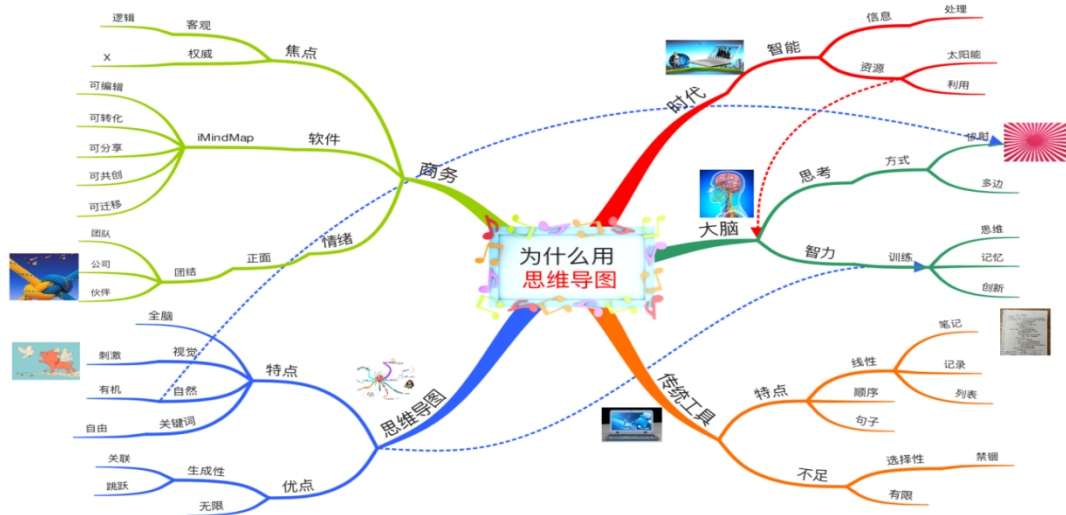


# 笔尖上的思考——思维导图及职场应用

## 课程背景：

思维导图——由被誉为“世界大脑先生”、“记忆之父”的东尼·博赞先生创造，将发散思维具体化、视觉化。它简单却极其有效，是革命性的思维工具，能显著改善人们的记忆、学习、思考等思维模式。思维导图现已广泛应用于个人和组织各种职场及商务活动中，提升个人学习、分析和创新能力，促进组织创新、效率提升，改善组织管理和沟通。

课程系统训练思维能力，利用手绘思维导图打开思维的活口，释放思考的能量；并通过讨论和练习将思维导图运用于职场和商务的具体领域，创造个人或团队解决方案。



**课程时间：**1-2天，6小时/天【老师可客户根据焦点定制模块、课时、课纲，如《思维导图时间管理》、《思维导图与高效沟通》、《思维导图与课程演绎》等】

**课程对象：**中基层管理者、高潜员工、主管、研发部、市场部及各类办公室人员

## 课程收益：

通过互动讨论、实操演练、情境模拟等学习活动，使培训参加人员能够：

- 手绘激发思考的正宗博赞思维导图
- 运用水平、垂直思考和逻辑、自由联想打开思路
- 使用关键词触发思维、利用分类整理思维层次
- 使用结构性思维组织速射导图并利用网状脉络快速整理方案
- 发展思维导图背后的思维力并运用于问题分析与解决、活动策划、组织学习等领域

## 课程特色：

- 真实的企业案例，通过情境、练习使学员在体验中建构认知
- 根据客户痛点设计课程模块和线上辅导

## 课堂资源：

1. 适宜学员绘图的培训场地和分组
2. 每人至少 10 张 A4 白纸
3. 每个小组至少 5 张 A1 或 A0 白纸
4. 每人一套水彩笔（至少 10 色）

## 课程大纲

【课程内容和重点根据客户需求调整，原则：导图激发思考，思考解决问题】

### 第一讲：思维导图认知篇

#### 一、思维导图的作用

1. 东尼·博赞的故事

#### 视频+互动

#### 2. 神奇的大脑

- 1) 神经元树状结构
- 2) 左右脑的“嗜好”

