TONY BUZAN™

ve BARRY BUZAN

zihin haritaları®

yaratıcılığınızı ortaya çıkarır
hafızanızı güçlendirir
hayatınızı değiştirir



TONY BUZAN™

ve BARRY BUZAN



zihin haritaları®

yaratıcılığınızı ortaya çıkarır
hafızanızı güçlendirir
hayatınızı degiştirir

ALFA®

Alfa Yayınları **2160**
Kişisel Gelişim **103**

ZİHİN HARİTALARI

Tony Buzan ve Barry Buzan

Çeviri: Güntülü Tercanlı

1. Basım: Ocak 2011
ISBN: 978-605-106-298-3
Sertifika No: 10905

Yayıncı ve Genel Yayın Yönetmeni M. Faruk Bayrak
Yayın Yönetmeni ve Editör Rana Alpöz
Pazarlama ve Satış Müdürü Vedat Bayrak
Kapak Tasarımı Gökhan Burhan
İllüstrasyonlar Bill Piggins

© 2011, ALFA Basım Yayım Dağıtım San. ve Tic. Ltd. Şti.
© Tony Buzan 2010. This translation of THE MIND MAP BOOK UNLOCK YOUR CREATIVITY, BOOST YOUR MEMORY, CHANGE YOUR LIFE 01 Edition is published by arrangement with Educational Publishers LLP, a joint venture between Pearson Education Limited and the BBC Worldwide Limited.

Kitabın Türkçe yayın hakları Akcalı Ajans aracılığıyla Alfa Basım Yayım Dağıtım San. ve Tic. Ltd. Şti.'ne aittir. Yayınevinden yazılı izin alınmadan kısmen ya da tamamen alıntı yapılamaz, hiçbir şekilde kopya edilemez, çoğaltılamaz ve yayımlanamaz.

Baskı ve Cilt
Melisa Matbaacılık
Tel: (212) 674 97 23 Faks: (212) 674 97 29

Alfa Basım Yayım Dağıtım San. ve Tic. Ltd. Şti.
Ticarethane Sokak No: 53 34110 Cağaloğlu İstanbul, Turkey
Tel: (212) 511 53 03 - 513 87 51 - 512 30 46 Faks: (212) 519 33 00
www.alfakitap.com
info@alfakitap.com

Bu kitabı,
insan zekâsının özgürlüğü ve
gelişimi için Zekâ Çağı, Beyin Yüzyılı ve
Akıl Milenyumu'nda mücadele eden
tüm Zekâ Savaşçıları'na ithaf ediyoruz.

İçindekiler

Yazar'ın teşekkürü ix
Yayıncı'nın teşekkürü xi
Önsöz *Barones Susan Greenfield* xiii
Giriş xv

1. Kısım Zihninizin sonsuz gücü ve potansiyeli 3

1 Şaşırtıcı beyin 5
2 Not alma ve not üretme 17
3 Yayılan düşünme 23

2. Kısım Zihin Haritası'na giriş 29

4 Zihin Haritası'nın tanımı 31
5 Kelimeleri kullanmak 37
6 Resimleri kullanmak 43
7 Kelimeleri ve resimleri birleştirme 51
8 Zihin Haritası uygulama kılavuzu 58
9 Sanatsal Zihin Haritası 77

3. Kısım Temel uygulamalar 85

10 Hafıza için Zihin Haritaları 87
11 Yaratıcı düşünme için Zihin Haritaları 93
12 Karar alma sürecinde Zihin Haritaları 99
13 İnsanların düşüncelerini düzenlemek için (not alma) Zihin Haritalan 109

4. Kısım Okulda, günlük hayatta ve iş hayatında Zihin Haritaları 117

14 Kişisel analiz 119
15 Zihin Haritası günlüğü 129
16 Ders çalışma becerileri 139
17 Toplantılar 149
18 Sunumlar 155
19 Yönetim 161

5. Kısım Zihin Haritaları ve gelecek 169

20 Bilgisayarlı Zihin Haritaları 171
21 Parlak gelecek 191

Ekler 205
Online kaynaklar 209
Dizin 210

Yazar'ın teşekkürü

Bir kez daha, bizi bu inanılmaz yolculuğa çıkaran anne ve babamız Gordon ve Jean Buzan'a, şefkati ve bu kitabın hazırlanmasına katkı sağlamak amacıyla çalıştığı günler için özellikle annemize; görmenin, imgenin ve sanatın, beyin, bellek ve yaratıcılık ile ilişkisinin doğası ve önemi hakkında sağladığı derin içgörü için sanatçı Lorraine Gill'e; yıllarca süren bu projede bizi desteklediği için Deborah Buzan'a; bize, bu kitaba ve Zihin Haritalama dünyasına verdiği daimi destek için Michael J. Gelb'e; taslakları okumak ve bize yardım etmek için zaman ayıran arkadaşlarımız Lynn ve Paul Collins'e; bizi kelimenin tam anlamıyla eleştirebilen, bir yandan da teşvik eden Judy Caldwell'e; Zihin Haritalama kavramına yıllarca verdiği destekle bize duygusal dayanıklılık sağlayan John Humble'a; büyük desteği, projeye 35 yıllık katkısı ve 'kitabı ortaya çıkarması' için Tony'yi içtenlikle ikna etmeye çalıştığı için Sean Adam'a; Zihin Haritası Aile Çalışma Tekniği'ni ilk kez başarıyla uygulayan George Hughes'a; Yayılan Düşünme ve Zihin Haritalama'yı Cambridge Üniversitesi'ne uygulayan Edward Hughes'a; parlayan zihni parlak tutmaya yardımcı olan Dr. Andrew Strigner'a; daimi desteği için *Beyin Kitabı*'nın yazarı Peter Russell'a; kavramın gelişmesine çok yardımcı olan Geraldine Schwartz'a; destekleri ve sağladıkları güzel ev için Caro, Peter, Doris, Tanya ve Julian Ayre'a; ilk baskının büyük bir kısmının yazıldığı evi ve kaliteli çalışma ortamını sağlayan Folley ailesine tekrar tekrar teşekkürlerimizi sunarız.

Zihin Haritaları'nı 'Beyin Yüzyılı'na, yani yirmi birinci yüzyıla yetiştirmek, yoğun bir ekip çalışması ile mümkün oldu. Uluslararası Buzan Merkezleri'nin tüm üyelerine teşekkürlerimi sunuyorum. Kitaptaki Zihin Haritalan için tüm Buzan eğitmenlerine, vaka örnekleri için de Japonya'dan Masanori Kanda, Mikiko Chikada Kawase, Ken Ito ve Shiro Kobayashi'ye, Singapur'dan da Henry Toi ve Erlc Cheung'a teşekkür ederim. Henry ve Eric'e, Thum Cheng Cheong'a ve Buzan Asya ekibine, Singapur'un haritasını yaparak dünyanın en büyük Zihin Haritası'nı çizme hayalini gerçekleştirdikleri için özellikle teşekkür ederim.

Aynca Hong Kong'dan Po Chung'a Zihin Haritası için, Tayland'dan Buzan Merkezi'nin kurucusu Tanya Phonanan'a Zihin Haritası ve hikâyesi için, Buzan Latin Amerika Merkezi'nin başkanı Jorge O. Castaneda'ya da bu fikri Latin Amerika'nın her yerine ulaştırdığı için teşekkür ederim. Avustralya

Buzan Merkezi'nden Bill Jarrard ve Jennifer Goddard'a da Zihin Haritaları'nı hayata geçirmek için gösterdikleri yaratıcı çabalarından dolayı tebriklerimi ve teşekkürlerimi sunarım. Avrupa'dan Hilde Jaspaert'e mükemmel Zihin Haritası çizimleri ve kitaba eklediğim yaratıcı Zihin Haritası örneği için teşekkür ederim. Hilde ile **www.inter-activeminds.com** aracılığıyla bağlantı kurabilirsiniz.

İngiltere'ye dönecek olursam, öncelikle Buzan Online Ltd. Şirketi'nin Yönetim Kurulu Başkanı Chris Griffiths'e, bilgisayarlı zihin haritalama bölümüne olan eşsiz katkısı ve e-Zihin Haritası'nın 4.0 versiyonunu geliştirmesi sebebiyle teşekkürlerimi sunmalıyım. Emily Van Keogh ile Melina Costi ve Owen Hardy'nin içinde bulunduğu Buzan Online ekibi de kitaba görsel destek ve metin desteği sağlamışlardır.

Satranç üstadı ve *The Times* dergisinin Akıl Oyunları Muhabiri Raymond Keene'e rehberliği ve desteği için, Brian Lee'ye arkadaşlığı ve Zihin Haritası'nı iş ve eğitim dünyasına kazandırmam konusunda verdiği cesaret için, Dünya Zihin Haritalama Şampiyonu ve Usta Buzan Eğitimcisi Phil Chambers'a oluşturduğu harikulade Zihin Haritaları ve bitmeyen geribildirimleri için teşekkürler!

'Ev ekibim' olmadan bu kitabı yazmak tam bir kâbusa dönerdi, bu yüzden Pauline Aleski'ye, Anne Reynolds'a, Suzi Rockett'e ve Jenny Redman'a sağladıkları lojistik destek, gösterdikleri çaba için tüm kalbimle teşekkür ederim.

Pearson'dan bu projenin hayata geçmesindeki en önemli kişiye, editör Richard Stagg'a; uzun süren fikir aşaması boyunca kitaba ve Zihin Haritaları'na kendini adayan komisyon editörü sevgili Samantha Jackson'a ve Harlow'daki ekibine –Caroline Jordan'a, Gillian Wallis'e ve Laura Blake'e– içten teşekkürlerimi sunarım. İmkânsız görünen işi, yani her şeyi bir araya toplamayı üstlenen bağımsız editörüm James Harrison'a teşekkürlerimi sunmadan bu bölümü bitiremem.

Son olarak da, yer olmadığı için isimlerini belirtemediğim, hem ilk baskıya hem de bu güncel baskıya Zihin Haritası sağlayan iş adamlarına, iş kadınlarına ve eğitimcilere teşekkür ederim.

Sevgili okuyucular, size de iş dünyasında Zihin Haritası kullanan ve sayıları giderek artan ekibe katıldığınız için özellikle teşekkür ederim. Bir sonraki baskıya katkı sağlayabilecek iş ile ilgili Zihin Haritalarınız ve hikâyeleriniz için, lütfen benimle iletişime geçin: **tony.buzan@buzanworld.com.**

Yayıncı'nın teşekkürü

Eserlerin çoğaltılmasına izin veren aşağıdaki kişi ve kurumlara teşekkürlerimizi sunarız:

P. Sole, ISM/Science Photo Library, 6. sayfa; David Mack/ Science Photo Library, 7. sayfa; Cambridge Üniversitesi Kütüphanesi memuru, 14. sayfa; The Royal Collection © 2009 Majesteleri Kraliçe II. Elizabeth, 15. sayfa; Julian Baum/Science Photo Library, 24. sayfa; Martin Ruegner/photolibrary, 25. sayfa; Rachel Warne/Science Photo Library, 35. sayfa; William Gray/ photolibrary, 47. sayfa; Royal Observatory, Edinburgh/AAO/Science Photo Library, 191. sayfa.

Kitapta teknik sebeplerden dolayı, beş Zihin Haritası dışındaki haritaların kopyaları kullanılmıştır (bu beş harita aşağıdaki listede 'orijinal' olarak belirtilmiştir). Kitaptaki tüm çizimler ise Julian Bingley tarafından yapılmıştır. Zihin Haritaları, listede adı geçen şahısların telif haklarını korumaktadır.

Sean Adam, 112. sayfa; **Tony Bigonia, Richard Kohler, Matthew Puk, John Ragsdale, Chris Slabach, Thomas Spinola, Thomas Sullivan, Lorita Williams,** 153. sayfa; **Claudius Borer** (orijinal), 78. sayfa; **Tony Buzan,** 132. sayfa (orijinal), 138. sayfa (orijinal), 145. sayfa (orijinal), 160. sayfa (üst); **Kathy De Stefano,** 79. sayfa (üst); **Ulf Ekberg** (orijinal), 82. sayfa; **Thomas Enskog,** 142. sayfa; **Dr. John Geesink,** 79. sayfa (alt); **Lorraine Gill,** 33. sayfa; **Sheikh Hamad,** 198. sayfa; **Hilde Jaspaert,** 90. sayfa; **Mikiko Chikada Kawase,** 125. sayfa; **Raymond Keene OBE,** 160. sayfa (alt); **James Lee,** 143. sayfa; **Katarina Naiman,** 141. sayfa (alt); **Karen Schmidt,** 141. sayfa (üst); **Lars Soderberg,** 193. sayfa; **C. C. Thum,** 81. sayfa; **Benjamin Zander,** 98. sayfa. 123. ve 124. sayfalardaki Zihin Haritaları'nın sahipleri ise isimlerinin belirtilmesini tercih etmemişlerdir.

Kitaptaki telif hakkı olan eserler için doğru kaynaklardan izin alınmasına çalışılmıştır. Bazı durumlarda eserin gerçek sahibine ulaşılamamış olabilir, bu yüzden bize bu konuda bilgi verilmesinden memnuniyet duyarız.

Önsöz

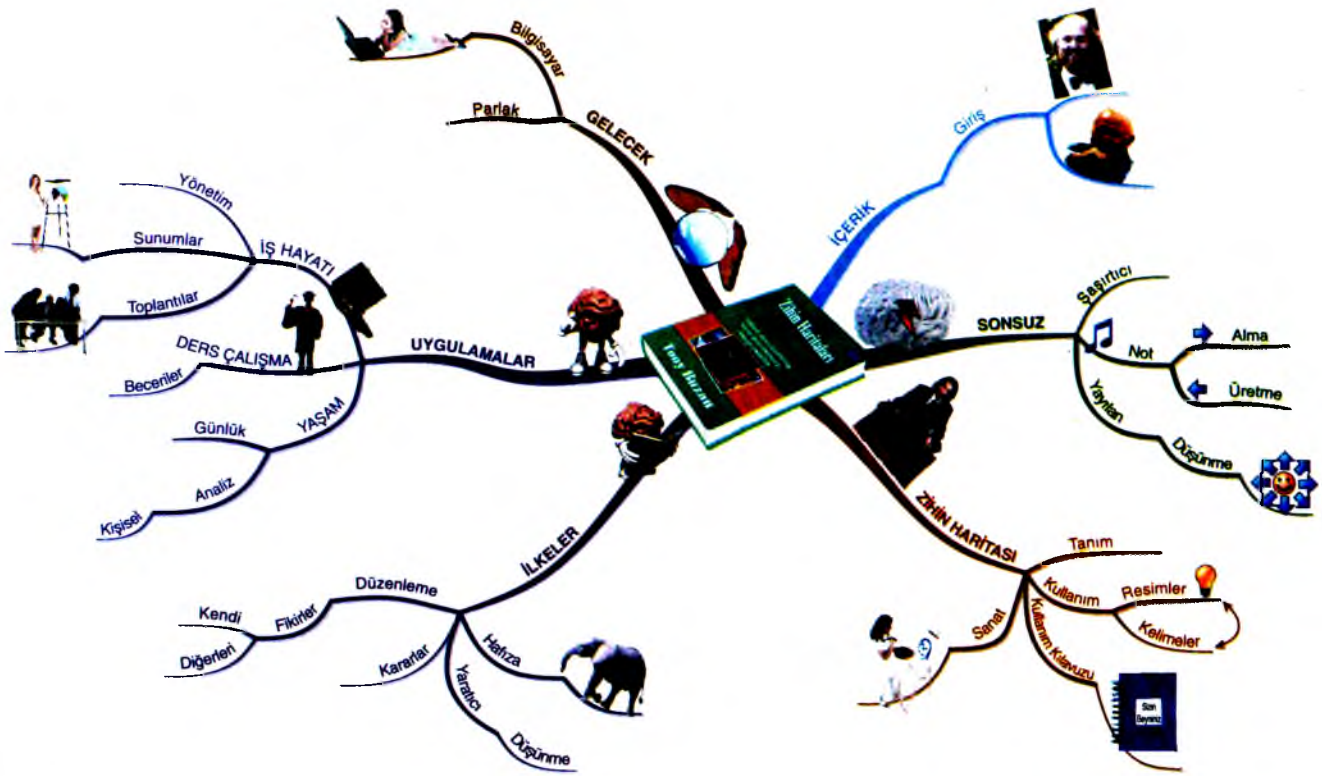
Fizikçi Niels Bohr, bir keresinde bir öğrencisini, "Sen düşünmüyorsun, sadece mantık yürütüyorsun," diye azarlamıştır. Ben de mantığın potansiyelimizi değerlendirmek için doğru ölçüt olmadığını düşünmek istiyorum. Beyin, 'mantıklı' bir bilgisayardan çok farklı olmalı.

Beyni anlamak, yirmi birinci yüzyılda her şeyden daha önemlidir. Artık daha uzun ve sağlıklı yaşıyoruz fakat bazen beynimizi sağlıklı tutmazsak uzun ve sağlıklı yaşayamayacağımız gerçeğini unutuyoruz. Sağlıklı beyin, potansiyele ulaşmak için aktif tutulan –belleğin kullanıldığı, etkili ve yaratıcı düşünmenin gerçekleştiği– beyindir.

Şimdi kendimize büyük sorular sorma zamanı: Hayatta ne arıyorum? Hayat neden ibaret? İnsan beynini ve hafızasını geliştirmeye yönelik beyin araştırmaları yalnızca bunların nasıl olduğunu sormamalı, 'Beni ben yapan şey nedir?' ve 'Potansiyelimi nasıl ortaya çıkarabilirim?' gibi heyecan verici sorulara da odaklanmalı.

