

Интеллект -карта

Интеллект-карта (mind map, известная также как майнд-карта, карта мыслей и ментальная карта) — это аналитический инструмент, который используют, если необходимо найти максимально эффективное решение задачи. Применять интеллект-карты можно с самыми разными целями: чтобы генерировать идеи, готовиться к презентациям, организовывать и проводить различные мероприятия, конспектировать лекции, запоминать большие объемы информации, планировать рабочий день, ход работы над проектом или свободное время и многое, многое другое.

Новая книга Тони Бьюзена — человека, который и придумал интеллект-карты, — для всех, кто хочет научиться их использовать, чтобы лучше обрабатывать, анализировать и запоминать любую информацию, решать нестандартные задачи и планировать свою работу.

Радиантное мышление

Тони Бьюзен: «Изучая структуру головного мозга, я обнаружил то, что так настойчиво искал. Меня вдохновил тот факт, что мозг человека состоит примерно из 100 миллиардов клеток, каждая из которых вносит свой вклад в мыслительный процесс. Строение нейронов не могло не вызывать восхищения: от центра клетки во все стороны отходят отростки, напоминая разветвленное дерево. Меня осенило, что с помощью диаграммы на основе этой модели можно создать универсальный мыслительный инструмент. Это стало отправной точкой для развития теории радиантного мышления, что в итоге привело к созданию техники построения карт мыслей»

Если коротко, интеллект-карта представляет собой сложную диаграмму, которая копирует древовидную структуру нейрона и строится на основе ассоциаций. При этом с момента появления — а произошло это в середине 1960-х годов — техника составления интеллект-карт доказала, что служит не только отличным способом ведения записей, но и представляет собой эффективный инструмент мышления. Теория стремительно развивалась и нашла применение в самых разных областях — от стимулирования творческого мышления до улучшения памяти и борьбы с деменцией.

Этапы создания интеллект-карты

У хорошей интеллект-карты три основные составляющие.

1. Центральный образ, передающий тему (предмет) изучения.

Так, если интеллект-карта нужна вам для планирования проекта, в центр можно поместить изображение канцелярской папки. При этом от вас не требуется особых художественных навыков.

2. Толстые основные ветви, отходящие от центрального изображения.

Эти ветви представляют ключевые темы, относящиеся к предмету изучения. Каждая из ветвей должна иметь свой цвет. В свою очередь, основные ветви делятся на «побеги» второго и третьего уровня, которые представляют подтемы.

3. Единственное ключевое слово или изображение на каждой ветви.

Итак...

Шаг 1

Разместите лист бумаги перед собой горизонтально (как если бы вы решили нарисовать пейзаж). В центре с помощью хотя бы трех разных цветов изобразите предмет, который вы хотите изучить. В нашем примере это пьесы Уильяма Шекспира. Если не хотите рисовать портрет великого поэта, нарисуйте перо с чернилами или любой другой символ. Центральный образ стимулирует воображение и вызовет ассоциации. Если в центр нужно поместить слово, пусть оно выглядит объемно и сопровождается изображением.

Шаг 2

Выберите цвет и нарисуйте толстую ветвь, отходящую от центрального изображения, как ветка от ствола дерева. Придайте ветви естественный изгиб, так как визуально это более привлекательно для мозга и повысит вероятность запоминания информации на этой ветви. Закрасьте ветвь. Ее толщина символизирует важность этой ассоциации в иерархии интеллект-карты.

Шаг 3

Подпишите ветвь одним словом или заглавной буквой. В нашем примере интеллект-карта посвящена пьесам Шекспира, а значит, первую ветвь можно назвать «КОМЕДИЯ», «ТРАГЕДИЯ» или «ИСТОРИЯ». Вместо слова можно нарисовать маску комедианта, кинжал или корону.

Шаг 4

Нарисуйте второстепенные ветви, отходящие от главной. Затем ветви третьего уровня, отходящие от второго. Каждую ветвь подпишите, одним словом, или символом, или комбинацией из того и другого. У каждого символа должна быть отдельная ветвь. Не торопитесь: оставьте несколько веток пустыми, это стимулирует мозг придумать, чем их заполнить.

