**Ментальные карты или карты ума.**

    Ментальные карты, а в оригинале Mind maps, это разработка Тони Бьюзена - известного писателя, и консультанта по вопросам интеллекта, психологии обучения и проблем мышления.     Ментальные карты - очень сильный и удобный инструмент, позволяющий эффективно структурировать и обрабатывать информацию, а также мыслить, используя весь свой творческий и интеллектуальный потенциал.     И вот неполный перечень, в каких сферах деятельности этот инструмент можно использовать.

**Планирование:**

    - Управление временем: план на день, неделю, месяц, год - это самое очевидное, для чего можно их использовать.

    - Карты также помогут и при разработке сложных проектов или нового бизнеса.

**Презентации:**

    - Карта покажет за меньшее время больше информации, при этом Вас лучше поймут и Вашу презентацию запомнят.

    - Карта нужна для проведения деловых встреч и переговоров.

**Принятие решений:**

    - Четкая и ясная картина всех "за" и "против".

    - Взвешенное и продуманное до мелочей решение.

**Мозговой штурм:**

    - С помощью карты Вы сможете сгенерировать столько новых идей!!! А также Вы сможете усилить своё творческое мышление.

    - Коллектив, составляя групповую карту, приходит к решению сложных задач быстрее и эффективнее.

**Обучение:**

    - С помощью этого инструмента очень удобно создавать ясные и понятные конспекты лекций.

    - Когда читаешь книгу или учебник с помощью ментальных карт, получается максимальная отдача от прочтения

    - Карты - очень нужный и простой инструмент для работы по написание рефератов, курсовых проектов, дипломов, так как после создания карты будущего творения, остаётся только строчить без остановки главу за главой.

**Запоминание:**

    - С помощью карт очень легко готовиться к экзаменам и зачётам.

    - Списки дел не заставят Вас с собой носить, если они будут хорошо укомплектованы, изначально, в умные карты, и теперь Вы всегда будете помнить, кому и когда позвонить и что сделать в следующий момент.

    Можно ещё долго перечислять о способах применения этих умных карт, но давайте поговорим о принципе их создания, и почему они так хорошо нам помогают. Если нашему мозгу позволить думать на естественном для него языке, то именно ментальные карты будут наиболее подходящим и точным инструментом, отражающим то, что происходит в нашей голове.

    Если Вы хотите как-то зафиксировать беспорядочность поступления мыслей, идей, образов, проносящихся в Вашем мозге, когда Вы о чем-то думаете или читаете, в виде таблиц, списков, обычного текста, то это потребует дополнительных усилий, т.к. для нашего мозга неестественно думать таким образом. Так как информация Вашего потока мыслей зафиксированная в виде таблиц, списков, обычного текста требует дополнительную работу по переводу этой информации на понятный для него язык. Если же Вы будете фиксировать эти мысли и идеи в виде ментальных карт, то мозгу это будет легко, ясно и понятно, потому что они записаны на его языке.

    В основе ментальных карт лежит предположение, что для человеческого мозга естественно ассоциативное и иерархическое мышление. А также, предположение, что для структурирования, понимания, обработки и запоминания информации лучше всего подходит визуальное мышление.

**Построение умной карты подчинено ряду простых правил:**

    - Карта должна быть нарисована.

    - Ментальная карта всегда строится вокруг центрального объекта, то есть центральной идеи.

    - Каждое слово и каждый рисунок в умной карте, в свою очередь, сам становится центром для очередной ассоциации.

    - Все основные темы и идеи, нарисованные и записанные, должны быть связанны с объектом внимания, центральной идеей и они должны расходиться от центрального образа в виде ветвей.

    - В умной карте ветви, в виде плавных линий, обозначаются и поясняются с помощью ключевых слов или образов.

    - Вторичные идеи будут в карте изображены в виде ветвей, отходящих от ветвей более высокого порядка; и третичные и более высокого порядка строятся по тем же принципам.

    - Все ветви формируют связанную одним целым (центральной идеей) узловую систему.

    Если Вы поняли смысл вышесказанного и нарисуете схематично любую карту по этому принципу, то Вы сможете взглянуть на изображение типичной ментальной карты и поймёте принципиальную нелинейность и многомерность этой структуры в пространстве, времени и даже в цвете.

    Например, когда я читаю книгу и применяю при этом ментальную карту, вместо традиционного конспектирования, то экономлю от 50 до 80 процентов времени, затраченного на записывание.

    Ментальные карты помогают мне лучше сконцентрироваться не на случайной информации, а на существенных вопросах.

    В ментальных картах очень чётко видны четкие ассоциации ключевых слов друг с другом и, запоминание поэтому не становиться проблемой, особенно, если карта выполнена в цвете и многомерно. Ведь эта структура, по мнению изобретателя ментальных карт, соответствует естественным формам функционирования мозга.

