



Jak tworzyć Mapy Myśli?

© Izabela Okrzesik - Frąckowiak

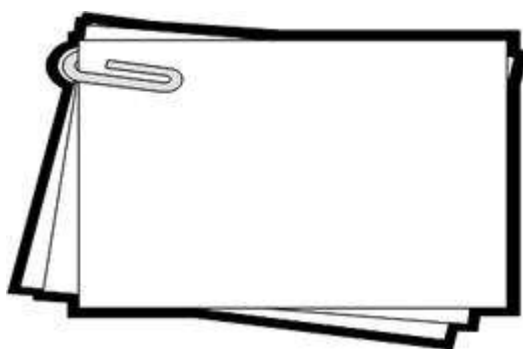
iok@cdn.pila.pl

Pila, 2014

Tworzenie Mapy Myśli krok po kroku:

Mind Mapping (dosłownie *mapowanie myśli*) – szczególny rodzaj notowania, mający według jego twórców zwiększać efektywność pracy i zapamiętywania oraz aktywować intuicję dzięki wykorzystaniu synergicznej współpracy obu półkul mózgowych. Metoda została opracowana przez dwóch brytyjskich naukowców: Tony'ego i Barry'ego Buzana. Twórcy metody twierdzą, że podczas sporządzania notatek w sposób tradycyjny, aktywna jest jedynie lewa półkula mózgu, odpowiedzialna za myślenie logiczne, linearność, analizę, słowa i liczby. Dzięki użyciu oprócz słów i symboli także kolorów, rysunków oraz efektu trójwymiarowości uaktywnia się prawa półkula mózgu odpowiedzialna za wyobraźnię, rytm, postrzeganie przestrzeni, kolory i Gestalt (obraz całości) a obie półkule synergicznie ze sobą współpracują. Celem mind mappingu jest podniesienie efektywności pracy a proces nauki i zapamiętywania uczynienie prostszym, szybszym i przyjemniejszym. Sprzyja myśleniu twórczemu, wielokierunkowemu, a nie nudnemu i odtwórczemu. Aczkolwiek twórcy metody nie przedstawili żadnych badań potwierdzających te tezy. Mapa myśli to innowacyjny sposób przedstawiania niektórych zagadnień ułatwiający naukę. Ma na celu przyspieszyć pracę i dać lepszy efekt zapamiętania. Do tworzenia mind map używa się rysunków i krótkich haseł. Mapa powinna być przejrzysta, czytelna, kolorowa, zwracająca uwagę na najważniejsze rzeczy- istotne dla twórcy. Należy pamiętać, że najlepsze będą pierwsze skojarzenia które przychodzą do głowy. Mankamentem tego rodzaju pracy jest to że jest ona czytelna tylko i wyłącznie dla autora.

Krok 1.: Przygotuj dużą kartkę papieru.



⇒ najlepiej bez wzoru (czysty papier ksero)

⇒ wielkość minimum A-4

⇒ połóż ją poziomo (panoramicznie)

Krok 2.: Na środku kartki umieść główny pomysł / temat czego dotyczy Mapa Myśli.

⇒ najlepiej zapisany jako obraz

⇒ zalecane minimum 3 kolory

⇒ w sposób klarowny, jednoznaczny powinien wskazywać na tematykę

⇒ używaj obrazów 3-D, stymulujących wyobraźnię



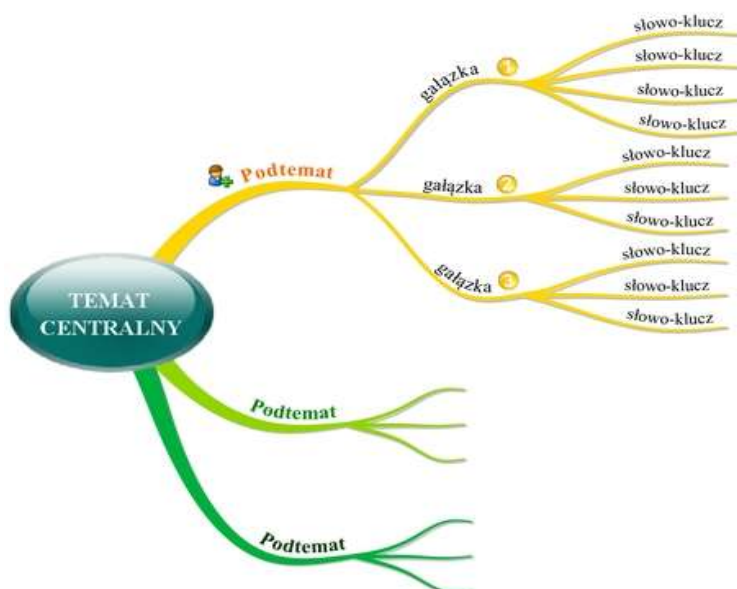
Krok 3.: Od centralnego rysunku/tematu tworzysz odgałęzienia – coraz drobniejsze im dalej od centralnego tematu.