Tony'yi, kırk yılı aşkın süredir öncülük ettiği beyin ve zihin çalışmalarından ötürü kutluyorum ve onun aydınlatıcı Zihin Serisi kitaplarını *(Zihin Haritaları, Hafızana Hükmet, Aklını Kullan, Hızlı Okuma)* okumanızı şiddetle tavsiye ediyorum. Maceranız yeni başlıyor!

Barones Profesör Susan Greenfield
İngiltere Kraliyet Enstitüsü Müdürü
Psikoloji Profesörü, Onur Üyesi, Kıdemli Araştırma Üyesi ve
Ulusal Şeref Nişanı Sahibi



Okumaya başlayacağınız kitabı özetleyen Zihin Haritası

Giriş

Tony Buzan

1960'lı yıllarda Zihin Haritaları'nı keşfetmemden bu yana, bu haritalar 'düşünme aracı' olarak anılmaktadır. Zihin Haritaları beni, hayatımı değiştiren ilginç bir serüvene çıkarmıştır, umarım bu kitap da sizin hayatınızı daha olumlu yönde değiştirir.

Zihin Haritaları'nın etkisiyle, 14. Uluslararası Düşünme Konferansı, 2009 yılında Putra Üniversitesi'nde (Kuala Lumpur, Malezya) toplanmış; 21. yüzyılın Beyin Yüzyılı ve Akıl Milenyumu olduğunu resmi olarak Malezya Yüksek Öğrenim Bakanı Datuk Seri Mohamed Khaled Nordin ilan etmiştir. Bakan aynı zamanda tarım, sanayi ve bilgi çağından Zekâ Çağı'na geçtiğimizi, Zihin Haritası'nın da zekâ için önemli bir araç olduğunu söylemiştir.

Zihin Haritaları, kısa geçmişine rağmen 200 milyon sayfadan fazla referans almıştır, televizyonda bir milyardan fazla insan tarafından izlenmiştir, radyo ve basın aracılığıyla da neredeyse gezegenin yarısına ulaşmıştır.

*Zihin Haritaları'*nı okurken, zihnimizin potansiyeli, beynimizi ve çoklu zekâmızı nasıl kullandığımız hakkında düşündüklerimizi değiştiren bir devrime katılacaksınız. Tüm bu serüvenin nasıl başladığına bir bakalım.

Üniversitenin ikinci yılında, kütüphaneye gittim, görevliye beynim ve kullanımı hakkında yazılan bir kitabı nerede bulabileceğimi sordum. O da beni derhal kütüphanenin tıp bölümüne yönlendirdi. Niyetimin, beynimi ameliyat etmek değil, onu kullanmak olduğunu söylediğimde ise bana kibarca böyle bir kitabın olmadığını söyledi. Şaşkınlıkla kütüphaneden ayrıldım.

Ben de tipik bir öğrenciydim. Akademik çalışma miktarının arttığını; beynin düşünce, yaratıcılık, hafıza, problem çözme, analiz ve gerektiğinde yazmanın zorlamasına boyun eğmeye başladığını yavaş yavaş fark ediyordum. Diğerleri gibi ben de verimimin azaldığını, geri dönüşlerin de olmadığını görüyordum. Ne kadar çok not alıyorsam, o kadar az başarılı oluyordum!

Bu ikilem beni felakete sürükledi. Çalışmayı bıraksaydım, yeterli bilgiyi özümseyemezdim ve giderek daha da kötü sonuçlar alırdım; daha fazla çalışsaydım, daha çok not alsaydım, çalışmaya daha çok vakit ayırsaydım, yine bir başansızlık döngüsünde olacaktım. Sorun, zekâmı ve düşünme becerilerimi kullanış şeklimde olmalıydı.

O gün kütüphaneden ayrılırken, ihtiyacım olan kitabı bulamayışımın aslında Tanrı'nın bir lütfu olduğunu fark ettim. Böyle kitaplar olmadığı için, önemli ve hiç değinilmemiş bir alanı tesadüfen bulmuştum.

Temel sorunlara ışık tutabileceğini hissettiğim alanlarda çalışmaya başladım:

- Nasıl öğreneceğimi nasıl öğrenirim?
- Düşüncemin doğası nedir?
- Ezberlemenin en iyi yolları nelerdir?
- Yaratıcı düşünmenin en iyi yollan nelerdir?
- Daha hızlı ve etkili okumanın yolları nelerdir?
- Genel olarak düşünmenin yolları nelerdir?
- Yeni düşünme tekniklerinin veya temel bir tekniğin geliştirilme ihtimali var mıdır?

Bu soruların sonucu olarak psikoloji, beyin nöro-fizyolojisi, semantik, nöro-dilbilim, bilgi kuramı, hafıza ve hafıza kuvvetlendirme yöntemleri, algı, yaratıcı düşünme ve temel bilimler alanlannda çalışmaya başladım. İnsan beyninin fiziksel boyutlannın ve zihinsel süreçlerinin uyum içerisinde çalışmalanna izin verildiği takdirde, bölünmekten daha etkili ve verimli çalıştıklarını zamanla fark ettim.

O dönemde küçük şeyler, önemli ve memnuniyet verici sonuçlar doğurdu. Örneğin, iki kortikal beceri olan kelime ve renklerin basit birleşimi, not alma sistemimi değiştirdi. Notlanma iki rengi eklemek, notlanmı hatırlamamı yüzde yüz geliştirdi ve daha da önemlisi yaptığım şeyden zevk almaya başlamamı sağladı.

Adım adım bir yapı oluşmaya başladı ve o oluştukça ben de bir hobi olarak öğrenme güçlüğü olan, umutsuz, disleksik, ESN, geride kalmış ya da suçlu diye tanımlanan öğrencileri yetiştirmeye başladım. Tüm bu 'başarısız' çocuklar çabucak iyi öğrencilere dönüştüler, hatta bazılan kendi sınıflarının en iyileri oldular.

Genç Barbara'nın, okuluna şimdiye kadar kayıt olan çocuklar arasında en düşük IQ'ya sahip olduğu söylenmişti. Barbara nasıl öğreneceğini öğrendiği ilk ay içerisinde IQ'sunu 160'a yükseltti ve sonunda okulunun en iyi öğrencisi olarak mezun oldu. Olağandışı becerilere sahip Amerikalı genç Pat'ın da öğrenme güçlüğü yaşadığı ifade edilmişti. Pat sonradan (birtakım yaratıcılık ve hafıza testlerinden sonra), "Ben öğrenme güçlüğü olan biri değildim, öğrenmekten mahrum bırakılmıştım!" dedi.

1970'lerin başında yapay zekânın ortaya çıkmasıyla bir mega-bitlik bilgisayar alabilmiştim. Bu bilgisayarın 1000 sayfalık bir kullanım kılavuzu vardı. Gelişmiş saydığımız medeniyetimizde bizler şaşırtıcı derecede kar-

maşık, bilinen tüm bilgisayarlardan katrilyonlarca güçlü bir biyo-bilgisayar olarak dünyaya geliyoruz, peki bizim kullanım kılavuzlanmız nerede?!

Bunlan düşünürken araştırmalarıma dayanan bir dizi kitap yazmaya karar verdim: Beyin ve Kullanımı Ansiklopedisi. 1971'de çalışmalara başlayınca ufuktaki görüntü daha da netleşti ve Yayılan Düşünme, Zihin Haritalama ve zihinsel okuryazarlık kavramları gelişti. *Zihin Haritaları'*nın bu son baskısından itibaren de tüm dünyada zihin haritalama ile ilgili yeni araştırmalar filizlenmeye başladı, günümüzde Zihin Haritası kullanıcılarının sayısı da 500 milyonu buldu.

1970'ler, 80'ler ve 90'lar boyunca, ülkelere, şirketlere, üniversitelere ve okullara giderek 'yeni bebeğim'i tanıtmaya ve 1995'te yayınlanan ilk *Zihin Haritaları'*nı yazmaya başladım.

Hayallerimden biri de bilgisayar ekranında, insan beyninin ürettiği gibi beyin haritası oluşturacak bir yazılım geliştirmekti. Bu, tahmin ettiğimden çok daha zorlu bir süreçti; ilk Zihin Haritası yazılımı, bir yazılım dehası olan Chris Griffiths ve inanılmaz ekibinin zorlu çalışmaları sonucunda, 2009'un bahannda piyasaya sürülebildi. İnsan beyninin bilgisayar sistemleri gibi birbiriyle bağlantılı sistemlere sahip olduğunu, zekânın her bir öğesinin diğerinin işleyişini nasıl geliştirdiğini de bu yeni baskıda görebileceksiniz.

Gelişiminin ilk aşamalarında Zihin Haritası'nın öncelikle hafıza için kullanılacağını düşünmüştüm. Fakat aylarca süren tartışmalar sonrasında kardeşim Barry bu yöntemin uygulamasında yaratıcı düşünmenin de eşit derecede önemli olduğu konusunda beni ikna etti.

Barry, Zihin Haritalama kuramına farklı bir bakış açısı getirdi ve onun bu katkısı Zihin Haritalama sürecini geliştirmemi son derece hızlandırdı. Hikâyesini kendisinden dinleyelim.

Barry Buzan

Tony'nin Zihin Haritaları fikri ile 1970'lerde Londra'ya yerleştikten çok kısa bir süre sonra tanıştım. Bu fikir o zamanlar gelişme sürecindeydi fakat anahtar kelimelerle not almaktan farklı olduğunu belli ediyordu. Zihin Haritalama fikri, Tony'nin öğrenme yöntemlerinden ve insan beynini anlamaktan oluşan geniş gündeminin sadece bir parçasıydı. Zaman zaman Tony'nin çalışmalarına katılımcı olmakla birlikte bu gelişim sürecinin uzağındaydım. Bu teknikle ilk ciddi ilişkim, doktora tezimi yazarken onu kullanmamla başladı.

Zihin Haritalamada beni en çok etkileyen şey, Tony'yi cezbeden not alma uygulaması değil, not üretme kısmıydı. Tezimi yazarken sadece koca

bir araştırma verisini düzenlemem gerekmiyor, aynı zamanda anlaşılması güç politik bir soruyu –niçin barış hareketlerinin neredeyse hemen hemen hepsinin amaçlarına ulaşmadan başarısız olduğunu– cevaplandırmam ve bu konudaki düşüncelerimi netleştirmem gerekiyordu. Benim deneyimim Zihin Haritaları'nın çok güçlü bir düşünme aracı olduğu yönündeydi çünkü Zihin Haritaları, ana fikirleri tasarlamamı ve birbirleriyle olan ilişkilerini çabuk ve açık bir şekilde görebilmemi sağladı. Düşünme süreci ve kelimeleri kâğıda dökme arasındaki ara bölümü benim için son derece faydalı kıldılar.

Düşünme ve yazma arasında köprü kurma sorununun, üniversite arkadaşlarım için başarı ve başarısızlıkta önemli bir faktör olduğunu fark ettim. Birçoğu bu köprüyü kurmakta başarısız oldu. Araştırma konuları hakkında oldukça bilgi sahibi oldular fakat yazabilmek için tüm ayrıntıları bir araya getiremediler.

Zihin Haritalama, bana büyük bir rekabet üstünlüğü getirdi. Taslak oluşturma ve yeniden taslak oluşturma gibi zaman kaybettirici bir sürece girmeksizin fikirlerimi oluşturmamı ve sınıflandırmamı sağladı. Örneğin, düşünmeyi yazmaktan ayırarak daha açık ve yaygın bir şekilde düşünebiliyordum. Sıra yazmaya geldiğinde zaten net bir yapıya, sabit bir yöne sahip oluyordum ve bu yazmayı daha kolay, hızlı ve eğlenceli hale getiriyordu. Doktoramı bana verilen üç yıl içinde tamamladım, ayrıca başka bir kitap için bir bölüm yazacak, yeni bir üç aylık uluslararası ilişkiler dergisi bulup düzenleyecek, öğrenci gazetesinin yardımcı editörlüğünü yapacak, motosiklete binmeye başlayacak ve evlenecek (evlilik yeminini oluşturmak için eşimle zihin haritası yapacak) zamanım kaldı. Bu deneyimler sayesinde tekniğin yaratıcı düşünme yönüne olan hevesim arttı.

Zihin Haritalama, akademik çalışmalarıma olan yaklaşımımın temel bir parçası olarak kaldı. Çok sayıda kitap, makale ve konferans bildirisi ile baş etmemi sağladı. Bilgi yoğunluğunun birçok insanı tek bir dalda uzman hale getirdiği bu alanda ve her alanda bilgi sahibi olarak kalmama yardımcı oldu. Ayrıca bu tekniği, kapsamlı olmayan teorik olgular hakkında anlaşılır bir şekilde yazmakta kullandım. Bu tekniğin kariyerime olan etkisi, insanların beni kutlarken gösterdikleri şaşkınlıkta yatıyor: "Beklediğimden daha gençsiniz. Bu kadar kısa zamanda nasıl bu kadar çok şey yazabildiniz?"

Zihin Haritalama'nın hayatıma ve çalışmalarıma olan büyük etkisini gördükten sonra, Tony'nin geliştiriyor olduğu geniş çaplı uygulamalar dahilinde, yaratıcı düşünmenin önemi hakkında propaganda yapar hale geldim.

1970'lerin sonunda Tony, Zihin Haritalama hakkında bir kitap hazırlanması gerektiğine karar verdi ve benim bu projede nasıl yer almam gerektiği konusunda tartışmaya başladık. Sonraki on yıl içinde birçok tarz geliştirdik. Tony, öğretme ve yazma işlerinden hareketle, tekniği beyin teorisine bağlamaya başladı, birçok kural üzerinde çalıştı. Ben de,

akademik bir yazar olarak daha dar bir alanda ilerledim. Benim zihin haritalarım, neredeyse renksiz ve şekilsizdi, asıl şeklin yalnızca birkaç parçası ile ortaklık taşıyordu. Ben onları neredeyse sadece yazı işlerim için kullandım, konferans ve yönetim işlerime de aktardım. Zihin Haritaları'nı geniş araştırma projelerimi yapılandırmak ve devamını sağlamak için kullanarak, uzun süreçlerde nasıl derin düşüneceğimi öğrendim.

Bu kitap üzerinde işbirliği yapmak için birkaç sebebimiz vardı. Bunlardan biri, bakış açılarımızı sentezleyerek daha iyi bir kitap üretebileceğimiz düşüncesiydi. Diğeri, Zihin Haritaları için aynı tutkuyu ve hevesi taşımamız, bunu dünyaya yaymak istememizdi. Üçüncü sebep, Zihin Haritaları teknolojisini bazı öğrencilerime öğretmeye çalışırken yaşadığım hayal kınklığıydı. Birkaç başarısız girişim bana, Tony'nin insanların yalnızca teknik öğrenmeye değil, nasıl düşüneceklerini öğrenmeye de ihtiyacı olduğuyla ilgili sözlerini hatırlattı. 'Bu kitap bana öğrettiği gibi size de nasıl düşüneceğinizi ve çalışacağınızı öğretecek' diyerek sunabileceğim bir kitap hazırlamak istedim.

Çalışma süreci çok uzun oldu ve süreğen bir diyalog halini aldı. Kitabın yaklaşık yüzde sekseni Tony tarafından yazılmıştır: beyin teorisi, hafıza ve yaratıcılığın ilişkisi, kurallar, tekniğin büyük bir kısmı, neredeyse tüm hikâyeler ve diğer araştırmalarla olan ilişki. Neredeyse tüm taslağı hazırladığı için yazar odur. Benim asıl katkım, kitabın yapılandırılmasında ve Zihin Haritaları'nın gerçek gücünün, temel başlıkların kullanımı aracılığıyla serbest bırakıldığı iddiasıydı. Bunun ötesinde kitaba, eleştiri, engelleme, kusur bulma, destekleme anlamında ve ortak fikir oluşturmada katkım oldu.

Birbirimizin bakış açısını tamamen anlamak ve değerlendirmek uzun zaman aldı fakat sonunda neredeyse tam bir uzlaşmaya vardık. Bir kitabı birlikte yazmak, süreci yavaşlatmasına rağmen, ortaya bir yazarın tek başına başarabileceğinden daha geniş çaplı ve derin bir ürün çıkarır. Bu kitap da böyle bir çalışmanın ürünüdür.

Tony Buzan

Barry'nin de söylediği gibi, *Zihin Haritaları*'nı yazarken Zihin Haritası'nı kullandık. Böylece tavsiye ettiğimiz şeyi uyguladık ve uyguladığımız şeyi de tavsiye ettik.

On beş yıllık bir sürede bireysel Zihin Haritaları ürettik, sonra da ürettiğimiz iki fikri birleştirdik. Yoğun tartışmalardan sonra, önümüzdeki fikirleri kuluçkaya yatınp harmanladık, doğal olguları gözlemlemeye zaman ayırdık, gelecek aşama için kendi düşüncelerimizi haritaladık ve bir kez daha karşılaştırma yapmak için bir araya geldik ve devam ettik. Tüm kitabın Zihin Haritası ve her bölüm için ayn Zihin Haritaları oluşturulurken, her Zihin Haritası da bir sonraki bölüm için temel oluşturdu.

