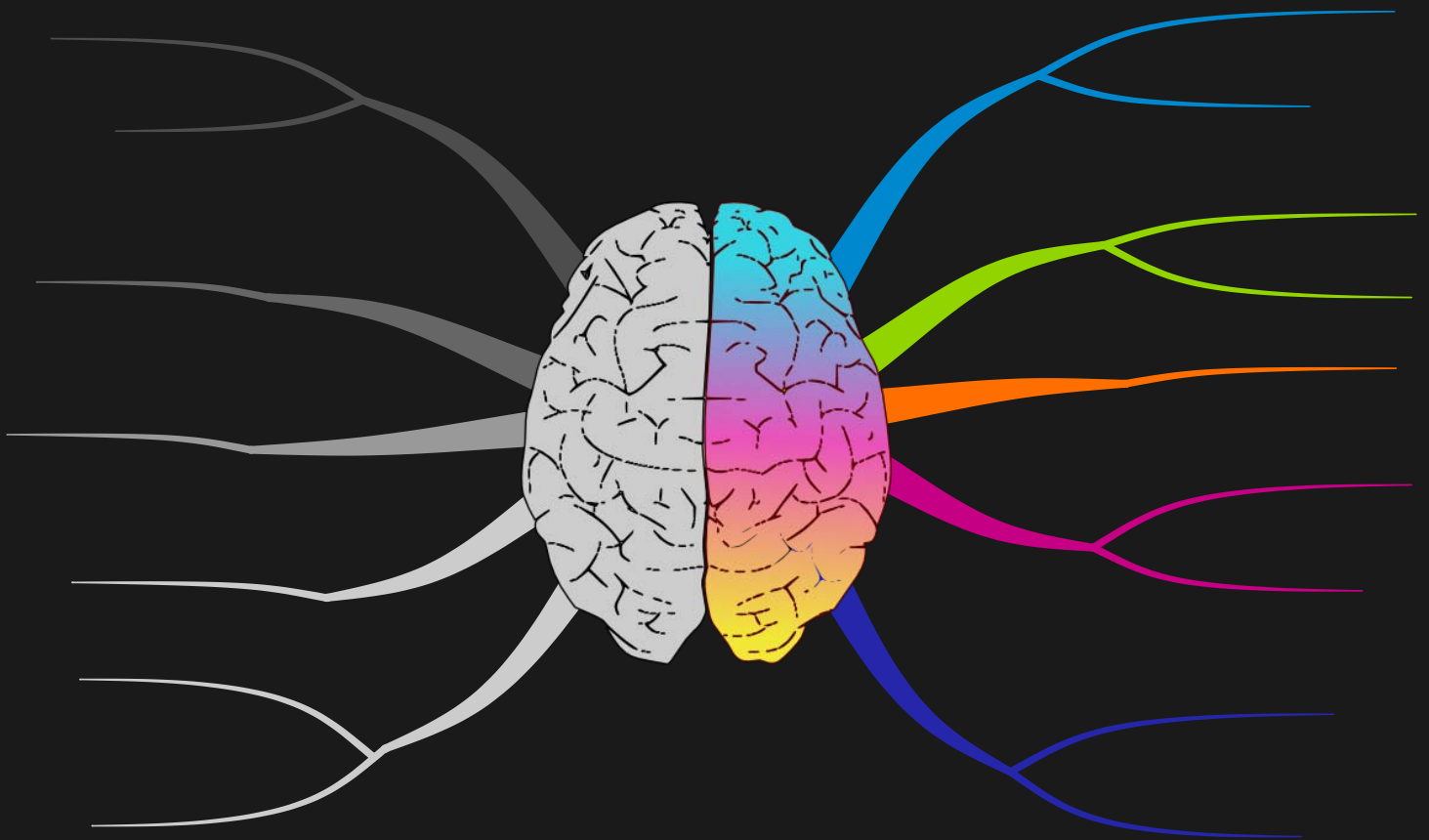


Règles d'excellence des MIND MAPS



pour représenter l'information de manière à la comprendre et à s'en souvenir

par

Clément Dorville

Avertissement

Ce livre est propriété intellectuelle de Clément Dorville.

Vous ne pouvez en aucun cas le vendre.

**Vous pouvez, en revanche, selon les volontés de l'auteur,
le copier, le télécharger, le donner, le photocopier
autant qu'il vous plaira,
à condition de ne rien modifier du texte ni des images,
et de toujours citer l'auteur.**

Les liens hypertextes doivent demeurer identiques

**L'œuvre doit rester en l'état,
avec son copyright et ses liens hypertexte.**

Le texte possède des liens hypertexte.
Cela devrait faciliter la lecture et permettre au lecteur d'aller trouver
facilement des compléments d'information.

Attention

Faire de bons Mind Maps ne suppose pas d'avoir des qualités artistiques exceptionnelles ni d'obtenir une œuvre aux attributs esthétiques indéniables.

Cela veut simplement dire que votre Mind Map répond à tous les critères d'extériorisation de la pensée pour pouvoir être lu, compris et mémorisé rapidement.

Ainsi, même des Mind Maps enfantins, mal dessinés ou d'apparence "fouillis" peuvent être excellents.

Notez qu'avec la pratique et en fonction de vos goûts, vous trouverez l'esthétique de Mind Map qui correspond le mieux à vos utilisations. Vous trouverez votre **style**.

Toute personne capable de tenir un stylo est capable de dessiner !

Pour ceux qui douteraient de leur talent de dessinateurs, trouvez des conseils, des astuces et des exemples simplifiés, sur le blog

[Dessins mnemotechniques faciles](#)

Le Mind Map les aide dans leur travail et dans leur vie...

Le Mind Map "permet de relier et synthétiser des idées et des informations – et de créer, en dernière instance, des connaissances nouvelles."

Bill Gates, Président de Microsoft

" Les Mind Maps sont indispensables dans le monde des affaires."

Nicky Oppenheimer, président de deBeers

" Buzan montre aux directions d'entreprises comment enflammer leurs énergies créatives."

Forbes Magazine

"J'ai besoin d'avoir des ordres clairs ou ça ne marche pas pour moi. Et le Mind Map est un des outils que j'utilise. Au moment de définir ou de créer quelque chose, les Mind Maps me donnent une longueur d'avance."

Sam Brooks, Ingénieur Concepteur chez Boeing

"L'utilisation du Mind Mapping fait partie intégrante de mon projet d'amélioration de qualité chez Boeing. Cela a permis de réaliser des économies de plus de 10 millions \$ à mon organisation."

Mike Stanley, Boeing Corporation, USA

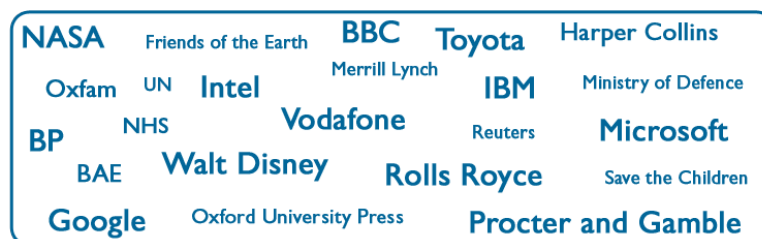
" Tony Buzan mérite une médaille pour avoir découvert le concept de Mind Map, qui préserve la santé mentale (sanity-saving) en rendant possible – et même agréable – les exercices intellectuels difficiles."

Time Out Magazine

" C'est un bon moyen d'évaluer l'importance de différents sujets, (...) et de vous les remettre en tête en un coup d'oeil. [...] Vous en avez, d'un seul regard, une représentation complète avec tous ses détails-clés. "

Dominic O'Brien, 8 fois champion du monde de la mémoire

Les grandes firmes internationales se servent des Mind Maps :



Renseignements, stages, formations et autres matériels :

Cliquez ici

www.neuro-zone.net

Sommaire

Préface Comment j'ai découvert les Mind Maps _____ **6**

Introduction Pourquoi apprendre à faire d'excellents Mind Maps ? _____ **9**

 Qu'est-ce qu'un Mind Map ? _____ **9**

 A quoi ressemble un Mind Map ? _____ **9**

 Des Mind Maps, oui, mais excellents ! _____ **10**

 Ce que vous trouverez dans ce dossier _____ **11**

1 Mind Map et Cerveau _____ **12**

 Le modèle neuronal _____ **12**

 Les fonctions du cerveau _____ **14**

2 Construire un Mind Map _____ **16**

3 Règles d'excellence à garder en tête lors de la construction _____ **20**

 Le Mind Map en tant que tel _____ **21**

 Les branches comme guide visuel _____ **22**

 les principes de lecture _____ **22**

 Les règles d'excellence qui font la différence _____ **23**

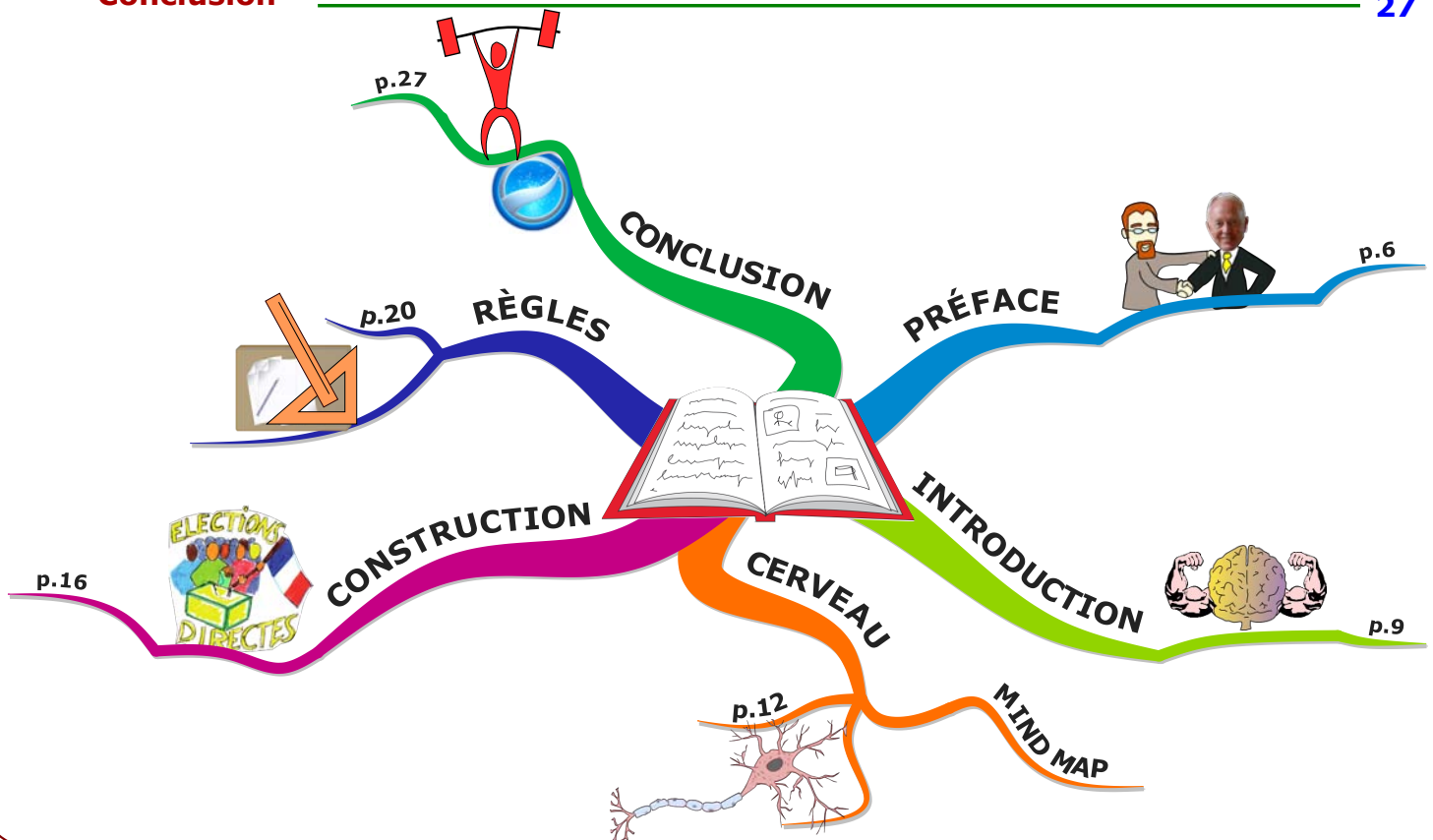
 Couleurs _____ **23**

 Mot-clé, image-clé _____ **24**

 Un aspect organique _____ **25**

 Remarque _____ **26**

Conclusion _____ **27**



Préface

Comment j'ai découvert les Mind Maps

La première fois que j'ai entendu parler des Mind Maps®, j'étais en voyage universitaire à Copenhague, au Danemark. Je faisais un échange dans le cadre de mes études de philosophie.

