

Le MIND MAPPING FACILE



Pourquoi ce livre va changer votre vie

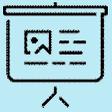
Introduction
Histoire rapide du Mind Mapping

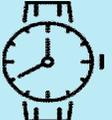
Comment prendre une décision avec le Mind Mapping 

Procédure
 Exemple pratique

Comment faire un brainstorming avec le Mind Mapping 

Procédure
 Exemple pratique

Comment faire une présentation avec le Mind Mapping 



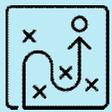
Pourquoi utiliser la technique du Mind Mapping

- Avantage 1 : une **comptabilité parfaite** avec le cerveau
- Avantage 2 : utilise simultanément les **deux hémisphères du cerveau**
- Avantage 3 : facilite les **associations** entre les **idées**
- Avantage 4 : utilise les **mots-clés**
- Avantage 5 : rend simple de **concepts complexes**
- Avantage 6 : booste la **créativité**
- Avantage 7 : **Prendre des notes** et les réviser devient jusqu'à **10 fois plus rapide**
- Avantage 8 : utilise la **mémoire spatiale**
- Désavantage 1 : demande de **changer ses habitudes**
- Désavantage 2 : demande un certain **entraînements**
- Désavantage 3 : entre un **conflit** avec le langage parlé
- Bilan des avantages et désavantages

Déterminer votre **promesse**
 Développer vos **points clés**
 Révision générale

Comment écrire avec le Mind Mapping 

Comment étudier avec le Mind Mapping 

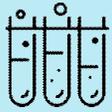


Comment réaliser un Mind Map

Processus de création
 Exemple

La **prises de notes** pour des livres
 La **prise de notes** pendant un **cours** ou **présentation orale**

Comment prendre des notes avec le Mind Mapping 



Les divers éléments du Mind Map

Couleurs
Polygones
Lignes
Images
Texte
 Quels **éléments** utiliser et quand ?