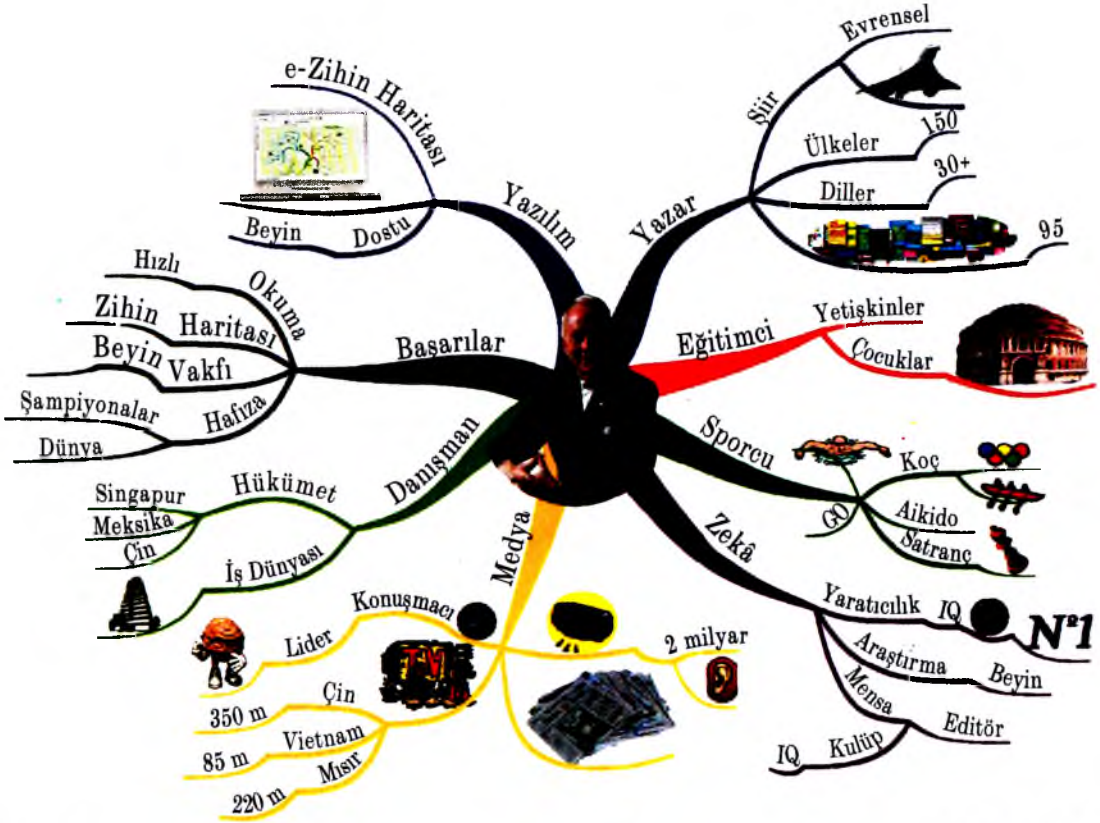
Süreç, 'kardeş' kelimesine, özellikle de 'kardeşlik' kelimesine yeni bir anlam yükledi. Kitabı yazarken, bireysel zihnimizin taşıdığı özelliklerin hepsini ve bir araya gelince oluşan sinerjinin sonuçlarını içeren bir 'grup zihni' oluşturduğumuzu fark ettik.

Günümüzde, ilk *Zihin Haritaları'*nın yayınlanmasından yıllar sonra, 'zihin haritalama' birçok insanın bildiği, küresel bir olgu haline geldi. Sahip olduğu güç, okuyucunun düşünme şeklini radikal bir biçimde değiştirmesinden ileri gelmektedir. Zihin Haritası'nı eğitimde, iş hayatında ve iş-yaşam dengesinde daha iyi kullanmak için yapmamız gereken çok şey olduğunun farkındayız. Bu yüzden de dünyanın her köşesinde 'Zihin Haritaları, Hafıza ve Yaratıcılık' konulu dersler, seminerler vermeye, atölyeler düzenlemeye devam ediyorum. Aynı zamanda Akıl Oyunları Festivali'ni, Dünya Hafıza Şampiyonası'nı ve kitabın sonundaki online kaynaklarda belirttiğim diğer Buzan etkinliklerini duyuruyorum.

Teknoloji geliştikçe, Zihin Haritası yazılımı da gelişti; iş dünyasında, eğitimde ve kişisel kullanımda yaygınlaşmaya başladı çünkü bu yazılım insanlann planlama yapabilmelerine, düzenli çalışabilmelerine ve yaratıcı düşünmelerine katkı sağladı. Dünyanın en büyük girişimcilerinden Bill Gates bu konuda: "Zihin Haritalama yazılımı, fikirleri ve verileri birleştirmenize ve sentezlemenize, en sonunda da yeni bilgi üretmenize yardımcı olacak dijital 'boş bir levha' olarak kullanılabilir," demiştir.

*Zihin Haritaları'*nın size de aynı keşif heyecanını ve yaratıcı fikir üretme zevkini vermesini umuyoruz.





Çağrışımlar yaratan ve hafızayı güçlendiren kelimeler, resimler, hiyerarşi ve kategoriler içeren kitabın yazarı Tony Buzan hakkında yapılmış klasik bir Zihin Haritası örneği

İnsan beyni, milyonlarca **anlamlı** deseni dokuyan **büyüleyici, parlak bir tezgâhtır**; bu tezgâhta değişmeyen, **alt desenler**in değişken uyumudur. Beyin, **kozmik dansa** giren bir galaksi gibidir.

Sir Charles Sherrington

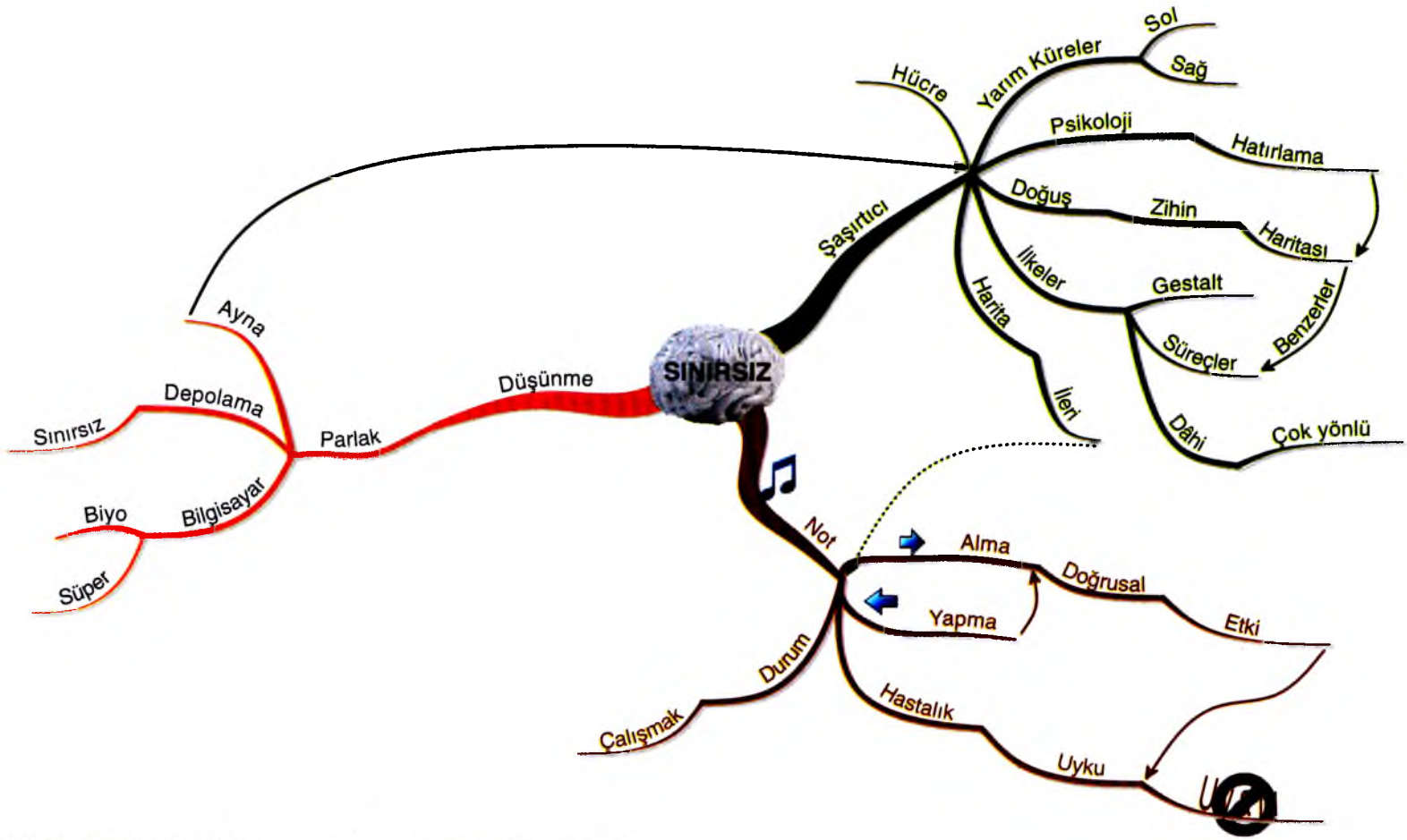
1. Kısım

Zihninizin sonsuz gücü ve potansiyeli



Beynimizin yapısı ve işleyişi ile ilgili bildiklerimiz, son birkaç yüzyıla dayanmaktadır. Beyni tam olarak anlayabilmemiz için katetmemiz gereken uzunca bir yol vardır. Bildiklerimiz, öğrenmemiz gerekenlerin çok küçük bir parçasıdır. Şu anda yalnızca kendi düşüncelerimizi ve başkalarının düşüncelerini değiştirmeye yetecek kadar şey bilmekteyiz.

1. Kısım'da, beyninizin şaşırtıcı yapısı ve işleyişi hakkında bilgiler edinecek, evrensel anlamda dâhi olarak kabul edilen insanların herkeste var olan becerileri nasıl kullanmış olduklarını ve insanların %95'inin neden beyinlerinin işleyişinden memnun olmadıklarını öğreneceksiniz. Bölümün sonunda da bizi Zihin Haritası'na götüren, beyin temelli yeni bir yöntem olan Yayılan Düşünme'ye dair bilgiler bulacaksınız.



Zihin Haritaları ***kitabının ilk üç bölümünün Zihin Haritası şeklindeki analizi***



Şaşırtıcı beyin

Bu bölüm insan beyninin sıradışı işlevlerini ortaya koymaktadır. Burada kaç beyin hücreniz olduğunu öğrenecek, bu hücrelerin ne denli karmaşık bir etkileşim içinde olduğunu keşfedeceksiniz. Ayrıca beyninizin bilgiyi işleme sistemlerinin gerçek doğasını; sağ ve sol yarım kürelerin farklı işlevler gösteriyorken birbirleriyle nasıl iletişim kurduklarını öğreneceksiniz. Beyninizin doğası ve işleyişi hakkında yazılanları okurken, onun şaşırtıcı kapasitesinin ve gücünün farkına varacaksınız.

Modern beyin araştırmaları

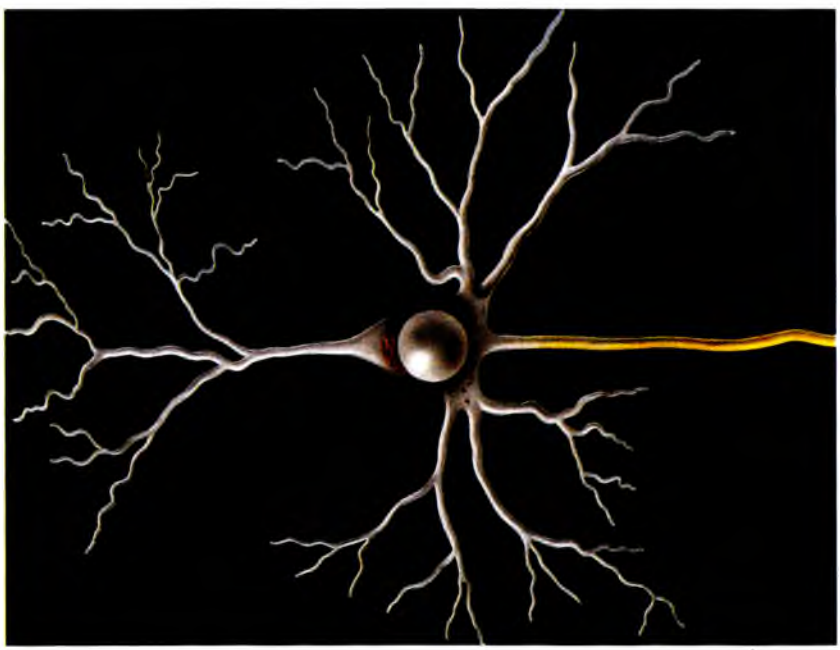
Beyin hücresi

İnsan beyninde 1.000.000.000.000 beyin hücresi (nöron) olduğu tahmin edilmektedir. Bu hücrelerden 100 milyar kadarı düşünme işlevini yürütmektedir. Büyük elektro-kimyasal yapı, güçlü mikro bilgi-işlem ve iletim sistemi içeren beyin hücreleri, tüm karmaşıklıklarına rağmen, toplu iğnenin başına sığabilecek boyuttadırlar. Beyin hücreleri, tek bir beden ve onlarca, yüzlerce, binlerce dokunaca sahip birer ahtapot gibidir.

Ayrıntıya inecek olursak her bir dokunacın hücre merkezinden veya çekirdekten yayılan bir ağaç dalına benzediğini görürüz. Beyin hücresinin dalları, dendritler olarak adlandırılır (dendritler 'doğal, ağaç benzeri yapılar' olarak tanımlanır). Bu hücre tarafından iletilen bilginin ana çıkış noktası olan geniş, uzun dala da akson denilir. Dendrit ve aksonun uzunluğu bir milimetre ile 1,5 metre arasında değişir, etrafında dendritik dikenler ve sinaptik düğmeler, yanan mantar benzeri yumrular vardır.

Bu süper mikroskobik dünyaya daha fazla girersek, her bir dendritik dikenin/sinaptik düğmenin, düşünme sürecindeki temel mesaj taşıyıcılar olan bol miktarda kimyasalı içerdiğini görürüz. Bir beyin hücresinin dendritik dikeni/sinaptik düğmesi, diğer bir beyin hücresinin dendritik dikeni/sinaptlk düğmesine bağlanacaktır ve elektriksel etki beyin hücreleri arasında ilerlediğinde kimyasallar iki hücre arasındaki sıvı ile dolu alana transfer edilecektir. Bu alana sinaptik boşluk denmektedir. Kimyasallar, alıcı beyin hücreleri arasında bir etki oluşturarak yöneldikleri alıcı yüzeye uyum sağlarlar.

Bir beyin hücresi saniyede yüzlerce, binlerce bağlantı noktasından gelen mesajları alabilir. Hücre, büyük bir telefon santrali gibi, gelen bilgideki verileri mikro saniyeler içinde hesaplayacak ve uygun yola yönlendirecektir.



Zihin Haritası'nın yapısını andıran çok kutuplu bir sinir hücresi (nöron)

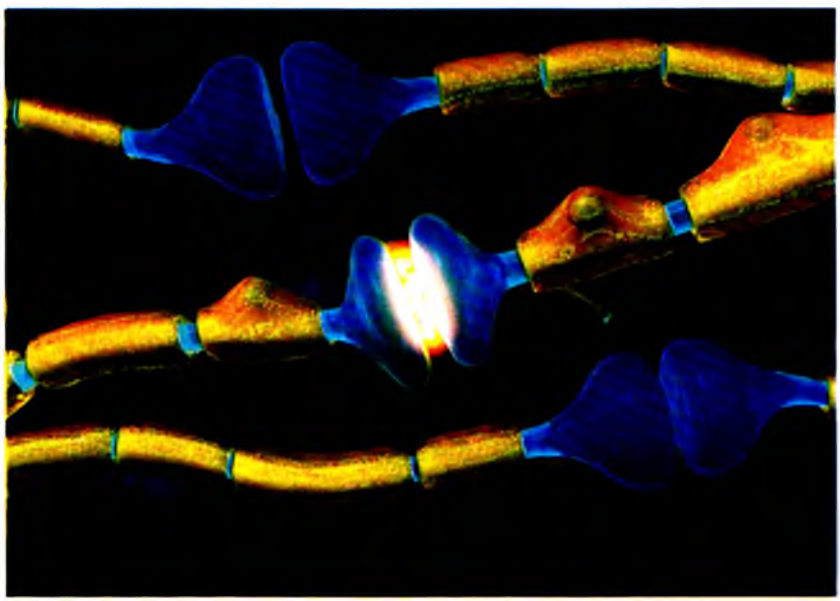
Zihinsel haritaları şekillendirme

Verilen bir mesaj, bir düşünce veya tekrar edilmiş bir anı bir beyin hücresinden diğerine geçerken, biyokimyasal elektromanyetik bir yol oluşur. Bu nöronsal yollar, hafıza yolu olarak bilinir. Bu hafıza yolları ve zihinsel haritalar, modern beyin araştırmalarının en heyecanlı alanıdır ve bizi bazı şaşırtıcı sonuçlara götürür.

Bir düşünceye sahip olduğunuz her an, bu düşünceyi taşıyan yol boyunca biyokimyasal/ elektromanyetik direnç düşer. Bu, ormandaki bir yolu temizlemek gibidir. İlk deneme bir mücadeledir çünkü büyük ağaçların altındaki küçük ağaçlarla, çalılarla savaşmak zorundasınızdır. Bu yolu ikinci kez geçişiniz daha kolaydır çünkü ilk ziyaretinizde yolu temizlemişsinizdir. Bu yoldan ne kadar çok geçerseniz, o kadar az zorlanırsınız. Çok sayıda tekrardan sonra da çok az temizlik gerektiren ya da hiç gerektirmeyen geniş, düz bir patikanız olur. Benzer şey beyninizde de gerçekleşir: şemaları, haritaları veya düşünceleri ne kadar çok tekrar ederseniz o kadar az direnç söz konusu olur. Bu yüzden tekrarın kendisi, tekrar olasılığını arttırır. Başka bir deyişle, zihinsel bir olay ne kadar çok gerçekleşirse, yeniden gerçekleşme ihtimali o kadar çok olur.