Il y avait, parmi les étudiants, une jeune Suédoise nommée *Malin*. Outre le fait d'être certainement la plus jeune d'entre nous, Malin était également une étudiante sympathique, intelligente, brillante et vive. Très vite, sa façon d'étudier attira l'attention de tout le monde : elle prenait ses notes sous forme de dessins et de schémas colorés arborescents !

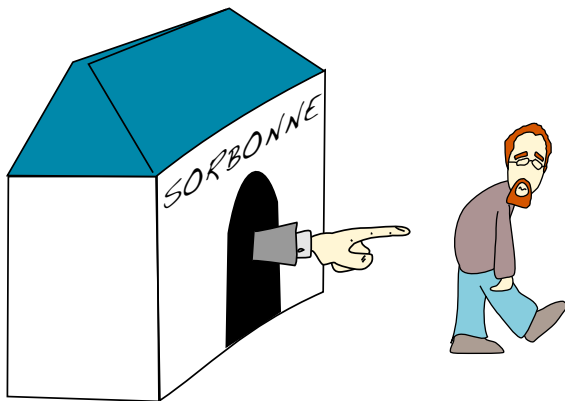
Je me souviens avoir assisté, avec elle, à un cours particulièrement compliqué sur les philosophies de la mécanique quantique. Alors que tous les étudiants restaient perplexes face à la complexité du sujet, Malin – avec ses feutres de toutes les couleurs – semblait s'amuser des explications et des digressions de notre professeur. Elle intervenait spontanément pour avoir des précisions sur tel ou tel point, comme si la discussion lui était familière. Après le cours, elle fut capable de me ré-expliquer les points essentiels sans ses notes !

Ce jour-là, j'ai su qu'elle avait quelque chose que nous autres, simples étudiants, n'avions pas...



Pourtant, je n'ai pas essayé de l'imiter tout de suite. Bien qu'intrigué, j'avais peur de perdre du temps ou que cela ne me convienne pas. Je préférais continuer à faire ce que je savais faire, même si, il faut bien l'avouer, les résultats que j'obtenais étaient loin de valoir le temps que je passais pour les obtenir. J'avais – comme la majorité des scolaires sur Terre (et peut-être comme vous) – appris à étudier de façon "sérieuse", laborieuse voire difficile. Personne ne m'avait expliqué comment fonctionne mon cerveau ni comment mettre à profit ses fantastiques ressources. Personne ne m'avait montré comment rendre l'étude, facile, ludique et efficace. Personne ne m'avait dit quand et comment réviser...

Après mon DEA (aujourd'hui master2), j'ai arrêté mes études.



Mais je ne pouvais me résoudre à quitter le chemin que j'avais choisi : études, recherches et enseignement...

A l'heure du bilan, je devais donc trouver comment rebondir et j'avais l'impression d'être passé à côté de quelque chose — comme si un détail essentiel m'avait échappé...

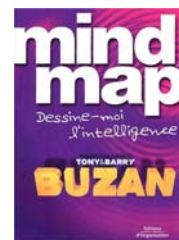
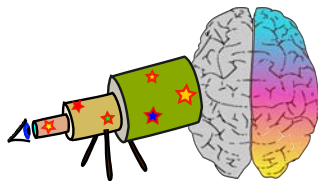
C'est alors que je me suis souvenu de Malin.

Je n'avais plus rien à perdre en termes universitaires. Je décidai de découvrir « sa » méthode.

Je me souvenais d'un nom...



Ce que j'ai découvert à ce moment-là va bien au-delà de ce que je pouvais imaginer !

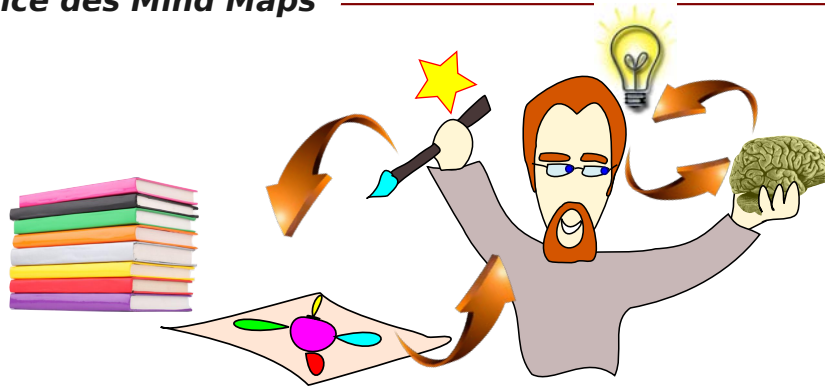


Dévorant les livres de **Tony Buzan**, l'inventeur du concept, je commençais à entrevoir pourquoi Malin était si brillante.

Non seulement cette technique est très simple et tout à fait accessible, mais elle est ludique, efficace et stimulante. Cela m'a aussi permis de faire des liens entre tout ce que j'avais appris, et je voyais à présent comment se créaient et s'intégraient naturellement de nouvelles connaissances.

J'appris alors **comment travailler pour devenir vraiment efficace.**

J'avais entre les mains ce que je considère maintenant comme un formidable **outil de réflexion et de créativité.**



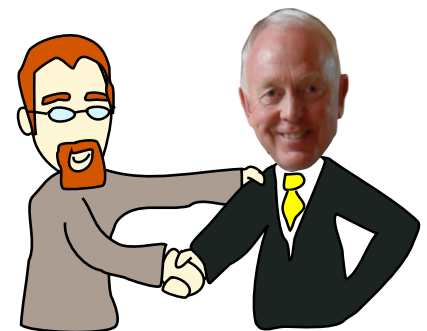
En me plongeant dans l'étude du fonctionnement cérébral, des Mind Maps et des procédés mnémotechniques, je fus happé dans une sorte de spirale vertueuse qui, non seulement allait me permettre de combler certaines lacunes, mais aussi me donnait la possibilité de satisfaire ma curiosité tous azimuts et de développer mes facultés de représentation, de compréhension et de mémorisation dans tous les domaines.

J'ai griffonné des centaines de Mind Maps et j'ai assisté à de nombreux cours, séminaires et formations sur le sujet, en France et à l'étranger. J'ai appris de multiples applications et, au Pays de Galles, j'ai découvert les utilisations du Mind Map pour libérer et développer la créativité.

J'ai analysé ce qui fonctionnait et ce qui ne fonctionnait pas pour moi. **La recherche autour des Mind Maps et de leurs applications a pris une place très importante dans ma vie.**

Je me suis fait un réseau international de partenaires et d'amis qui utilisent et enseignent le Mind Map dans le monde.

Plus récemment, j'ai eu l'opportunité de **travailler avec Tony Buzan et de parfaire ma technique auprès de lui.** Presque 10 ans après ma découverte du Mind Map, je suis devenu instructeur agréé par Tony Buzan pour le Mind Map et la créativité.



Depuis 2010, j'enseigne le Mind Map et les techniques de gestion et d'efficacité mentales.

Si, pour le moment, le monde francophone reste frileux quant à l'adoption et l'enseignement de cet outil, je reste confiant et déterminé. En effet, les stratégies d'utilisation sont en constante évolution pour intégrer les résultats des recherches expérimentales, et la technique elle-même pourrait intégrer d'autres paramètres à l'avenir.

Je suis intimement convaincu qu'actuellement le Mind Map est l'un des outils les plus précieux que l'on puisse imaginer pour penser, réfléchir, organiser et créer...

J'espère que c'est avec le même enthousiasme et le même émerveillement que vous le découvrirez et que vous l'utiliserez.

Si vous vous lancez dans l'aventure Mind Map, peut-être aurons-nous l'occasion de nous croiser

Bien amicalement,
Bons Mind Maps,
Clément

Paris, Janvier 2012

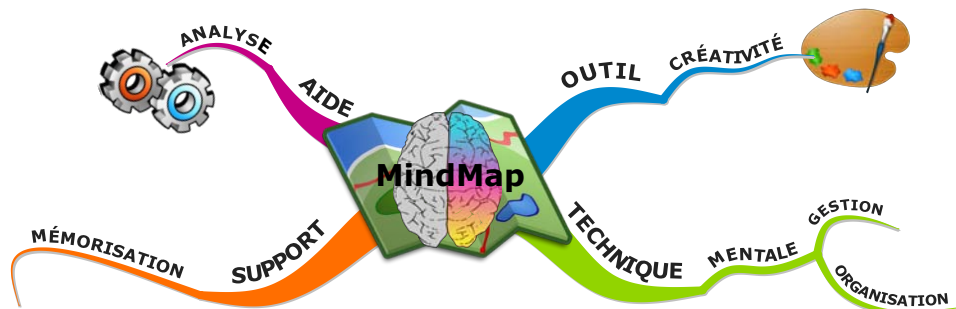
A handwritten signature in blue ink that reads "Clément".

Introduction

Pourquoi apprendre à faire d'excellents Mind Maps ?

Qu'est-ce qu'un Mind Map ?

Le Mind Map est un outil de pensée créative et une technique d'organisation et de gestion mentale calquée sur le fonctionnement cérébral. C'est un support de mémorisation et une aide d'analyse précieuse.



Sollicitant les facultés cognitives majeures du cerveau humain, il permet d'utiliser au mieux le potentiel de ce dernier pour :

- **gérer l'information**, c'est-à-dire visualiser, organiser, analyser, comprendre, retenir...
- **trouver des idées**, développer sa créativité,
- **stimuler les neurones** et faire de l'exercice.

Le concept fut inventé et développé par Tony Buzan lors de ses études, puis formalisé au début des années 70. L'objectif de ce psychologue britannique était alors de trouver un moyen d'étudier, d'apprendre et de réviser le plus efficacement possible.

