE LA CARTE MENTALE VERSION MIND MAP



VISIOCONFÉRENCE

- Animée par Magalie Touzani
- Durée : 1h15
- Tarif : 8 euros

ACCÈS Réservation en ligne - Dates en ligne
Places limitées à 10 pers./atelier

OBJECTIFS

- 1 - Apprendre les codes de construction efficaces pour traiter, structurer et organiser l'information à retenir.
- 2 - Mémoriser rapidement en renforçant la connexion des deux hémisphères du cerveau et l'action neuro-associative grâce aux émotions de plaisir.
- 3 - Réviser rapidement et facilement avec la vue aérienne du cours à retenir, et retrouver plus facilement l'information. Une simple vision vous rappellera l'importance et l'emplacement de chaque information du cours.

RÉSUMÉ

Cette méthode d'apprentissage et de mémorisation est particulièrement adaptée aux étudiants qui souhaitent se préparer aux examens.

Qu'il s'agisse d'une quantité importante d'informations à retenir rapidement, d'un besoin de structure et d'organisation pour renforcer l'apprentissage des cours, ou encore d'un besoin de développer ses capacités de mémorisation dans le temps, cet atelier vous sera d'un grand soutien dans la préparation de vos futurs examens.

Basé sur un mode de fonctionnement neuro-pédagogique, l'efficacité de l'outil du mind map dépend essentiellement de sa construction. C'est pourquoi, cette carte mentale reflète le mécanisme et le mode de cheminement de la pensée elle-même, et s'adapte parfaitement au processus naturel de traitement de l'information utilisé par notre cerveau.

Plus efficace que les outils de mémorisation traditionnels, la mind map permet l'utilisation du champ complet des capacités cérébrales en adoptant l'ensemble des codes de fonctionnement du cerveau dans le processus d'apprentissage et de mémorisation pour le rendre plus performant.

De cette manière, l'utilisation de cet outil vient renforcer considérablement les capacités d'apprentissage et de mémorisation de chacun pour mieux vous préparer aux examens.

PROGRAMME

L'atelier est organisé en deux parties :

1. La partie théorique :

Cette partie a pour objectif de vous transmettre les clés indispensables et associées au processus naturel de traitement de l'information utilisé par le cerveau. De cette manière, vous comprenez l'ensemble des codes de construction nécessaires pour rendre votre carte mentale optimale. Il s'agit principalement de 3 mécanismes essentiels:

- les associations neuronales,
- la visualisation,
- la plasticité cérébrale.

2. La partie pratique :

Apprendre à construire une carte mentale demande une réflexion préalable et de l'entraînement.

Cette partie a été conçue pour vous accompagner à mettre en pratique l'outil avec la construction d'une mind map afin de vous enseigner les 7 grands principes de sa mise en oeuvre.

📧 Après l'atelier, vous recevrez par email un récapitulatif des 7 principes de mise en oeuvre indispensables à la construction de la carte mentale, version mind map.