Sonsuz olasılıklar

Moskova Üniversitesi'nden Profesör Petr Kouzmich Anokhin, beyin hücrelerinin doğası hakkındaki 60 yıllık araştırmasının sonuçlarını 'Doğal ve Yapay Zekânın Oluşumu' başlıklı makalesinde şu şekilde sunmaktadır:



Bilgi ileten iki beyin hücresini birbirine bağlayan sinapslar

İnsan beynindeki 10 milyar nöronun her birinin, 1.10 ^{28} sayıda bağlantı ihtimali vardır. Tek bir nöron böyle bir potansiyele sahipse, tüm beynin ne yapabileceğini hayal etmemiz çok zor. Bu demek oluyor ki, beyindeki olası kombinasyon ve permütasyonların toplam sayısını yazacak olursak 1'in ardına 10,5 milyon kilometrelik 0 koymamız gerekir! Beyninin tüm bu potansiyelini kullanabilen bir insan yoktur. Bu nedenle insan beyninin sınırlarına dair yapılan hiçbir karamsar tahmini kabul edemeyiz. İnsan beyni sınırsızdır!

Her bir beyin hücresi, aynı anda 10.000 veya daha fazla yakın beyin hücresi ile bağlantı kurabilecek ve onları kapsayabilecek potansiyele sahiptir. Beyninizdeki sonsuz şemalar ve sonsuz 'haritalar' bu sistem içerisinde oluşur, beslenir ve gelişir.

Beyninizin sağ ve sol yarım küreleri

1960'ların sonlarında Nobel Ödülü alan Profesör Roger Sperry (Kaliforniya), beynin en çok gelişen bölümü Serebral Korteks üzerine yaptığı araştırmasının sonuçlarını açıkladı. (Korteks, dış kabuk veya kabuk anlamına gelmektedir.)

Sperry'nin ilk sonuçları, korteksin iki kısmının veya yarım küresinin temel zihinsel fonksiyonları, aralarında paylaşma eğiliminde olduğunu göstermektedir. Sağ yarım kürenin ritim, uzamsal farkındalık, gestalt (bütünlük), hayal gücü, düş kurma, renk ve boyut gibi zihinsel alanlarda baskın olduğu görülürken; sol yarım küre farklı fakat aynı oranda güçlü zihinsel beceriler olan kelimeler, mantık, sayılar, diziler, doğrusallık, analiz ve sıralama becerilerinde etkindir.

Her bir yarım küre belli alanlara egemendir fakat temelde *tüm* alanlarda yetkindir. Roger Sperry'nin tanımladığı *zihinsel beceriler* korteksin geneline dağılmış durumdadır.

İnsanları sol beyinli (bilim insanı) veya sağ beyinli (sanatçı) olarak adlandırmak gücümüzü sınırlamak anlamına gelir çünkü beynimizin her iki tarafını da eşit oranda kullanırız. Kognitif nöro-psikiyatr Michael Bloch, "Kendimizi 'sol beyinli' veya 'sağ beyinli' olarak nitelendirirsek, yeni stratejiler üretme becerilerimizi sınırlamış oluruz," demiştir.

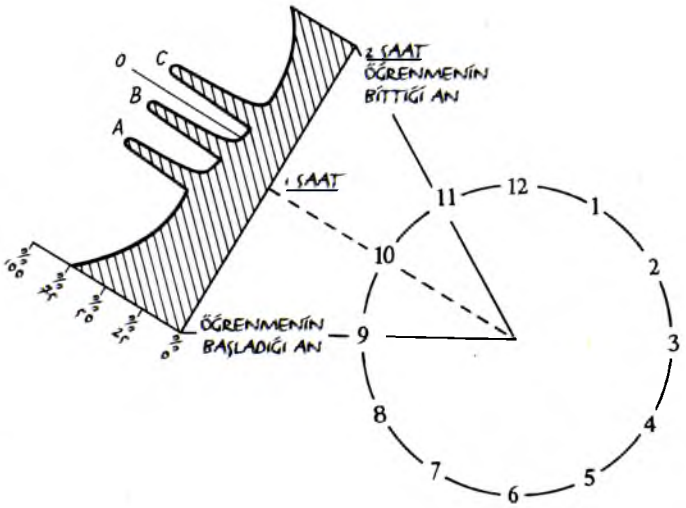


Beynin yarım kürelerinin temel zihinsel işlevleri

Öğrenme – hatırlama psikolojisi

Araştırmalar, insan beyninin öğrenme sürecinde öncelikle aşağıda belirtilen şeyleri hatırladığını göstermektedir:

- Öğrenme sürecinin başlangıcındaki konular (öncelik etkisi).
- Öğrenme sürecinin sonundaki konular (yakınlık etkisi).
- Öğrenilmiş kalıplarla ilişkilendirilen konular veya öğrenilenlerin farklı boyutları ile bağlantılı olanlar.
- Önemli ve eşsiz olduğu vurgulanan konular.
- Beş duyunun herhangi biri tarafından kuvvetli bir şekilde algılanan konular.
- Kişinin ilgisini çeken konular.



Şekil 1.1: Bir öğrenme sürecinde, hatırlamanın en yüksek ve düşük olduğu anları gösteren grafik. En yüksek noktaların sebepleri, yeni bir öğrenme teorisine temel oluşturmak için kullanılabilir.

Bu listeyi, yukarıdaki grafik ile ele aldığınızda beyninizin nasıl çalıştığını daha iyi anlayacaksınız.

Zihin Haritası'nın doğuşu

Hafızanın ve anlama yetisinin beyinde aynı süreçlere sahip olmadığını (sağ/sol beyin teorisini değil) öğrenmem Zihin Haritalama'nın gelişimine sebep olan şeydir. 1960'larda çeşitli üniversitelerde öğrenme ve hatırlama psikolojisi üzerine dersler verirken, gerçekte yaptığım şey ile öğrettiğim teori arasındaki büyük çelişkiyi fark etmeye başladım.

Unutma ve iletişimsizlik ders notlarımın doğasındaydı. Bahsettiğim bu notları, hatırlamadaki en temel iki öğenin ilişkilendirme ve vurgu olduğunu söylediğim hafıza konulu derslerimde kullanıyordum. Fakat bu öğeler benim kendi notlarımda eksikti! Kendime sürekli 'Notlarımda ilişki kurmama ve vurgu yapmama yardımcı olan şey nedir?' sorusunu sorarak, 1960'ların başında o zamanlar embriyonik bir kavram olan Zihin Haritası'na ulaştım.

Bilgi işlemenin doğası, beyin hücresinin yapısı ve işlevleri, serebral korteks ve dâhilerin not alma alışkanlıkları üzerindeki araştırmalarım, orijinal teoriyi doğruladı ve Zihin Haritaları bu şekilde doğdu.

Gestalt – 'bütünlük eğitimi'

Beynimiz desen ve bütünü arama eğilimindedir. Örneğin, birçok insan 'bir, iki, üç...' rakamlarını okurken bu diziye dört eklemek için oluşan dürtü ile mücadele etmek zorundadır. Benzer şekilde eğer birisi, "Sana şaşırtıcı bir hikâye anlatacağım... Hmm, üzgünüm, bunu kimseye anlatmamam gerekiyordu, şimdi hatırladım," dediğinde zihniniz bu hikâyenin tamamlanması için çığlık atar! Bu tamamlama eğilimi gestalt adını alır ve bu eğilim Zihin Haritası ile tatmin edilir. Zihin Haritası, size ilgilendiğiniz şeyi kapsamlı bir hale getiren sonsuz bir şema sunar.

Beynin düşünme süreçleri

Şaşırtıcı bir mekanizma olan beyin, aşağıda açıklanan beş temel işleve sahiptir: kavrama, depolama, analiz etme, üretme ve kontrol etme:

Kavrama: Duyularınızla algılama.

Depolama: Bilgiyi saklama ve saklanan bilgiyi geri çağırma (bellek).

Analiz etme: Örüntü tanıma ve bilgiyi işleme.

Üretme: Düşünme de dahil olmak üzere her türlü iletişim ve yaratıcı faaliyet.

Kontrol etme: Tüm zihinsel ve fiziksel işlevler.

Bu beş kategori birbirini destekler:

1 İlgili ve güdülenmiş iseniz ve **kavrama** süreci beyin fonksiyonları ile örtüşüyorsa bilgiyi kavramanız daha kolaydır.

2 Bilgiyi etkili bir şekilde **kavradıysanız** onu **akılda tutmanız** ve **analiz etmeniz** daha kolaydır. Diğer taraftan, etkili bir şekilde **akılda tutma** ve **analiz etme**, yeni bilgileri kavrama becerinizi geliştirecektir. Benzer bir şekilde, bilgi işlem sürecinin karmaşık bir öğesi olan **analiz**, kavranan bilgiyi **akılda tutma** becerisi gerektirir.

3 **Analiz** becerisi, bilgiyi **kavrama** ve **akılda tutma** becerisinden etkilenir.

4 Bu üç işlev, **kavranan, akılda tutulan** ve **analiz edilen** bilginin Zihin Haritası, konuşma veya jest ile ifadesinde, yani üretimde birleşir.

5 Beşinci işlev olan **kontrol**, beynin, genel sağlık, tutum ve çevresel koşullar da dahil olmak üzere tüm fiziksel ve zihinsel işlevleri izlemesidir. Bu kategori hayati öneme sahiptir çünkü diğer dört işlevin –**kavrama, akılda tutma, analiz etme** ve **üretim**– potansiyellerini hakkıyla yerine getirebilmeleri için sağlıklı bir zihin ve sağlıklı bir beden gerekir.

Düşünme süreçlerine benzeyen Zihin Haritası

Zihin Haritası oluşturmak için beynin tamamının çalışması ve düşünme esnasında nöronların yeni bağlantılar kurmak için hızla hareket ettiği sinerjetik düşünme gerekir. Bu, büyük bir pinball makinesinde milyarlarca gümüş topun oradan oraya fırlatılmasına benzer.

Beyniniz bilgisayar gibi doğrusal ve sıralı bir biçimde düşünmez, *çok yönlü,* yayılan bir biçimde düşünür. Bir Zihin Haritası oluştururken, temeldeki düşüncenin çağrıştırdığı diğer düşünceler yeni yeni dallar oluşturur, ki beynimiz de aynı şekilde çalışır. Ayrıca, Zihin Haritası'ndaki tüm düşünceler birbiriyle ilişkili olduğu için beynin anlama ve imgeleme yetisi gelişir.

Dâhiler çok yönlü düşünürler

Büyük hayalperestler amaçlarını ve tutkularını görselleştirebilmiş, onlara dair güçlü seziler oluşturabilmişlerdir; yaratıcı hayaller Einstein'ın evrenin şeklini 'görebilmesini' sağlamıştır. Dâhiler, hayallerini notlarındaki şekillerle ifade etmişlerdir.

Çağdaşlarının aksine, beyinlerinin sahip olduğu gücü ve kapasiteyi kullanmayı öğrenmişlerdir. Aşağıda analiz etmeniz ve kopyalamanız için birtakım beceriler sunduk. Göreceğiniz üzere bu beceriler herkesce öğrenilebilir. Düşünme, hatırlama, üretme kapasitenizi haritalamayı ve açığa çıkarmayı öğrenirseniz siz de bir dâhi olabilirsiniz!

- *Öngörü*: Yaşamınızın amacına ulaşmak için 'yol gösteren' ışığınızdır. Muhammed Ali'nin zafer öngörüsü öyle netti ki, bir sonraki karşılaşmada nasıl kazanacağını tahmin edebiliyordu.
- *İstek:* Vizyonunuza, misyonunuza ve amaçlarınıza ulaşma doğrultusundaki isteğinizin ve tutkunuzun derecesidir. Bu tutku, Faraday'ın ciltçilik yaparken elektriği keşfetme tutkusu gibi 'şiddetli' olabilir.
- *Planlama:* Vizyonunuza ulaşmak için odağınızı netleştirmektir. Çin'in ilk imparatoru Qin Shi Huangdi'nin Çin'i bir araya getirip Çin Seddi'ni inşa etmesi bunun en iyi örneğidir.

- *Konu bilgisi*: Büyük dâhiler ilgilendikleri alanda bol miktarda bilgiye sahiplerdi.
- *Zihinsel okuryazarlık:* Beynin bellek, yaratıcılık, öğrenme ve genel düşünme becerilerini anlama.

Dâhi beyinler

Dâhilerin diğer bir özelliği de sürekli not almalarıydı. Edison'un, kâşif, üretici, girişimci ve akıllı bir iş adamı olarak geçirdiği 60 yıllık kariyerinde en az 5 milyon sayfalık notu vardır. Bu konu, karmakarışık ve karalama notlar tutmakla eleştirilenlerinizin haklılığını gösterecektir!

Geçtiğimiz 35 yıl boyunca derslerimde, 'dâhi' olarak kabul görmüş düşünürlerin notlarını, kimliklerini belirtmeden gösterdim. Katılımcılara notların kimlere ait olduğunu sordum.

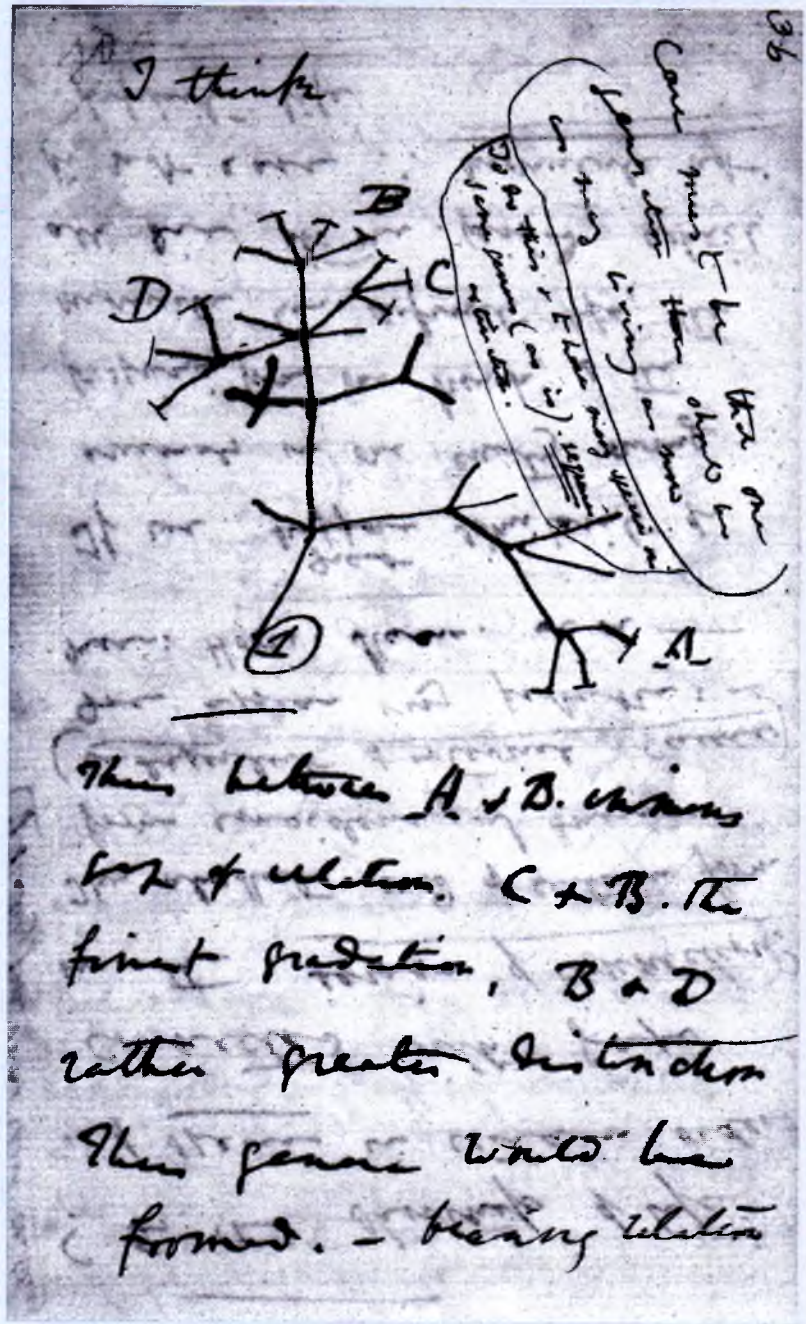
Katılımcılar, genellikle yanlış tahminlerde bulunarak, da Vinci, Picasso, Darwin ve en az bir büyük müzisyen, bilim insanı veya politikacı isminden bahsettiler. Bu tecrübe, da Vinci ya da Einstein gibi insanların yaşıtlarından daha çok zihinsel beceri kullanarak mükemmele ulaşmaları gerektiğini varsaydığımızı gösteriyor. Darwin, da Vinci'ye dair ilerieyen örnekler, Dâhi Beyinler'in (doğrusal düşünen çağdaşlarından farklı olarak) gerçekten de doğal becerilerinin çoğunu kullandığını ve sezgisel bir biçimde Yayılan Düşünme ve Zihinsel Haritalama'nın ilkelerini kullanmaya başladıklarını kanıtlayarak bu varsayımı destekliyor.