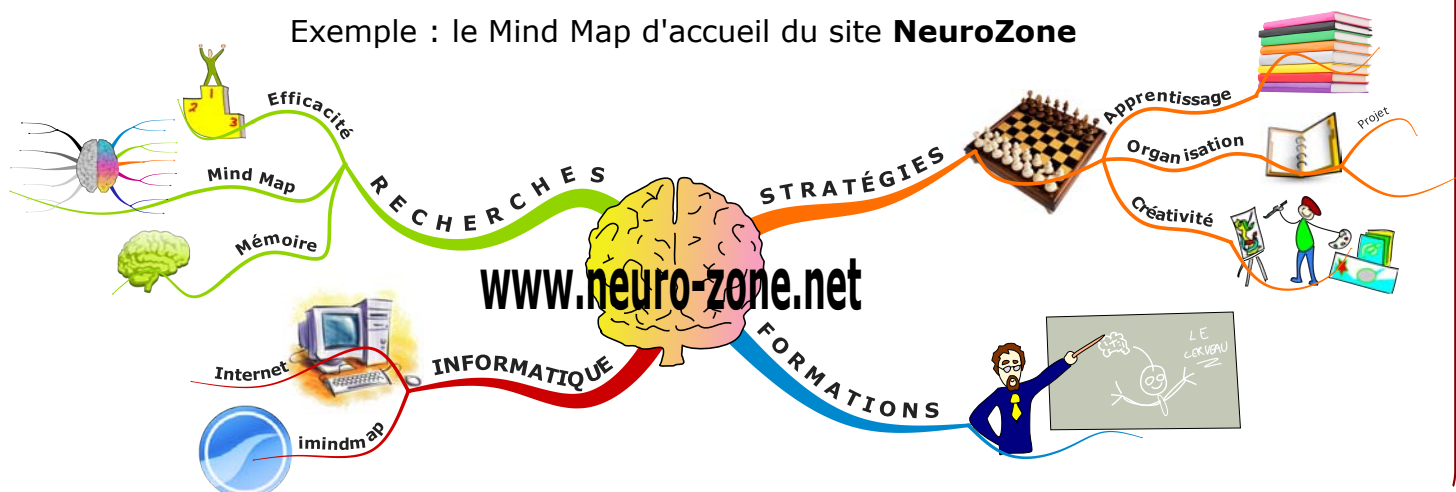
L'outil est si puissant qu'il s'est répandu aux quatre coins de la planète, aussi bien dans le monde du travail et des affaires que dans le monde de l'éducation et des performances cérébrales.

[cliquez ici](#)

A quoi ressemble un Mind Map ?

Une **image centrale** en couleur présente le thème du Mind Map. Les **idées** principales **irradient** du centre, en **image** ou en **mot-clé**, sur des branches qui irradient à leur tour vers des idées secondaires.

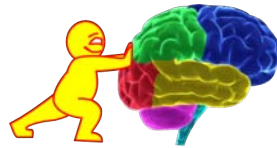
Exemple : le Mind Map d'accueil du site **NeuroZone**



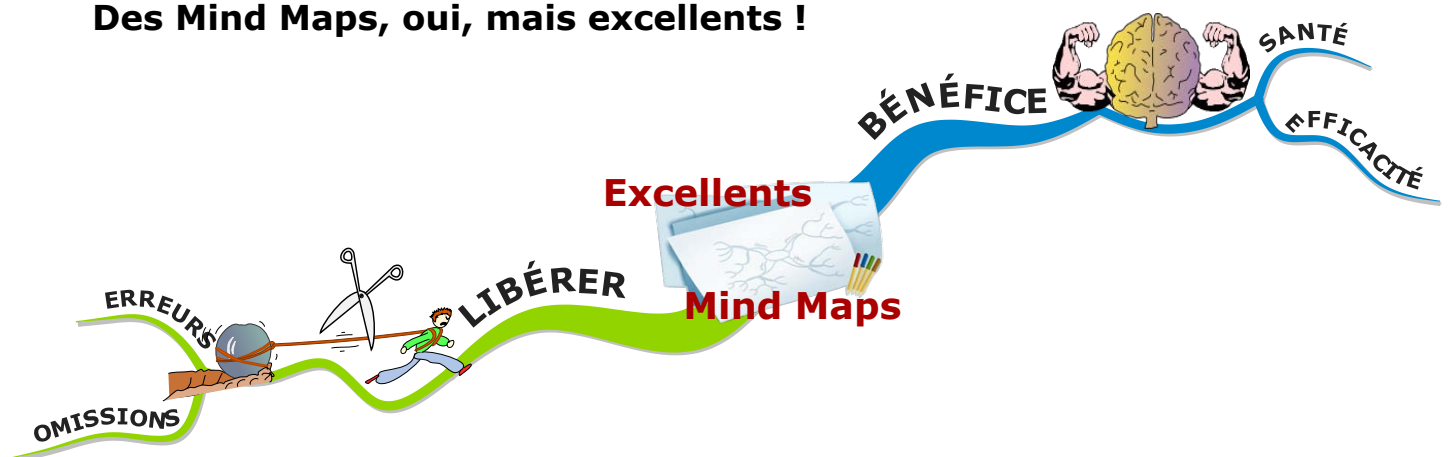
Notez que le Mind Map s'articule autour de trois principes fondamentaux :

- une arborescence irradiante,
- des mots-clés,
- des images-clés.

Ici, « clé » signifie : ayant une **puissance évocatrice** suffisante pour résumer les idées en jeu et aider la pensée à continuer de cheminer.



Des Mind Maps, oui, mais excellents !



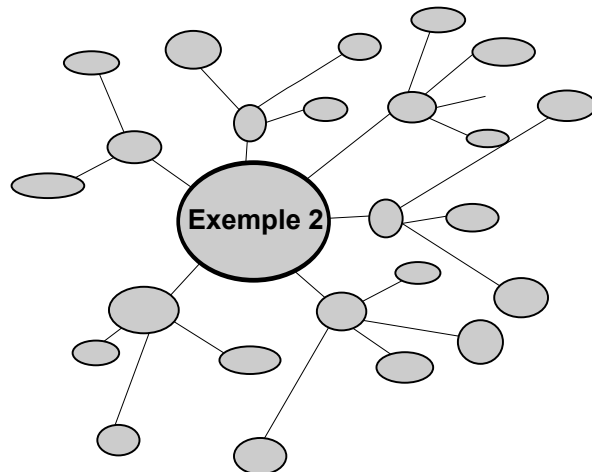
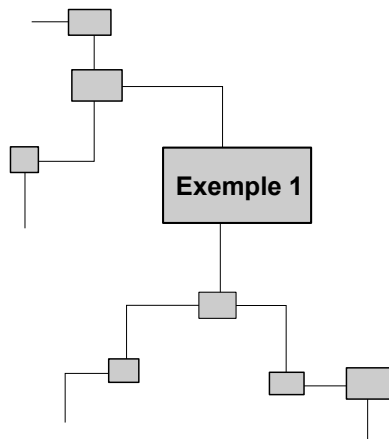
- 1 En prenant l'habitude de faire de **bons** Mind Maps sur **TOUT**, vous activez un large réseau de connexions synaptiques et un éventail de facultés qui vous permettront d'être plus efficace et de penser mieux.

Dans un article de janvier 2006, **Bill Gates** remarque que dans nos démocraties, l'information est accessible, partout, tout le temps... et ce que nous permettent les Mind Maps, c'est justement de comprendre et relier les données et les informations pour véritablement les transformer en connaissance.



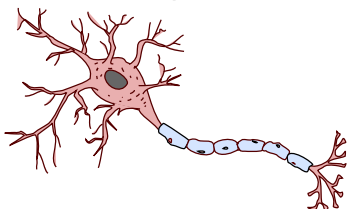
2 Pour profiter pleinement des bienfaits du Mind Mapping, TOUTES les règles ont leur importance. Nous le verrons, **il est nécessaire de faire des Mind Maps dans les règles de l'art !**

Or, une simple recherche sur internet montre plusieurs exemples de *cartes mentales, cartes heuristiques, cartes conceptuelles, schémas de pensée, etc...*



Bien que ces cartes revendiquent le nom Mind Map, TOUTES N'EN SONT PAS !

Tony Buzan nomme ce genre de cartes du « proto-mapping ». Les erreurs fréquentes de certains proto-maps sont, par exemple : plusieurs mots par branche, pas de couleurs, pas d'images, lignes tracées à la règle, idées bloquées dans des rectangles...



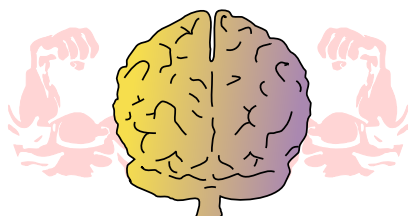
Si ces cartes peuvent quand même être plus utiles et plus amusantes qu'une prise de notes classique, elles ne permettent pourtant pas de stimuler autant de facultés cérébrales que les Mind Maps.

Ce que vous trouverez dans ce dossier

Dans une première partie, vous allez découvrir quelles sont les facultés du cerveau qui sont mises en jeu dans le Mind Map et comprendre le cheminement associatif et arborescent de la pensée.

Vous pourrez ensuite suivre pas-à-pas la construction d'un Mind Map assez simple et, enfin, nous examinerons les règles d'excellence du Mind Map en mettant en exergue trois principes fondamentaux.

Pour conclure, nous verrons le chemin qu'il reste à parcourir pour devenir un excellent Mind Mapper ! Nous donnerons des pistes de recherches et de développement, ainsi qu'une façon simple d'intégrer les Mind Maps dans la suite bureautique de votre ordinateur.



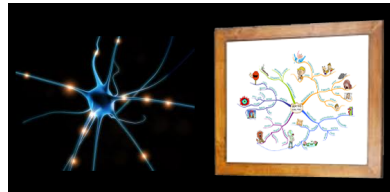
Pour nous contacter, suivre l'évolution de nos recherches ou vous informer sur nos formations, cliquez sur

www.neuro-zone.net

Mind Map et cerveau

Neurone & Mind Map

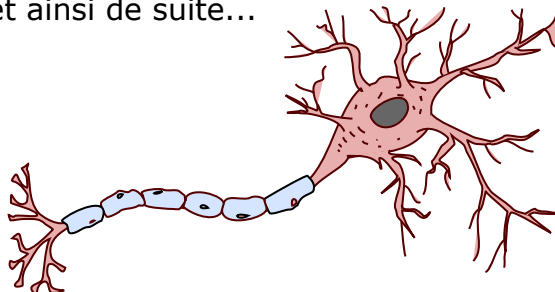
La force du Mind Mapping repose sur le fait qu'il est calqué sur le fonctionnement cérébral et le déploiement de la pensée, tout en sollicitant les grandes facultés du cerveau.



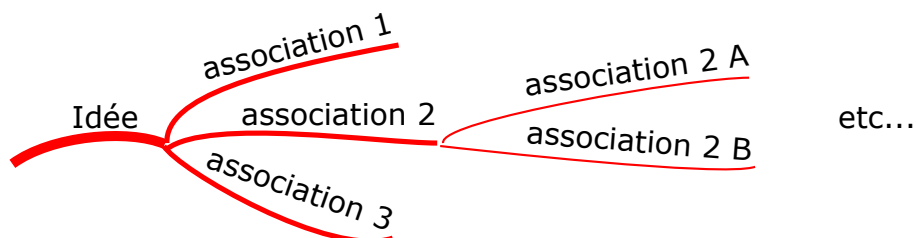
Le modèle neuronal

Au travers du cerveau, l'information se transmet, par influx électriques, de neurone en neurone.

