

Audrey
Akoun

Philippe
Boukobza

Isabelle
Pailleau

TRAVAILLER

—> avec le <—

• **sketchnoting** •

Comment gagner en efficacité
et en sérénité

GRÂCE À LA PENSÉE VISUELLE

Par les auteurs du best-seller
APPRENDRE AUTREMENT
AVEC LA PÉDAGOGIE POSITIVE
et par le créateur du **VISUAL MAPPING**

EYROLLES



Le SKETCHNOTING est une manière créative de
PRENDRE DES NOTES, en une représentation
graphique et synthétique.



Apprenez
les techniques de
SKETCHNOTING



Boostez
votre
CRÉATIVITÉ

SIMPLE & EFFICACE



Innovez dans votre
COMMUNICATION



Retrouvez
le plaisir de
**PRENDRE
DES NOTES**

PÉDAGOGIE POSITIVE



VISUAL MAPPING



prendre du plaisir
à travailler !



Exploitez votre
**POTENTIEL
VISUEL**

TRAVAILLER

—> avec le <—

sketchnoting

Groupe Eyrolles
61, bd Saint-Germain
75240 Paris Cedex 05
www.editions-eyrolles.com

Création de maquette et composition : Hung Ho Thanh

En application de la loi du 11 mars 1957, il est interdit de reproduire intégralement ou partiellement le présent ouvrage, sur quelque support que ce soit, sans autorisation de l'éditeur ou du Centre français d'exploitation du droit de copie, 20, rue des Grands-Augustins, 75006 Paris.

© Groupe Eyrolles, 2017
ISBN : 978-2-212-56599-7

Audrey
Akoun



Philippe
BouKobza



Isabelle
Pailleau

TRAVAILLER

— » avec le « —

• **sketchnoting** •

Comment gagner en efficacité
et en sérénité

GRÂCE À LA PENSÉE VISUELLE

EYROLLES

Sommaire

Introduction	7
--------------------	---

PARTIE 1

Le sketchnoteur débutant : les fondamentaux

1. Le lettrage et la typo	19
2. La structure	23
Donner de la structure	23
Les éléments de structure	24
3. Les flèches et les puces	29
Les flèches	29
Les puces et les numéros	30
4. Les illustrations	32
L'alphabet visuel	33
Les personnages	36
L'expression des émotions	37
Les pictos	40
5. Les couleurs, les ombres et l'effet waouh !	43
Les couleurs	43
Les ombres	45
L'effet waouh ! (ou technique de brillance et de mouvement)	45
L'heure du bilan	48

PARTIE 2

Le sketchnoteur pro : je « sketchnote » au travail

6. Prendre des notes et synthétiser	54
Le constat	54
Et si nous faisons autrement ?	54
Les bénéfices d'une prise de notes en sketchnoting	55
Annotation visuelle, premier pas vers le sketchnoting	64
Sketchnoteur pro à l'œuvre : cinq questions à Marc Bourguignon	67

7. Ralentir pour mieux réfléchir et s'organiser	71
Le constat	71
Et si nous faisons autrement ?	73
Planification du temps et/ou des activités	82
Sketchnoteur pro à l'œuvre : cinq questions à Raynald Le Nechet	86
8. Présenter, animer et manager avec le sketchnoting	88
Le constat	88
Et si nous faisons autrement ?	90
Sketchnoteuse pro à l'œuvre : cinq questions à Almudena Roman	102
9. Communiquer en créant des infographies	105
Le constat	105
Et si nous faisons autrement ? Du sketchnoting à l'infographie	106
Sketchnoteur pro à l'œuvre : cinq questions à Tanmay Vora	112

PARTIE 3

Le bon coin du sketchnoteur «geek» et autres astuces

10. Chacun son kit (carnets, stylos, feutres <i>and so on</i>)	116
Isabelle	116
Philippe	117
Audrey	117
11. Applis, logiciels, tablettes et autres joies technos	118
Applis	118
Logiciels	121
Tablettes et objets connectés	121
12. Bibliographie commentée	123
13. Sitographie et réseaux sociaux : ouvrez l'œil !	127
Remerciements	130

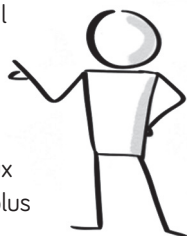
Introduction

» QU'EST-CE QUI NOUS A PRIS OU « VOUS N'AVEZ RIEN DE MIEUX À FAIRE QUE DES P'TITS DESSINS » ?