Шаг 5

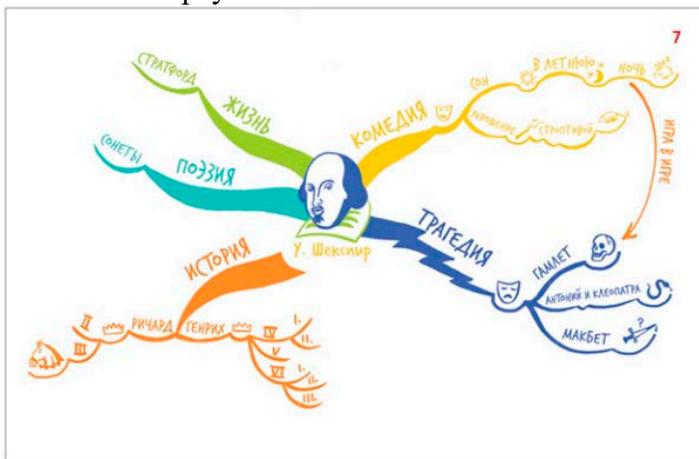
Выберите другой цвет и нарисуйте следующую основную ветвь, отходящую от центрального изображения. (Многим новичкам легче двигаться вокруг центрального изображения по часовой стрелке, но вы можете действовать как вам удобно.) Как и раньше, нарисуйте ветви второго и третьего порядка и подпишите каждую из них. Добавьте еще несколько основных ветвей, чтобы в итоге их получилось пять или шесть.

Шаг 6

Теперь, когда у вас появилась структура из основных ветвей, можно свободно передвигаться по всей интеллект-карте с ветви на ветвь, заполнять пропуски и добавлять новые дополнительные ветви по мере возникновения ассоциаций.

Шаг 7

При желании можно добавить стрелки, соединительные линии и звенья между основными ветвями, чтобы подчеркнуть взаимосвязь между ними. Вуаля — вы создали свою первую интеллект-карту!



Идем дальше

Можно продолжить работать над приведенным примером и расширить интеллект-карту, чтобы она включала, например:

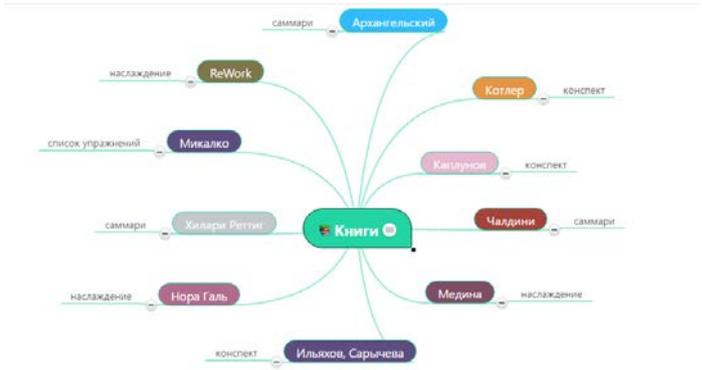
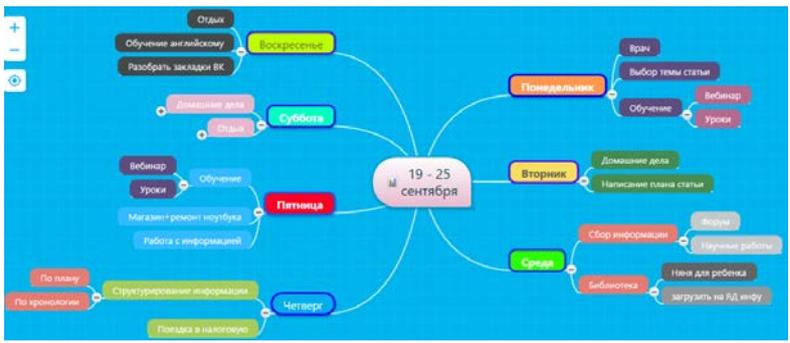
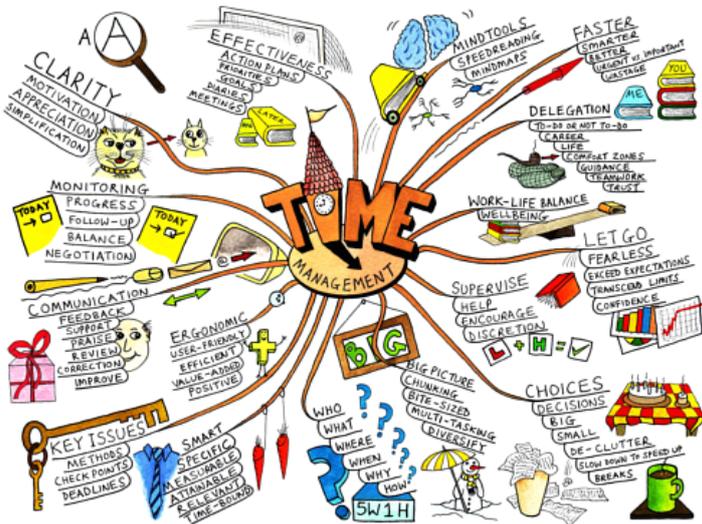
- все 37 пьес Шекспира,
- его сонеты и поэмы,
- а также основные факты, относящиеся к его жизни и исторической эпохе.

Запомнив информацию, представленную на карте, вы будете знать множество фактов о жизни и творчестве великого поэта и при случае сможете блеснуть этими познаниями. Поскольку в процессе создания интеллект-карт задействованы оба полушария головного мозга, эта техника многофункциональна и применима ко всем когнитивным функциям,

включая память, творческое мышление, обучение и все формы мышления. Это одна из причин, почему эту технику называют «швейцарским армейским ножом для мозга».