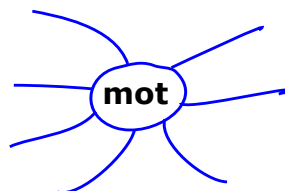
Un neurone stimulé va en stimuler d'autres qui vont, à leur tour, en stimuler d'autres et ainsi de suite...



Dans le Mind Map, le fonctionnement est le même : une idée est associée à d'autres, elles-mêmes associées à d'autres.

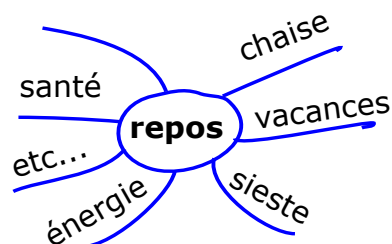


Faites le test : prenez un papier et un crayon. Au centre, écrivez un mot, n'importe lequel, puis entourez-le et, comme un soleil, faites des branches.



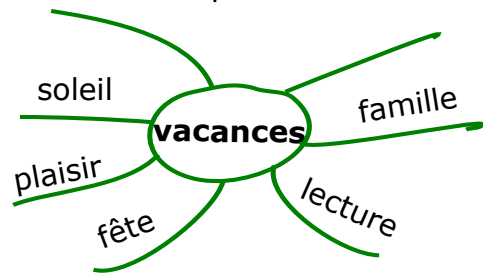
Sur chacune de ces branches, écrivez un mot qui, selon vous, est associé au mot central. Par exemple, si votre mot central est "repos", cela vous fait peut-être penser à chaise, vacances, sieste, énergie santé, etc...

Toutes les associations qui vous viennent sont justes, ne faites pas le tri ! Cela veut simplement dire qu'il y a pour vous une connexion significative entre ces deux mots ou les idées qu'ils représentent.



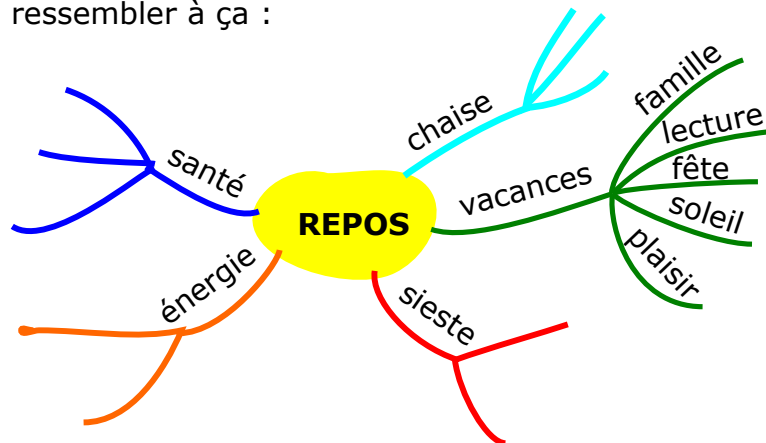
Maintenant, prenez n'importe quelle branche et le mot qui est dessus. Notez-le à côté puis entourez-le, lui aussi, comme un soleil. Faites comme avec le premier mot et laissez venir des mots que vous associez à ce nouveau mot central.

Si, dans notre exemple, nous mettons "vacances" au centre, il se peut que nous associions des mots tels que :



Et cela peut se faire, à l'infini, avec tous les mots !

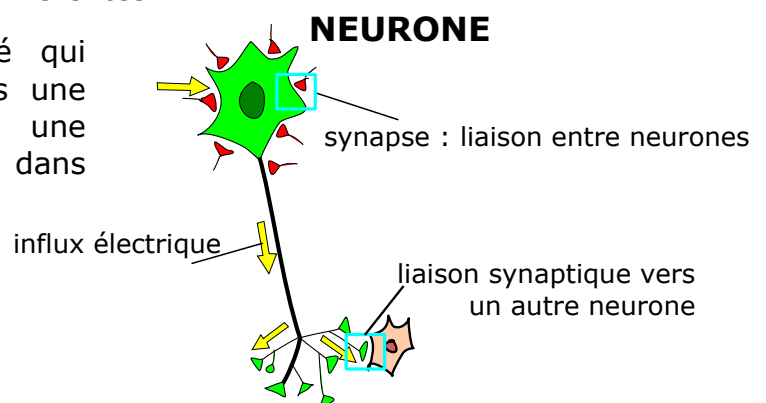
En reprenant le tout, nous obtenons ici une chaîne associative qui pourrait ressembler à ça :



On peut alors suivre le cheminement de la pensée dans toutes ses directions.

Le plus étonnant est qu'il est presque sûr que pour un même mot central, nous faisons tous des associations différentes ! Il se peut même que selon votre humeur, ou ce qui s'est passé dans la journée, vous fassiez des associations différentes...

Comme un neurone stimulé qui envoie des informations vers une quantité d'autres neurones, une idée est liée à plein d'autres dans votre esprit.

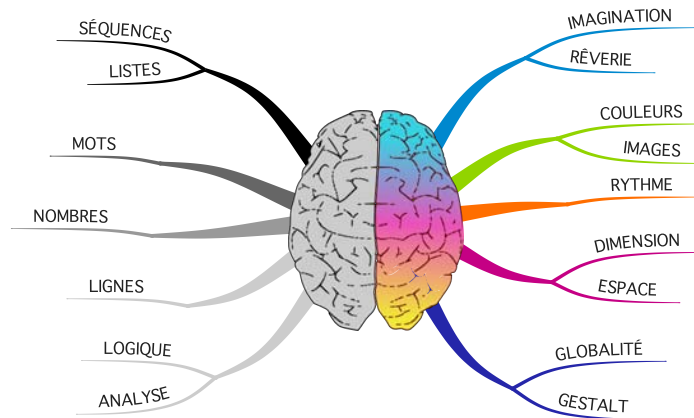


En comprenant ce mode de fonctionnement, on comprend une partie essentielle du Mind Mapping : l'association d'idées et le cheminement de la pensée.



Les fonctions du cerveau

Depuis les années 60-70, des progrès considérables ont été réalisés concernant nos facultés cognitives. On sait maintenant les identifier et, depuis Roger Sperry (neurophysiologiste américain, connu pour ses travaux sur les hémisphères cérébraux, qui lui valurent un Prix Lasker en 1979 et le Prix Nobel de médecine en 1981) nous savons comment se répartissent ces facultés sur les deux hémisphères de notre cerveau.



En fait, l'hémisphère gauche serait spécialisé dans la manipulation de symboles (langage, calcul) et il procéderait en analysant les différents constituants d'un ensemble. Plutôt linéaire, il manipulerait facilement des séquences et des listes.

L'hémisphère droit, quant à lui, serait le lieu de la perception de l'espace et de ses dimensions, des couleurs mais aussi du rythme. Il procéderait de façon plus globale et synthétique.

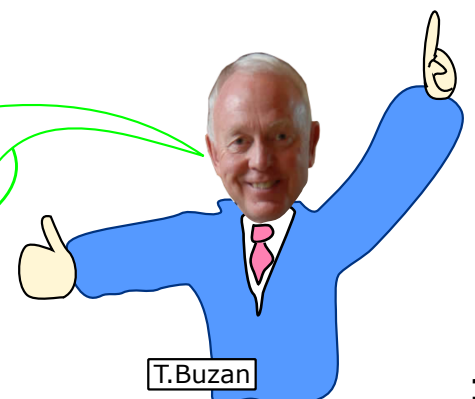
Attention, nous ne disons pas que certaines personnes, comme on l'entend quelque fois, sont "cerveau gauche" ou "cerveau droit". Ce que nous disons, c'est que **toutes ces facultés** sont possédées par **tout cerveau humain !!!**

Nous voyons et reconnaissons les couleurs, les formes, les dimensions. Ce qui nous permet de reconnaître des images, des visages et des lieux. Nous avons l'habitude de lire, des lettres et des chiffres, et nous les avons souvent associés à des sons, des images, des significations... etc.

Ceci étant, la pratique de certaines activités se concentre *plutôt* sur telle ou telle faculté au détriment peut-être d'un des deux hémisphères.

Si nous voulons utiliser pleinement notre potentiel, il nous faut modifier notre façon de pratiquer afin de solliciter TOUTES nos facultés cérébrales dans ces activités.

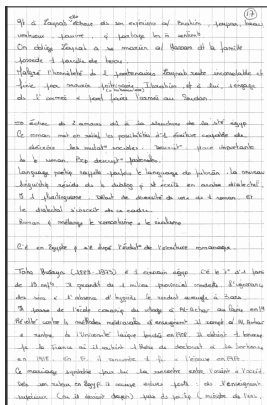
C'est là mon astuce de génie :
combiner toutes ces facultés dans
un outil ludique,
les **Mind Maps !!!**



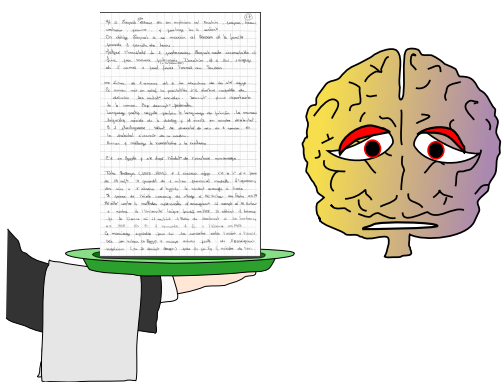
Faites plaisir à votre cerveau

Placez devant vous des notes que vous avez prises. N'importe quelles notes feront l'affaire pour notre propos (cours, réunions, projets...).

En fait, il se peut que vos notes ressemblent à celles-ci : linéaires, une seule couleur, des phrases entières qui se suivent et ne développent qu'une idée à la fois...



Dans le meilleur des cas, vous aurez peut-être surligné, utilisé des symboles et des abréviations, fait des alinéas, etc...

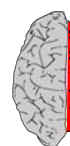


Mais qu'en est-il des images, des couleurs, de l'espace, de l'esprit de synthèse ?

Nous privons ici notre cerveau de plusieurs facultés, nous ne nous donnons pas la possibilité de communiquer efficacement avec lui.

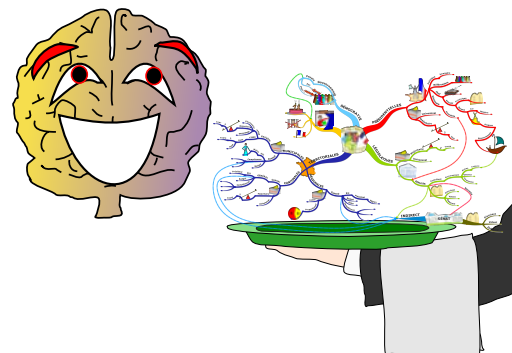
Si vous n'avez pas, alors, mis en place de stratégies mentales efficaces pour traduire et comprendre ces notes, il devient ennuyeux et fastidieux de les apprendre, de les comprendre, voire de les relire !

En d'autres termes, les notes classiques ne permettent qu'une sollicitation partielle de notre potentiel cérébral.



Facilitez-vous la vie, augmentez l'efficacité de vos notes en permettant à votre cerveau d'utiliser toutes ses facultés.

Grâce au Mind Map, vous apprenez à écrire dans un langage plus proche de celui de votre cerveau.



Le Mind Map sollicite de façon simple et ludique votre potentiel cérébral.