Nous pratiquons depuis plus d'une décennie le Mind Mapping, tant comme outil personnel d'organisation de notre quotidien, que dans notre métier de formateur-consultant. C'est d'ailleurs grâce au Mind Mapping que nous nous sommes rencontrés et avons cultivé une façon différente de regarder notre environnement et de nous approprier les informations.

Au fil des années et de l'expérience, Philippe a développé ce qu'il nomme le « Visual Mapping », une boîte à outils de techniques visuelles accessibles à tous et complémentaires.

Isabelle et Audrey ont de leur côté développé la Pédagogie positive, une approche Tête, Cœur, Corps qui intègre de nombreux outils visuels qui permettent d'apprendre et de travailler avec plus de plaisir et d'efficacité.



Le Visual Mapping et la Pédagogie positive sont de plus en plus utilisés en entreprise pour développer un management collaboratif efficace et bienveillant où chacun retrouve du sens dans son activité.

Même si le Mind Mapping est un outil puissant et efficace, nous ne voulions pas rester bloqués sur une seule et unique technique, devenir dogmatiques et tomber dans un prosélytisme aveugle. En ouvrant notre champ de vision et notre curiosité, nous avons plongé avec énormément de plaisir dans de nouvelles approches, et parmi elles, le sketchnoting. Cette pratique libère davantage la créativité que le Mind Mapping, et encore beaucoup plus que la carte conceptuelle. Les contraintes sont faibles et le lâcher-prise est stimulé. C'est donc un outil au service d'une démarche de créativité et d'innovation, d'efficacité et de bien-être au travail.

Et comme nous aimons partager nos découvertes avec le plus grand nombre, pour que chacun retrouve le plaisir de créer et de penser, nous avons choisi de

proposer une approche du sketchnoting en version française. En effet, la majorité des ouvrages est exclusivement en langue anglaise, pour le moment. C'est aussi pourquoi nous utiliserons les noms de « sketchnoteurs » et « sketchnoteuses » pour vous désigner.

» QU'EST-CE QUE LE SKETCHNOTING ?...

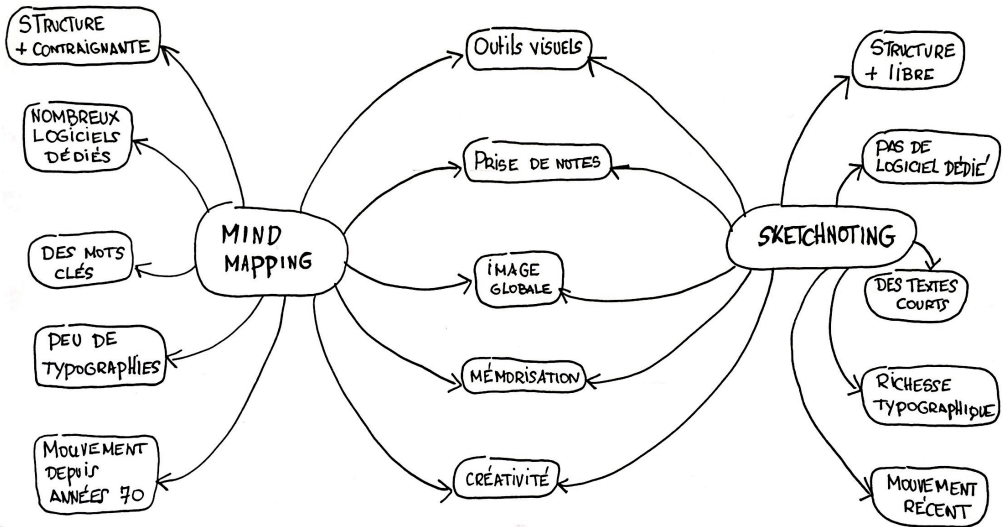
Le sketchnoting, aussi appelé prise de notes visuelle, est une manière créative de prendre des notes ou d'organiser les informations. C'est un outil de pensée visuelle qui permet de transformer tous types d'informations : vidéo, texte, conférence, cours... en une représentation graphique du texte, en y ajoutant des images, sur une seule page (ce que les Anglo-Saxons appellent « One Page Method », dont nous verrons les avantages un peu plus bas). Attention, nul besoin de savoir dessiner artistiquement mais simplement de transformer des mots et des idées en images simples et spontanées et de les combiner avec des textes courts.

