

# 思维导图-高效工作力

## 【课程背景】

思维导图是英国著名教育家、心理学家东尼博赞发明的 21 世纪风靡全球的革命性思维工具、管理工具和学习工具，据不完全统计，全球有 2.5 亿以上的人在使用思维导图，近年来中国的许许多多职场人士通过学习、使用思维导图，在计划、组织、会议记录、总结、培训、评估、写报告、整理思路、分析与解决问题等方方面面都得到了效率、效益的极大提升！本课程精选了思维导图的精华内容，将带给职场人全新的思维和趁手的工具，使大家在职场发展如虎添翼！

## 【课程收益】

1. 了解思维导图，学会联想思维、形象思维和放射性思维；
2. 能初步学会用思维导图做计划、解决问题、写总结。

## 【课程特色】

1. 分组式互动、体验式学习、课中穿插实战案例进行剖析与演练；
2. 免费提供思维导图软件包及相关素材；
3. 建立班级微信群，实现一次学习，终生受益！

## 【课程时间】两天，每天 6 小时

【准备工作】每组两张 A2 大白纸，每人 5 张 A4 白纸，每组三支白板笔（红+蓝+黑）每组至少有一台笔记本电脑

## 【课程大纲】

破冰:1.老师自我介绍

2.分组,选出一名组长\取组名\组呼\面对面建群,上台发表

一、思维导图概述

1. 思维导图的有趣历史
2. 思维导图的用途
  - 2.1 工作中（计划、交流、项目管理、会议、培训、会谈商讨、评估等）
  - 2.2 生活中（计划、列清单、做项目、交流、组织活动、问题分析与解决）
  - 2.3 学习中（记忆、做笔记、写报告、演示、考试复习、思考等等）

3. 创造性思维的应用

3.1 联想思维

3.2 形象思维（图像化思维）

3.3 技术思维与管理思维

抛绣球游戏：直线思维与放射思维演练

3.4 全脑思维与思维导图的结合

4. 如何手绘创作思维导图？

- 4.1 准备工作：大幅面的白纸、几支颜色各异书写流畅的笔
- 4.2 在白纸的中心写下中心主题（画），周围留出空白
- 4.3 主题往四周扩展层层分支，就像树干树枝一样
- 4.4 线上写关键词，线条自然弯曲，与词同长
- 4.5 多用图形、颜色和代码，更易记忆
- 4.6 关联的内容加上连线、使用箭头和符号
- 4.7 写上作者、时间及必要的信息
- 4.8 整个幅面最后整理

练习：每个人都要画一幅自我介绍的思维导图。

## 二、思维导图是做规划、计划的最佳工具（载体）

1. 场景案例：911 灾后重建的思维导图
2. 分析：用思维导图做计划的优势
3. 思维导图做计划的注意事项
4. 如何用电脑软件画思维导图

分组演练：按老师给的 5-6 个事项分组讨论，用思维导图做计划

## 5. Mindmapper2012 的安装与应用

## 三、思维导图是解决问题的瑞士军刀

1. 场景案例：卡瑞尔巧妙解决棘手难题
2. 头脑风暴法
  - a) 头脑风暴法四大机理
  - b) 头脑风暴法的四大原则
  - c) 用思维导图记录头脑风暴成果
3. 思维导图与鱼骨图的优劣比较

分组演练：每个组按给出的主题进行头脑风暴，用思维导图做记录

## 四、思维导图与时间管理

1. 保持做事的秩序性
2. 养成把每件事画下来的习惯
3. 追踪记录承诺，说到更要做到
4. 辨识事物发展模式，先预想结果
5. 不要自我设限
6. 定期检讨自己行进的方向
7. 追求高效能，而非高效率
8. 提高工作效率，而不是延长工作时间
9. 专注于有效的工作，忙在点子上
10. 开头就把事情做对

分组演练：用思维导图计划你的事务（年、月、日）、时间的安排

## 五、用思维导图作会议记录/谈话笔记

1. 会议记录
  - a) 事先确认会议主题、参会人，画在导图上
  - b) 按会议议程及发言顺序，一个一个记录在导图上
  - c) 会议决议可以单独成为一个分支、
  - d) 清晰的会议思维导图就可以当成会议记录分发
2. 谈话笔记
  - a) 事先确认谈话主题，画在导图作中心词
  - b) 寒暄之类的套话不用记
  - c) 谈话的重点分门别类记录，注意“信、达、雅”
  - d) 也可以用思维导图作谈话提纲，按其顺序问下来，填上谈的实际内容即可

分组演练：共同看一段访谈节目视频，各组分别用思维导图写出会议记录，发表与点评

## 六、思维导图与演讲汇报

1. 演讲汇报的利器：金字塔原理
2. 思维导图建立框架，转化为演讲汇报 PPT 的主架构
3. 演讲汇报整体策划

分组演练：每个组领一个演讲汇报主题，完成以下事项：

- 1 用电脑的思维导图软件 Mindmapper2012 策划其整体过程、演讲内容
- 2 把策划方案导出到 PPT，建立大致架构，应用老师给的模板，快速形成演讲汇报 PPT
- 3 每个组选一人上台发表，评审团点评

小结：知会熟巧，让思维导图融入你的血液！

END!