Zihinsel becerilerin tümünü kullanma

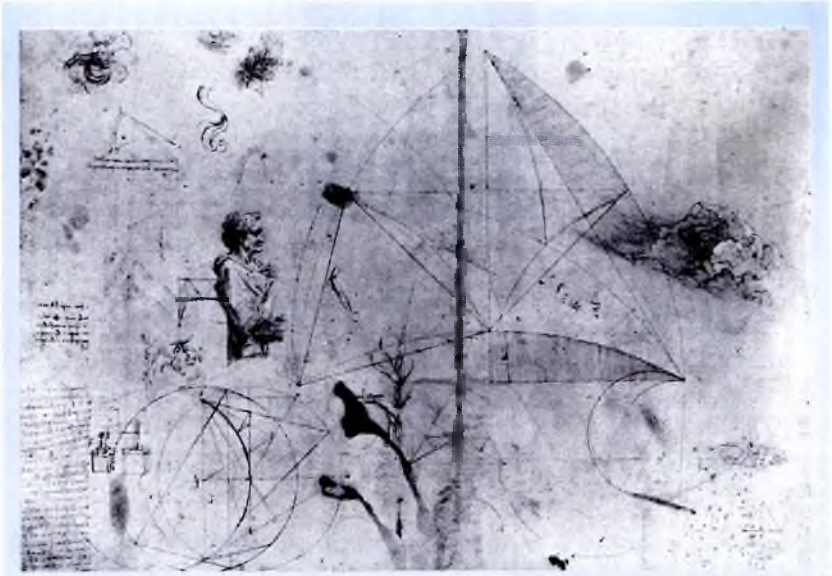
Notlarınızın veya herhangi bir not dizisinin mükemmelliğine karar vermenin hızlı bir yolu, 9. sayfadaki zihinsel beceriler listesine göz atmak ve notlarınızda bu becerilerden kaçının olduğunu kontrol etmektir. Notlarınıza ne kadar çok beceri dahilse, notlar o kadar iyidir.

Leonardo da Vinci'nin notları bu noktaya işaret etmektedir. Da Vinci notlarında, kelimeler, semboller, diziler, sıralama, doğrusallık, analiz, ilişkilendirme, görsel ritim, sayı, tasvir, boyut ve bütünlük kullanmıştır ve bu notlar, tüm zihnin kendini tamamıyla ifade ettiğinin bir örneğidir. Charles Darwin'in notları da kendi düşünce süreçlerinin dışsal bir ifadesidir.

Hepimiz aynı zihinsel gücü kullanabileceğimizi biliyoruz. Peki neden birçok insan düşünme, yaratıcılık, problem çözme, planlama, hafıza ve değişimle baş etme de büyük sorunlar yaşıyor?



Charles Darwin'in evrim ağacı, Zihin Haritası'nm yapısına uymaktadır.



Leonardo da Vinci'nin notlarında tüm zihinsel beceriler kullanılmaktadır.

Yol 'harita'sı

Fizyolojik ve psikolojik olarak kanıtlandığına göre, artık beynimizin serbest bırakılmayı bekleyen büyük bir gücü olduğunu biliyoruz. Dâhiler üzerine yaptığımız araştırmalar onların –etraflarındakilerden farklı olarak– zihinsel güçlerini büyük oranda kullanabildiklerini, daha da önemlisi hepimizin bu gücü kullanabileceğini göstermektedir. Peki bu gücü neden kullanamıyoruz? Cevabı, bir sonraki bölümde bulabiliriz.



Not alma ve not üretme

Bu bölüm, dünyada şu anda kullanılan not alma ve not üretme sistemlerinin temel eksikliklerini ortaya koymaktadır. Not alma ve not oluşturmanın çeşitli biçimlerinin etkililiğini (veya etkisizliğini) analiz ederek, yaratıcılığımızı, düşünme süreçlerimizi, problem çözme ve hatırlama becerilerimizi geliştiren bir sistem oluşturmaya başlayabiliriz.

Doğrusal notların hâkimiyeti

Okullarda, üniversitelerde ve çeşitli meslek gruplarındaki insanların not alma ve not üretme biçimlerini araştırdık (not üretme, kendi düşüncelerini yaratıcı, yenilikçi bir şekilde organize etme anlamına gelir. Not alma da başkalarının bir kitapta, makalede veya dersteki düşüncelerini özetlemektir). Bu araştırma gözlem, soru ve pratik deneyler yoluyla birçok ülkede yapıldı.

Deneylerden birinde, grubun her bir üyesinden, beş dakika içerisinde, 'Beyin, Yenilik, Yaratıcılık ve Gelecek' konulu yenilikçi ve yaratıcı konuşmalar hazırlamaları istendi. Üyelere çeşitli kâğıtlar, renkli kalemler ve diğer yazı malzemeleri sağlanarak notlarının hafıza, iletişim ve sunum, yenilik, yaratıcılık, planlama, analiz, karar verme, zaman yönetimi, problem çözme, mizah ve dinleyici katılımı gibi öğeleri içermesi istendi.

Üyelerin çoğu kendilerine çeşitli malzemeler sağlanmasına rağmen, standart, çizgili kâğıt ve tek bir kalem (genellikle siyah, mavi veya gri) seçti. Deneyde kullanılan üç temel biçim ise şuydu:

- **Cümle/anlatım biçimi**: İletilecek ne varsa rapor şeklinde yazılır.
- **Liste biçimi**: Fikirler akıla geldiği gibi liste halinde yazılır.
- **Numerik/alfabetik biçim**: Temel kategoriler ve alt kategorilerin olduğu hiyerarşik dizinle yazılır.

Ziyaret ettiğimiz her okulda, üniversitede ve işyerinde test edilenlerin %95'i, yukarıda sıralanan üç temel biçimi kullanmışlardır. Birçok insan da bu üç temel biçimin çeşitli öğelerini bir araya getirmiştir. Tüm dünyada not üretme ve not almanın standart sistemleri birbirinin aynıdır. Ortadoğu ve Asya'nın notları Batı notlarından farklı görünse de esasında aynı öğeleri içerirler. Çince, Japonca ve Arapça gibi diller yukarıdan aşağıya veya sağdan sola yazılmasına rağmen, kullanılan notlar hep doğrusaldır:

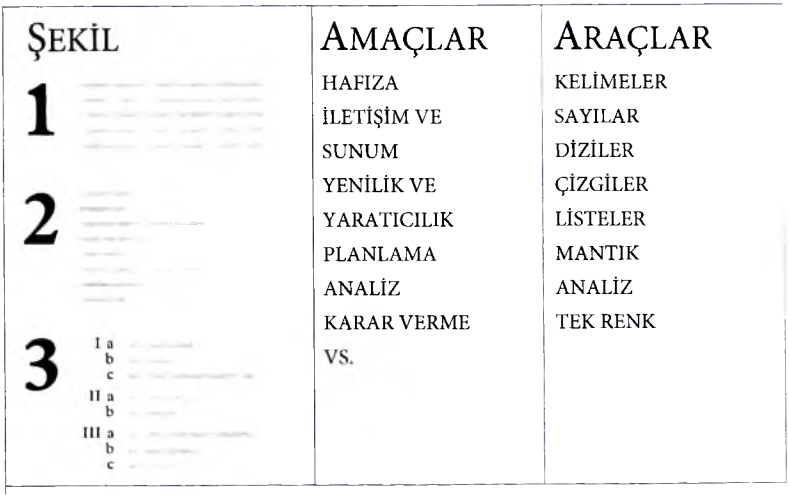
Bu üç temel biçimde kullanılan araçlar şunlardır:

1. **Doğrusal modelleme**: Notlar genellikle düz çizgiler halinde yazılmıştır. Dilbilgisi, kronolojik dizin ve hiyerarşik dizin de kullanılmıştır.
2. **Semboller**: Harfler, kelimeler ve sayılar içerir.
3. **Analiz**: Analiz kullanılmıştır fakat niteliği, içerikten çok doğrusal yapıya vurgu yapan doğrusal modellemeden olumsuz etkilenmiştir.

Semboller, doğrusal modelleme, kelimeler, sayılar ve analiz, standart not üretme, not almanın temel öğeleridir fakat bunlar, beynin serebral korteksinin mevcut öğelerinden yalnızca birkaçıdır.

Standart notlar aşağıda belirtilen öğelerden tamamıyla yoksundur:

- Görsel ritim
- Görsel örüntü da yalnızca örüntü
- Renk
- İmge (imgeleme)
- Görselleştirme
- Boyut
- Uzamsal farkındalık
- Gestalt (bütünlük)
- İlişki



Dil veya ırk gözetmeksizin dünyadaki tüm okullarda ve mesleklerde not yapanların %95'i tarafından kullanılan başlıca üç not alma şekli. Kullanıcılarının beyinlerini niçin çıkmazda bıraktıklarını görebiliyor musunuz?

'Toplu uyku hastalığı'

Bu eksik öğeler, tüm beyin fonksiyonlarında –özellikle öğrenme sürecindeki hatırlamada– gereklidir (9. sayfa). Bu nedenle, araştırmamıza katılanların çoğunun not alma işini sinir bozucu bulmaları şaşırtıcı değildir. Not üretme ve not alma ile ilişkilendirilen ifadeler genellikle 'sıkıcı', 'ceza', 'baş ağrısı', 'boşa giden zaman', 'başarısızlık'tır.

Ayrıca, notların %95'i tek bir renkle (genellikle mavi, siyah veya gri), tekdüze bir şekilde yazılmıştır. Peki beyin sıkıldığı zaman ne yapar? Dikkat etmez, ilgisini kaybeder ve uyku haline geçer. Bu yüzden, okuryazar nüfusun %95'i, kendilerini ve başkalarını sıkan, dikkat dağıtan, kişiyi bilinçdışı duruma sokan notlar üretirler ve bu yaptıkları işe yarar. Bunu anlamak için okullardaki, üniversitelerdeki, dünyanın her yerindeki şehir ve kasabalardaki kütüphanelere bakmamız yeterlidir. Bu kütüphanelerdeki insanların yarısı sizce ne yapıyor? Elbette ki uyuyor! Öğrenme alanlarımız, halka açık, büyük yatak odalarına dönüşüyor!

Öğrenmeye tepki olan bu 'uyku hastalığı', son birkaç yıldır büyük çoğunluğumuzun serebral korteksinin yarı kapasitesini kullanarak not üretiyor olmasından kaynaklanıyor. Sağ ve sol yarım küremize ait beceriler artan bir devinim ve gelişme gösterecek şekilde iletişim kuramıyorlar. Biz de beynimizi, reddetmeyi ve unutmayı destekleyen bir not üretme/not alma

sistemi ile semerliyoruz! Bu ikisinin ortak zararları da bize ağır bir bedel ödetiyor.

Standart not üretme/not alma sistemleri:

Anahtar sözcükleri gizlerler – Önemli fikirler anahtar sözcüklerle ifade edilir. Bu sözcükler, okunduğunda veya işitildiğinde, geriye dönük çağrışımlar yaratacak isimler ve güçlü kelimelerdir. Standart notlarda bu sözcükler farklı sayfalarda görülürler ve önemsiz kelimeler yığını tarafından gizlenirler. Bu faktörler, beynin temel kavramlar arasında uygun çağrışımlar yapmasını engeller.

Hatırlamayı zorlaştırırlar – Tekdüze (tek renk) notlar görsel olarak sıkıcıdır. Bu yüzden reddedilir ve unutulurlar. Ayrıca, standart notlar genellikle benzer görünümlü, sonsuz bir liste şeklindedir. Bu listelerin tekdüzeliği, beyni yarı hipnoz haline getirerek hatırlamayı olanaksız hale getirir.

Zamanı boşa harcarlar – Standart not üretme/not alma sistemleri:

- gereksiz notların okunmasını,
- gereksiz notların tekrar okunmasını ve
- anahtar kelimelerin aranmasını gerektirerek zamanı boşa harcarlar.

Beyin yaratıcılığını harekete geçirmezler – Standart notlar, doğaları gereği beynin çağrışımlar yapmasını engellerler bu nedenle de yaratıcılığı ve hafızayı etkisiz hale getirirler. Ayrıca beyin, listelenmiş notlarla karşılaştığında sona gelindiği anlamını çıkarır. Bu yanlış tamamlama eğilimi, zihinsel bir uyuşturucu gibi düşünce süreçlerimizi yavaşlatır ve baskılar.

Not üretme/not alma üzerine yapılan araştırmaların sonuçları

Bu sonuçlar, Exeter Üniversitesi'nden Profesör Dr. Howe'un not üretme/not alma üzerine yaptığı akademik çalışmalar da dahil olmak üzere birçok araştırma tarafından desteklenmektedir. Dr. Howe'un çalışmaları, not almanın farklı biçimlerinin etki değerlendirmesidir. Değerlendirme, öğrencilerin notlarından faydalanarak ne kadar iyi konuşabildiklerine; notları, sınav öncesinde içeriği hatırlatması ve düşünülmüş cevaplar sağlaması için gözden geçirme amaçlı kullanıp kullanmadıklarına bakılarak yapılmıştır. Sonuçlar, en kötüden en iyiye doğru şu şekilde sıralanmıştır:

1 Tamamıyla kopya notlar verilmiştir.

2 Tamamıyla kopya notlar üretilmiştir.

3 Cümle özeti şeklinde notlar verilmiştir.

4 Cümle özeti şeklinde notlar üretilmiştir.

5 Anahtar sözcüklerden oluşan notlar verilmiştir. (Bu yöntemin oldukça zayıf olduğu kanıtlanmıştır çünkü bu notları gören kişi uygun zihinsel çağrışımlar üretememektedir.)

6 Anahtar sözcüklerden oluşan notlar üretilmiştir.

Howe'un çalışmaları kısaca şunu gösterir: Başarılı not almada verimlilik ve kişisel aktif katılım çok önemlidir.

Olumsuz etkiler

Etkisiz not üretme/not alma sistemlerinin tekrarlı kullanımı, beynimiz için bazı olumsuz sonuçlar doğurur:

- Beynin kötüye kullanıma tepkisi sonucunda konsantrasyonumuzu kaybederiz.
- Bizi çalıştığımız şeyin akla gelmeyecek ayrıntılarını keşfetmeye sürükleyen, zaman kaybettirici bir not üretme alışkanlığı ediniriz.
- Zihinsel becerilerimize ve kendimize olan güvenimiz azalır.
- Çocuklarda ve nasıl öğreneceğini öğrenme konusunda şanslı olanlarda var olan öğrenme aşkını kaybederiz.
- Can sıkıntısı ve sinir bozukluğu yaşarız.
- Ne kadar çok çalışırsak, o kadar az ilerleriz çünkü farkında olmadan kendimize karşı mücadele halindeyizdir.
- Bize katkı sağlayacak bir sisteme ihtiyacımız olduğu halde, bize zarar veren bir sistemi sürdürüyor oluruz.

New York'taki bir kız, 9 yaşındayken A seviyesinde bir öğrenciydi. Başarısı, 10 yaşına geldiğinde B seviyesine, 11 yaşındayken C seviyesine, 12 yaşındayken de D'ye, yani başarısızlık seviyesine düştü. Kızın anne babası ve öğretmenleri şaşkındı çünkü kız çok çalışıyordu ve de oldukça zekiydi.

Kızın anne babası, benimle bir görüşme ayarladı. Uzun ve hüzünlü bir konuşmadan sonra kız bir anda hareketlendi. "Aslında her yıl giderek geliştirdiğim tek bir şey var," dedi.

"Nedir?" diye sordum.

"Notlanm," diye cevapladı.

Kızın cevabı beni yıldırım gibi çarpmıştı çünkü durumdaki tüm gizemi çözüyordu. Kız, okulda daha başarılı olmak için daha fazla ve daha iyi not tutması gerektiğini düşünmüştü. Ona göre notların 'daha iyi' olması, düzenli ve kelimesi kelimesine yazılmış cümleler halinde olması anlamına geliyordu. Sonuç olarak, çalıştığı şeyi yanlış anlamasına ve unutmasına sebep olabilecek bir şey için masumane bir çaba gösteriyordu. Ne yaptığını fark ettiği an, Zihin Haritalama'yı uygulamaya ve gidişatı tersine çevirmeyi başardı.

Sonuç olarak, mevcut not üretme/not alma sistemleri, beynimizin büyük öğrenme potansiyelinin yalnızca bir parçasını kullanmaktadır. Dâhi Beyinlerin zihinsel kapasitelerini bizlerin de yapabileceği gibi geniş ölçüde kullanabildiklerini biliyoruz. Bu bilgiler eşliğinde, beynimizin daha açık, doğal ve etkili kullanımı olan Yayılan Düşünme ile tanışmak için bir sonraki bölüme geçelim.



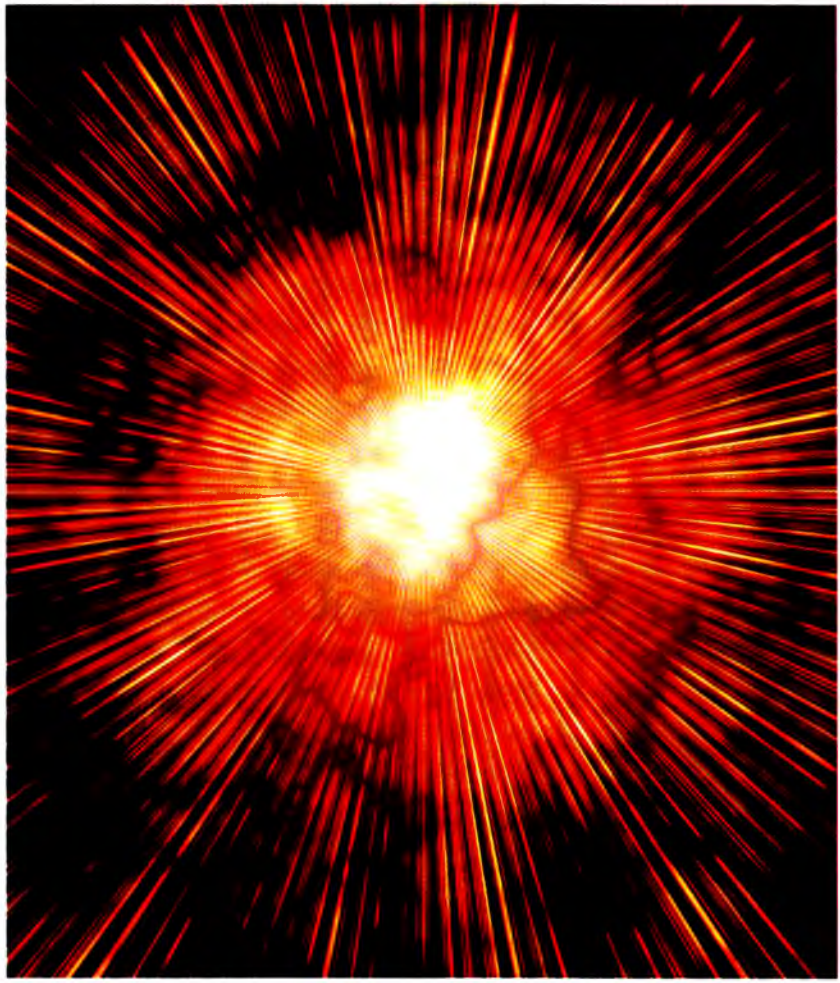
Yayılan Düşünme

Olgunlaşmış bir armut tattığınızda, çiçek kokladığınızda, müzik dinlediğinizde, bir akarsuyu izlediğinizde, sevdiğinize dokunduğunuzda veya anılarınızı hatırladığınızda beyninizde neler olur? Bu sorunun cevabı hem basit hem de şaşırtıcı derecede karmaşıktır.

