

# Le Mind Mapping

Quand les idées  
poussent sur les arbres...



# LE MIND MAPPING

Une méthode de structuration des idées



Mind Mapping ...  
Carte heuristique ...

Carte mentale ...

XMind ...

De quoi s'agit-il?





# L'origine du concept

---

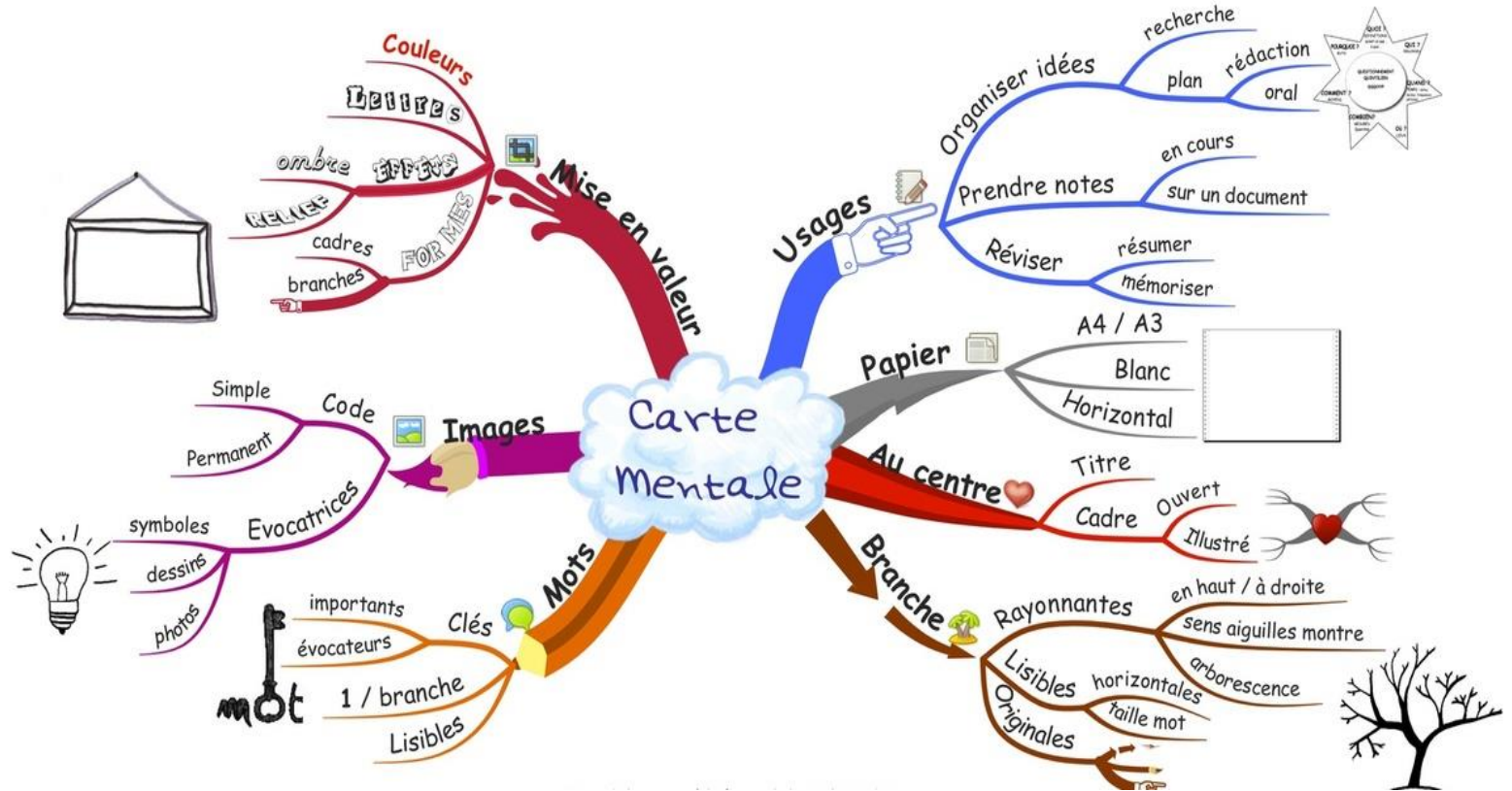


- 1970
- Inventeur : Tony BUZAN, psychologue anglais
- Ce qui définit une Mind Map (Carte Mentale):
  - C'est une représentation **visuelle** des idées et informations sous forme de **schéma**.
  - Un **sujet central**, des **sujets principaux et secondaires**, des **relations ou branches**.
  - Les idées sont organisées selon une vue **Hiérarchique et Associative** avec des **codes visuels**  
*(Le cerveau traite les images 60.000 fois plus vite que le texte).*



# Exemple

La lecture se fait dans le sens horaire en commençant par la branche située en haut à droite