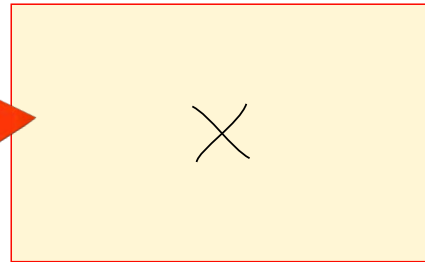
Construisons ensemble un Mind Map

Prenons comme sujet, arbitraire, l'élection au suffrage universel direct des représentants du peuple français.

Le niveau de connaissances restera superficiel, l'idée est de se concentrer sur la forme Mind Map et non sur le contenu du sujet abordé.

1 Image centrale et thème.

La feuille se met au format paysage



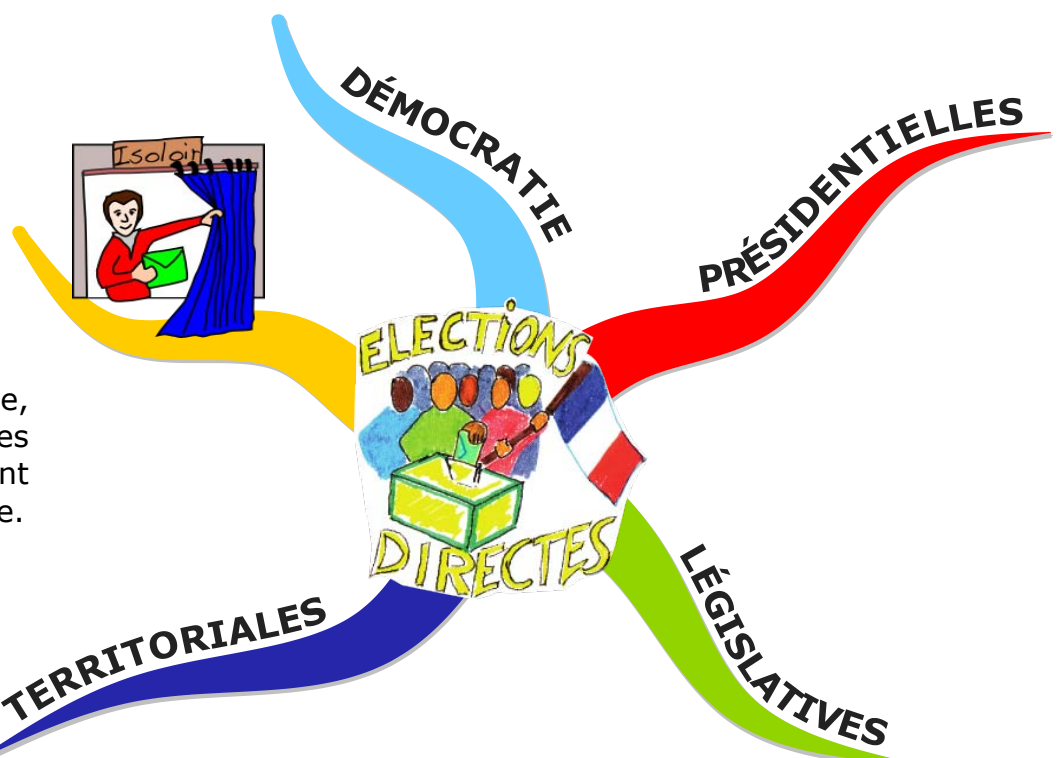
Au milieu de la feuille, une image centrale qui représente le thème du Mind Map.

Ici, quand je pense au Suffrage Universel Direct, je pourrais, par exemple, "voir" le peuple allant aux urnes...

N'hésitons pas à mettre de la couleur puisque, nous l'avons vu, cela fait partie de l'arsenal des facultés cognitives de notre cerveau.

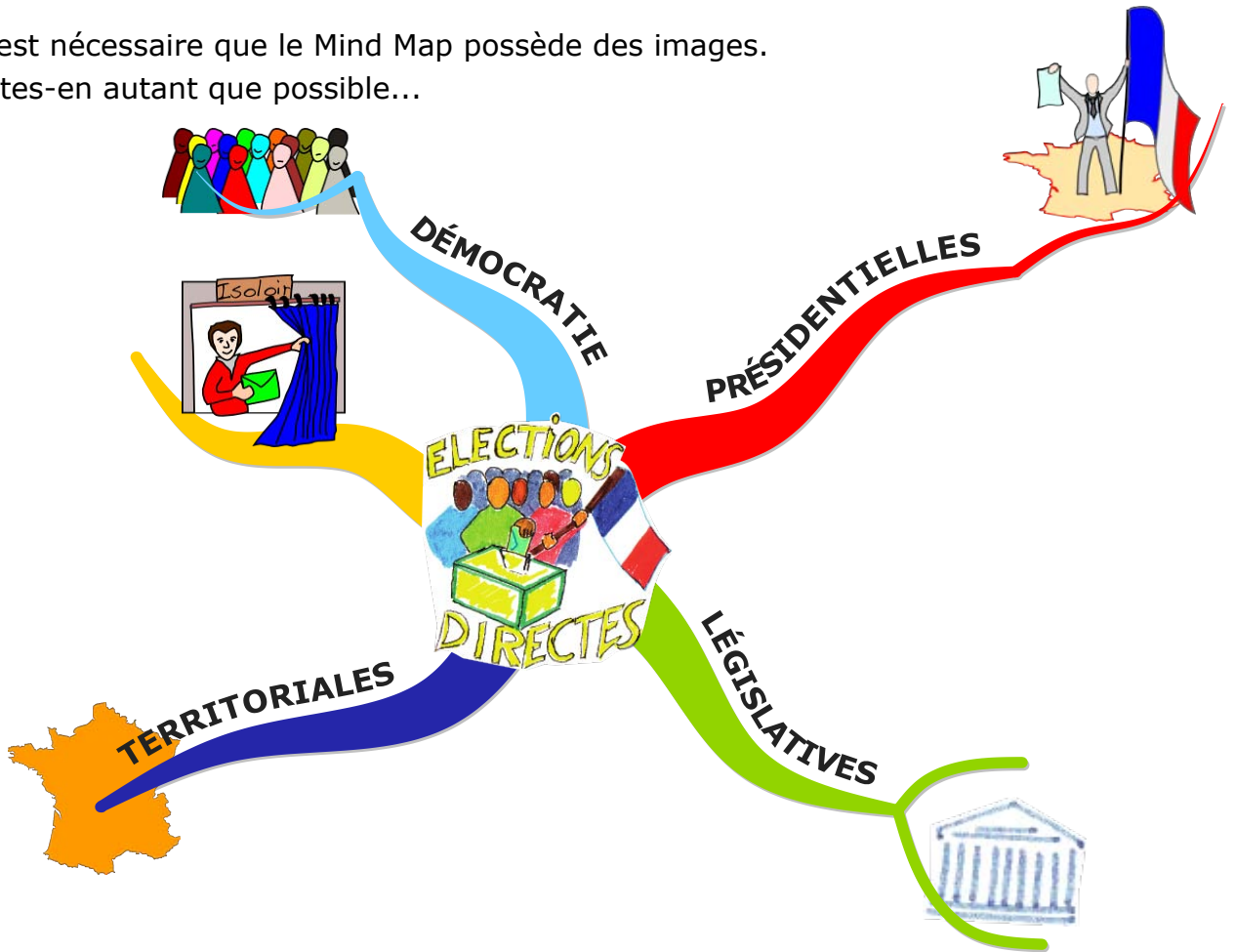


2 Idées directement liées



Depuis l'image centrale, irradient des branches sur lesquelles se trouvent des idées liées au thème.

Il est nécessaire que le Mind Map possède des images.
Faites-en autant que possible...



3 Branches secondaires et idées associées

Les premières branches ont permis de donner des directions à la pensée. Les branches qui suivent sont donc associées aux idées précédentes et, en toile de fond, au thème central.

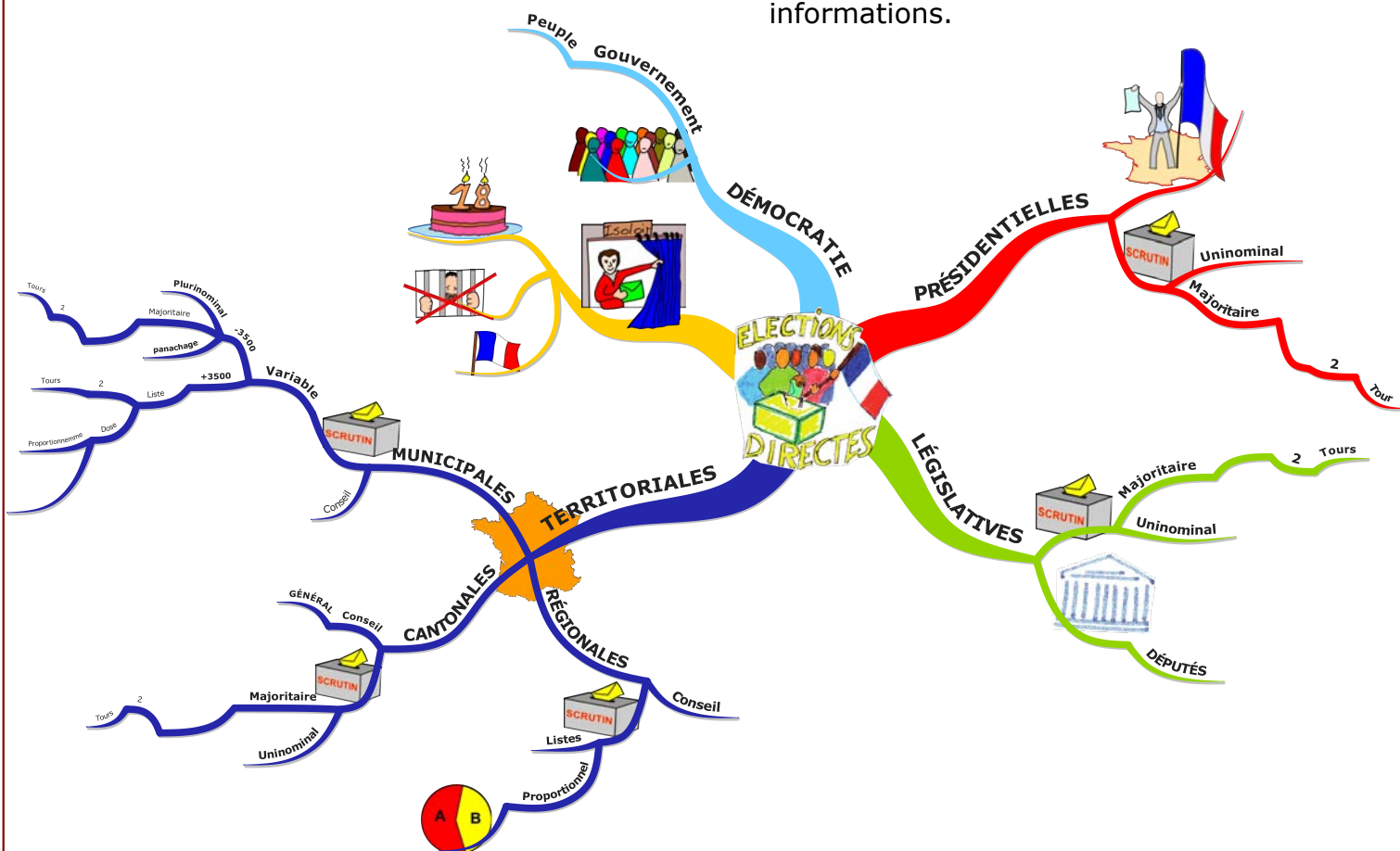


Supposons que vous vous intéressiez au mode de scrutin, vous allez prêter une attention particulière à ces branches...