Beyninize giren her bilgi parçasının –algı, anı veya düşünce (kelime, sayı, kod, yiyecek, çizgi, renk, tasvir, ritim, not ve doku ile birleşerek)– merkez küreden onlarca, yüzlerce, binlerce ve milyonlarca kıvrıma yayıldığı söylenebilir. Her kıvrım bir çağrışımı, her çağrışım da kendi sonsuz bağlantısını ifade eder. Kullandığınız çağrışımlar, hafızanız, veri bankanız veya kütüphaneniz olarak düşünülebilir. Beyninizin bunun bir sonucu olarak, dünyanın en gelişmiş bilgisayarlarının analitik kapasitesini ve depolama olanaklarını gölgede bırakan bilgilere ve Zihin Haritaları'na sahip olduğunu söyleyebiliriz.

Süper biyo-bilgisayar

Beyninizin devasa bir çağrışım makinesi –sonsuz sayıda bilgiden yayılan düşünce yollarının oluşturduğu süper bir biyo-bilgisayar– olduğunu görebilirsiniz. Bu düşünce yolları, beyninizin fiziki yapısını oluşturan nöronsal bağlantılardır. Bu bağlantılar, bir yaprağın damarlarına, bir ağacın dallarına veya dünyanın en büyük nehri olan Amazon'un etrafa yayılan kollarına benzer. Küçük bir hesaplama, mevcut bilgi birikiminizin ve onlardan yayılan çağrışımların katrilyonlarca bilginin ilişkisi ile oluştuğunu gösterecektir.



Bir süpernova patlaması

Sınırsız depolama

Birçok insan, beyninin neredeyse 'dolu' olduğunu söyleyerek yeni bir şey öğrenmemektedir çünkü geri kalan değerli kısmı, 'gerçekten önemli olan' şeyler için saklamayı düşünmektedir. Oysa endişelenmek için bir sebep yoktur çünkü biliyoruz ki, beynimiz 100 yıl boyunca her saniyede on parça bilgi alsa bile (bu parçalar basit bir kelime veya resim olabilir) depolama kapasitesinin onda birinden daha azını kullanır.

Bu şaşırtıcı depolama kapasitesi, metabolik süreçlerimizi oluşturan karmaşık nöronsal yollar ile açıklanır. Bir metabolik yolun tek bir bölümü bile oldukça karmaşıktır. Birçok veri depolamış olmanıza ve birçok bağlantı kurmanıza rağmen, yeni kalıplan ve düşünce kombinasyonlarını yayma

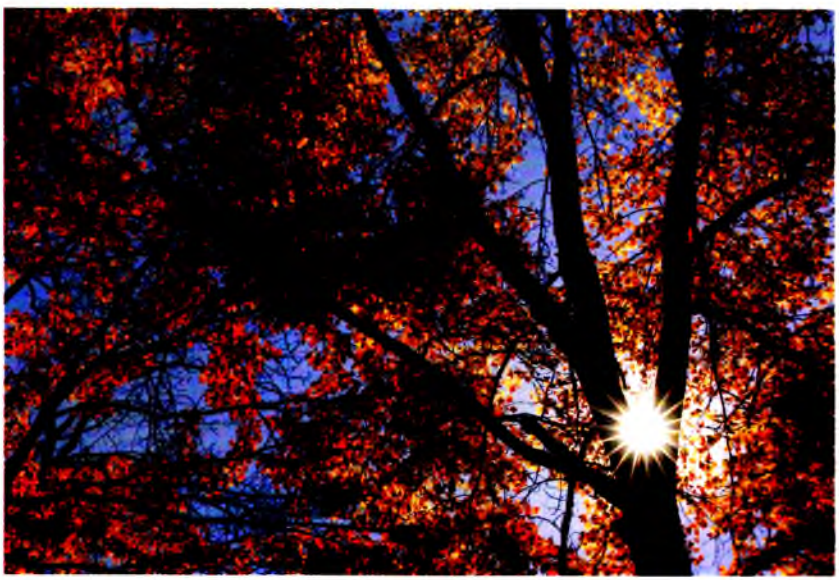
potansiyeliniz, sahip olduğunuzu düşündüğünüzden katrilyonlarca kat fazladır! Yeni bilgileri ne kadar çok bütünleşmiş, yayılan ve düzenli bir şekilde alırsanız, o kadar kolay öğrenirsiniz.

Yayılan Düşünme (yayılan, yönlere veya bir merkezden etrafa dağılan veya yayılan anlamındadır) bir merkezden yayılan veya merkeze bağlanan çağrışımsal düşünme süreçlerini ifade etmektedir. 'Yayılan'ın diğer anlamları da konu ile ilgilidir: 'parlak bir şekilde ışıldamak', 'neşe ve umutla parlayan gözlerin bakışı', 'düşünce patlaması'na benzeyen meteorik bir yağışın odak noktası.

Yayılan Düşünme'nin yansıması

Yayılan Düşünme, beynin yapısını ve işlevlerini yansıtmaktadır. Zihin Haritası, bunun dışa yansımış halidir ve beynin büyük düşünme gücüne erişimini sağlar.

Zihin Haritası, her zaman merkezdeki bir imgeden yayılır. Her kelime ve imge kendi içinde, çağrışımın ikincil birer merkezidir ve ortak bir merkeze doğru veya merkezden dallanan örüntülerin sonsuz zinciri içinde ilerlerler. Zihin Haritası, iki boyutlu bir sayfaya çizilmesine rağmen mekân, zaman ve renkleri içine alan, çok boyutlu bir gerçekliği temsil etmektedir.



Arasından gün ışığı süzülen ağaç dalları, Zihin Haritası'nın yapısını yansıtmaktadır. Güneşin ışınları da Yayılan Düşünme'yi temsil etmektedir.

Bu güçlü aracı kullanmayı öğrenmeden önce, beynin işlevsel ilkelerini öğrenmek gerekir. Yayılan Düşünme, tüm insanların sahip olduğu otomatik bir düşünme şeklidir. Düşünme süreçlerimizin evrimsel gelişimi boyunca, beynimizi çok yönlü ve Yayılan Düşünme'den çok, tek yönlü, doğrusal düşünme ile sınırlandırmış bulunmaktayız. Yayılan Düşünme yetisini kullanan bir beyin, kendi düşünme süreçlerini yayılan bir biçimde yansıtmalıdır. Bu biçim, 2. Kısım'da göreceğimiz üzere Zihin Haritası'dır.

Zihin Haritalama **bireylerin** ve kurumların **öğrenmelerini, verimliliklerini** arttıran, **yaratıcı ve etkili** bir tekniktir. **Fikirleri** ve **içgörüleri** kâğıt üzerinde yakalamaya yarayan, devrimsel bir sistemdir.

Loyola Üniversitesi'nden Anthony J. Mento ve Raymond M. Jones; Johns Hopkins Üniversitesi MBA Programı'ndan Patrick Matinelli

2. Kısım

Zihin Haritası'na giriş



İnsan beyni araç çubukları veya menü listeleri aracılığıyla değil, sinir sistemi gibi doğal bir sistemle çalışır. İyi çalışabilmesi için doğal, organik akışı yansıtan araçlara ihtiyacı vardır. Bu araç, Zihin Haritası'dır. Zihin Haritası, doğrusaldan (tek boyutlu) çift boyutluya, çok boyutlu düşünmeye doğru atılan önemli bir adımdır.

Beyninizin işleyişi ve kapasitesi ile ilgili bilgileri edindikten sonra, bu bölümde beyin fırtınası veya çağrışım teknikleri aracılığıyla, zihinsel enerjinizi açığa çıkaracak kelime ve resimlerin dünyasına gireceğiz. Bu yolculuk, zihinsel potansiyelinizi açığa çıkarma temellerine dayanmaktadır ve bu da sizi Zihin Haritası sürecine ve kurallarına götürecektir.

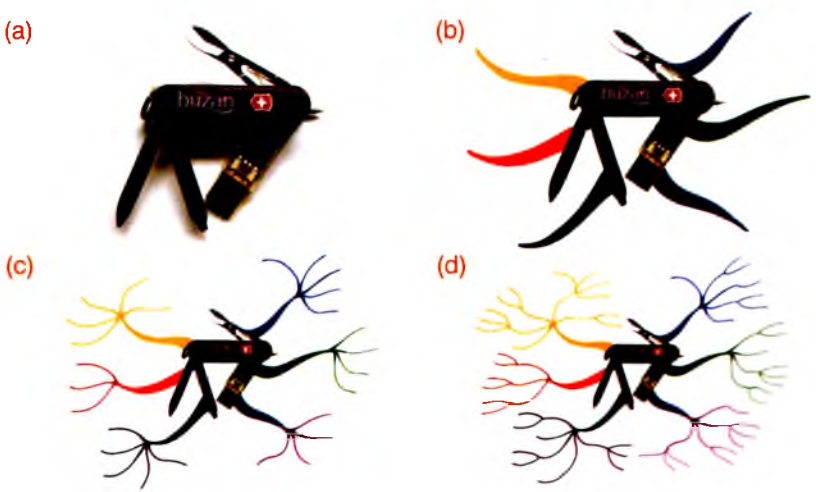


Zihin Haritası'nın tanımı

Zihin Haritası, Yayılan Düşünme'nin grafik gösterimidir. 3. Bölüm'de de değinildiği gibi, Yayılan Düşünme, beynin düşündüğü ve fikir ürettiği bir süreçtir. Yayılan Düşünme'nin bir gösterim şekli olan Zihin Haritası, içeride neler olduğunu yansıtan bir aynadır. Aslında Zihin Haritası, Yayılan Düşünme'ye benzer ve onu tekrar eder, beynin doğal işlevlerini arttırarak daha güçlü kılar.

Bir Zihin Haritası'nın özellikleri

Zihin Haritası özellikle hafıza, yaratıcılık, öğrenme ve her türlü beyin işlevine uygun, görsel, grafik bir bütüncül düşünme aracıdır. 'Beynin İsviçre çakısı' olarak da ifade edilebilir (bkz. aşağıya).

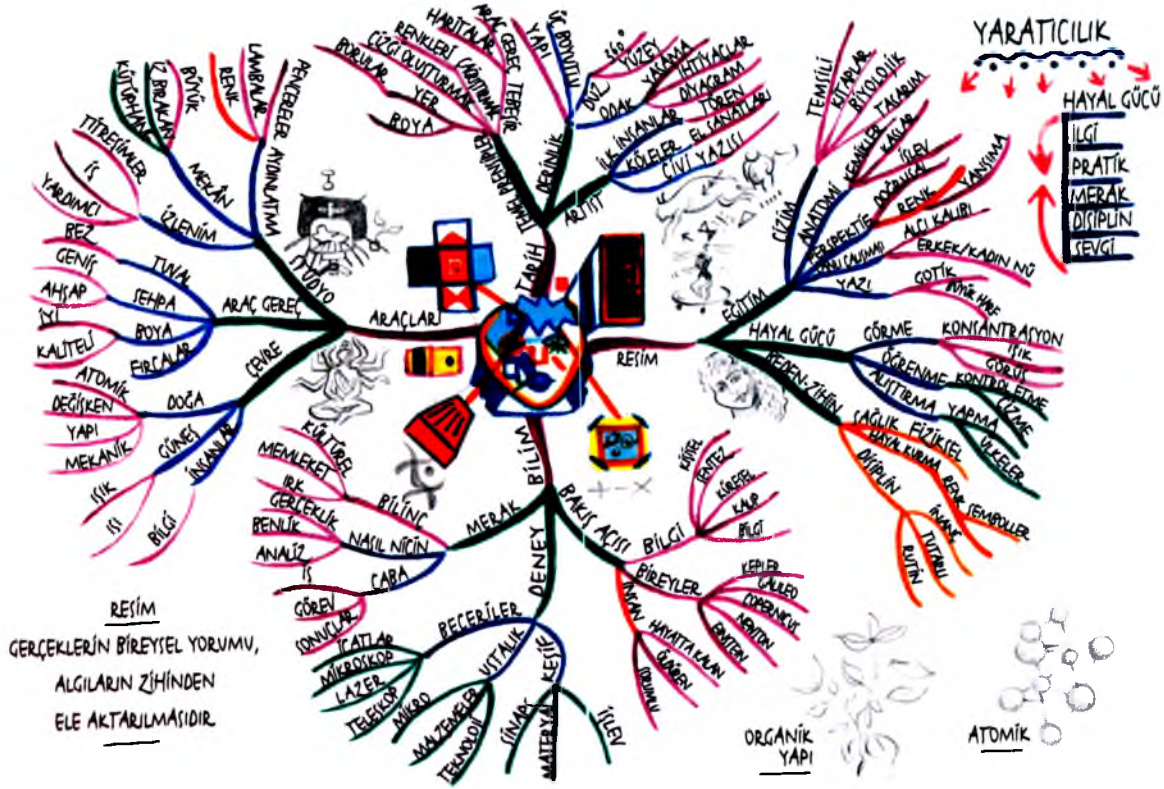


Zihin Haritası oluştururken, merkezi resimden (a) Temel Sıralama Fikirleri'ni ve ilk dalları (b) oluşturmak; ikincil dalları (c) ve onların alt dallarını (d) geliştirmek

1. Hedef konu, merkeze çizilen bir resim ile ifade edilir. Örneğin bir kitap planını haritalamayı düşünüyorsanız, kitabın resmini haritanızın merkezine koymalısınız.
2. Merkezdeki resimden etrafa dallar yayılır. Öncelikle ana temalar dallandırılır, alt konular da bu dallardan yayılır.
3. Her bir dalda, anahtar bir kelime veya resim kullanılır.

Zihin Haritanızı geliştirin

Zihin Haritanızı yaparken yaratıcılığınızı kullanarak, onu resimlerle, renklerle zenginleştirebilir, üç boyutlu bir hale getirebilirsiniz. Alt dalları kodlayabilir, onu size ait, özgün bir hale getirmek için her türlü şifrelemeyi kullanabilirsiniz. Zihin Haritanızı görsel olarak zengin bir hale getirdiğinizde, etkisini artırmış olursunuz çünkü beynimiz renklere ve resimlere daha iyi tepki verir. Yani, Zihin Haritanızı yaparken ne kadar yaratıcı olursanız, ondan aldığınız verim de o kadar artacaktır.



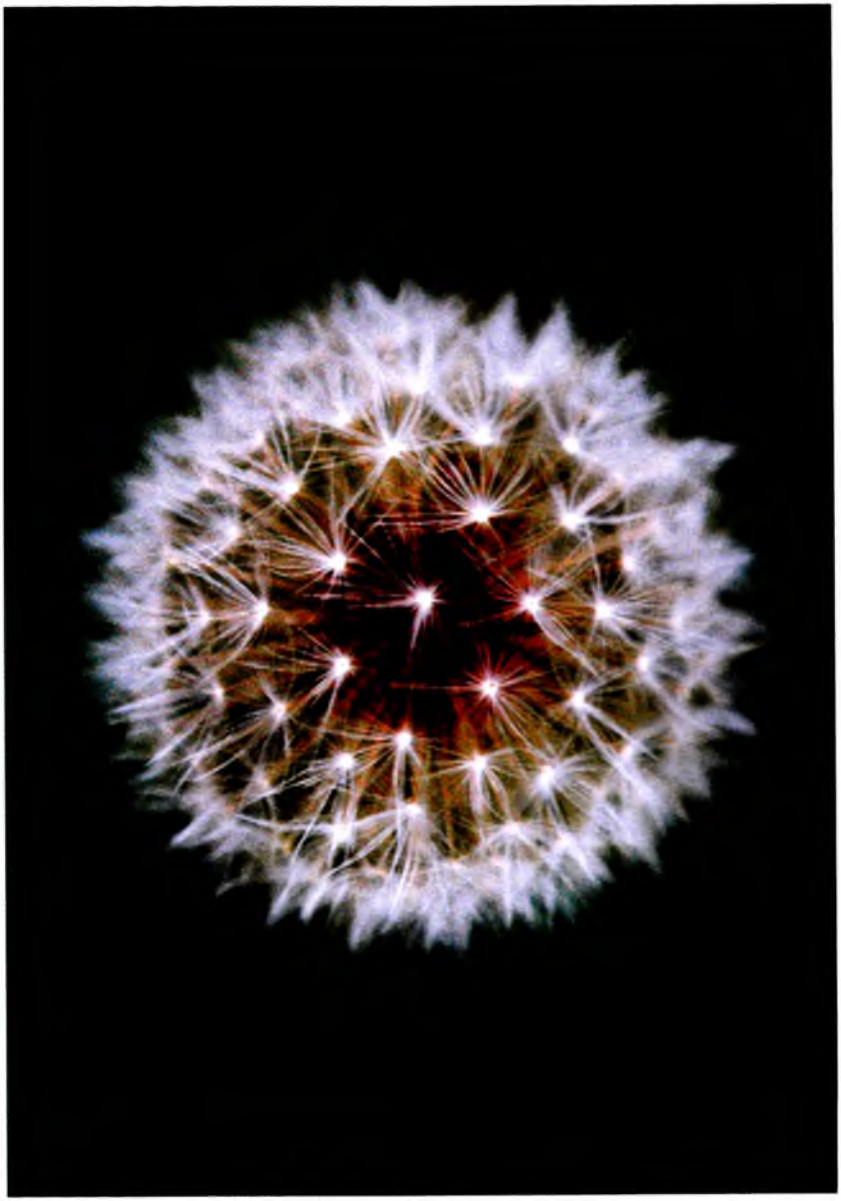
Lorraine Gill'in yaratıcılığın doğası ve sanatçının bakış açısını yansıttığı Zihin Haritası

Beyninizi kullanma ihtiyacı duyduğunuzda, düşünme kapasitenizi ve hafızanızın gücünü artırmak için Zihin Haritası'nı kullanabilirsiniz. Fikir oluşturma, bilgileri kaydetme ve işleme, bir proje yürütme en çok başvurulan zihinsel faaliyetlerdir; Zihin Haritası bu ve bunun gibi zihinsel güç gerektiren her türlü faaliyete uygulanabilir.

