Автор: admin
24.09.2011 15:01 - Обновлено 31.10.2014 07:05

Познакомимся с ментальными картами?

При ознакомлении с текстом, прослушивании лекций, составлении конспектов и подготовке к экзаменам, как правило, работает левое полушарие мозга, отвечающее за логическое мышление. Однако правое полушарие, отвечающее за образное мышление и интуицию, может очень здорово помочь в усвоении нового материала. Как же заставить его работать вместе с левым? Есть интересная идея на этот счет, и называется она «ментальные карты» или «интеллект-карты». Они сочетают в себе элементы как логического, так и образного мышления, при их изучении работают оба полушария. Результат их применения - гораздо лучшее усвоение материала, лучшая воспроизводимость полученных знаний, развитие образного мышления, цепкая память.

Ментальные карты (Mind maps) - это разработка *Тони Бьюзена* - известного писателя, лектора и консультанта по вопросам интеллекта, психологии обучения и проблем мышления.
В своей книге «Супермышление» Тони вспоминает:

Как и другие мои сокурсники, я пребывал в состоянии, известном любому среднестатистическому студенту: растущее осознание того, что по мере роста учебной нагрузки твой мозг все более сдает позиции перед высокими требованиями к мышлению, творческому подходу, памяти, умению решать задачи, анализировать и «сочинять» в ходе письменных работ. Как и другие, я все чаще сталкивался с тем феноменом, когда отдача от учебной работы падает, несмотря на прилагаемые усилия, а временами и вовсе кажется нулевой. Парадокс заключался в том, что, как мне казалось, чем больше я конспектировал и учил, тем хуже был результат! (...) *Я начал читать все, что мог найти, из специальной литературы. Это, как мне казалось, могло пролить свет на следующие основные вопросы, которые поставил перед собой:*

Как научиться учиться?
Какова природа моего мышления?
Каковы приемы эффективного запоминания?
Каков путь к творческому мышлению?
Как овладеть техникой скорочтения?
Каковы современные достижения в сфере развития общего мышления?
Имеется ли возможность разработать новые приемы эффективного мышления или, быть может, одну всеобъемлющую прикладную теорию?

Работая над ответами на эти вопросы, я принялся изучать психологию, нейрофизиологию мозга, нейролингвистику, кибернетику, методы скорочтения и мнемонику, теорию восприятия, теорию творческого мышления и общие науки. Со временем я понял, что более эффективной и производительной работы мозга можно добиться, если дать возможность его потенциальным способностям работать совместно, в помощь друг другу, нежели применять их как отдельные «инструменты».

Простейшие, на первый взгляд, приемы вносили самую впечатляющую лепту. Например, простое комбинирование двух кортикальных способностей, а именно речи и восприятия цвета, позволило мне коренным образом пересмотреть свой подход к конспектированию. Конспектирование с добавлением всего двух цветов в графику представления материала более чем в два раза улучшило мнемонические характеристики моих конспектов и, что еще важнее, внесло элемент развлекательности в процесс учебы.

На ранних стадиях разработки идеи интеллект-карт я предполагал применять их прежде всего как мнемонический инструмент. Однако, после долгих бесед и споров, мой брат Барри убедил меня, что рассматриваемая методология найдет одинаково важное применение в развитии творческого мышления.

Что же такое ментальные карты? Это - ваши мысли, изложенные на бумаге графическим способом. Именно этот приём - обрамление мыслей в графические образы и является механизмом, запускающим в работу правое полушарие мозга!

Как составляется ментальная карта?

Берём чистый лист бумаги и в самом центре крупно выписываем ключевое понятие той проблемы, которую мы будем решать или того тезиса, который мы хотим запомнить, развить, презентовать и т.п. Теперь нужно попытаться изобразить его графически. Тут могут помочь любые ассоциации, в том числе шутливые. Например, тезис «экономия» может быть проиллюстрирован свиньёй-копилкой.

Далее, от основного тезиса отводим несколько стрелок. Каждая стрелка заканчивается новым понятием, тезисом, определением, которые составляют структуру нашего исходного понятия. Теперь каждый новый тезис надо также снабдить графическим

изображением. Между тезисами устанавливаем логические связи (тоже стрелочками, но другими - пунктирными или другого цвета). Связи тоже можно графически прокомментировать. Например, из «экономии» можно выделить понятия «оптимизация расходов» (иллюстрируем лампой накаливания, от которой идёт стрелка к новой экономичной спиральной лампе) и «снижение статей расходов» (иллюстрируем зачёркнутыми сигаретами). От новых тезисов также идут стрелки к более мелким понятиям, и так заполняется весь лист.

Крайне желательно использовать яркие цвета, запоминающиеся рисунки, красивые шрифты и т.п. Картинка в целом должна радовать глаз, запоминаться. Пусть в ней будет много юмора, шутливых сравнений, забавных картинок. Это будет очень большой плюс для восприятия и запоминания карты, а также для раскрепощения сознания при работе с ней. Используйте гротескные сравнения, преувеличения, гиперболы. Намеренное нарушение стандартов, отрыв от реальности позволяет улучшить запоминаемость карты, ибо мы лучше помним все необычное.
Помните, как запоминал марку цемента герой фильма «По семейным обстоятельствам»? - «Психический»!

Почему ментальные карты воспринимаются лучше, чем привычные списки, графики, таблицы, тексты? Дело в том, что они лучше соответствуют структуре человеческого мышления - ассоциативного, иерархического и визуального. Хотя, разумеется, карты не заменяют таблиц и графиков, а прекрасно дополняют их.

Попробуйте составить ментальные карты для решения ваших задач, и вы поймёте, насколько легче станет развивать идеи, запоминать и излагать материал.

Ссылки по теме:

http://www.mind-map.ru
http://www.mindmap.ru
Архив ментальных карт

Автор - **Виктор Губерниев**

Источник