

思维导图高效工作应用

目录

一、课程背景.....	2
二、课程对象.....	3
三、课程目标.....	3
四、课程内容(1-2天).....	3
五、课程收益.....	5
六、授课方式.....	6
七、讲师简介.....	6
八、培训客户.....	7
九、导图应用案例.....	7

【课程背景】

- 1) 记忆，年龄越大记忆不如从前。
- 2) 看书，感觉看完后就忘记不住。
- 3) 沟通，如何把握对方讲话重点。
- 4) 讲话，如何把事情清晰说明白。
- 5) 做事，如何快速理清做事思路。
- 6) 项目，如何能考虑更全面周到。
- 7) 笔记，如何做简洁高效的笔记。

针对以上问题，林增祥博士通过多年的学习经验总结向您介绍一套简单实用的思维工具思维导图，帮助您突破思维瓶颈，提升工作、学习、生活效率。

思维导图

思维导图是表达发散性思维的图形工具，简单易学好用。思维导图运用图文并重的技巧，把各级主题信息的用相互隶属的层级图表现出来，把关键词、图像、颜色等建立记忆链接，充分激发大脑的思维潜力。大量的世界 500 强企业

员工都在学习和应用思维导图这一思考工具，“简洁、清晰、全面、高效”的思维导图并非只是画图，而是一个有效的思维模式和管理工具。

本课程从构建清晰的思维结构入手，理清思维的底层逻辑结构，详细讲解思维导图的绘制原则及方法，通过多角度的思考方式、结合职场的多维度应用（笔记、写作、演讲、汇报、策划、项目管理、会议记录、产品推介等），旨在帮助员工发掘自我潜能，优化思维方式，提升工作技能，提高工作效率，进而打造高效能的团队。

【结构化思维】

在工作生活中，我们可能经常遇到这样的场景，有人讲话没有要点、杂乱无章的口头表达或者文字表达，导致沟通效率很低效果很差。究其原因，是在传递信息时没有统一的思维模式，表达方式和解决问题思路，导致上传下达时重点不突出，没有逻辑，思维混乱，不能清晰准确、简明扼要地下达指令、阐述问题，推进执行。

结构化思维表达可以在任务沟通和问题解决时围绕核心，从多个维度、多个层次全面地进行思考，并能够条理清晰、重点突出、有理有据地进行语言和书面表达。

结构化思维原理基础是 1973 年由麦肯锡国际管理咨询公司的咨询顾问巴巴拉·明托（Barbara Minto）首创的金字塔原理（Pyramid Principles）。

如果全员普及学习结构思维课程，更可以通过构建统一的思维和语言标准提升整个组织的工作效率。

【曼陀罗思考法】



发散型

围绕型

曼陀罗艺术原本起源于佛教，被今泉浩晃先生加以系统化利用之后，却成为绝佳的计划工具。曼陀罗生活笔记最终目的是将“知识”转变为实践的“智慧”。结合“水平思考”与“垂直思考”的多层次九宫格运用，同时兼具思考的广度与深度。曼陀罗九宫格结合图像与文字，形式变化多端、可自由灵活运用。只要把想达成的目标或是想解决的问题，放在3X3九宫格的正中央，再向外延伸8种思考角度，创意就会朝四面八方展开无拘无束的想象，能够有效刺激大脑的联想力、逻辑力、创造力与图像思考力。这个思考过程不仅可以帮助使用者理清思绪、解决问题，更有助于打造全新逻辑思维，跳脱直线思考框架，全面提升竞争力！

【课程对象】

1. 企事业单位：全员（普通员工、中高层管理人员、总经理）
2. 对思维导图有一定的了解，希望能掌握和提升思维工具的人群。

【课程目标】

1. 掌握思维导图表达逻辑原理
2. 掌握思维导图绘制原理
3. 掌握结构化思维表达
4. 掌握精准提取关键词的方法
5. 掌握思维导图笔记会议记录等
6. 了解思维导图在工作、生活、学习中的应用
7. 掌握思维导图软件的操作

8. 掌握思维导图应用于项目活动管理
9. 掌握曼陀罗思考法思维工具应用
10. 掌握思维地图结构思维表达

【课程内容(1-2天)】

1天课程时间安排(7小时)

单元(时间)	内容	学习点
第一单元 课程导入	破冰 团建	组队学习 学习金字塔
第二单元 导图基础	导图原理 绘图方法 绘图作品交流 导图高效表达 导图应用介绍	表达逻辑 导图构成要素 导图手绘方法 思维导图评价 导图应用领域
第三单元 逻辑结构	分类方法 分类要求 归类练习 批判性思维 分类应用	结构思维 MECE 原则 归纳总结信息 问题分析 5W2H 超级整理术
第四单元 关键词	关键词概念 关键词提炼 关键词逻辑 整理文章	关键词特点 关键信息归纳 关键信息逻辑 思维导图笔记

第五单元 项目应用	项目管理内容 项目管理练习 成果展示分享	项目管理简介 项目活动策划 项目文档管理
第六单元 课程总结	课程总结 思维导图软件	思维导图总结 软件绘图介绍

2 天课程（7 小时/天）

单元(时间)	内容	学习点
第一单元 课程导入	破冰 团建	记忆术：定桩记忆法 组队学习，学习金字塔
第二单元 导图基础	导图原理 绘图方法 内容呈现 应用介绍	表达逻辑 导图六要素 导图手绘 导图评价 导图表达 导图应用概况
第三单元 逻辑结构	分类方法 归类原则 批判性思维 分类应用 MECE 应用 发散思维应用	MECE 原则 归纳总结信息 批判性思维 思维工具-5W2H 超级整理术 发散思维应用
第四单元	关键词概念	关键词特点

关键词	关键词提炼 关键词逻辑结构 整理文章	关键信息归纳 关键信息逻辑 思维导图笔记
第五单元 项目应用	项目管理内容 项目管理练习 成果展示分享	项目管理内容 项目活动策划 项目管理文档
第六单元 一页纸项目管理	一页纸项目管理特点 一页纸项目管理应用	一页纸项目管理定义 一页纸表格结构 构建表格 12 步
第七单元 构建结构思维	结构化思维特点 结构化思维判断	结构化思维原则 纵向构建结构 横向演绎结构
第八单元 导图应用-复盘	复盘原理 复盘流程 复盘工具	复盘目原理 复盘步骤 复盘工具表格
第九单元 曼陀罗思考法	曼陀罗思考法原理 曼陀罗思考法应用	九宫格三种逻辑结构 九宫格工作应用
第十单元 课程总结	课程总结 思维导图软件	思维导图总结 软件绘图介绍 Mindmanager、Xmind

五、课程收益

- 1、画出精致、美观个性化的思维导图；
- 2、用思维导图制作完整系统的活动策划案；
- 3、把一篇文章甚至一本书变成一张思维导图；
- 4、完成作业可以收到十本思维导图电子书；

- 5、让你大脑思维灵活，逻辑清晰，思考缜密，记忆力增强；
- 6、掌握曼陀罗思考法思考和总结信息
- 7、掌握思维地图结构化表达信息
- 8、掌握结构化思维表达的方式提升沟通效率
- 9、提高思维能力（发散思维；创造思维；归纳思维；分析思维）
- 10、使用思维导图开展项目活动管理
- 11、高效能工作方式复盘流程
- 12、了解用思维导图软件 mindmanager、imindmap、Xmind 制作思维导图；
- 13、课程结束后通过微信公众号“博士后伴你学”跟进应用。