Zihin Haritaları her yerde

Zihin Haritası'nın etkisi onun dinamik yapısına bağlıdır. Bir Zihin Haritası, merkezden yayılan dallarla, resimlerle, kelimelerle ve renklerle doğal bir yapı görünümündedir. Bir yaprağın üzerindeki damarlara baktığımızda, doğanın Zihin Haritaları'nı görürüz. Aynı şekilde beyin hücrelerimizin bağlantıları ve sinapslar da Zihin Haritaları'na benzemektedir. Doğal dünya da bizim gibi sürekli değişmekte ve yeniden oluşmaktadır. Zihin Haritası bu doğal dünyadan esinlenen ve faydalanan bir düşünce aracıdır.

Şimdi, kelimelerle ve resimlerle beyin fırtınası yaparak beyninizin çağrışım, imgeleme gücünün boyutlarını keşfedelim ve gerçek bir Zihin Haritası'na doğru ilerleyelim.



Hindibanın tüyleri, Zihin Haritası ve Yayılan Düşünme'nin yapısını yansıtmaktadır.



Kelimeleri kullanmak

Bu bölüm, beyninizin Yayılan Düşünme sürecindeki bilgi-işlem sistemini derinlemesine incelemektedir. Beyin fırtınası alıştırmaları aracılığıyla da, kendinizin ve diğer insanların eşsizliğine dair bir içgörü kazanmakla birlikte, bir çağrışım makinesi olan beyninizin büyük potansiyelini keşfedeceksiniz.

Küçük Zihin Haritası alıştırması

Bu küçük alıştırma cinsiyeti, statüsü veya ırkı ne olursa olsun herkesin, çağrışım esnasında Yayılan Düşünme'yi kullandığını göstermektedir. Yayılan Düşünme, düşünme şeklimizin ve de Zihin Haritaları'nın temelinde olan şeydir.

Bu alıştırmada 'Mutluluk' kavramından hareketle bir Zihin Haritası oluşturun. Bu kavramın size çağrıştırdığı on kelimelik dallar çizin. Bu bir test değildir, dolayısıyla bir dakikadan fazla zamanınızı almamalıdır. Mümkünse alıştırmayı sizinle birlikte yapacak birkaç kişi bulun ama alıştırma bitene kadar yaptığınız şeyi onlarla paylaşmayın.

Alıştırma

Ortaya 'mutluluk' yazın ve daire içine alın. Etrafına on tane dal çizin. Her bir dala, mutluluk dendiğinde aklınıza ilk gelen kelimeyi yazın. Ne kadar saçma olursa olsun, aklınıza ilk gelen kelimeyi yazmalısınız. Daha fazla kelime yazmak istiyorsanız, fazladan dallar ekleyebilirsiniz.

Sonuçların değerlendirilmesi

On kelime yazabildiniz mi? Daha fazlasını yazdıysanız, yeni dallar eklerken düşüncelerinizin 'akıp gittiğini' hissedebildiniz mi?

Çağrışıma başladığınız an, bir kelime sizi ikinci bir kelimeye, ikinci kelime de üçüncü kelimeye götürecektir. Bunu internette gezinirken bir siteden başka siteye geçişinize benzetebilirsiniz. Bu, tam olarak beyninizin çalışma prensibidir. Zihin Haritası da beyninizin tüm çağrışım ve bağlantı kanallarını harekete geçirir ve özgür düşünme potansiyelinizi açığa çıkarır.



'Mutluluk' alıştırması

Grup sonuçlarının değerlendirilmesi

Alıştırmayı tek başınıza yaptıysanız kelimelerinizi benim aşağıdaki kelimelerimle karşılaştırabilirsiniz.

Alıştırmayı grup halinde yaptıysanız da amacınız, grupta aynı yazılan kelimeleri bulmaktır. Aynı ile kastedilen, kelimenin tam olarak aynı olmasıdır. Örneğin 'güneş' ve 'gün ışığı' aynı kelimeler olarak kabul edilemez.

Kelimeleri bulup saymadan önce, herkes grupta ortak kaç kelime olduğunu; kaç kelimenin bir kişi dışında herkesçe ortak olduğunu; kaç kelimenin yalnızca bir kişi tarafından yazılmış olduğunu tahmin etmelisiniz.

Alıştırmayı bitirip sonuçları tahmin edince, not aldığınız kelimeleri grup arkadaşlarınızla paylaşın.

Çoğunuz, kelimelerin birçoğunun ortak olduğunu, yalnızca birkaç kelimenin kişiye özgü olduğunu tahmin edecektir. Fakat binlerce denemeden sonra, dört kişilik bir grupta bir kelimenin bile ortak olmasının nadir bir durum olduğu görülmüştür.

Grupta ne kadar çok insan olursa, ortak kelime bulunma ihtimali de o kadar az olur.



'Mutluluk' alıştırmasına örnek

Bir çağrışım makinesi olan beyninizin büyük potansiyeli

Bilinçli veya bilinçsiz algıladığınız her bir görüntünün, sesin, kokunun, tadın veya duyumun, milyonlarca çağrışımın yayıldığı küçücük bir ışık merkezi olduğunu düşünün.

Şimdi tüm bu çağrışımları yazmaya çalıştığınızı düşünün.

Bu mümkün olmayacaktır çünkü bir şeyi not aldığınız an, not aldığınız şeyle ilgili bir düşünceniz olacaktır. Bu da not almak zorunda olacağınız diğer bir çağrışım demektir ve bu süreç sonsuza kadar devam edecektir. Çünkü insan beyni sonsuz sayıda çağrışım yapabilir. Yaratıcı düşünme potansiyelimiz sonsuzdur. Ortalama insan beyninde 'daha önceden kurulmuş' katrilyonlarca çağrışım vardır. Bu büyük ağ, yalnızca hafızanız veya kişisel referans kütüphaneniz değil aynı zamanda sizin tüm bilinçli ve bilinç ötesi özünüzdür.

Sıradışı Eşsizliğimiz

İnsanlar, düşündüğümüzden daha eşsiz varlıklardır. Bir kelime, resim veya fikre dair çağrışımlarımızın nadiren ortak olduğu gerçeği, hepimizin esrarengiz bir biçimde birbirimizden farklı olduğunu göstermektedir. Beyninizde oluşan trilyonlarca çağrışım, geçmişte, şimdi ve gelecekte hiç kimseyle aynı olmayacaktır.

Eşsiz bir mineral bulduğumuzda onu 'cevher', 'paha biçilmez', 'mücevher', 'kıymetli', 'hazine', 'ender', 'güzel', 'yeri doldurulamaz' olarak adlandırırız. Araştırmaların hakkımızda ortaya çıkardığı şeyler ışığında, bu kelimeleri kendimiz ve diğer insanlar için de kullanmaya başlamalıyız.

Eşsizliğimizin sayısız faydaları vardır. Herhangi bir beyin fırtınası anında veya problem çözme durumunda, fikirler ne kadar çeşitliyse sonuç o kadar iyidir. Bu yüzden her bir birey, sürecin değerli bir parçasıdır.



Beyindeki tek bir parça bilginin grafik gösterimi

Sosyal açıdan bakıldığında, önceleri 'hatalı', 'anormal', 'tuhaf' olarak adlandırılan davranışlar, şimdi 'yaratıcılığın artmasına sebep olan, normlardan makul derecede sapan' davranışlar olarak düşünülmektedir. Görünürdeki birçok sosyal sorun, bu yolla çözüme kavuşturulur.

Bu alıştırmaların sonuçları, insanları birey olmaktan çok grup olarak görmenin getirdiği tehlikeleri de aydınlatmaktadır. Eşsizliğimizi kabul etmek, kişisel, sosyal arılaşmazlıkların ve çatışmaların çözülmesine de yardım edebilir.

Çağrışım alıştırmaları, 'üstün zekâlı' insanların da, 'ortalama' olarak kabul edilen insanların da beyninin sınırsız gücünü ortaya koymaktadır ve milyarlarca insanı, zihinsel sınırlandırmalardan kurtarmaktadır. İnsanlar, bu bölümde anlatılan 'mutluluk' alıştırmasını yaparak bile, zihinsel gücün anlık patlamasını tecrübe edebilirler. Herkesin birbirinden farklı çağrışımlar kurduğunu anlamak, bizi iletişim çabalarımızı altüst eden duygusal ve mantıksal tuzaklardan da uzaklaştırır.

Londra'nın yoksul bir bölgesinde yaşayan, öğretmeninin hafif zekâ geriliği olduğunu düşündüğü 8 yaşındaki erkek çocuk örneğine bir bakalım. Çocukla 'mutluluk' alıştırmasını yaptıktan sonra, ona yazdığı on kelimenin her biri için daha fazla çağrışım bulup bulamayacağını sordum. Bir anlığına duraksadı, iki kelime yazdı, sonra gözlerinde bir pırıltıyla, "Devam edebilir miyim?" diye sordu. "Evet," dediğimde denize ilk kez giren biri gibi tereddütle başladı yazmaya. Sonra ritmi artan bir bateri gibi, kelimeler ve çağrışımlar dökülmeye başladı. Çocuk hevesli, enerjik ve mutlu biri haline geldi, sayfayı doldurduğunda da, "Ben de zekiyim!" diye bağırmaya başladı. Haklıydı. Eksik olan o değil, aldığı eğitimdi.

Beynin Yayılan Düşünme gücü, 'sol kortikal becerilere', yani kelimelere uygulanabiliyorsa, aynı güç, 'sağ kortikal becerilere', imge ve resimlere de uygulanabilir mi? Bu sorunun cevabı, önümüzdeki bölümdedir.



Resimleri kullanmak

Bu bölüm, güncel beyin araştırmalarından faydalanarak neden 'bir resmin bin kelimeye bedel' olduğunu açıklamaktadır. Bu bölümdeki alıştırmalarla birlikte verilen bilgiler, nüfusun %95'inin yararlanmadığı yaratıcı becerilere ulaşmanızı sağlayacaktır.

Kelime çağrışım alıştırması

Bu alıştırma için bir kalem ve boş, çizgili bir kâğıt alın. Yan sayfadaki kelimeyi okuyun ve üzerine düşünmeden aşağıdaki soruları cevaplayın:

1 Bu kelimeyi anlayabildiniz mi? _____

2 Onu anlamak ne kadar zamanınızı aldı? _____

3 Bu kelimeyle ilgili beyninizde oluşan şema nedir? _____

4 Bu kelimeyle ilişkilendirdiğiniz herhangi bir renk oldu mu? _____

5 Bu bilginin size çağrışım yaptırdığı başka bilgiler oldu mu? _____

6 Olduysa nelerdi? _____

_____

_____

Kelime: E–L–M–A

Soruları okur okumaz, hızla cevaplayın.

Sonuçların analizi

1 Elbette ki bu soruya 'evet' cevabını verdiniz çünkü okumayı bilen her insan bunu anlayabilir.

2 Anlamak bir 'an'ınızı almış olmalıdır.

3 Araştırmalara göre, yaş, cinsiyet, ırk ve anadil fark etmeksizin, okunan kelimeyle ilgili beyinde oluşan ilk şema, bir imge veya resimdir. Elma kelimesini okuduğunuzda veya işittiğinizde, zihninizde oluşan şey kırmızı, sarı veya yeşil bir elma ve onun yuvarlak şeklidir. Onu bir salatanın veya mısır gevreğinin içinde de düşünmüş olabilirsiniz. Bu imgeler zihninizde bir anda oluşur.

4 Çoğu insan için bu sorunun cevabı da 'evet'tir.

5 Tekrar 'evet'. Bu çağrışımlar bireyseldir ve duyulara bağlıdır.

6 Çağrışımlar ağaç veya bilgisayar gibi çeşitli şeyler olabilir.

Bu alıştırma ile keşfettiğiniz şey, hayatınızın geri kalanı boyunca yaratıcılığınızı, yenilikçiliğinizi ve çağrışım kapasitenizi olumlu yönde etkileyecektir.

İmgelerle düşünme ve iletişim kurma

Yüzyıllar boyu kelimeler aracılığıyla düşündüğümüz varsayıldı. Günümüzde ise imgeler ve onların yarattığı çağrışımlar ile düşündüğümüz biliniyor. Kelimeler yalnızca imgeleri beynimizden çıkaran ve diğer beyinlere ulaştıran taşıyıcılar gibidir.

Toplumlar, iletişim kurmak için elma imgesini karşılayan seslerle kelime oluşturmuşlardır. Beynin merkezindeki şey, hep imge olmuştur.

Beyninizin gücü, elma alıştırması ile ortaya çıkmaktadır. Kelimeyi gördüğünüz veya duyduğunuz an, beyniniz onu başka kelimelerle veya o kelimeye dair hatırladıklarınızla eşleştirecektir. Beyniniz *sonsuz* sayıda kelime için hazırlıklıdır ve bu kelimelere nanosaniyede ulaşabilir. Bu imkânsız gibi görün-

mektedir fakat elma alıştırmasında sizin beyniniz de aynı yetisini kullanmıştır. Günlük yaşamınızda da bu yetiyi farkında olmadan kullanırsınız.

Kelimeyi gördüğünüzde elma imgesi var olduğu yerden çıkıp gelmiştir. Peki beyniniz ona ulaşmaya karar vermeden önce bu imge neredeydi? Renkleri nerede saklanıyordu? Ona dair tüm çağrışımlar neredeydi? İmge zaten beyninizdeydi, siz yalnızca onun açığa çıkmasını sağladınız.

Sonuç olarak, kelimeler değil imgeler yolu ile düşünürsünüz.

Bir resim bin kelimeye bedel

Scientific American dergisi, Ralph Haber tarafından yapılan deneyin ilginç sonuçlarını yayınladı. Haber, deneklerine her biri 10 saniye olmak üzere 2.560 fotoğraf gösterdi. Deneklerin tüm resimleri görmesi yedi saat sürdü fakat bu zaman, birkaç günlük periyotlarda, farklı oturumlara bölündü. Son slaydın gösterilişinden bir saat sonra da deneklerin resimleri tanıyıp tanımadıkları test edildi.

Sonrasında, her deneğe, biri gördükleri seriden, diğeri görmedikleri benzer bir seriden olmak üzere 2.560 parça slayt gösterildi. Resimleri tanımadaki doğruluk yüzdeleri ortalama olarak %85-95 arasındaydı.

Beynin alma, depolama ve hatırlama mekanizmasının hatasızlığını doğrulayan Haber, beynin hızlı tanıma becerisini kontrol etmek için de ikinci bir deney yaptı. Bu deneyde, deneklere saniyede bir slayt gösterildi. Sonuçlar farksızdı ve beynin yalnızca kaydetme ve hatırlamada olağanüstü bir kapasitesinin olmadığını; bunu inanılmaz hızlarda bile doğruluk kaybı olmaksızın yapabildiğini gösteriyordu.

Haber, beyni daha fazla test etmek için, resimlerin yine saniyede bir tane fakat yansıtılmış görüntü halinde gösterildiği üçüncü bir deney daha yaptı. Sonuçlar yine farksızdı; beynin yüksek hızda bile, resimleri üç boyutlu bir alanda verim kaybı olmaksızın yakalayabildiğini gösteriyordu.

Haber, "Görsel uyarıcıların olduğu bu deneyler, insanda resim tanımanın kusursuzluğunu göstermektedir. 2.500 yerine 25.000 resim kullansaydık da sonuçlar büyük olasılıkla aynı olurdu," dedi.

R. S. Nickerson adlı bir başka araştırmacıysa, her bir deneğin saniyede bir resimle 600 resmin gösterildiği deneyin sonuçlarını *Canadian Journal of Psychology* dergisine açıkladı. Sunudan hemen sonraki tanıma testinde. ortalama doğruluk oranı %98'di!

Haber gibi Nickerson da resim sayısını 600'den 10.000'e çıkararak araştırmasını genişletti. Kullandığı resimlerin her birinin 'canlı'(Zihin Haritalarında kullanılanlar gibi dikkat çekici, hatırlanabilir resimler) olduğunu vurguladı. Canlı resimler, doğruluk oranlarını %99.9'a çıkardı. Nickerson ve arkadaşları biraz sıkılma, yorulma payı katarak, deneklere 10.000 yerine bir milyon resim gösterdiler, denekler %98.6'lık oranla 986.300 resmi tanıdılar.