⇒ porównaj Mapę Myśli do drzewa: konary, gałęzie, gałązki, listki □

⇒ główne konary to podtematy, działy

⇒ im dalej od centrum, tym bardziej szczegółowe

⇒ na samym końcu (listki) słowa–klucze czyli najbardziej szczegółowe informacje



Dla osób skomputeryzowanych inne porównanie: Temat mapy = centralny rysunek to główny folder w komputerze (np. moja muzyka); odgałęzienia to podfoldery (pop, klasyczna...); drobniejsze odgałęzienia to poszczególne zespoły; słowa kluczowe to albumy/utwory.

Krok 4.: Tworzenie całej mapy

⇒ Słowa pisz drukowanymi literami, dzięki czemu będą bardziej czytelne

⇒ Każde słowo powinno znajdować się na linii, każde na osobnej (lub w otoczce)

⇒ Używaj kolorów. Inny kolor najlepiej do oddzielnego tematu. Stymuluje to prawą półkulę mózgu i ułatwia czytelność



Mapy Myśli ⇒ Zapamiętaj:

⇒ Twórz swoje mapy tak jak umiesz

⇒ Jeśli coś nie wychodzi – to dobrze bo przecież się uczysz!

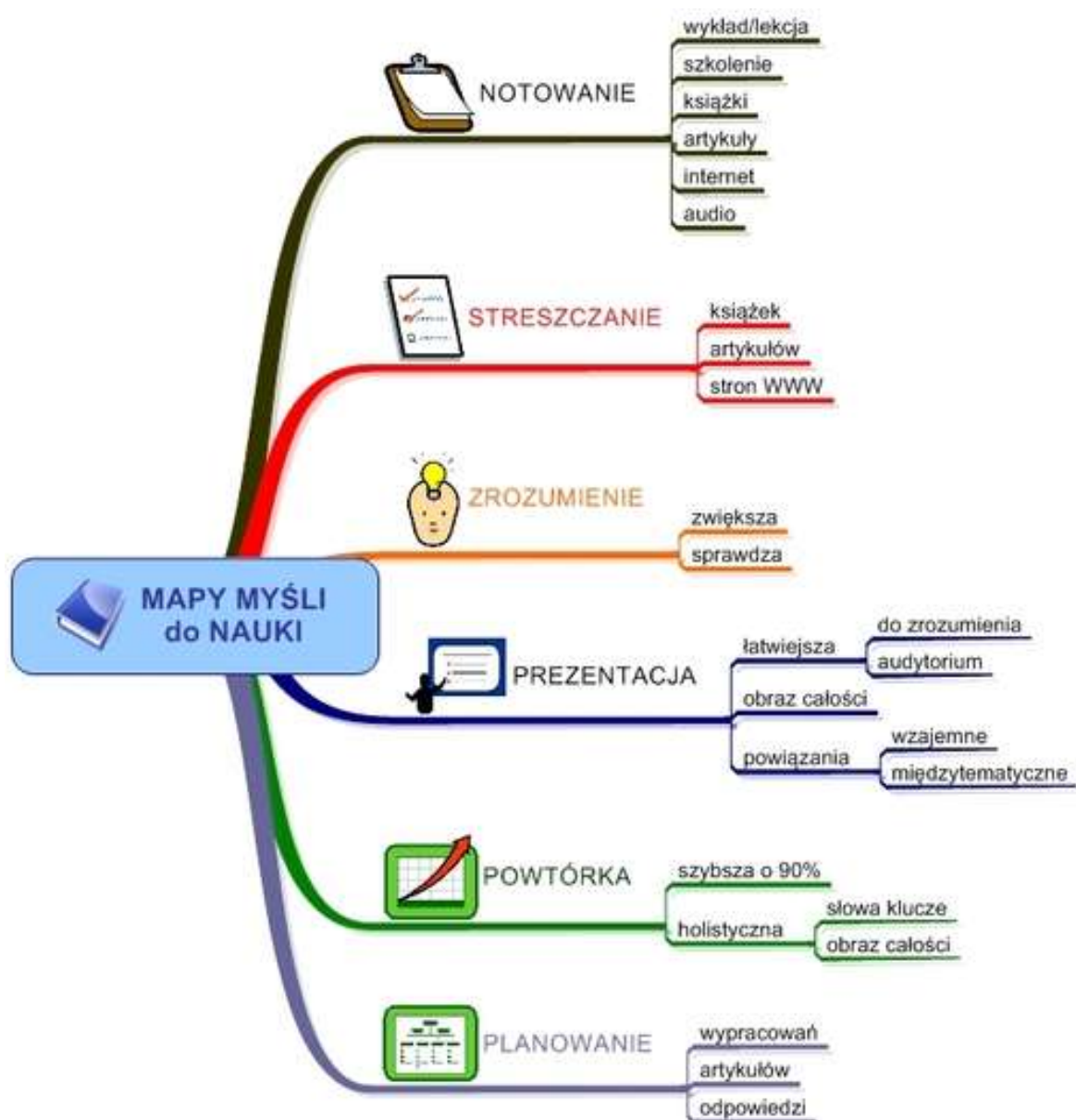
⇒ Z czasem nabierzesz wprawy i stanie się to normalne a mapy coraz lepsze!