Ментальные карты можно сделать здесь <https://www.mindmeister.com/ru>

Образцы ментальных карт



12 советов по рисованию карт

1. Включайте образное, творческое мышление и ассоциативность. Это помогает мозгу с разных сторон подходить к проблеме и искать необычное, но эффективное решение.
2. Используйте разные цвета веток, чтобы разделять направления работы. Если это карта с заданиями для сотрудников, помечайте ветки конкретным цветом для каждого участника проекта. Цветов должно быть не больше 8, чтобы не растеряться. Самая высокая скорость

восприятия у красного, желтого и оранжевого цветов. Самая низкая – у коричневого, голубого и зеленого.

3. Количество веток 2 и последующих уровней не должно быть больше 5-7.
4. Карта отражает стиль мышления, поэтому не стремитесь ее стандартизировать.
5. Утрированные примеры лучше запоминаются. Поэтому смело рисуйте необычные картинки.
6. Рисование от руки стимулирует мышление. Несмотря на разные удобные сервисы, не пренебрегайте белой бумагой и фломастерами.
7. Делайте образы яркими и запоминающимися, чтобы они вызвали эмоции. Это поможет мозгу работать в правильном направлении.
8. Выстраивайте структуру согласно иерархичности: важные понятия ближе к центру, детали – дальше. Можно пронумеровать ветки при необходимости.
9. Меньше слов, больше рисунков. Если несколько слов, то записывайте их в одну линию, чтобы глаз не совершал лишних движений.
10. Придумывайте свои символы. Молния – быстрый, глаз – контроль, лампочка – важное.
11. Линии первого уровня рисуйте толще, чтобы видеть важность действий. Длина линии равна длине слова. Изменяйте размер букв, чтобы подчеркнуть важность ветки.
12. Разграничивайте ветви, обводя их в блоки, соединяйте стрелками, чтобы показать взаимосвязь.

Сервисы для интеллект-карт

Если вы не любите рисовать от руки (и очень зря!), то выбирайте платные или бесплатные программы для рисования карт на компьютере. Они отличаются дизайном, способами экспорта изображений, возможностью подключать To-do List, совместимостью с платформами.

Я пользуюсь онлайн-сервисом MindMeister. Он совмещается с Meistertask (планировщиком). Плюс можно подключать платные PRO-пакеты. Данные хранятся на облаке, поэтому я могу с любого ноута подгружать карты. Яркий, много возможностей для творчества, интуитивно понятный в управлении. Шаблоны есть, не знаю, кому как, мне пока хватает.

Психологи считают, что лучше всего рисовать от руки, максимально активизируя творческое мышление, тогда вы будете думать и решать проблемы гораздо эффективнее. А современный ритм жизни предлагает использовать любой понравившийся сервис. Что ж, решать вам. Но интеллект-карты — это инструмент действительно классный, рекомендую.

Дайджест

Дайджест (англ. digest «краткое изложение, резюме» от лат. digerere «разделять») в СМИ — информационный продукт (издание, статья, подборка), который содержит краткие обзоры, аннотации и основные положения статей, или в котором сжато передаётся содержание самых интересных публикаций за какой-то период. Формат удобен для ознакомления с основными новостями какой-то тематики, содержанием исследования [1].

В более широком значении дайджест — это подборка выдержек из различных источников на определённую тематику. К примеру, справочно-информационный портал ГРАМОТА.РУ размещает дайджесты журнала «Русский язык за рубежом», а Химический портал ChemPort.ru — «Органический дайджест» в разделе «Новости науки». Слово дайджест входит в название ряда изданий, которые специализируются на перепечатке чужих материалов (как правило, в сокращённом и систематизированном виде). К таким изданиям относится «Ридерз Дайджест» (Reader's Digest) — ежемесячный литературно-политический журнал США.

Образец дайджеста

📄 Как самостоятельно увеличить органику в 3 раза + 9 полезных статей 📄



Насыа из Serpstat

Ваше имя

сегодня в 13:36



Привет :)

Сегодня у меня новая подборка, где я собрала самые разные статьи, которые подойдут как начинающим, так и опытным специалистам.



Как увеличить органический трафик в 3 раза с помощью Serpstat — опыт портала Наш Ванкувер



Кейс по продвижению в нише «недвижимость»: как региональному агентству конкурировать с агрегаторами



Как использовать API Serpstat для анализа ниши и постановки гипотез в SEO — опыт WebX.page



Как автоматизировать и ускорить SEO-задачи с помощью API Serpstat — инструкция от Flatfy

Хотите написать **пост для блога Serpstat** и

получать в еженедельную рассылку?

Мы ждем ваших предложений и всегда открыты к сотрудничеству :)

Хочу написать статью!