    Ведь, составляя ментальную карту, Вы будете делать основной акцент на ключевых понятиях и центральной идее, а это не только отвечает естественным стремлениям мозга, но и стимулирует способность создавать и задавать наводящие вопросы. А также стимулирует способность творить новое содержание основной идеи, а также создавать, плодить, новые идеи.

**Автор теории ассоциативного и иерархичного мышления дает ряд практических рекомендаций по составлению ментальных карт, на которых я хочу тоже остановиться.**

    Тони Бьюзен называет это законами Mind map. Вот эти правила:

    1. Обязательно должна быть концентрация внимания на центральном образе.

    2. Обязательно нужно использовать графические изображения и образы.

    3. Работу над картами необходимо вести как минимум с тремя и более цветами.

    4. Должно присутствовать объемное изображение за счет выпуклых букв и псевдо-многомерной графики - кубики, объёмные трапеции и параллелепипеды.

    5. Обязательно рисовать что-то, что вызывает чувственно-эмоциональные переживания. Это можно воплотить в виде рисования сердечек, пронзенных стрелами, а также с помощью восклицаний и вопросиков.

    6. Если варьировать шрифты или размеры, толщину линий и масштаб графики, то тоже можно добиться эффекта объёмности.

    7. Необходимо использовать стрелки для подчеркивания связей между элементами умной карты.

    8. Можно использовать кодирование информации и изобретать аббревиатуру, понятную только Вам и опять же вызывающий какой-то образ или отклик.

    9. Соблюдать строгий принцип "Одно ключевое слово на каждую линию".

    10. Ключевые слова использовать над ассоциативными линиями, причём, длина линии должна равняться длине относящейся к ней ключевой фразе.

    11. Стараться ограничивать количество блоков важной информации с помощью линий. (Помните, что мозг запоминает 7 плюс-минус 2 единицы однородной информации?)

    12. Используйте номерную последовательность в изложении мыслей, для получения иерархии.

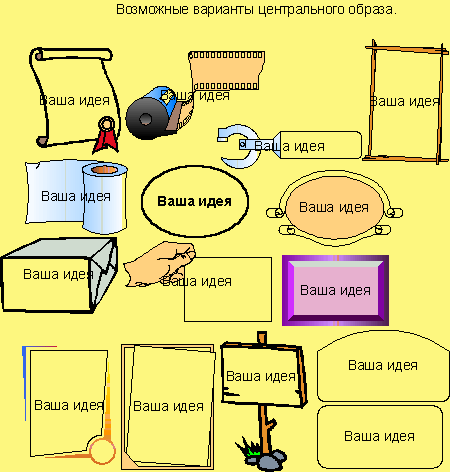
    Вот и все основные и простые правила составления умненьких карт, нетрудно запомнить и нетрудно сделать. Но какой это полезный инструмент на практике, Вы себе не представляете. Особенно в ситуациях, критических по времени и авральных по духу, когда требуется коллективная либо индивидуальная выработка стратегии, либо выход на уникальное и новое решение. Без ментальных карт тяжело добиться адекватной организации собственных мыслей и конспектирование чужих идей.

**Иллюстрированное пошаговое руководство по составлению Карт Ума**

Возьмите лист формата А4, а еще лучше А3 или даже больше. Желательно использовать белую бумагу, но можно и легко окрашенных (светлоголубой, светлозеленый и так далее). Положите лист перед собой в альбомной ориентации.   
  
  Возьмите разные карандаши, ручки, фломастеры, маркеры и мелки. Чем больше разнообразных цветов, качества получаемой линии и толщины пишущего узла (например: тонко заточенный твердый карандаш и толстый маркер)- тем лучше. Большое разнообразие дает Вам больше свободы в процессе рисования.  
Выберите определенную тему, проблему или задачу, по которой Вы будете составлять карту ума.

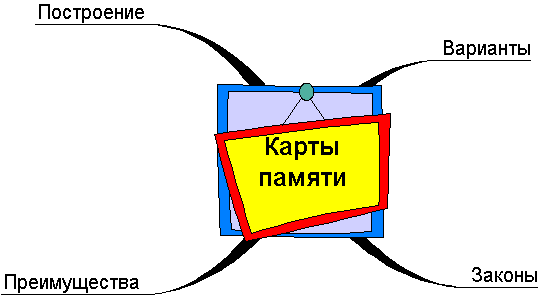


Соберите любые материалы, информацию, данные исследований по задаче, которую Вы поставили перед собой. Уделите внимание не только словам, но и визуальным образам (фотографии, рисунки, схемы) и звукам и музыке.  
Стартуйте с центра листа, нарисовав определенный рисунок, характеризующий Вашу задачу или просто квадрат (прямоугольник, круг и так далее). Размер 5-7 сантиметров или более. Чем больше лист, тем больше изображайте центральный образ.



