



# UW LEVEN EN WERK VEREENVOUDIGEN MET **MINDMAPPING**



## THEMA

MindMapping (een mentale kaart maken) is gebaseerd op de natuurlijke werking van de hersenen en is een efficiënt visueel hulpmiddel om ideeën, grote hoeveelheden informatie, lesaantekeningen of notities van vergaderingen op een eenvoudige en schematische manier vorm te geven.

MindMapping kan ook de organisatie van dagelijkse activiteiten vereenvoudigen en de uitwerking van projecten verhelderen. Het kan zelfs als middel tegen stress worden gebruikt.

## DOELSTELLINGEN

- De basisregels voor het gebruik van mindmapping leren kennen.
- Oefenen in het toepassen ervan.
- Verbanden leggen tussen een rationele en creatieve benadering.
- Efficiënte verbanden leren leggen tussen het visuele geheugen en de schriftelijke taal om u de content die onthouden of gepresenteerd moet worden vlotter eigen te maken.

## PROGRAMMA

Duur: 1 dag.

### Inhoud van de opleiding:

- Mindmapping: wat is het en wat is het niet.
- Werking van de hersenen en Mindmapping: *welke verbanden?*
- Het gebruik van Mindmapping.
- De voordelen van Mindmapping.
- Een Mindmapping maken: *basisregels*.

## METHODE

Korte en eenvoudige theoretische uiteenzettingen en praktische oefeningen.

## DOELPUBLIEK

Iedereen die interesse toont voor het instrument.

## INTERVENTIEPLAATS

Huren van een zaal afhankelijk van de gekozen regio of in de onderneming. In de onderneming of op afstand.