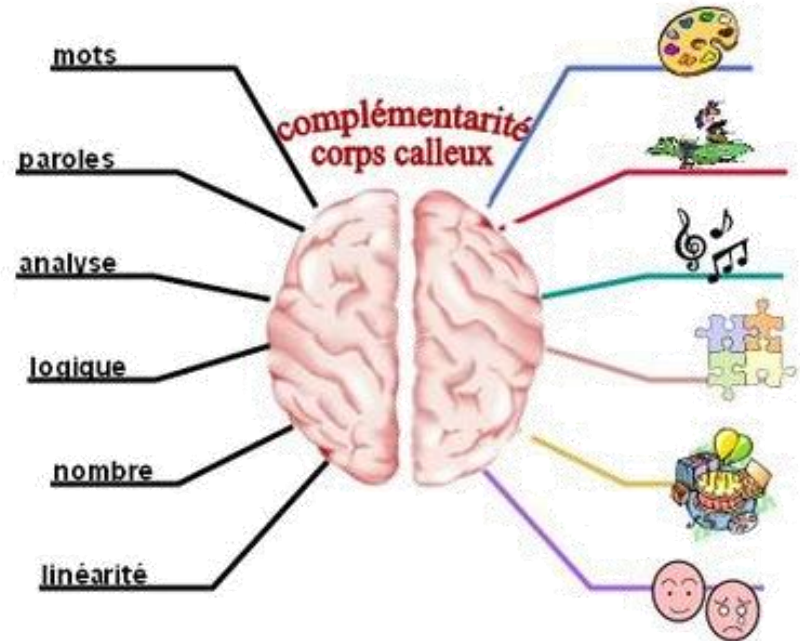


# Pourquoi est-ce efficace ?

---

Utilisation simultanée de nos deux hémisphères du cerveaux

- Hémisphère droit :
  - Imagination.
  - Créativité.
  - Vision globale.
  - Analogie.
- Hémisphère gauche :
  - Le langage.
  - L'ordre.
  - Le rationnel.
  - La logique.



