

# Astuce de MD

Elaborer son propre mind map, ou schéma heuristique, en 5 étapes



**Le mind mapping est une méthode de représentation graphique des idées qui permet de structurer la pensée, de trouver de nouveaux concepts et de développer des projets. Le processus exige un mode de raisonnement global car il fonctionne par associations et fait intervenir les deux hémisphères cérébraux, le droit pour la représentation des ramifications et des images, et le gauche pour les éléments du langage tels que les mots-clés et les symboles. Au final, on obtient un schéma mental d'une grande lisibilité.**

### **Un outil personnel à usage polyvalent**

Le psychologue britannique Tony Buzan a fortement contribué au développement du mind mapping, ou schéma heuristique, dans les années 70. Le principe clé de cette méthode de cartographie cognitive consiste à structurer les informations comme autant de branches qui se ramifient à partir d'un concept central inscrit au milieu d'une page, rompant ainsi avec le schéma vertical classique, de gauche à droite et de haut en bas. Le mind mapping constitue un puissant outil d'aide à l'organisation des idées et au brainstorming car, par la voie des associations, chaque mot-clé en induit un autre, et ce, même lorsqu'il s'agit de traiter des sujets pointus, car il permet de relier les thèmes en branches successives tout en les structurant avec précision. Ce système de représentation graphique favorisant une mémorisation durable, il est aussi abondamment utilisé en pédagogie. Un mind map n'est aucunement censé répondre à des exigences artistiques, pas plus qu'il ne se doit d'être compréhensible pour autrui. Il est avant tout un instrument personnel, destiné à ordonner les pensées et les concepts, et à faire émerger de nouvelles possibilités.

### **Voici comment procéder:**

#### **1ère étape: inscrivez votre thème au milieu d'une feuille.**

Pour ce faire, utilisez une feuille au format A4 ou, de préférence, A3, et posez-là à l'horizontale devant vous. Dessinez un cercle ou un nuage autour du terme que vous aurez inscrit au centre afin de bien mettre en évidence ce concept, qui est au cœur de votre réflexion.

#### **2e étape: dessinez des branches**

Ces ramifications principales doivent partir du cercle ou du nuage et irradier dans toutes les directions.

#### **3e étape: inscrivez les termes génériques**

Sélectionnez des termes génériques qui feront figure de rubriques dans lesquelles vous pourrez ranger vos différentes pensées ou idées. Ainsi, si vous voulez structurer un thème de réflexion, choisissez par exemple des termes tels que «Questions», «Domaines d'utilisation», «Problèmes», «Solutions», «Exemples», etc. Vous pouvez aussi simplement inscrire sur les différentes branches les 6 interrogations essentielles que sont: «Qui?», «Quoi?», «Quand?», «Comment?», «Où?» et «Pourquoi?», ou encore adopter une logique basée sur des avantages/inconvénients, des méthodes ou des hypothèses. Prévoyez également une ramification portant le nom de «Divers», qui vous permettra de classer les mots qui n'entrent dans aucune autre rubrique.

#### **4e étape: réduisez vos idées à des mots-clés et ordonnez-les à l'aide de nouvelles ramifications partant des termes génériques.**

A ce stade, il vous faut écrire tous les mots qui vous viennent à l'esprit sur la thématique que vous avez choisie. Laissez vagabonder vos pensées. Tracez d'autres lignes pour relier les idées qui se rapportent à ces mots-clés au terme correspondant.

#### **5e étape: optimisez ce schéma mental en le dotant d'images.**

Une fois votre inspiration épuisée, illustrez certaines de vos idées avec des dessins. Vous solliciterez ainsi plus fortement l'hémisphère droit de votre cerveau, tout en vous relaxant, ce qui a souvent pour effet de stimuler la pensée créative. Vous pourrez mettre en évidence les associations logiques avec des traits de liaison entre les différentes ramifications ou encore marquer les concepts cruciaux d'un point d'exclamation et les problèmes à résoudre d'un point d'interrogation.

### **Les règles à suivre pour réaliser un mind map**

- Partez toujours du milieu de la page.
- Ecrivez en caractères d'imprimerie.
- Inscrivez un mot sur chaque ligne.
- Reliez toutes les branches et idées/notions.
- Employez de la couleur.
- Utilisez des symboles, des signes et des traits.
- Créez vos propres dessins, images ou figures.
- Ecrivez seulement des mots (substantifs, adjectifs, verbes) et non pas des phrases.

Source: «So macht Schreiben Spass», d'Heidi Hohl

### **Principes du travail créatif en équipe**

[A lire pour donner de l'élan à votre créativité \(PDF, 229 ko\)](#)

### **Autres techniques de créativité en bref**

[Techniques de créativité: des six chapeaux d'Edward de Bono \(PDF, 273 ko\)](#)

[Techniques de créativité: la provocation \(PDF, 225 ko\)](#)

[Techniques de créativité: le brainstorming \(PDF, 228 ko\)](#)

[Techniques de créativité: la check-list d'Osborn \(PDF, 315 ko\)](#)

[Techniques de créativité: la méthode Disney \(PDF, 211 ko\)](#)

[Techniques de créativité: les questions qui font tilt \(PDF, 232 ko\)](#)

**Pour plus d'informations: [www.poste.ch/directpoint](http://www.poste.ch/directpoint).**

La Poste Suisse  
PostMail  
Marketing direct  
Viktoriastrasse 21  
3030 Berne

Téléphone 0848 888 888  
E-Mail [directpoint@post.ch](mailto:directpoint@post.ch)  
Internet [www.poste.ch/directpoint](http://www.poste.ch/directpoint)