#### 游戏：“文如其色”

#### 3. 思维导图的作用

- 1) 放射性思考
- 2) 平衡左右脑
- 3) 无限性扩张
- 4) 高效率记录

#### 二、思维导图的呈现

##### 1. 构成元素

- 1) 图：图值千字
- 2) 线：线促流动

练习：我的线条我作主

- 3) 字：词扩发散
  - 4) 色：多色区分清
2. 呈现规则

小组提炼与演示

### 三、思维导图之一见如故：练习 1

## 第二讲：联想分类思维篇

### 一、有趣的逻辑分类

游戏：人类的本能

#### 1. 分类的阶层

- 1) 位阶的内涵
- 2) 位阶的实践指导

练习：“我的家”

#### 2. 分类的方法

- 1) 依据特征
- 2) 根据需求

示例：超市的布局

- 3) 二分法
- 4) 过程法
- 5) 要素法
- 6) 公式法

练习：事项分类

#### 3. 分类的 MECE 原则

练习：整理家里的衣橱

### 二、强大的想象联想

#### 1. 思考模式

- 1) 水平思考
- 2) 垂直思考

游戏：词语接龙

#### 2. 联想技巧

- 1) 逻辑联想

## 2) 自由联想

视频：方太的“情怀”

练习：想象记忆

演练：“储蓄”的思考

### 三、关键词发散思考

演练：“苹果”

### 四、结构化逻辑框架

1. 由上而下法

2. 由下而上法

练习：“卖车”

### 五、思维导图背后的思维

1. 结构化扩散思考

2. 阶层化分类递进

### 六、思维导图之初露锋芒：练习 2

## 第三讲：思维导图训练篇

### 一、手工画图练习

#### 1. 我也能画图

1) 简笔画的构图元素

2) 元素组合游戏

#### 2. 抽象概念转具体图像

1) “鞋子拆观众”

2) 个人图像练习

3) 团队图像练习

练习：图如其人

### 二、六步绘制思维导图

#### 1. 确认核心主题

1) 问题与需求

2) 推导目标

#### 2. 发展大纲架构

1) 逻辑顺序

- 2) 经典结构
- 3) 速射梳理
- 4) 延伸创造
3. 运用色彩意涵
4. 延伸内容细节
- 5. 形成网状脉络**
- 1) 关联内容
- 2) 关联形式
6. 加入重点插图

### 三、六步阅读思维导图

### 四、思维导图之脱颖而出：练习 3

## 第四讲：企业痛点应用篇

### 一、学习能力提升

#### 1. 高效笔记

- 1) 关键词笔记法

练习：文章笔记

- 2) 思维导图笔记记忆术

#### 2. 快速阅读

- 1) PPFRA 个人阅读法
- 2) 同主题阅读法
- 3) 团队激活阅读法

#### 3. 培训演示

游戏：我说你写我再猜

- 1) “燃耀”价值图
- 2) “燃耀”框架图
- 3) “燃耀”心智图
- 4) “燃耀”路径图
- 5) “燃耀”评分表

案例：视频

4. 思维导图之职海扬帆：练习 4

## 二、自我管理 with 成长

### 1. 生活与 work 规划

- 1) 周期性规划

练习：制定一周计划

- 2) 活动策划

### 2. 时间管理与日记

游戏：多任务工作

- 1) 六点优先法
- 2) 一张纸时间管理

练习：制定明日计划

- 3) 日记回顾

### 3. 自我分析与决策

- 1) SWOCE 分析

练习：职业规划

- 2) 二分决策

4. 思维导图之职海扬帆：练习 5

## 三、头脑风暴

### 1. 个人创新

- 1) 创新的九条命
- 2) SCAMPER 创意奔驰法
- 3) 五步创意思维导图
- 4) 发散后的收敛

### 2. 团队创新

- 1) 世界咖啡馆
- 2) 三步团队思维导图法
3. 思维导图之职海扬帆：练习 6

## 四、经营管理

### 1. 高效沟通

- 1) 通话
- 2) 邮件
- 3) 谈判

#### 4) 会议

练习：团队制定“会议管理制度”

### 2. 组织领导

1) 团队合作共进

2) 发展辅导下属

现场模拟：绩效评估

### 3. 战略思考

1) 思维导图与战略思考

2) 经典战略思考模型

### 4. 变革突破

1) 设定目标

2) 共建愿景

3) 凝聚组织

5. 思维导图之职海扬帆：练习 7

## 第五讲：培训验收

1. 成果展示

2. 评优颁奖

3. 总结回顾