# Les éléments clés d'une carte

- Le cœur de la carte



- Les branches



- Les mots clés



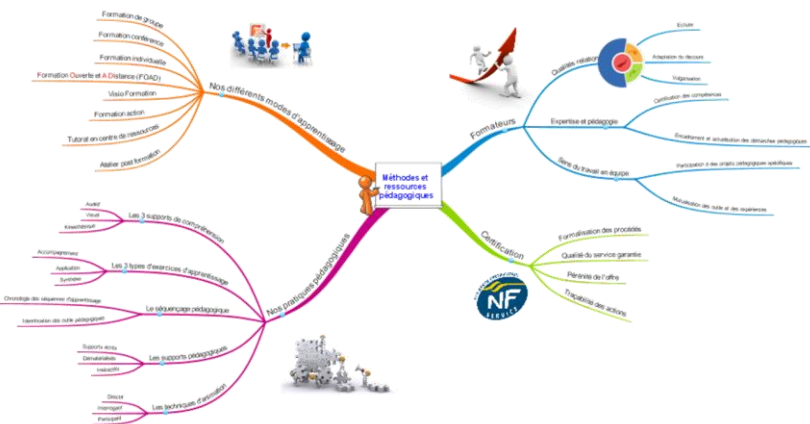
- Les images



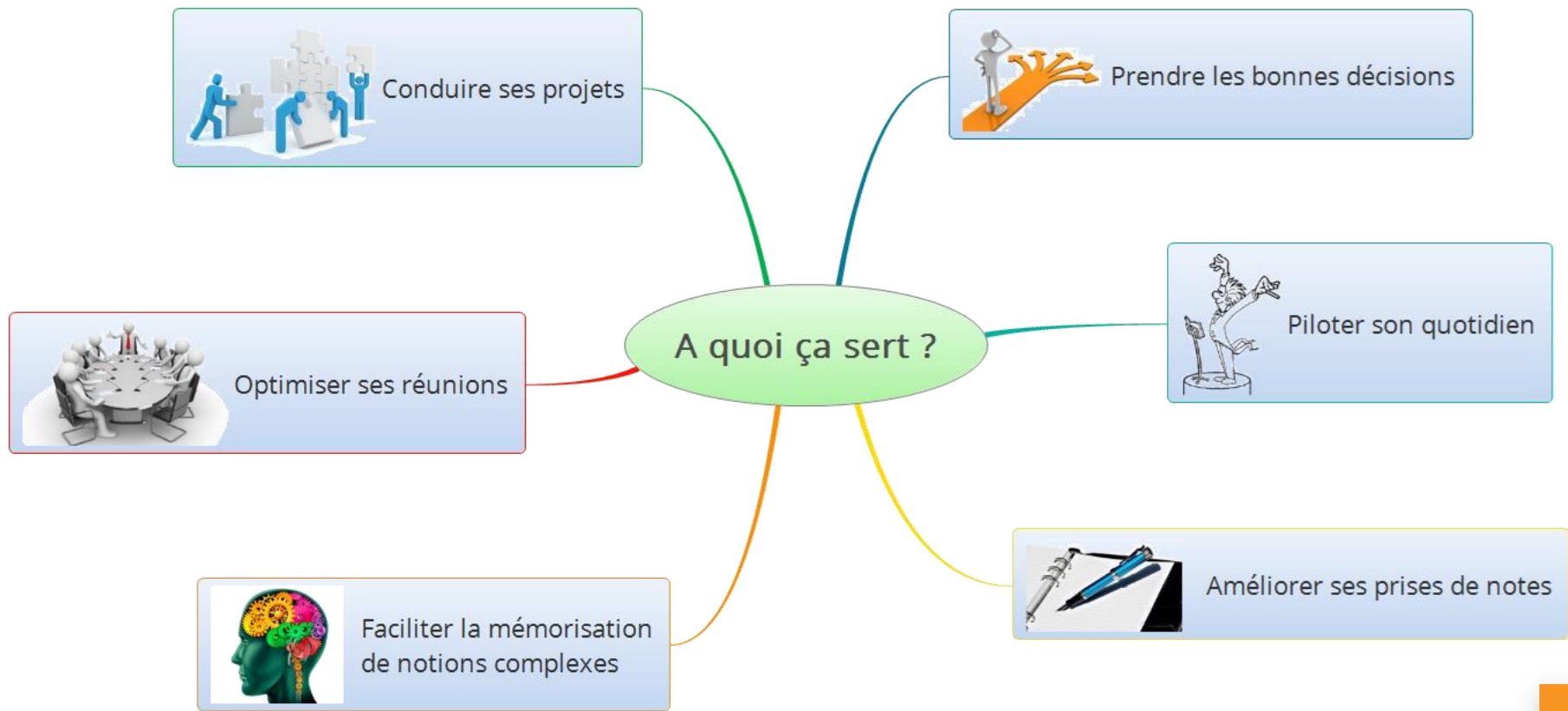
- Les couleurs



- Le style

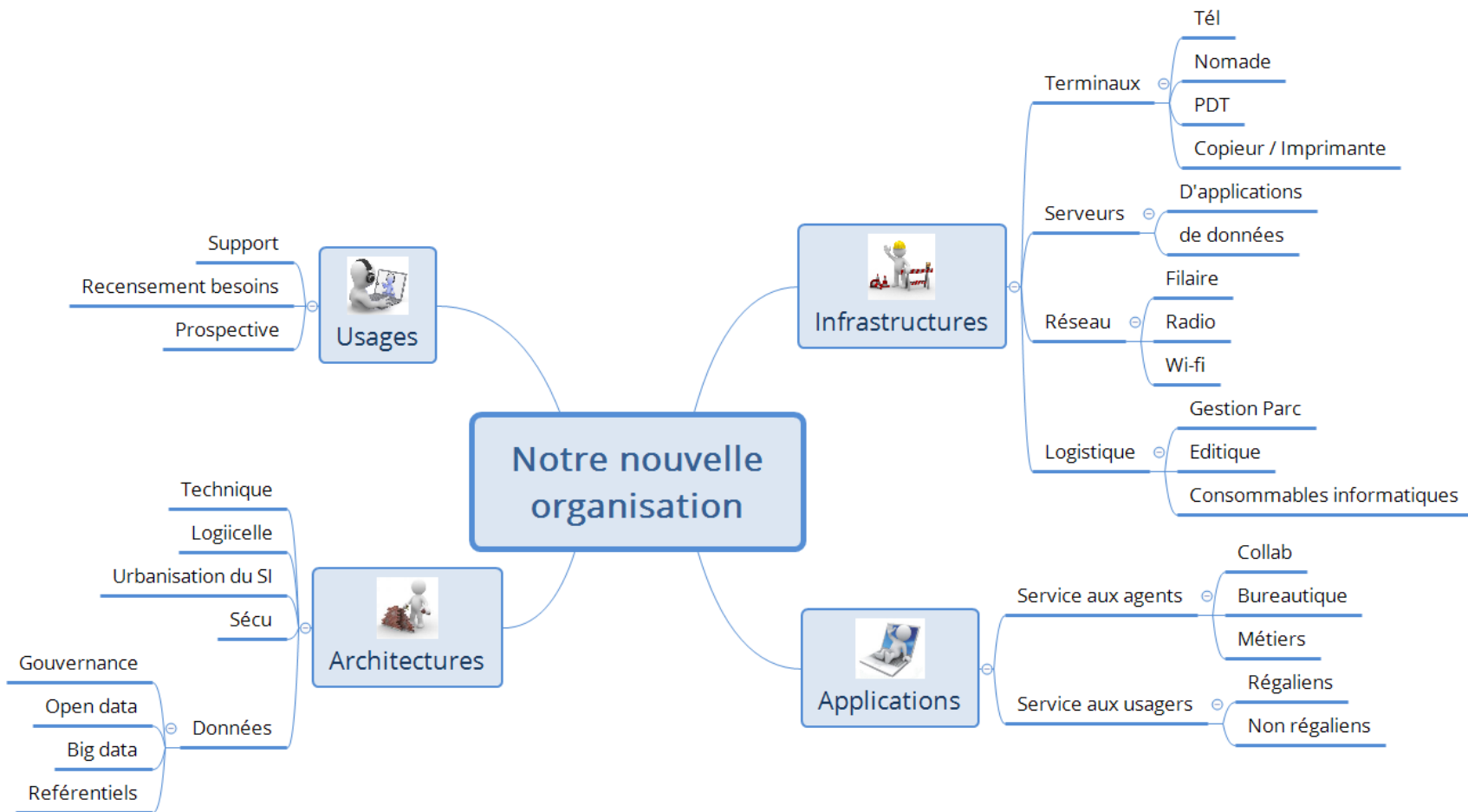


