

Mapy myśli – nauka organizacji i efektywne uczenie się

22.06.2020

Wielu uczniów ma duże trudności w organizacji nauki nowego materiału. Wielokrotnie powtarzając i przeglądając podręczniki tracą dużą ilość czasu, niewiele przy tym zapamiętując, co prowadzi do frustracji i spadku motywacji do nauki w przyszłości.

Co zrobić, aby nauka była efektywniejsza i bardziej angażowała nasze dzieci?

Jedną z metod pomagającą w szybszym zapamiętywaniu i odtwarzaniu informacji jest technika map myśli stworzona przez Tonego Buzana. Bazuje ona na zasadach skutecznego zapamiętywania, wykorzystując w tworzeniu map skojarzenia, rysunki, a treść do zapamiętania skracając do minimum. Mapy myśli nazwano także techniką twórczego myślenia wielokierunkowego, ponieważ uczą także dobrego organizowania informacji w kategorie, co ćwiczy zdolność rozumowania i wnioskowania, angażując obie półkule mózgu. Umiejętność organizowania treści edukacyjnych przez dziecko może wpłynąć pozytywnie na jego zdolność do zarządzania swoim czasem i efektywniejszą organizację pracy.

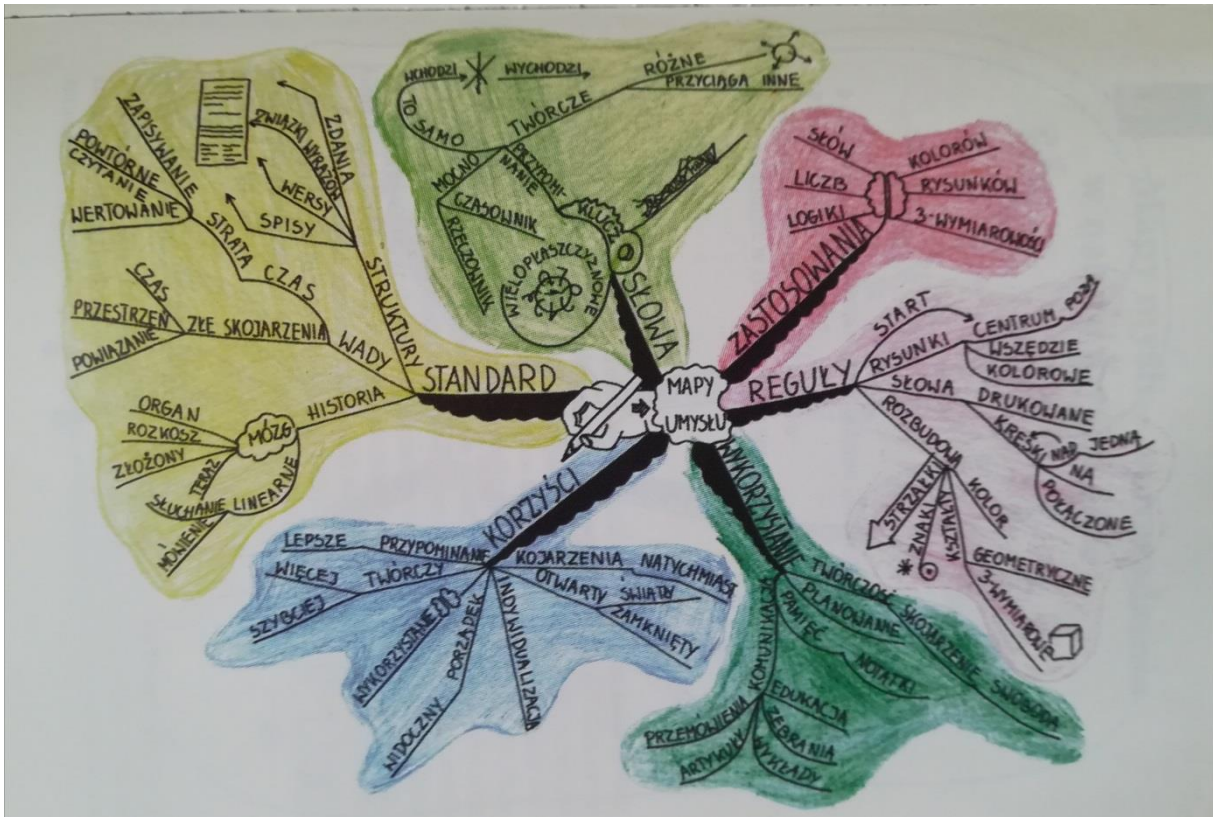
Mapy myśli możemy wykorzystać w szkole to tworzenia notatek z zajęć, z lektur, przygotowywania się do sprawdzianów. Przydatne są również podczas wygłaszania prelekcji czy referatów. Mapy możemy także wykorzystać w domu. Dobrym pomysłem jest wykorzystanie map do nauki samodzielnego wykonywania obowiązków domowych. Rozpisując dziecku, w jaki sposób krok po kroku ma wykonać daną czynność np. co trzeba wykonać sprząając łazienkę, dziecko ma szansę wykonać tą czynność lepiej i będzie miało poczucie, że zrobiło coś samo, co wpłynie znacząco na jego samoocenę. W formie map myśli można także przedstawić plan dnia lub rozpisać planowane zadania do wykonania.

Jak prawidłowo wykonać mapę myśli?

1. Mapę tworzymy na czystej kartce, ułożonej poziomo.
2. Krótki tytuł mapy piszemy na środku kartki i rysujemy symbol kojarzący się z poruszonym tematem.
3. Od środka mapy rysujemy korzenie, odpowiadające różnym kategoriom. Każdy korzeń tytułujemy, a od niego rysujemy kolejne odgałęzienia dotyczące danego tematu.
4. Piszemy drukowanymi literami, najlepiej krótkimi hasłami, tworzonymi na zasadzie skojarzeń.
5. Wykorzystujemy w mapie jak najwięcej rysunków, symboli. Mapa powinna być kolorowa, śmieszna i zawierająca osobiste akcenty.
6. Podczas tworzenia mapy uruchamiamy swoją twórczość i wyobraźnię.

Na początku tworzenie map myśli wydaje się długotrwałym zajęciem, jednak z czasem, gdy wypracujemy swój sposób tworzenia map oraz zauważymy ich wpływ do lepsze zapamiętywanie, mogą stać się one dobrą pomocą na lata nauki oraz pracy zawodowej.

Agnieszka Strzesak, psycholog



Źródło: Tony Buzan, „Rusz głową”