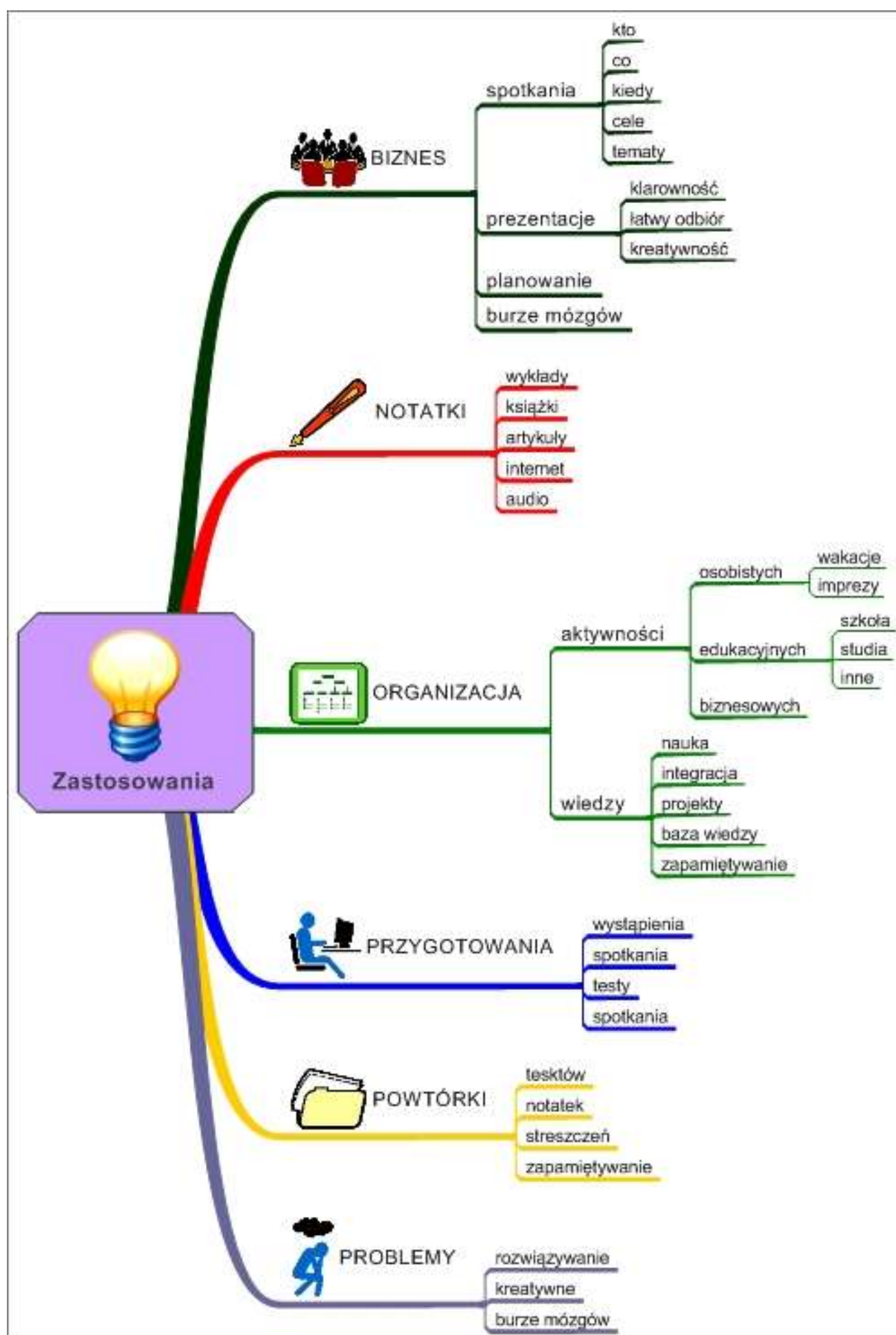
⇒ Aby samemu stwierdzić, czy Mapy Myśli są faktycznie tak skuteczne, dobrze jest zrobić min. 30.