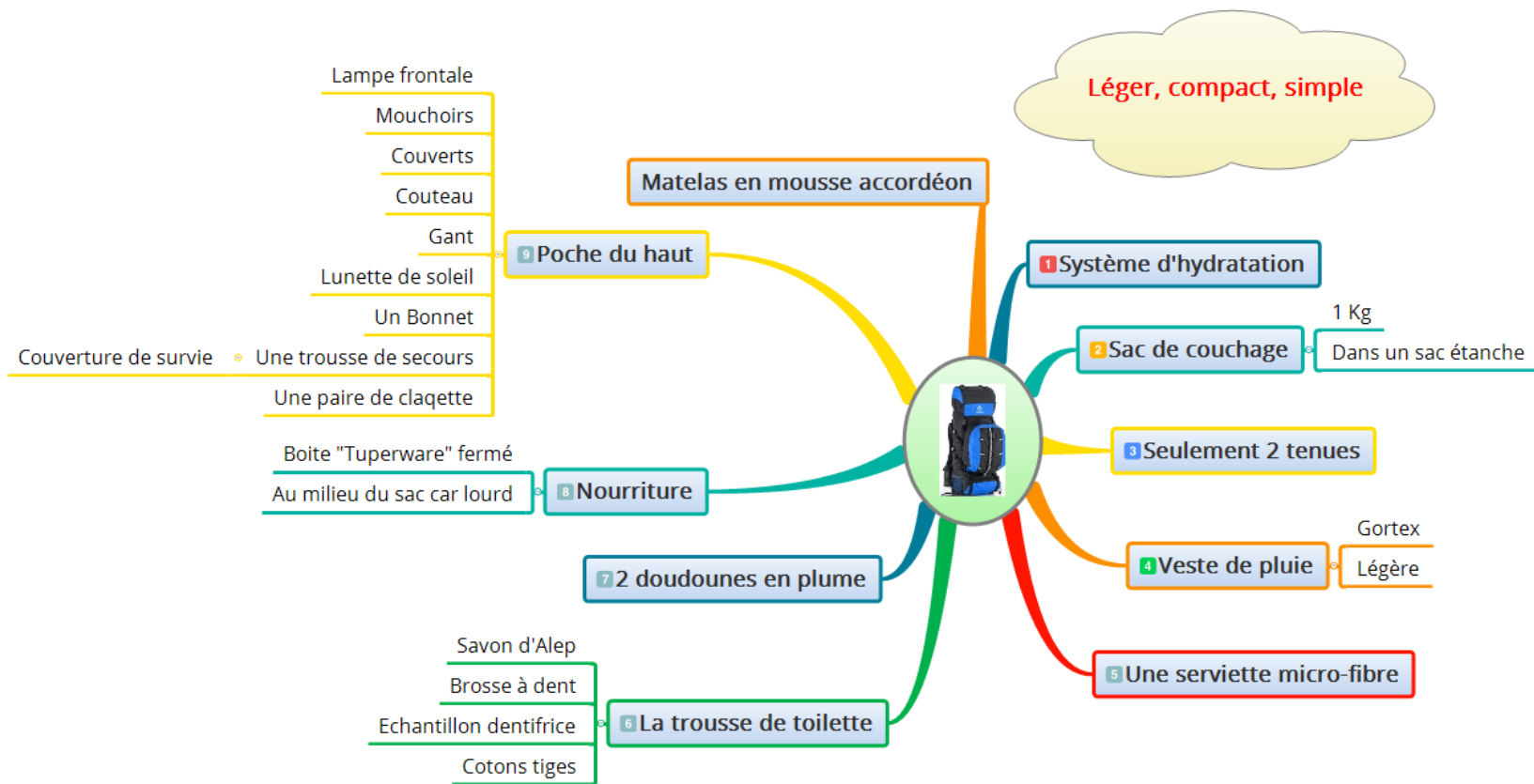


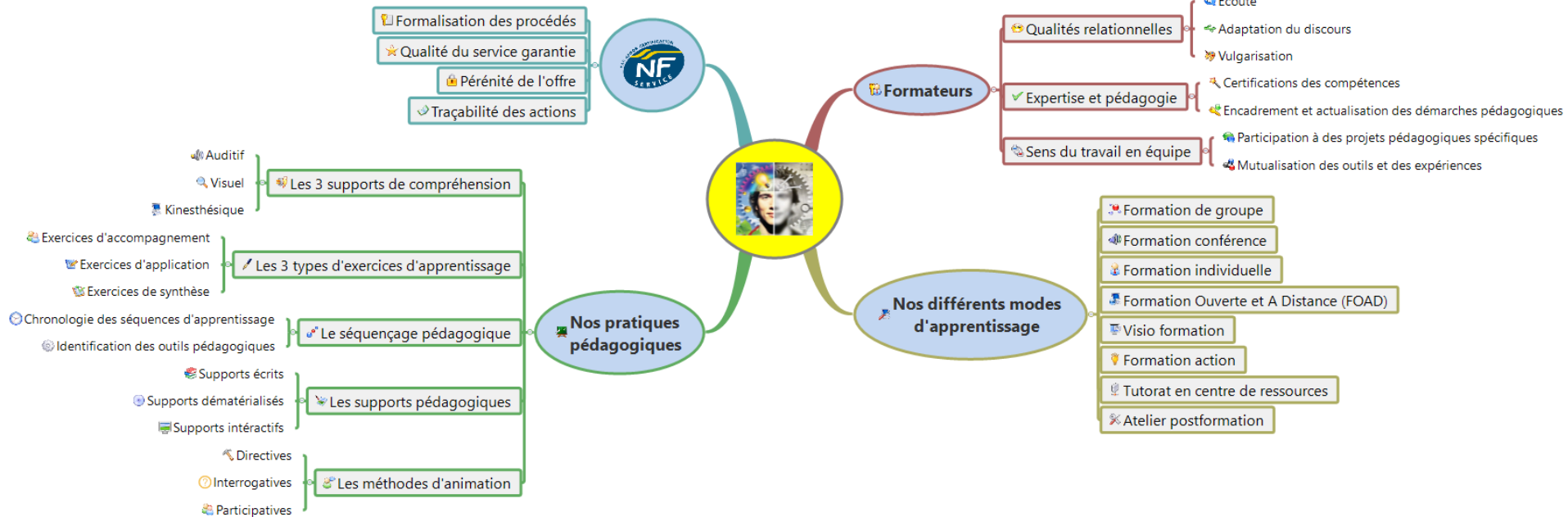




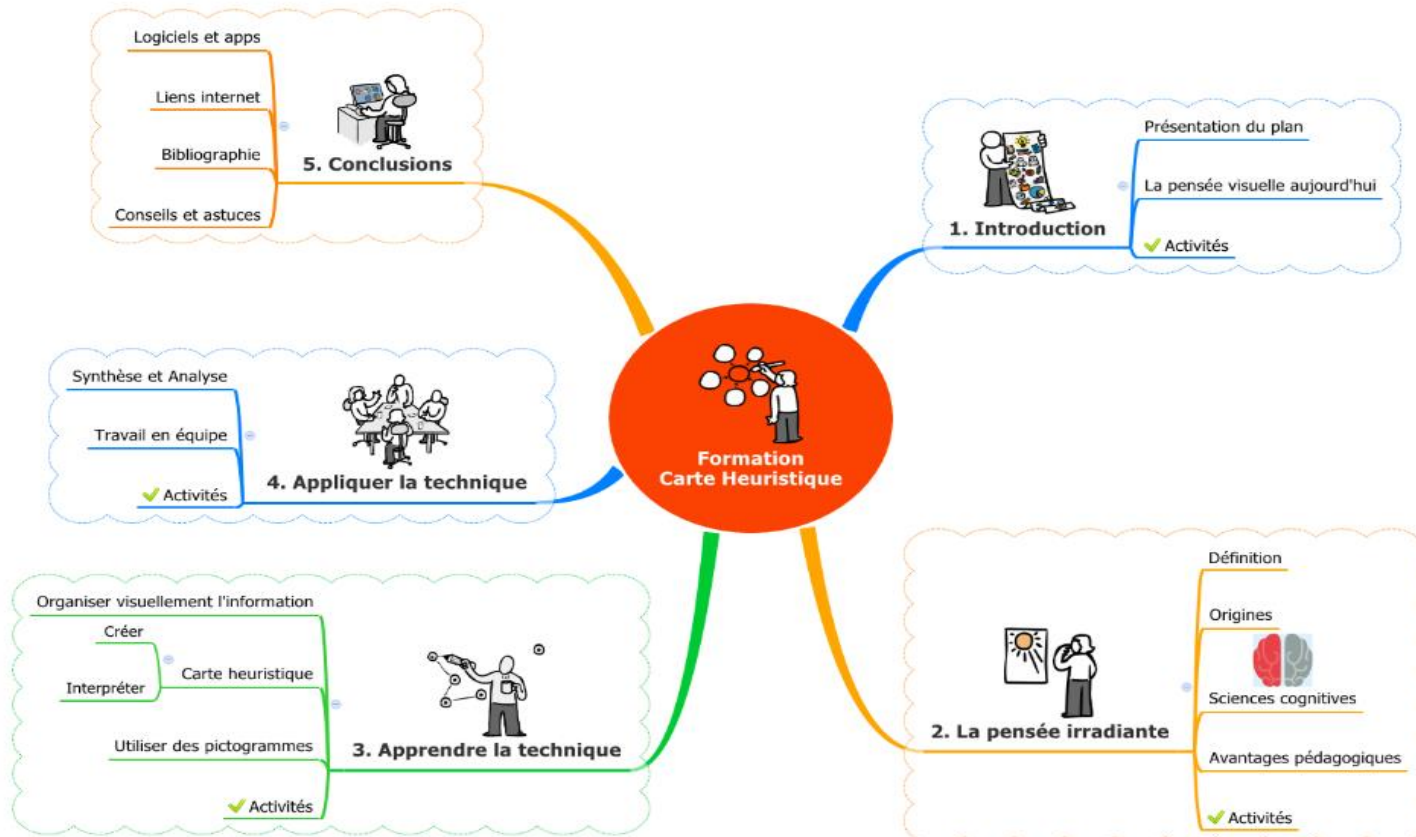