4 Développer chaque branche

Vous allez ainsi développer les branches selon vos axes de recherches et vos intérêts.

Pour vous aider à comprendre et mémoriser, imaginez des dessins qui vous parleront et qui résumeront les informations.



5 Ouvrir le Mind Map

Un Mind Map peut se développer à l'infini, tant qu'une information, une idée ou un concept en appelle d'autres...

Vous pouvez donc AJOUTER des informations où bon vous semble...

Par exemple, vous voulez préciser que la démocratie est le gouvernement du peuple, par le peuple.

Et que le peuple est ici composé de Français âgés de 18 ans ou plus et ayant toujours leurs droits civiques.

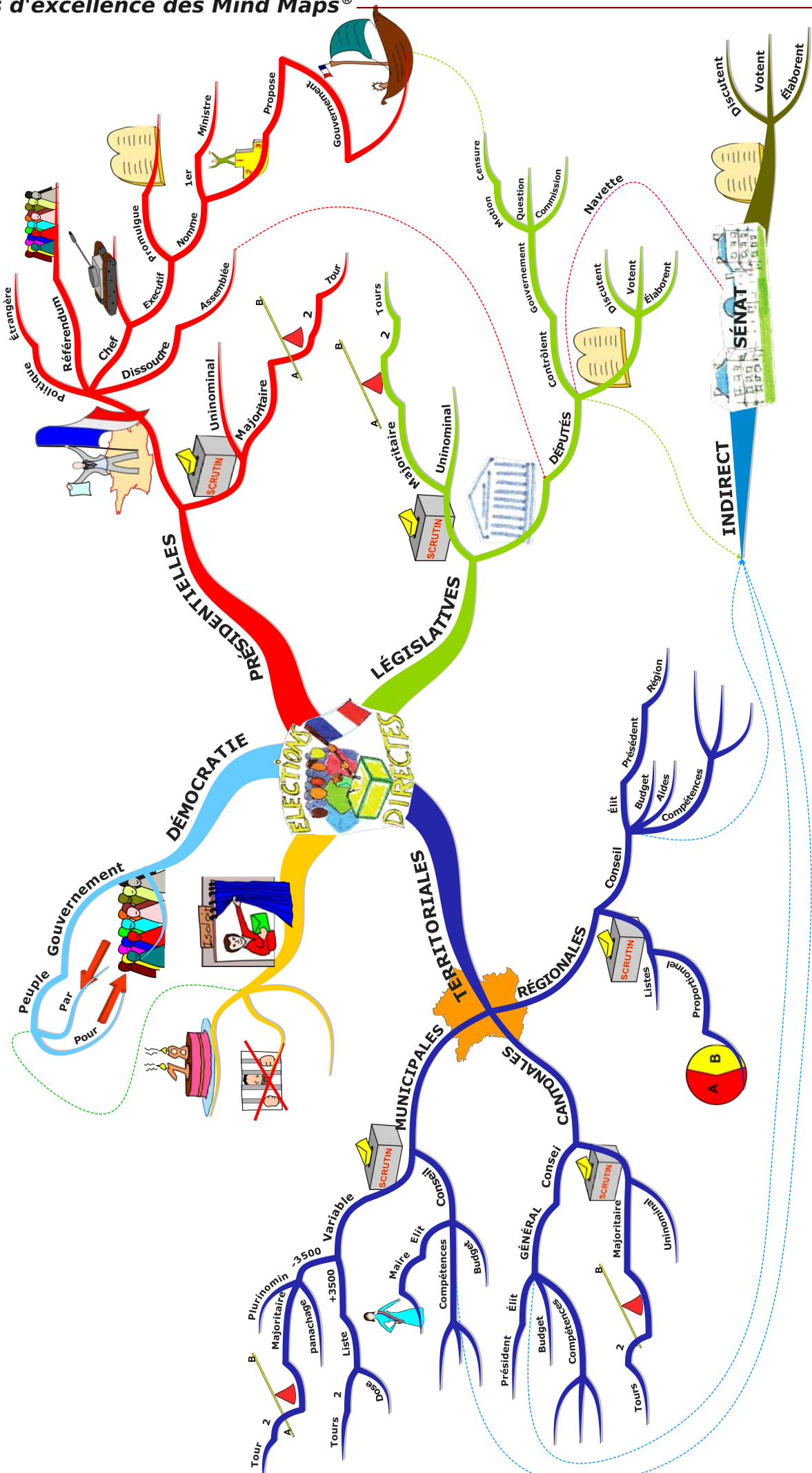
Vous pouvez alors développer votre Mind Map comme bon vous semble, jusqu'à ce que le niveau d'information réponde à vos attentes.

(notez qu'il est recommandé d'ouvrir des branches qui resteront vides là où vous cherchez de l'information)



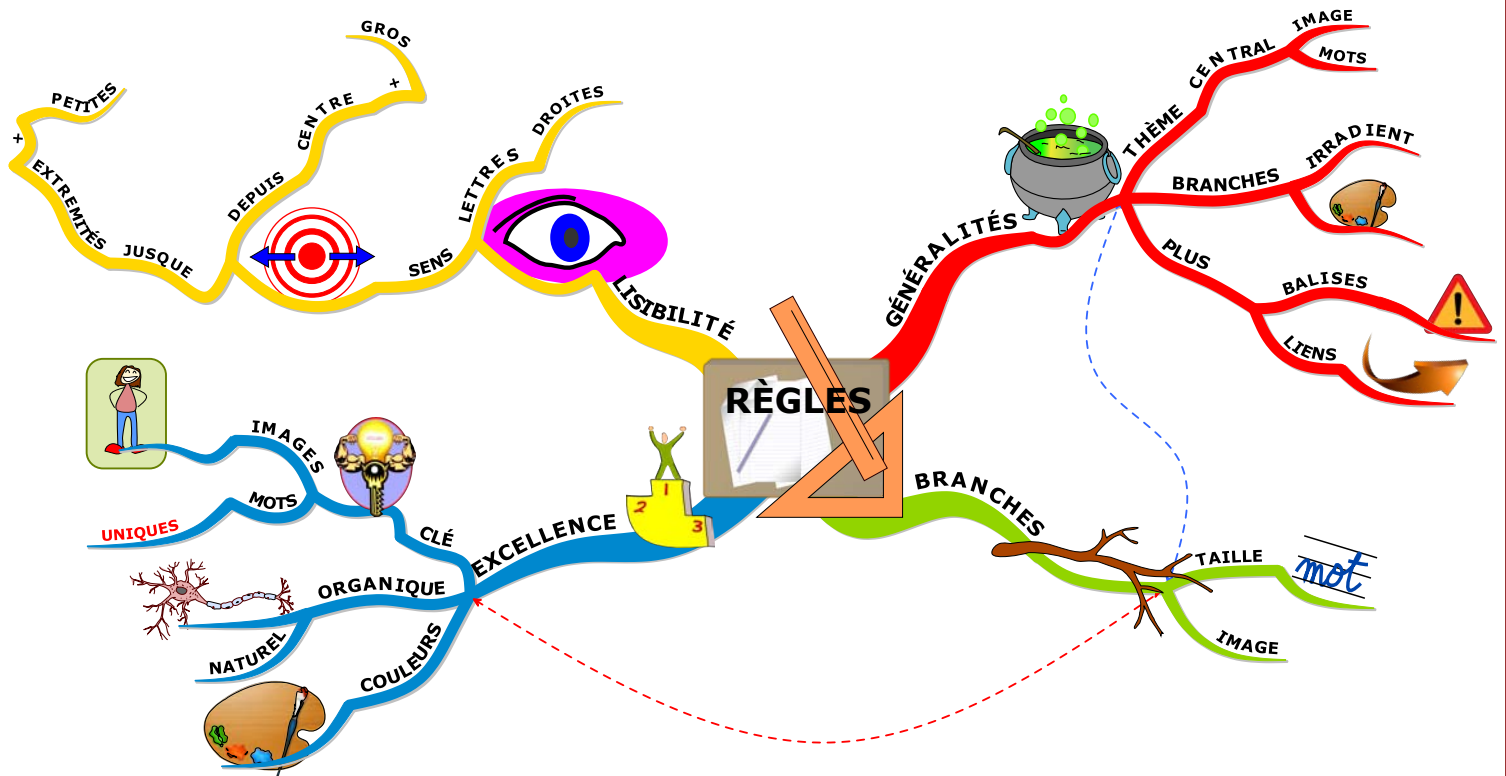
Exemple page suivante






Règles à garder en tête lors de la construction d'un Mind Map

Nous allons ici reprendre ce que nous avons vu en mettant en exergue des **règles de construction** qu'il faut absolument avoir en tête pour faire de bons Mind Maps.



Dans cette partie, nous examinerons tour à tour les quatre branches du Mind Map ci-dessus, avec une attention particulière pour les sous-branches qui forment nos règles d'excellence.

- 1 - La branche "**généralités**" résume les Mind Maps
- 2 - La branche  rappelle l'importance du lien entre idée, support et guide visuel.
- 3 - La branche "**lisibilité**" souligne les principes de lecture et d'écriture.
- 4 - La branche "**excellence**" insiste enfin sur les règles qui font toute la différence
 - Couleurs
 - Clés
 - Organique

Remarque : **La réflexion sur l'arborescence est capitale dans le Mind Mapping** et il existe de nombreux exercices, des astuces et quelques principes à connaître. Nous ne les aborderons pas ici. Cela fait l'objet d'autres publications et de nos formations.

1 Le Mind Map en tant que tel

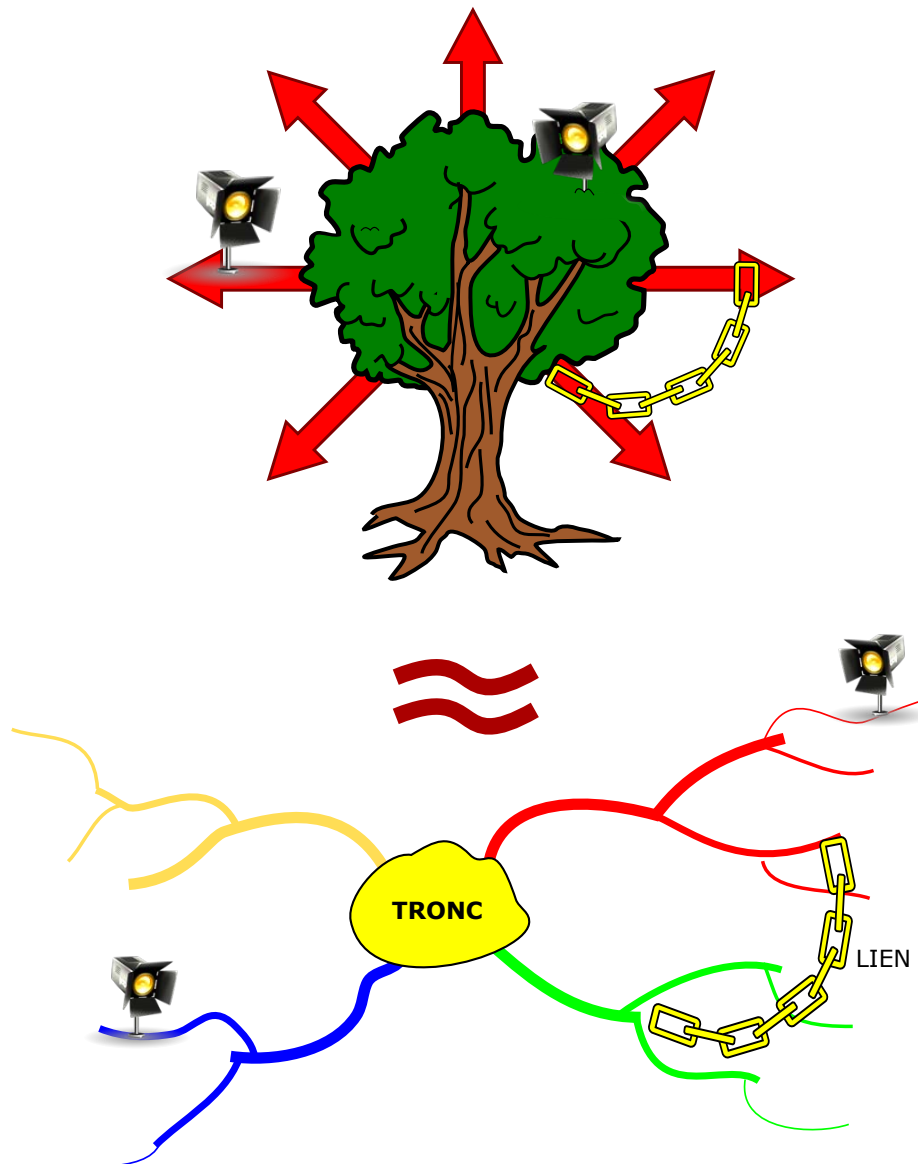


La *première branche* **résume** à elle seule le Mind Map.

