

职场思维导图

蔺汉成老师“思维与管理”系列课程

课程背景：

- 很多人面对日益繁多的事物、信息、安排感到力不从心，主要是思维模式的问题，学好高效的思维工具，对于解放人的思维具有不可估量的意义！
- 思维导图就是一种开发你的思维潜力、帮助成年人利用思维导图优化思维、有效提升工作效率、解决工作中的难题的高效而快捷的思维工具及思考模式。全球超过 3 亿人在学习使用，新加坡教育部将思维导图列为小学必修科目，大量的 500 强企业也在学习思维导图，中国应用思维导图大约也有 20 多年时间。
- 我们脑力有限，但可以利用有效的大脑训练获得更多脑力、精力、效率！高效能的人士通过思维导图等思维工具实现高效能工作。

培训对象：各单位各层次全员均有必要学习

培训目的：

- **掌握思维导图，解决实际问题；**
- 掌握思维导图的绘制步骤、原理，熟悉大脑的运作模式，并能**持续应用提升**；
- 充分发掘人的**先天思考模式**，辅助科学系统的思维演练，使学员建立整体系统思考的基础，提升大局观，提高思维效率；
- 掌握形象思维和逻辑思维的关系，掌握系统的思维模式，并学会**深度应用**。

课程特点：

- **概念少、领悟多，理论少应用多，讲授少练习多、互动多；**
- 每个学员独特的经验和思维特点不同，思维导图对不同的学员的作用也不同，蔺老师的课都能让学员体验到针对性；
- **很多学员学完思维导图之后几乎不用，蔺老师的课通过多种方式强化学员的课程体验，并在课后持续应用思维导图。**

课程大纲：

课程导入：**思维倾向测试与解读（感觉与直觉、内倾与外倾、感性与理性、感知与判断）**

一、初识与绘制思维导图（练习）

- （一）观想思维导图
- （二）按步骤绘制思维导图
- （三）学员谈感受

二、思维导图的原理

- （一）思维导图的起源与发展
- （二）大脑解剖图
- （三）神经元与思维导图
- （四）思维模式的测量与解释
- （五）思维导图与思维四维度不同倾向的关系

三、手绘导图的要点

- （一）思维导图的六要素
- （二）手绘导图的法则
- （三）思维导图的绘制艺术

四、思维导图在工作中的应用（练习）

- （一）思维导图与学习

(二) 思维导图与思考

(三) 思维导图在小组讨论中的应用

(四) 分组练习、分享与点评

五、 总结与感悟：画思维导图（为什么从现在开始要每天使用思维导图）