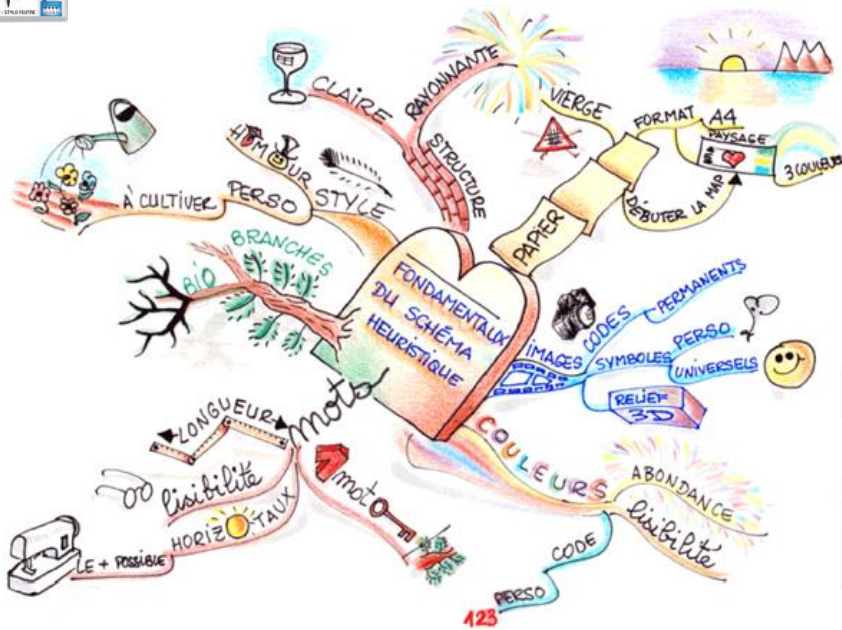




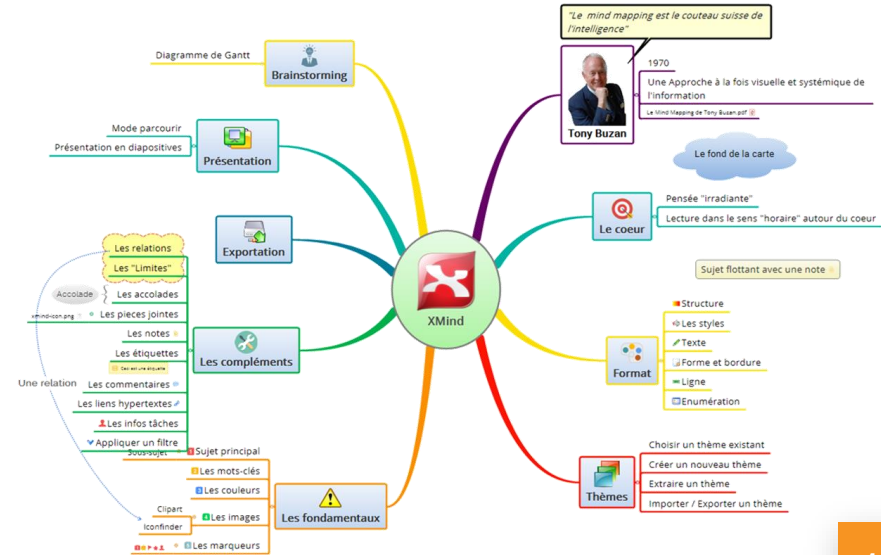
# COMMENT CRÉER UNE CARTE HEURISTIQUE ?