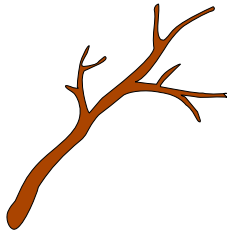
Elle présente, en quelque sorte, les **ingrédients** fondamentaux de la construction sans lesquels on ne pourrait même pas parler de Mind Map :

- - un **thème central**, en image.
- - des **branches** qui **irradient** dans différentes directions depuis le thème central et sur lesquelles se trouvent des **idées**, en **image** et/ou **mot-clé**.
- - une **arborescence** avec mise en **exergue** des idées importantes et **liens** entre les idées qui se ressemblent ou sont en rapport.

Remarque : l'arbre est une bonne analogie pour le mind map : le tronc présente le thème central et les branches irradient de tous côtés en se ramifiant...



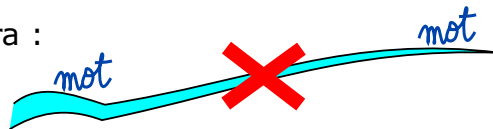
2 Les branches comme guide visuel



La deuxième branche concerne justement les **"branches"** du Mind Map. Ce sont elles qui lui confèrent sa forme irradiante et qui guident le regard – donc la pensée. Cette branche est reliée à la première pour souligner leur union intime. Elle fait l'objet d'une arborescence autonome car nous voulons insister sur le fait que :

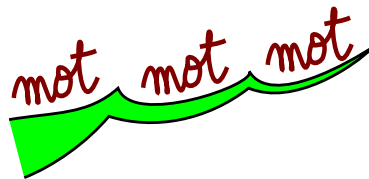
- - les branches **supportent** les idées, en image-clé et mot-clé, il faut donc éviter d'avoir trop d'images flottantes
- - les branches ont, dans la mesure du possible, la **même taille** que les mots et les images qu'elles supportent. Cela permet de suivre facilement le cheminement et de **marquer le lien entre des idées par leur promiscuité physique**.

On évitera :



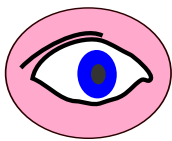
NON !

On préférera :



OUI !

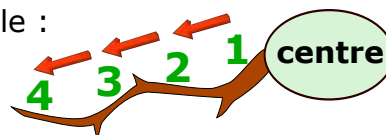
3 Les principes de lecture



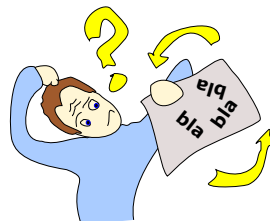
La branche concernant **la lisibilité** peut sembler évidente à certains d'entre vous, il est quand même important de noter deux choses :

- - Le sens de lecture suit le cheminement de la pensée depuis le centre jusqu'aux extrémités, ce qui peut conduire à un sens de lecture assez inhabituel (mais, vous verrez, très intuitif !)

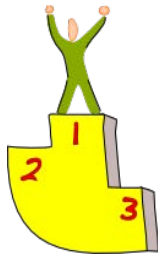
exemple :



- - Les mots doivent se lire et s'écrire sans avoir besoin de tourner la feuille ! Celle-ci doit rester droite devant vous!



4 Les règles d'excellences qui font la différence



La dernière branche concerne des "**règles d'excellence**" sur lesquelles nous devons insister pour faire de vraiment bons Mind Maps. Ce sont pourtant les principes les plus malmenés dans la pratique.

Voyons-les dans le détail :

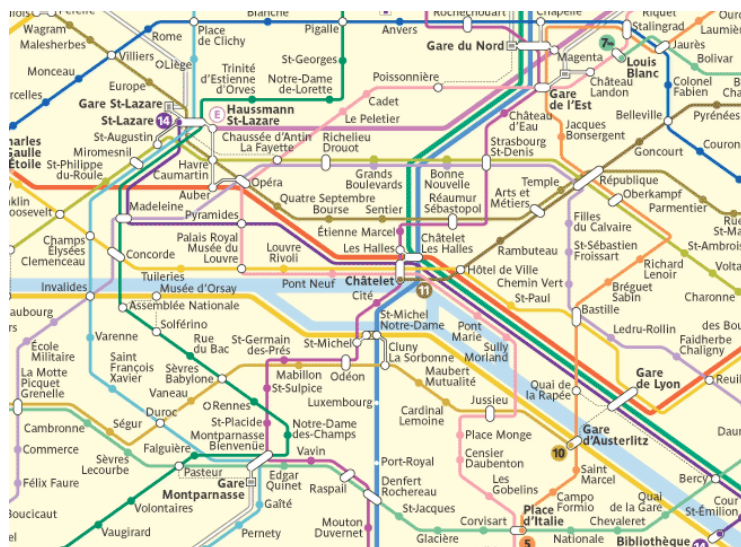
- Importance des couleurs
 - Importance des dessins, images-clé et mots-clés
 - Importance de l'aspect organique
- L'importance des **couleurs**. Nous avons vu que notre cerveau a la faculté de différencier les couleurs. Cela permet de **distinguer** facilement les arborescences et de **repérer** plus rapidement l'information. C'est aussi plus gai et cela rend le Mind Map plus mémorable. C'est un très bon moyen d'éviter la monotonie et l'ennui.



Petite pause ludique pour s'esquinter les yeux...

Si vous êtes à St-Philippe-du-Roule, votre ligne passe-t-elle par Liège, par St-Ambroise, par Richard Lenoir ou par Filles-du-Calvaire ?

Sur quel plan préféreriez-vous avoir à vous repérer ?



- Le **mot-clé** ou l'**image-clé**. Les Mind Maps reflètent votre niveau de compréhension et votre capacité d'intégration de l'information. Mettez donc un soin tout particulier à déterminer vos clés.



A Les images sont capitales ! Dessinez !

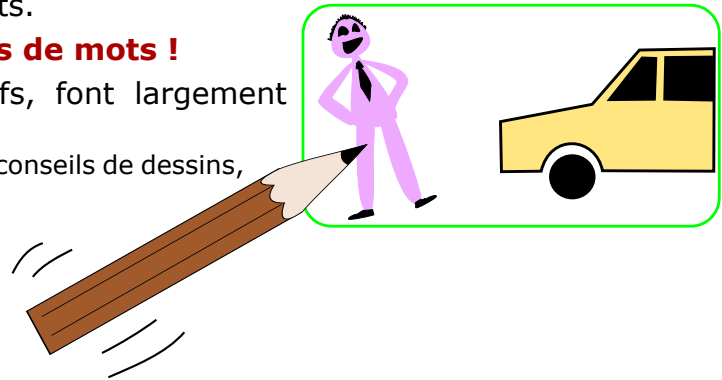
Nous avons une **incroyable facilité à identifier, à comprendre et à se souvenir des images**. Encore une fois, servons-nous de ces facultés.

Dessiner une idée montre que vous pouvez vous en faire une représentation et permet de résumer ce qui, selon le vieil adage, aurait pu prendre des milliers de mots.

Une image vaut des milliers de mots !

Des dessins, même très naïfs, font largement l'affaire.

(vous trouverez des astuces et des conseils de dessins, sur notre site)



B Un mot-clé est toujours seul sur sa branche !!



Si vous devez écrire plusieurs mots, il faut les mettre sur des branches différentes. C'est nécessaire pour ne pas bloquer ou figer une idée.

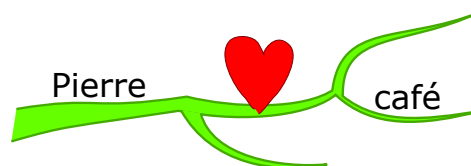
On évitera donc :

Pierre aime le café

Et l'on préférera dissocier des mots-clés pour garder la possibilité d'ouvrir sur d'autres idées...

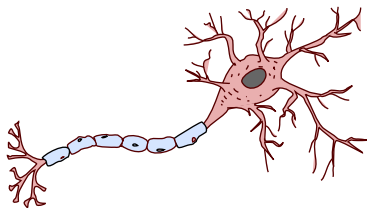


Allons alors jusqu'au bout du principe Mind Map et préférons encore :



Remarque : En moyenne, selon le type de production, seuls 20% des mots d'un discours sont utiles à sa compréhension – ce qui veut dire que vous ne devez pas surcharger vos Mind Maps d'un verbiage inutile si vous savez et comprenez ce que recouvrent les mots-clés.

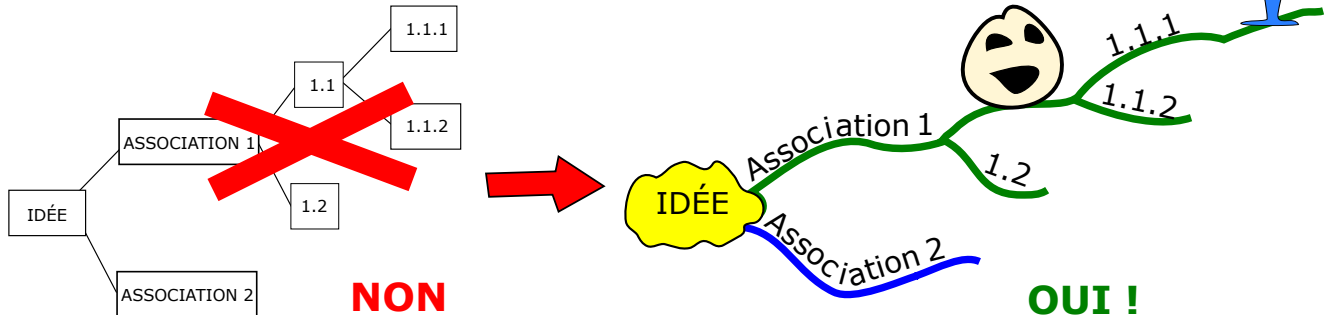
● Des branches à l'aspect organique et ouvert



Qu'est-ce qui, dans la nature est parfaitement droit ? Peut-être rien... Les lignes et les formes sont incurvées. Il en va de même dans un Mind Map.