Le terme « sketch » signifie croquis ou ébauche en anglais et « noting » le fait de prendre des notes de façon dynamique. Nous aurions pu nous creuser la tête pour essayer de trouver un équivalent en français mais le terme de sketchnoting a le mérite de bien traduire l'idée du mouvement et du dynamisme (-ING en anglais), et il est utilisé mondialement même par les « sketchers » français. Nous conserverons donc l'appellation de sketchnoting ou sketchnotes tout au long de cet ouvrage.

» ... ET QU'EST-CE QU'IL N'EST PAS ?

Comme nous le verrons juste après, il ne s'agit pas d'une mode passagère venue d'outre-Atlantique. Le sketchnoting ne doit pas être confondu avec le journal créatif¹ même s'ils partagent une créativité évidente. Ce n'est pas non plus du Mind Mapping bien qu'ils utilisent tous deux les mots-clés, les dessins simples, la couleur, les pictogrammes. Les sketchnotes ne font pas partie des loisirs créatifs. Toutefois, rien ne vous interdit de l'utiliser pour le plaisir, comme un hobby. Mais c'est avant tout une façon de simplifier l'information et de cultiver la pensée visuelle et la créativité au quotidien. Dans le sketchnoting, le processus est aussi important que le résultat, sinon plus.

1. Journal intime qui utilise des techniques d'écriture créative, de dessin et de collage. C'est un outil de développement personnel.



Double carte réalisée par Philippe. Au centre les similitudes, sur les côtés les spécificités de chaque technique.

» À MI-CHEMIN ENTRE GRIFFONNAGE ET FACILITATION GRAPHIQUE

On entend souvent parler de « doodling » (griffonnage) et de facilitation graphique. Le sketchnoting n'est ni l'un ni l'autre, mais entre les deux !

En effet, le griffonnage est du domaine de l'improvisation pure, sans structure ni hiérarchie, il permet cependant de libérer la créativité et de passer en mode visuel. À l'inverse de toutes les idées reçues, griffonner aide à mieux focaliser son attention et à mémoriser. Des recherches montrent en effet que gribouiller pendant une activité d'écoute peut améliorer la mémorisation des informations de 29 %¹.

1. What Does Doodling do?, Jacke Andrade, Appl. Cognit. Psychol. (2009), Plymouth University.

À l'autre extrême, la facilitation graphique est une pratique professionnelle qui utilise les illustrations pour favoriser les échanges et les réflexions au sein d'un groupe. Elle alimente et accompagne un processus de collaboration. Avec des techniques souvent issues du sketchnoting, le facilitateur graphique connecte, de manière créative et synthétique, les idées et les arguments du groupe. Il faut savoir écouter et transcrire, visuellement et en temps réel, les échanges d'un groupe, souvent sur une grande surface.

» C'EST NOUVEAU ? ÇA VIENT DE SORTIR ?

Même si beaucoup pensent qu'il s'agit d'une nouvelle mode venue des États-Unis, il suffit de se replonger dans les carnets de notes du célèbre Léonard de Vinci pour réaliser que cette manière d'organiser ses idées était les prémices de la technique. Léonard pensait déjà en images, en mots, en schémas. Et nul besoin d'être une grosse tête comme lui pour le faire, c'est simple comme bonjour.

Plus près de nous, Jacques Prévert utilisait aussi une technique similaire qui ne s'appelait pas encore sketchnoting mais contenait un grand nombre d'éléments, couleurs, textes, dessins. Son travail préparatoire pour le film *Les Enfants du paradis* est à ce titre remarquable.

Dans les années 1970 en Californie, des consultants américains posent les bases de la facilitation visuelle ou graphique comme un outil permettant de capitaliser les échanges au cours d'une réunion ou d'un séminaire. Ils produisent en temps réel une synthèse visuelle, traduisent la parole en images, donnent à voir ce qui est dit. Des images simples, des effets de lettrage, des structures simples pour organiser l'espace visuel, nous sommes déjà très proches du sketchnoting mais sur des surfaces plus grandes que le carnet de notes et pour une utilisation collective. Nous pouvons considérer le consultant américain David Sibbet comme un des principaux précurseurs dans la pensée visuelle, de la facilitation graphique et du sketchnoting.

Un peu plus tard, dès le début des années 2000, la prise de notes visuelle prend de l'ampleur au cours d'événements organisés par les designers d'interaction (*UX Designer*¹). Le designer d'interaction conçoit, en se centrant sur l'expérience du client, des produits et des services numériques : sites web, apps, etc. Il fait

1. *User Experience Designer* : Personne qui conçoit et améliore les interfaces numériques.

régulièrement usage du croquis pour visualiser rapidement l'aspect que prendra tel site web ou telle app.

