

思维导图—让你的思想跃然纸上

一、课程背景：

职场思维导图是一种优化思维、提升工作效率、解决工作难题的简单而高效的工具。波音公司曾运用思维导图，高效地完成了波音 747 的设计，把需要 6 年完成的设计缩短到 6 个月。

在国内，越来越多的企业希望学习并运用思维导图，他们常叹——

怎样才能快速掌握思维导图的原理？

如何绘制思维导图与进行思维分析？

如何运用思维导图进行思维创新？

如何在企业推广与分享思维导图？

二、培训对象：各单位各层次全员均有必要学习

三、培训目的：

1. 掌握思维导图，**解决实际问题**；
2. 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**；
3. 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；
4. 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**。

四、课程特点：

1. 课堂实战：将知识内化为能力
2. 定制程度高：根据企业和学员的使用场景，设计针对性体验
3. 建立机制、将一次成果转化为业绩：

五、课程大纲：

课程导入：

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、思维训练

- (一) 发散游戏
- (二) 收敛游戏

四、手绘导图的要点

- (一) 聚焦于核心的问题、精确的问题，明确你的目标或你想要解决的问题。
- (二) 把纸横向放在你面前，这样能在纸的中央绘制思维导图。
- (三) 在纸的中央画一个图像代表你的目标。
- (四) 从一开始就使用颜色，至少使用三种颜色；可以分层次使用，也可以分主题使用。
- (五) 画一些从图中央向外发散的粗线条；使用弯曲的线条，它们更有趣，也更容易被大脑记住。

(六) 在每个分支上写一个与主题相关的关键词。

(七) 为你相关的次要想法绘制二级和三级分支。

五、 如何使用 **Mindmanager**

(一) Mindmanager 简介

(二) Mindmanager 操作

(三) Mindmanager 实例

六、 思维导图实战应用 (场景可以根据企业要求增删)

(一) 思维导图用于拆书等学习

(二) 思维导图用于演讲等报告

(三) 思维导图用于制定计划

(四) 分组练习、分享与点评

七、 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)