⇒ Musisz zmienić swoje nawyki i przestawić na inny, lepszy sposób notowania!

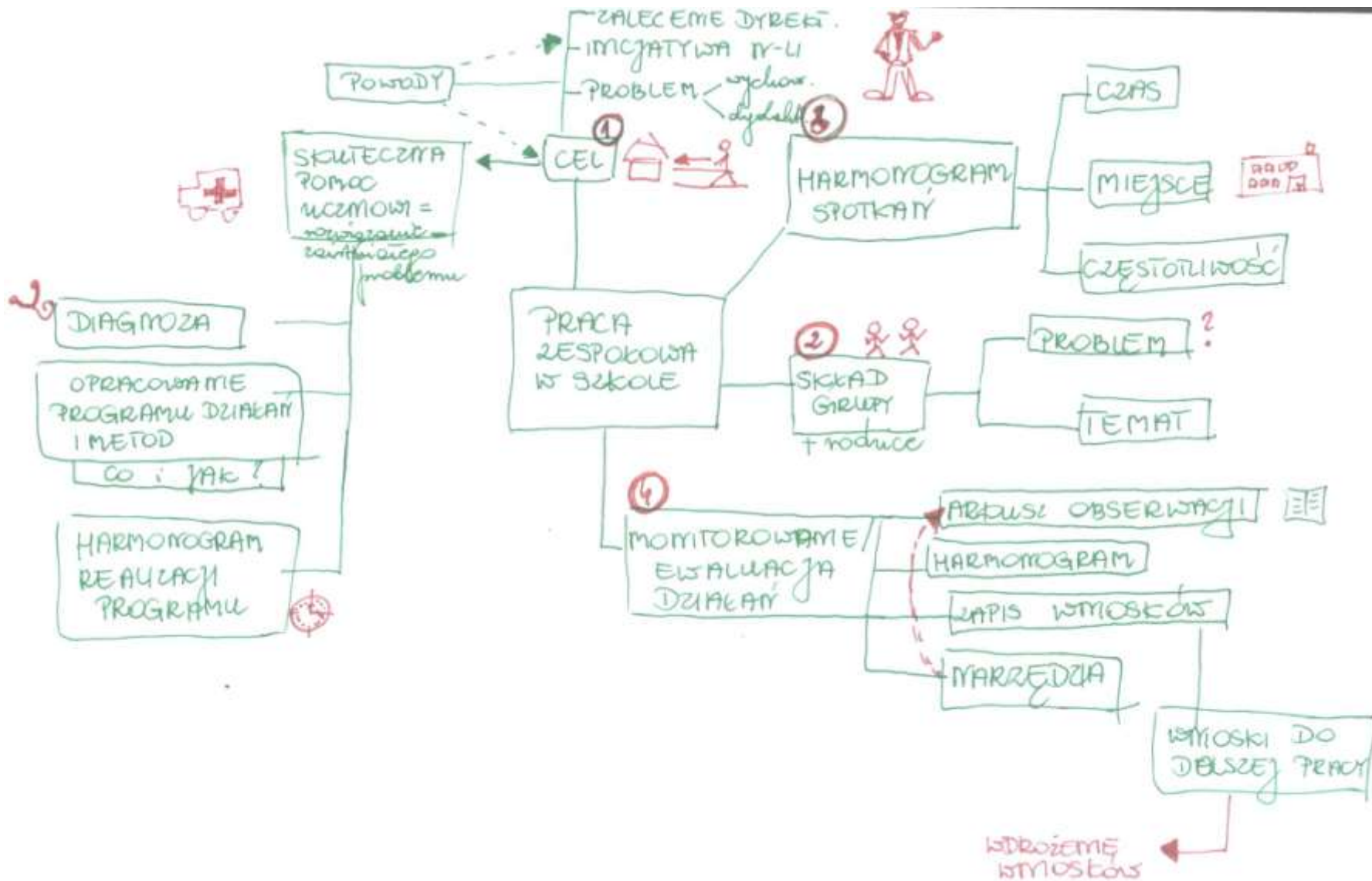
Zastosowanie Mapy Myśli:

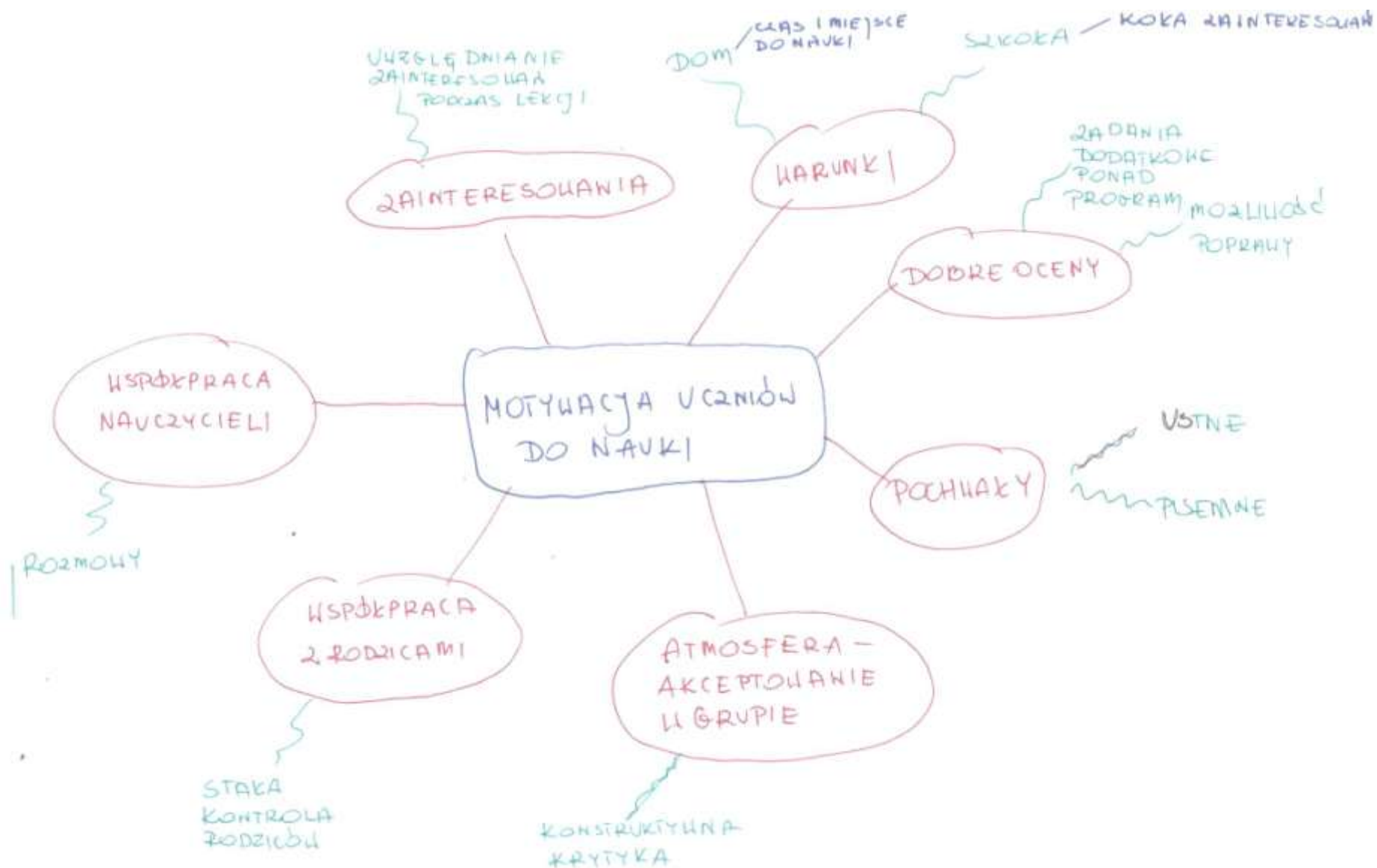


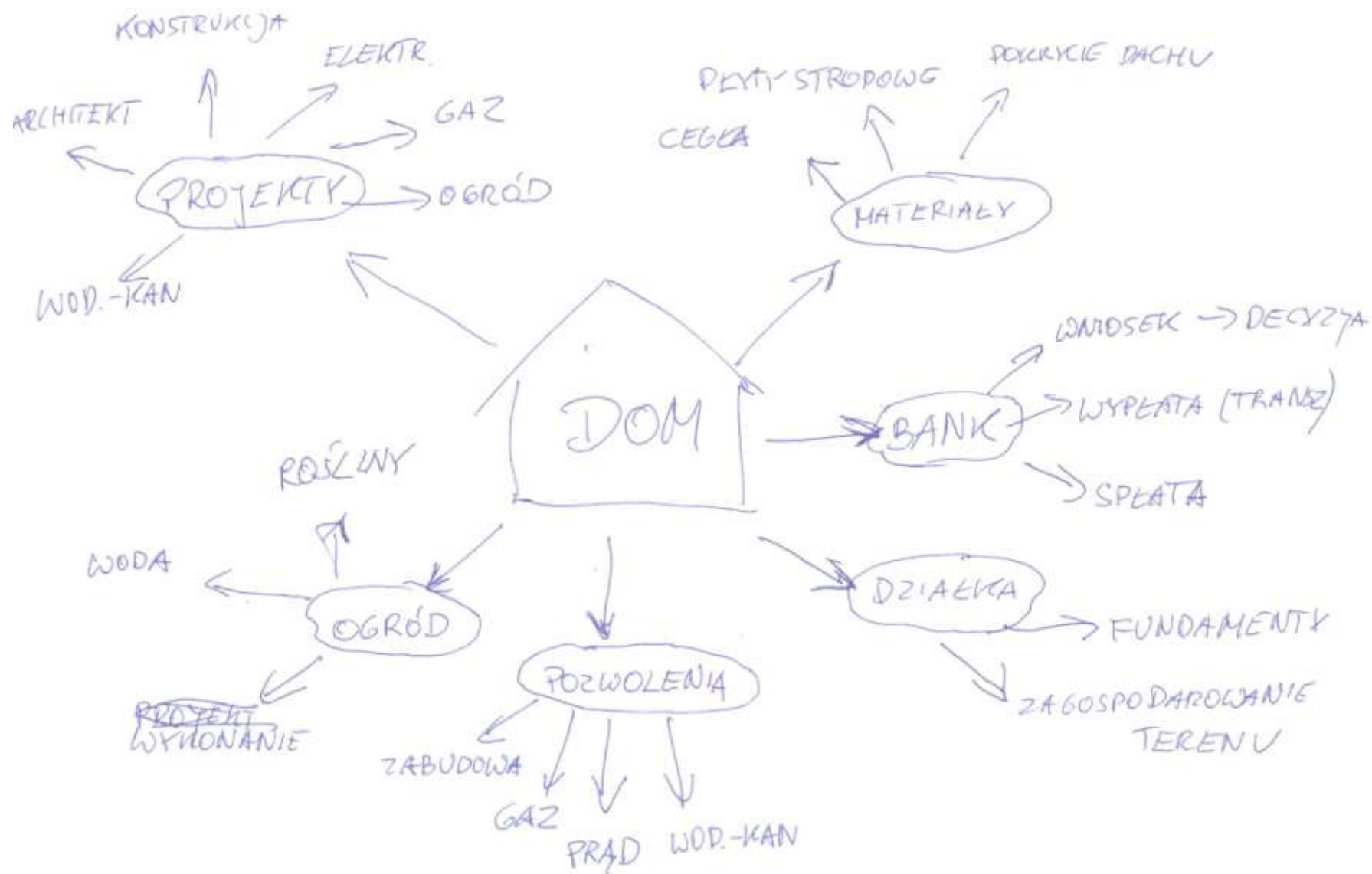