Используйте разные формы, цвета, изображения, чтобы привлечь внимание к центральному образу и стимулировать память с мышлением.

От центрального образа Вы проводите жирные линии (ветви), на которых записываете главные дочерние идеи.



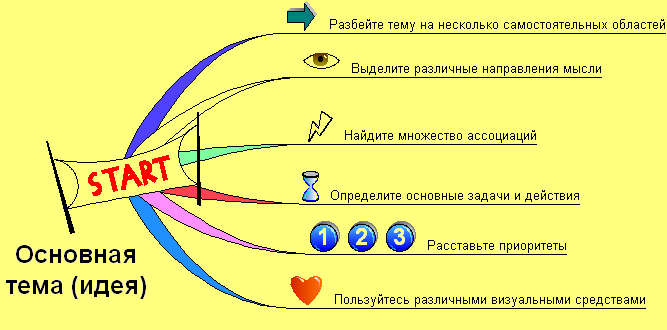
Интеллект-карты - это удобная техника для представления процесса мышления или структурирования информации в визуальной форме. Цели создания карт могут быть самыми различными: прояснение для себя какого-то вопроса, сбор информации, принятие решения, запоминание сложного материала, передача знаний ученикам или коллегам и еще множество других. Однако, для того, чтобы хорошо разобраться с тем, как интеллект-карты создаются и используются, лучше всего начать с применения их для зрительного представления процесса мышления.

В основе создания интеллект-карт лежит процесс радиантного мышления.

Суть его заключается в следующем: берется какая-то определенная основная тема, а затем от нее, как лучи от солнца или ветви от ствола дерева, строятся различные идеи, так или иначе связанные с основной темой.

Устанавливаются также связи между различными ветвями. Каждая новая идея (ветвь) становится исходной точкой для продолжения этого процесса, то есть вновь от нее отходят связанные с ней идеи. В принципе, этот процесс может быть бесконечным.

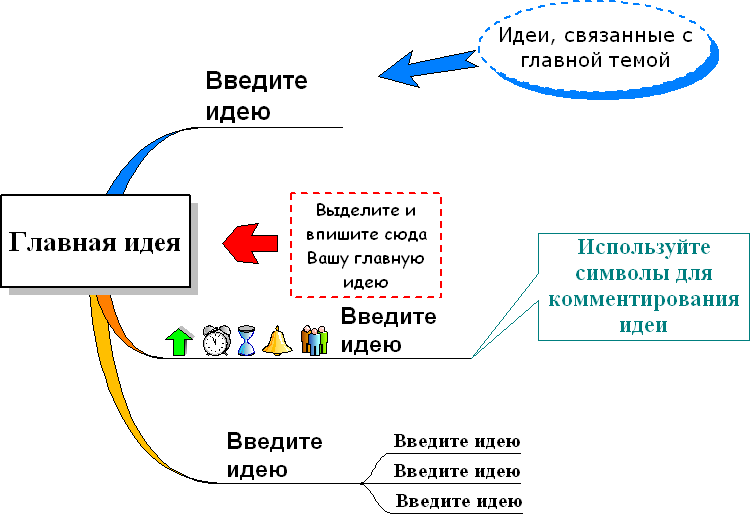
Вот некоторые простые правила, которые описывают такой процесс мышления.



Итак, резюмируем: вы начинаете с основной темы, задаете наиболее важные общие идеи, относящиеся к ней, и располагаете их как ветви вокруг нее, а затем развиваете эти темы в под-ветви (ветви 2, 3 и т.д. порядков), на которых помещаете ваши идеи или ключевые слова.

Основой создания интеллект-карт является использование зрительных средств. Во-первых, вы рисуете ветви, вдоль которых надписаны слова. Эти ветви помогают упорядочить идеи по порядку, по важности, связать их между собой. Во-вторых, вы используете рисунки как иллюстрации и пояснения к идеям, выраженным словами, а также специальные символы для комментирования идей, расстановки акцентов. Все это делает карту яркой, запоминающейся и понятной.

Вот еще одна памятка по созданию карт:



Создание интеллект-карт позволяет вам

|  |  |
| --- | --- |
|  | структурировать идеи в иерархическом порядке за счет использования главных, вторичных, третичных (и т.д.) ветвей, |
|  | усиливать идеи с помощью ясных и цветных образов, |
|  | показывать связи между ними, |
|  | выделять концепции цветом, размером шрифта, выделением и пр., |
|  | оценивать и комментировать идеи с помощью специальных символов. |

Это помогает представлять идеи и концепции в ясной, привлекательной и убедительной форме, давать целостное видение, способствовать пониманию и генерации идей.