Le boom des technologies numériques provoque un besoin permanent d'apprendre et de se mettre à jour. Les réunions, conférences et débats dédiés au design d'interaction se multiplient à travers le monde. Les notes visuelles prises pendant ces événements sont mises en partage afin de permettre aux participants de se rappeler les points clés de chaque présentation ou débat.

L'effet de surprise, le côté à la fois ludique et synthétique des notes visuelles séduit la communauté des designers d'interaction qui adoptent progressivement le sketchnoting. Un certain nombre de sketchnoteurs commencent à être particulièrement connus, parmi lesquels nous pouvons citer Mike Rohde, designer américain, et l'Allemande Eva-Lotta Lamm, designer d'interaction basée à Londres.

En 2012, Mike Rohde publie *The Sketchnote Handbook*¹, premier essai pour formaliser les règles de création du sketchnoting. Cet ouvrage s'impose rapidement comme le guide de référence anglophone sur la prise de notes visuelle.

» POURQUOI AUJOURD'HUI ?

Nous sommes aujourd'hui bombardés d'informations que nous subissons passivement. Il suffit de regarder le traitement de l'information sur toutes les chaînes d'information en continu ou sur les radios lors d'un événement pour ressentir ce sentiment d'indigestion.

Au travail, le nombre de mails et documents a considérablement augmenté sur ces dernières années. L'information numérique explose. Une étude de l'université de Californie a démontré que nous sommes soumis à un flux d'information cinq fois supérieur à celui de 1986². Nous prenons des notes en réunion que nous relisons peu, voire pas, ou difficilement. Elles ne sont souvent pas très claires, sont peu agréables à relire et le temps nous est compté.

1. Mike Rohde, *The Sketchnote Handbook : The illustrated guide to visual note taking*, Peachpit Press, 2012.

2. Source : Richard Alleyne, « Welcome to the information age – 174 newspapers a day », *The Telegraph* : <http://www.telegraph.co.uk/news/science-news/8316534/Welcome-to-the-information-age-174-newspapers-a-day.html>

L'infobésité

Ce terme est issu de la contraction entre « information » et « obésité ». Il désigne la surcharge d'informations à laquelle nous sommes tous les jours confrontés.



Le contexte de communication est de plus en plus visuel, et il devient essentiel de naviguer dans l'information plutôt que de la lire. Cette nouvelle manière de saisir l'information se développe en tant que stratégie cognitive. Cela ne signifie pas que nous devons laisser tomber la lecture plaisir. La joie de dévorer des romans reste présente. Nous sommes, nous-mêmes, de gros consommateurs de récits, d'histoires, de nouvelles en version papier ou digitale et nous conservons toujours le plaisir du livre. Sinon vous n'auriez pas cet ouvrage entre les mains. Toutefois, dans un contexte de travail qui s'alourdit, il est impératif d'alléger la masse d'informations à laquelle nous sommes soumis et de la simplifier pour éviter la surcharge cognitive et le burn-out au bout de la route.

» BIENVENUS DANS UN MONDE VICA

Le contexte actuel, où les changements sont permanents et s'accroissent, est aussi appelé « environnement ou monde VICA ». Ce contexte nous pousse à utiliser de nouvelles approches et méthodes pour changer de regard et imaginer de nouvelles solutions. Le sketchnoting va nous permettre d'accéder à ce nouveau regard et de cultiver notre créativité au quotidien.

L'environnement VICA

C'est un concept formulé par l'armée américaine au cours des années 1990 et qui désigne tout à la fois la volatilité, l'incertitude, la complexité et l'ambiguïté du contexte dans lequel nous évoluons.

Un environnement incertain dans lequel il faut adopter une nouvelle approche et de nouvelles techniques pour survivre.

Des groupes comme Zara, Google ou Netflix ont estimé tout indiqué d'adapter l'approche VICA au milieu des affaires, confronté à toujours plus de complexité et d'imprévisibilité.



» LE SKETCHNOTING, UN OUTIL « TÊTE, CŒUR, CORPS »

Audrey et Isabelle ont conçu la Pédagogie positive comme une approche douce et écologique de travailler et d'apprendre. Elle est fondée sur un postulat qui intègre la tête, le cœur et le corps, c'est-à-dire les aspects cognitifs, émotionnels et corporels dans le travail. Le sketchnoting s'inscrit pleinement dans cette approche globale. Il fait partie des nouvelles façons de travailler qui allient efficacité professionnelle, plaisir au travail, et qui remettent le geste dans l'action.