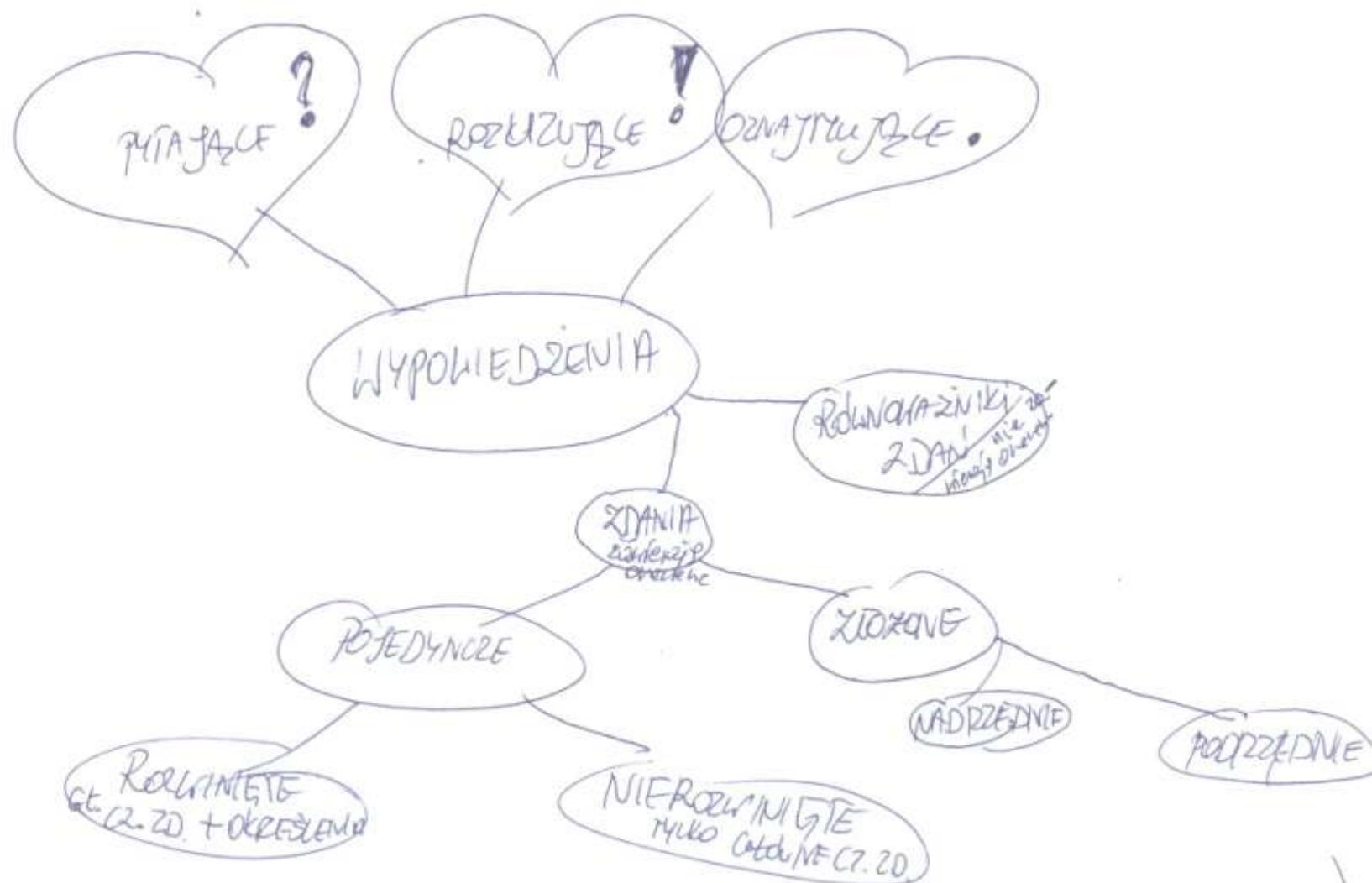


Zastosowanie Mapy Myśli uczestników szkoleń CDN Pila:









Jdanta Molecka :)