Les branches sont organiques et harmonieuses, elles ne sont pas tirées à la règle et à angles droits

Plus encore, n'enfermez pas systématiquement vos idées dans des blocs... **les blocs bloquent les idées !**

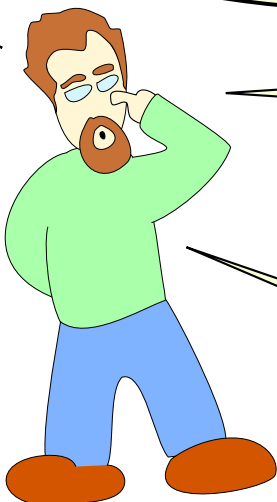


Remarque : il est fréquent que des mind-mappers confirmés entourent toute une branche et ses ramifications pour éviter qu'elles ne se confondent avec les idées des branches voisines. Cette pratique permet de mettre en exergue ou d'insister sur une idée. Mais ceci est très différent d'une construction qui systématiserait l'enfermement des idées à l'extrémité des branches,

VOILA, vous connaissez des règles de construction fondamentales pour les Mind Maps !
Entraînez-vous et affûtez votre perception et votre esprit critique en regardant le Mind Map sur les élections du chapitre précédent...

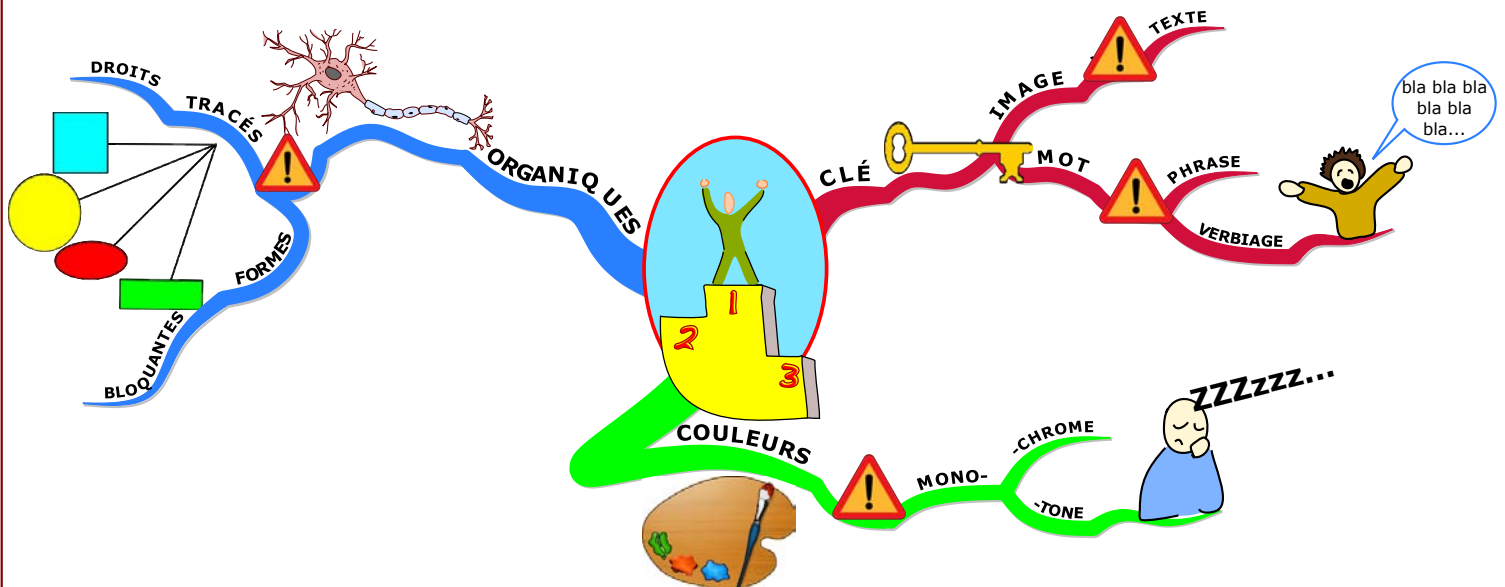
...Retrouvez-vous toutes les règles dont nous avons parlé ?

Que manque-t-il ? Quel changement aimeriez-vous y apporter ?



En résumé, il est important de porter une attention toute particulière aux trois règles "d'excellence" pour éviter les écueils du proto-mapping :

Dans le Mind Map ci-dessous,  présente les écueils à éviter



REMARQUE

Le plus important, maintenant que vous connaissez les Mind Maps et les règles de construction, c'est de se les approprier pour pouvoir s'en défaire quand c'est nécessaire.

En effet, **un écueil serait de tomber dans la monotonie**. Il faut donc pouvoir varier. En d'autres termes, cela veut dire que, si vous le faites en connaissance de cause, vous pouvez (et quelques fois vous "devez") transgresser chaque règle.

Il faut juste veiller, le cas échéant, à **ne pas "systématiser" la transgression**. Il se peut que, pour des raisons de mise en exergue ou de facilité, vous deviez écrire plusieurs mots ou faire des citations complètes que vous voulez encadrer. Ne vous le refusez pas.

Mais faites et refaites des Mind Maps "dans les règles de l'art". C'est la seule façon d'en assimiler les principes et les bénéfices.

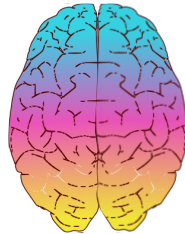
Tony Buzan préconise de faire une centaine de Mind Maps pour vraiment intégrer la technique, alors à vos crayons !!

Conclusion

Que reste-t-il à faire ?

Nous avons vu que la force du Mind Map, en tant que technique graphique, est de solliciter certaines de nos grandes facultés cognitives délaissées par la prise de notes classique (telles que la perception des couleurs, des formes, des images, du rythme et de la globalité de l'information). Le développement de la pensée n'y est pas linéaire mais — inspiré du modèle neuronal — il irradie dans toutes les directions et — imitant le fonctionnement associatif de la pensée — s'étend de proche en proche, potentiellement à l'infini.

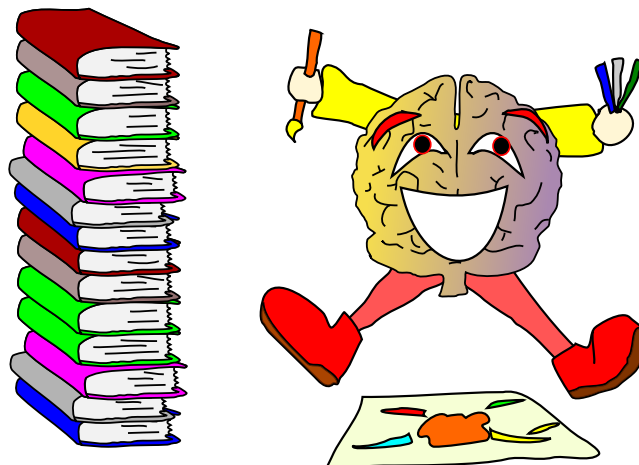
Cette spécificité présente ainsi l'avantage de pouvoir intégrer, à tout moment et à tous niveaux, des compléments d'information. Elle offre aussi une grande liberté aux utilisateurs qui peuvent naviguer facilement de branche en branche.



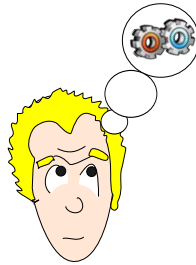
Dans ce cadre théorique le respect des règles est fondamental car elles permettent une meilleure utilisation du potentiel cérébral. Elles facilitent la relecture des Mind Maps et, de manière générale, la compréhension, la mémorisation et la créativité !

Nous avons ainsi particulièrement insisté sur :

- l'utilisation des couleurs,
- la nécessité des dessins et des images qui permettent une représentation de l'information,
- l'importance de n'écrire qu'**UN** mot-clé par branche pour libérer le potentiel associatif de celui-ci,
- le besoin de rester proche d'un schéma organique.



Cette introduction au Mind Map s'est concentrée sur l'outil pris comme « technique graphique ». Maintenant que vous savez faire d'excellents Mind Maps, il est nécessaire de **trouver des applications** et d'**apprendre des stratégies d'utilisation**. Vous commencez peut-être déjà à en entrevoir. C'est que votre imagination et votre créativité fonctionnent bien...



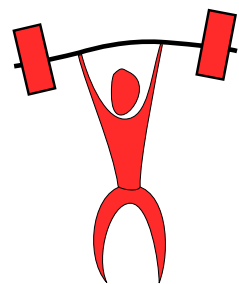
Sur NeuroZone, dans les prochaines publications et lors de nos formations, nous examinons un aspect ESSENTIEL du mind mapping qui n'a pas été travaillé ici : la **STRUCTURE, l'organisation ARBORESCENTE** de l'information. Nous l'avons rapidement évoqué lorsque nous avons abordé le modèle neuronal et lors de la construction du Mind Map. Mais cet aspect du cheminement de la pensée et de l'organisation de l'information nécessite un travail et une réflexion ! Il existe différentes approches méthodologiques et plusieurs stratégies d'application testées et améliorées depuis les quarante années d'existence du Mind Map. C'est cette organisation hautement structurée et hiérarchisée de l'information qui reflète l'intelligence de la pensée.



Idée-Force-Clé

Si des astuces d'organisation peuvent émerger de la pratique, il existe de nombreux exercices et quelques principes pour bien hiérarchiser l'information des Mind Maps (idées-forces-clés et branches principales ou importantes). Ils servent de référence pour :

- * prendre des notes pendant un cours ou depuis un livre,
- * animer des réunions,
- * développer sa créativité et résoudre des problèmes,
- * gérer et manager des projets,
- * préparer des interventions publiques,
- * organiser les idées,
- * planifier un événement,
- * travailler en groupe, partager, collaborer...



Vous pouvez trouver quelques exemples et plus d'informations sur notre site ainsi que sur :

MindMap for Business

&

Stratégie Fonctionnelle d'Apprentissage

Pour finir, comme nombre d'entre nous travaillons avec un ordinateur, il se peut que très vite, vous ressentiez le besoin d'intégrer les Mind Maps à votre suite bureautique – pour vos projets personnels ou professionnels, ou simplement pour entretenir une pratique quotidienne.

En effet, le Mind Mapping assisté par ordinateur offre une grande liberté d'utilisation. Les Mind Maps peuvent se créer extrêmement simplement et rapidement, ils se partagent facilement et se modifient à volonté et on peut y intégrer des dessins ou des photos de différents formats (pdf, jpg, png, etc...). C'est, de plus, un atout considérable lors de présentations publiques puisqu'il permet à votre auditoire de vous suivre et de vous comprendre sans efforts... et cela change du sempiternel Power Point !

Le logiciel qui correspond le plus au mind mapping sur papier et qui respecte nos règles fondamentales de construction est certainement "**imindmap**". C'est d'ailleurs le seul logiciel à avoir obtenu le soutien de Tony Buzan.



Vous pouvez télécharger une version gratuite ici, [imindmap](#) et visiter notre site pour découvrir des vidéos explicatives en français.



Vous faites maintenant partie de la grande famille du Mind Map, pratiquez quotidiennement pour que cela devienne évident (faites par exemple votre planning journalier ou vos ToDo listes) et vous aurez rapidement des résultats qui vous étonneront...

