

Le Mind Mapping

C'est quoi le Mind Mapping?

C'est une façon très simple de mettre de l'ordre dans son cerveau et dans ses idées. La mind map ou **carte mentale** vous aide à décomposer vos idées ou vos pensées en sujets plus détaillés et ciblés. Elle s'avère également très utile pour la pratique du mot-phare de l'année. Dans ce dernier cas, écrivez simplement le mot choisi dans le cercle central et décomposez-le ensuite en idées ou objectifs selon les différents domaines de votre vie dans lesquels vous désirez le mettre en pratique. Cela vous donnera une belle vue d'ensemble et vous aidera à concentrer vos objectifs.

Comment ça marche?

1. Prenez votre mot-phare et notez-le dans le cercle central.
2. Ensuite, remplissez les cercles suivants des domaines, des idées et des objectifs directement liés au mot-phare.
3. Prolongez la carte en rajoutant librement des cercles en cas de besoin. Sachez en même temps que rien ne vous oblige à remplir tous les cercles en une fois. Remplissez durant l'année et à mesure que vous cheminez avec Dieu dans votre mot-phare
4. En fin d'année, analysez ce que vous avez appris à partir de la vue d'ensemble de la carte.

Mind Map mot-phase