## En la dessinant

Format de Papier A3

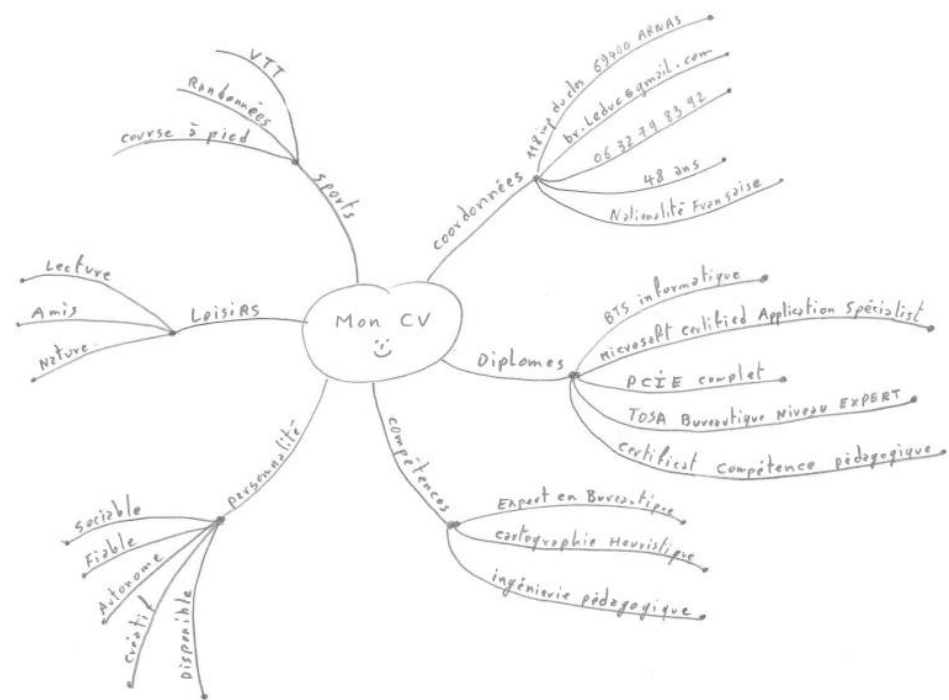


## Avec l'aide d'un logiciel

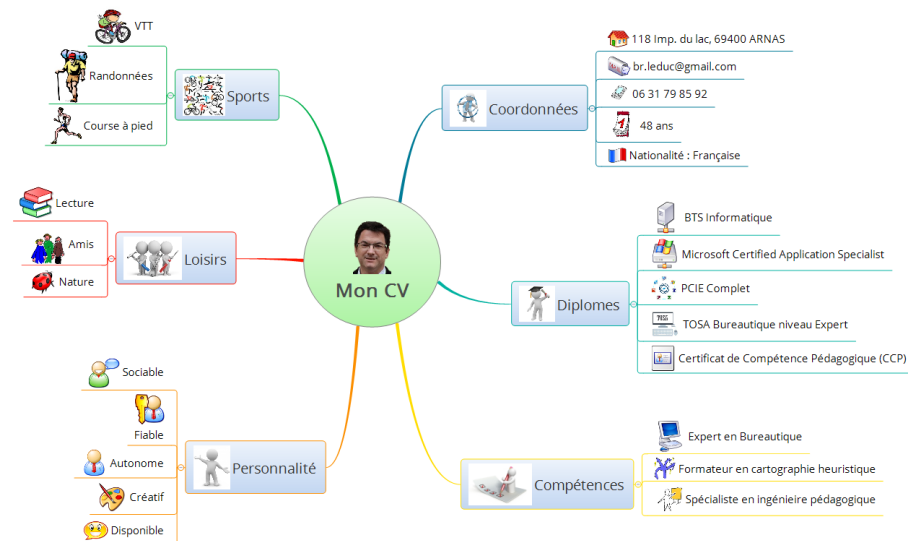


# OU LES 2 ...

## Avant :



## Après :



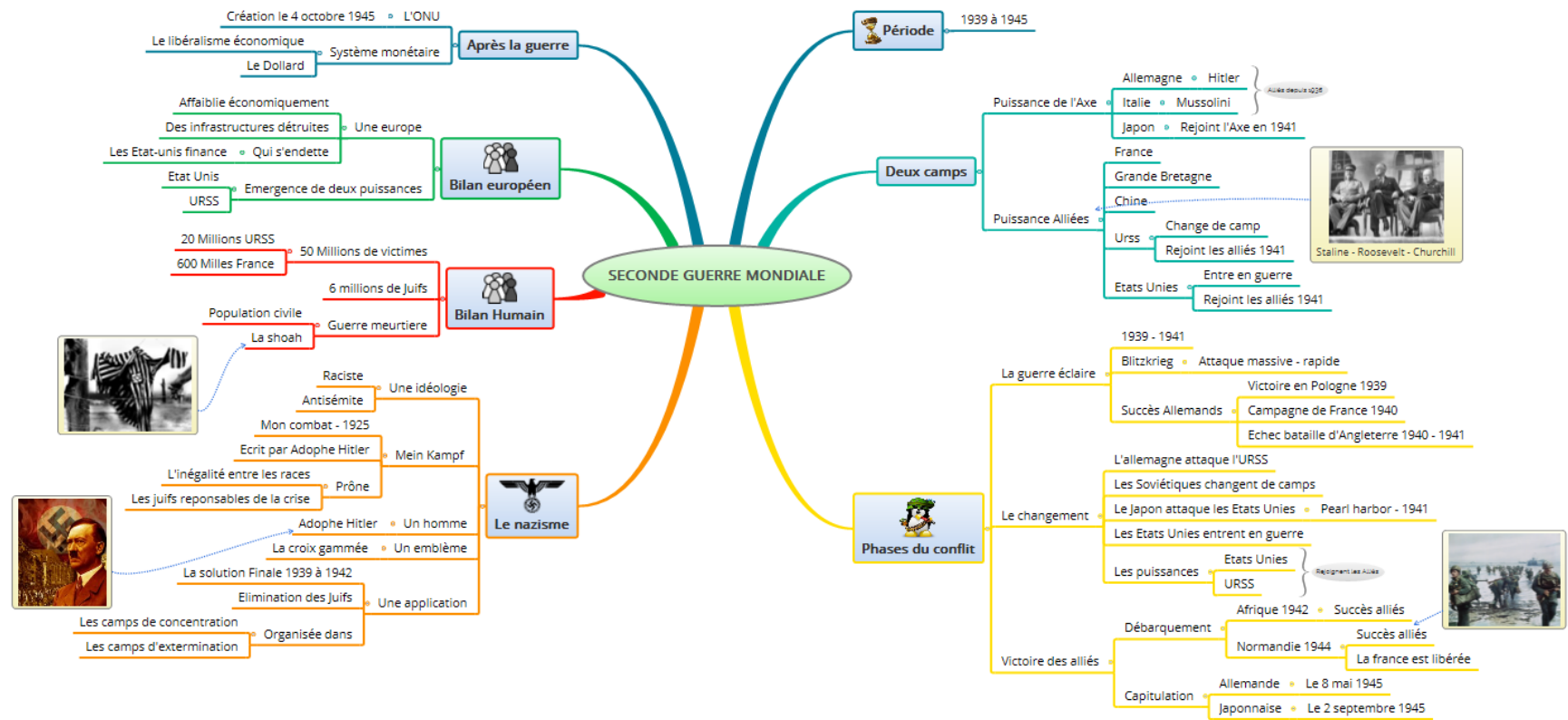


# Améliorer ses capacités de mémorisation

Exemple : Réviser les évènements  
clés de la seconde guerre mondiale



# Méthode n°2 : Utilisation d'une carte mentale, le cerveau passe facilement du global au détail en gardant toujours une vue d'ensemble sur le sujet



# Utilisation du logiciel XMind



La communauté des utilisateurs s'agrandit à vitesse grand V

Il dispose de toutes les fonctionnalités de base dans sa version gratuite



Son ergonomie permet une prise en main facile et rapide.

Il gère les images avec une extrême simplicité

# MERCI !

**Vous souhaitez vous former ?**

[Retrouvez nos programmes sur notre site internet](#)

**Des questions?**


Contactez-nous :

- [info@arkesys.fr](mailto:info@arkesys.fr)
- [www.groupe-arkesys.com](http://www.groupe-arkesys.com)

**Retrouvez-nous également sur les réseaux sociaux :**

 @Groupe.Arkesys

 @GroupeArkesys

 @GroupeArkesys