Les méthodes agiles naissent dans le secteur des nouvelles technologies il y a une quinzaine d'années. La recherche de l'efficacité collective associée à l'utilisation d'outils visuels et ludiques renouvelle le management des entreprises technologiques. La prise de notes visuelle va progressivement, à l'exemple des communautés de designers, prendre de l'ampleur comme outil de restitution des réunions et conférences consacrées aux méthodes agiles. Aujourd'hui, nombreux sont les « agilistes » qui ont également adopté le sketchnoting.

La facilitation graphique puise dans les techniques de sketchnoting pour partager et rendre compréhensibles les débats et échanges collectifs. On parle alors de « Graphic Recording », une des techniques de la facilitation graphique.

C'est alors une manière d'affirmer une approche collaborative, ludique et innovante du travail.

» QUELS AVANTAGES ?

Comme nous venons de le voir, le sketchnoting s'appuie sur des éléments qui attirent le regard, comme des aimants. Ceci nous oblige à nous centrer sur l'essentiel et à augmenter notre concentration. Nous développons des qualités d'écoute plus fortes, de synthèse pour regrouper en une page les informations sur un sujet. Dans un monde de plus en plus dématérialisé (agendas électroniques, MP3, podcasts, photos numériques... la liste est longue), reprendre la main pour matérialiser nos idées nous permet de renouer avec une façon plus naturelle de gérer l'information. Il est d'ailleurs drôle de penser que ce sont les UX designers (grâce à qui vous pouvez jouer à Mario Kart® ou vous connecter à Google) qui ont fait ressurgir l'utilisation du « papier-crayon » en prise de notes visuelle et ont fait du sketchnoting un courant fort.

Des mêmes auteurs

Audrey Akoun

Isabelle Pailleau

Apprendre autrement
avec
**LA PÉDAGOGIE
POSITIVE**

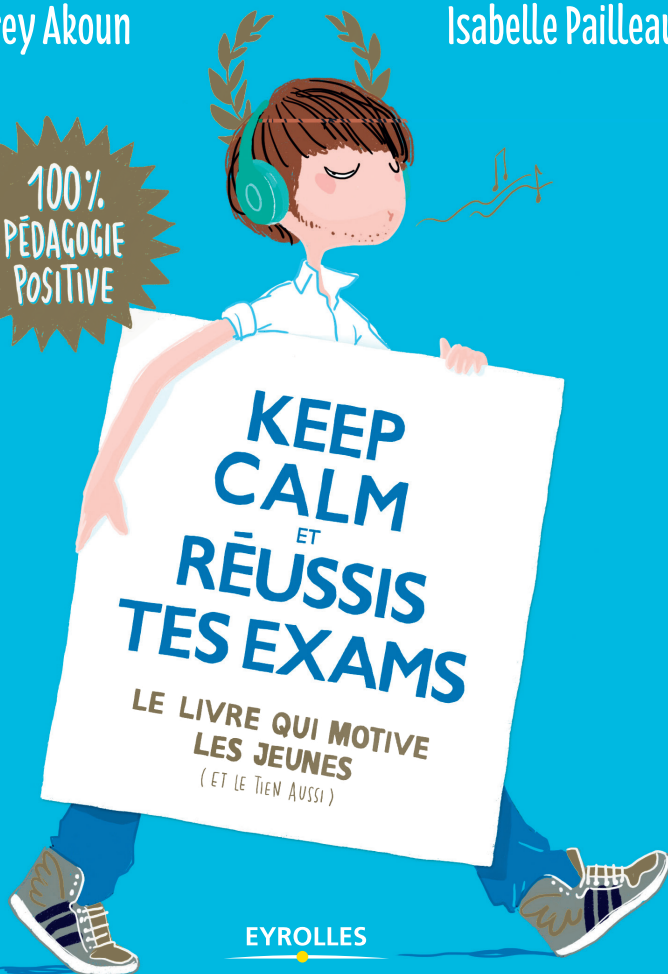
À la maison et à l'école,
(re)donnez à vos enfants le goût d'apprendre



Audrey Akoun

Isabelle Pailleau

100%
PÉDAGOGIE
POSITIVE



EYROLLES

AUDREY AKOUN

ISABELLE PAILLEAU



Par les auteurs du best-seller :
**APPRENDRE AUTREMENT
AVEC LA PÉDAGOGIE POSITIVE**

EYROLLES