Resimler gerçekten de 'binlerce kelimeye değer'dir, çünkü renk, şekil, çizgi, boyut, doku, görsel ritim ve Latince'si imaginari olan 'zihinde resimleme' anlamına gelen, imgeleme gibi kortikal becerilerin kullanımını sağlamaktadırlar.

Tüm bunları düşününce, alınan/üretilen notların %95'inin resimlerden yoksun oluşunun ne kadar anlamsız olduğu sonucuna varırız.

Hepimiz resim yapabiliriz

Resmin kullanılmama nedeni, modern çağda kelimeye temel bilgi aracı olarak çok fazla önem verilmesidir. Ayrıca birçok insan resim yapmak konusunda yeteneksiz olduklarına dair (yanlış) bir inanışa sahiptir. Bununla birlikte, resmin çocukça olduğu ve bu yeteneğe yalnızca küçük bir azınlığın sahip olduğu fikri de vardır.

Dr. Betty Edwards ve Lorraine Gill gibi sanatçılarla birlikte bu konudaki fikirleri taradık. Yaptığımız deneylerde, deneklerin %25'i görselleştirme becerilerinin olmadığını, %90'ından fazlası da çizmek veya resmetmek konusunda doğuştan yeteneksiz olduklarını söyledi. Oysa ki çoğu araştırma, 'normal' bir beyne sahip olan birinin, resim yapmayı güzel sanatlardan mezun birinin seviyesinde öğrenebildiğini göstermektedir.

Birçok insanın resim yapma konusunda yeteneksiz olduğunu düşünme sebebi, tekrarlı denemeler sonrasında başarıya ulaşabileceklerini anlamak yerine, başlangıçtaki başarısızlıklarını yeteneksizlik olarak ve yeteneklerinin gerçek ölçümü olarak değerlendirmeleridir.

Beyinle ilgili daha bütüncül bir anlayışa sahip olduktan sonra, resim ve kelimeler arasında yeni bir uyum yakalamamız gerektiğini fark etmeliyiz. Günümüzde bilgisayarlar ve dijital yardımcılar veya cep bilgisayarları, bu bağı ikonlar, grafik kullanıcı arayüzleri, Facebook, YouTube ve Second Life gibi sanal dünyalar ile kurmaktadır. Kişisel düzeyde ise karşımıza Zihin Haritaları çıkmaktadır.



Zihin Haritaları ve Yayılan Düşünme'nin doğal yapısını yansıtan bir Quiver ağacı

Küçük Zihin Haritası resim alıştırması

Bu alıştırma için büyük boş bir kâğıda ve renkli kalemlere ihtiyacınız vardır.

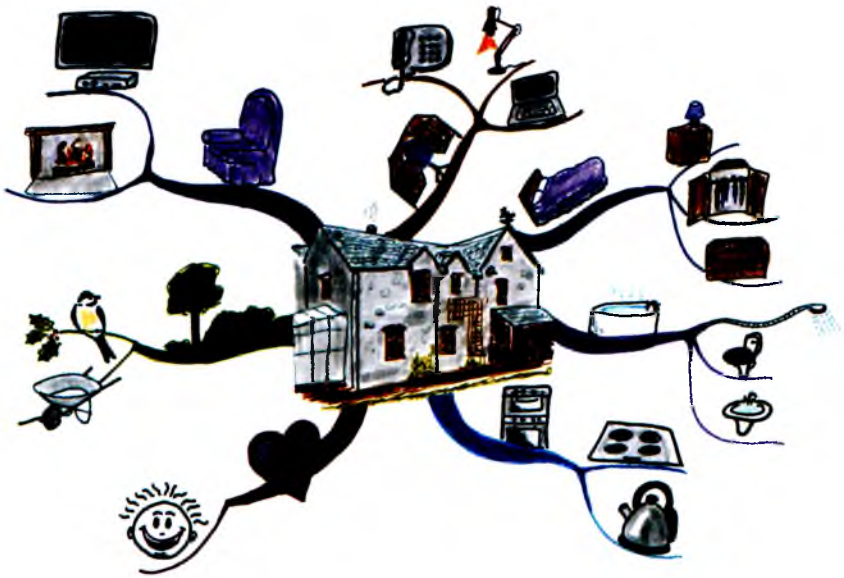
Bu resim alıştırması, önceki bölümde yaptığımız 'Mutluluk' alıştırmasının aynısıdır. Tek farkı merkeze yerleştirdiğiniz şey bir resimdir ve etrafındaki dallarda da görsel çağrışımlar vardır.

Bu alıştırmada önemli olan şey, resimlerinizin 'kötü' olduğu endişesinin üstesinden gelmenizdir. Resimleriniz ne kadar kötü olursa olsun, beyninizin deneme-yanılmaya elverişli doğası sayesinde, her seferinde daha iyi resimler yapıyor olacaksınız.

Alıştırma

Merkezi resim olarak 'ev' ile başlayın çünkü bu kelime size başlangıç için oldukça fazla çağrışım yapabilme olanağı verecektir. Ortaya eve benzer bir resim çizin. Bu bir kır evi de ıssız bir adadaki kulübe de olabilir, önemli olan size evi çağrıştırıyor olmasıdır. Bu evden rengârenk on dal çizin ve bu dallara evin size çağrıştırdığı şeyleri çizin. Kelime alıştırmasında olduğu gibi ondan fazla resim çizebilirsiniz (yan sayfadaki örneğe bakınız).

Çizdiklerinizi olabildiğince renkli bir hale getirin. Bunu, içinizdeki sanatçıyı açığa çıkarmak için bir fırsat olarak değerlendirebilirsiniz.



Phil Chambers'in 'ev' ve mutluluğu kullanarak yaptığı Küçük Zihin Haritası. Bu alıştırma, tek bir resim ve yedi dal kullanarak zihinsel sisteminizi nasıl oluşturacağınızın iyi bir örneğidir. Böyle görsel çağrışım alıştırmaları, görsel korteksinizin muhteşem gücünü açığa çıkarır, vurgu ve çağrışım yolu ile belleğinizin depolama ve hatırlama mekanizmalarını güçlendirir, öğrenmede resimlere karşı geliştirilmiş olan direnci yok eder. Çizim yapmak zihninizi harekete geçirir ve çizdiğiniz resimler size estetik bir keyif verir.

Resimlerin öneminden bahsettikten ve alıştırmaları yaptıktan sonra, çizim yeteneğinize dair güveninizi yeniden kazanabilirsiniz. Unutmayın, herkes resim çizebilir! Şimdi, resimleri ve kelimeleri bütünleştirerek, tam bir Zihin Haritası'na doğru harekete geçelim.



Kelimeleri ve resimleri birleştirme

Bu bölüm size Zihin Haritası'nda kelime ve resimlerin nasıl birlikte kullanıldığını ve düşüncelerinizi Zihin Haritası aracılığıyla nasıl yapılandırıp düzenleyeceğinizi gösterecektir. Ayrıca sizi bir Zihin Haritacısı'nın zihninde yolculuğa çıkararak, süreci içeriden, tam olarak görebilmenizi sağlayacaktır.

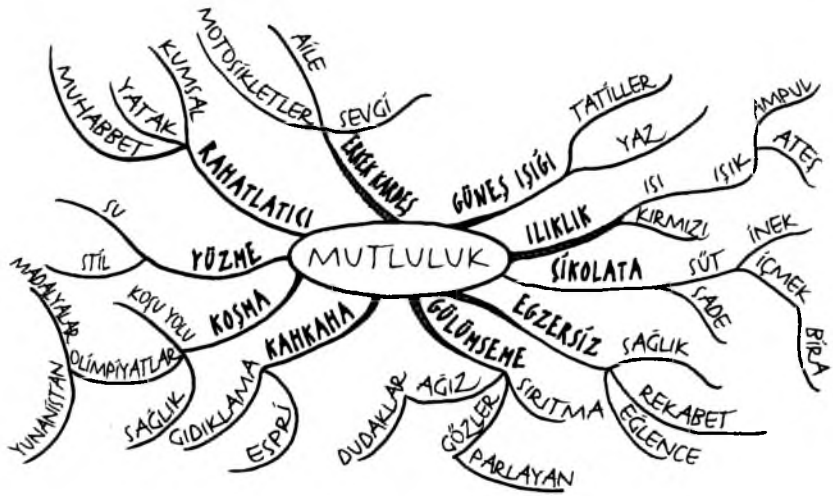
Tüm kortikal becerileri kullanmak

Zihin Haritası tüm kortikal becerilerin –kelime, imge, sayı, mantık, ritim, renk ve uzamsal farkındalık– kullanıldığı, benzersiz, güçlü bir tekniktir. Size beyninizin enginlerinde gezinme özgürlüğü verir.

Önceki alıştırmalarda nasıl 'mutluluk' kelimesinden, yani merkezden on kelime veya resim yayıldıysa, bu on kelimenin her biri de kendi çağrışımlarını yayabilir ve bu çağrışımlar kelime ve resimlerin kombinasyonu olabilir. Bu şekilde serbest çağrışım yaparak oluşturduğunuz kelime ve resimlerle Zihin Haritanızı geliştirebilir ve tamamlayabilirsiniz.

Sonsuzluk alıştırması

39. sayfadaki kelime tabanlı küçük Zihin Haritası'na bakın, sonra da aynı alıştırmanın 52. sayfadaki genişletilmiş haline bakın. İkinci haritada merkezin etrafındaki on kelimenin diğerlerine oranla daha büyük harflerle ve daha kalın çizgilerin üzerine yazılmış olduğunu görürsünüz. Büyüklük ve kalınlık, yazılan kelimelerin akla ilk gelenler olduğunu vurgulamak içindir. Siz de Zihin Haritanızdaki bağlantıları ve dalları artırdıkça, belleğinizin boyutlarını ve gücünü de artırmış olursunuz.



Sözel Zihin Haritalama'ya götüren, orijinal 'mutluluk' alıştırmasının genişletilmiş hali

Bu on kelimeden veya resimden serbest çağrışım yoluyla yeni kavramlar üretebilir, onları kavramlarla aynı uzunlukta çizdiğiniz çizgilerin üzerine oturtabilirsiniz. Böylece yukandaki gibi bir Zihin Haritası 'ağacı' oluşturmuş olursunuz.

Hiyerarşiler ve kategoriler – güç kelimeleriniz

Bu büyük zihinsel gücü kontrol edebilmek ve kullanabilmek için düşüncelerinizi ve Zihin Haritanızı hiyerarşi ve kategoriler yoluyla yapılandırmanız gerekir.

İlk adım Temel Başlıklar'ı belirlemektir. Temel Başlıklar, içerisinde bir sürü kavramın bulunduğu anahtar kavramlardır. Örneğin, 'taşıt' kavramı, içinde 'araba'nın olduğu birçok kategori içerir. Araba da içinde 'otomobiller'in olduğu birçok alt kategori içerir. 'Otomobiller'de, kendi içinde hatchback gibi tiplerden oluşur, ki her tipe ait birçok model vardır.

'Taşıt' kavramı 'araba'dan daha güçlü bir kelimedir çünkü çok daha fazla bilgi içermektedir. Bir dizi alt kategoriyi akla getirmekte, onları da kendine bağlı hiyerarşik bir düzene koymaktadır.

Bu hiyerarşi, aynı şekilde yukarı doğru genişletilebilir: örneğin, 'insan eliyle yapılan şey'e 'arabalar' dahil edilebilir. Bu güçlü kelimeler veya temel sıralama öğeleri, çağrışımın yaratıcı sürecini şekillendirmede ve yönetmede anahtar bir öneme sahiptir. Başka bir deyişle bu kelimeler, yazdığınız bir kitabın konu başlıklarıdır.

Bower, Clark, Lesgold ve Wimzenz'in 1969'da yaptığı klasik bir çalışma, hiyerarşilerin hafızanın yardımcısı olduğunu göstermektedir. Bu çalışmada, denekler iki gruba aynimıştır. Her bir gruba, üzerinde 28 kelimenin yazılı olduğu 4 kart gösterilmiştir.

1. Grup'taki deneklere, hiyerarşik bir şekilde sıralanmış kelimeler gösterilmiştir. Örneğin, 'enstrüman' kelimesi en üste yerleştirilmiş, aşağıya doğru 'telli çalgılar' ile 'vurmalı çalgı' kelimeleri yazılmıştır. Bir sonraki basamakta, 'telli çalgılar' kelimesinden sonra, 'keman', 'alto', 'çello'; 'vurmalı çalgı' kelimesinden sonra ise 'timpani', 'davul', 'bongo' kelimeleri yazılmıştır.

2. Grup'taki deneklere de aynı kelimeler, dağınık bir sıra ile gösterllmiştir. Sonrasında iki grup da hafıza testine tabi tutulmuştur. Tahmin ettiğiniz gibi, kelimelerin hiyerarşik düzende verildiği 1. Grup, kelimelerin rastgele listelenerek gösterildiği 2. Grup'a göre daha iyi performans göstermiştir.

Zihin Haritacısı'nın zihnine yolculuk

Bu yolculuk, deneyimli bir Zihin Haritacısı'nın zihnine girmeniz ve Zihin Haritası oluştururken düşüncelerinin nasıl şekillendiğini gözlemleyebilmeniz için bir şanstır. Yolculuk süresince, şimdiye kadar öğrendiğiniz tüm teknikleri, birkaç yeni teknik ile birleştirerek uygulama şansı da bulacaksınız.

54. sayfadaki örnekte görüldüğü gibi Zihin Haritacısı, haritasına mutluluk kavramını ifade eden bir resim ile başlamıştır. Resmi geliştirmek için de renk ve derlnlik kullanmıştır.

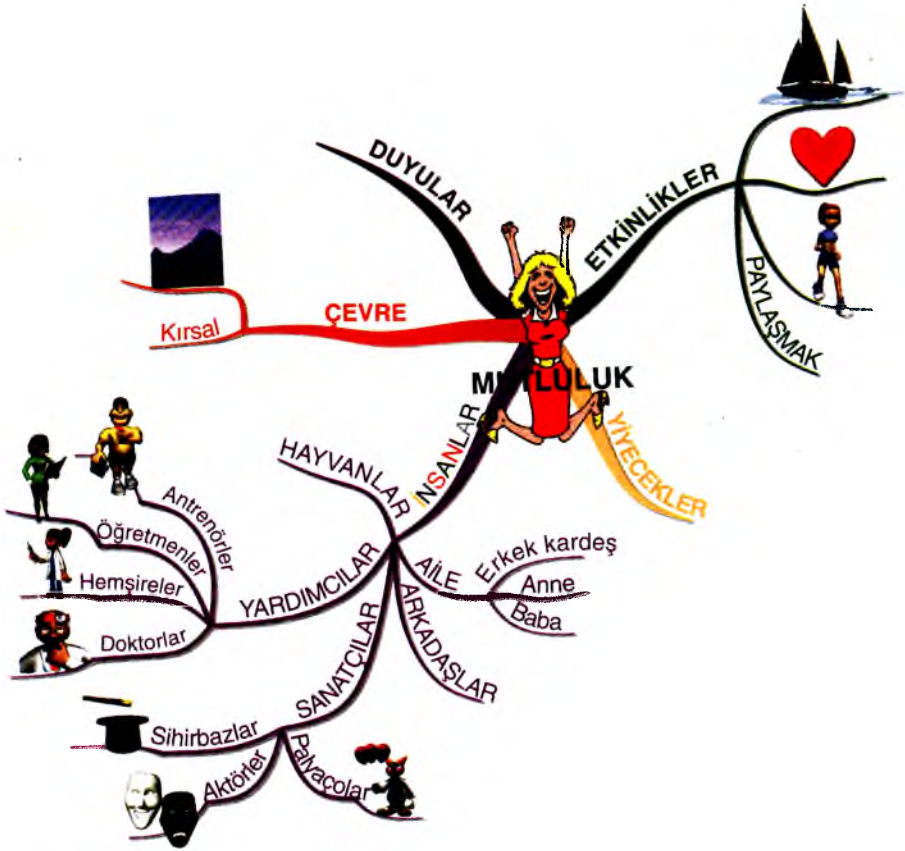
Haritacımızın aklına gelen ilk fikir 'etkinlikler'dir. Bu kelime merkeze bağlı, eğik bir çizgi üzerine büyük harflerle yazılmıştır. Kelime ve altındaki çizginin uzunluğu aynıdır.

Hızlı bir çağrışım sonucu, etkinlik kelimesinden yelkenli, kalp, koşan bir insan ve 'paylaşmak' kelimesi yayılmıştır.

Haritacımızın aklına gelen diğer bir fikir de 'insanlar'dır. Bu kelime de büyük harflerle, merkeze kalın bir çizgiyle bağlanarak Zihin Haritası'nın sol tarafına yerleştirilmiştir. Farklı ırkları ifade eden kelimeler için farklı renkler kullanılmıştır.

'Aile', 'arkadaşlar', 'sanatçılar', 'yardımcılar', 'hayvanlar' kelimelerinden oluşan diğer bir düşünce ağı, bu anahtar kelimeden yayılmıştır.

Bu çağrışım kelimelerinden bazıları daha fazla çağrışım üretir. 'Aile'ye, 'erkek kardeş', 'anne' ve 'baba' eklenir. 'Sanatçılar'a da, 'sihirbazlar', 'aktörler',



Bir insanın mutluluk kavramını açıklayan Zihin Haritası

'palyaçolar' eklenir. 'Yardımcılar'; 'doktorlar', 'hemşireler', 'öğretmenler' ve 'antrenörler'den oluşur.

Sonraki üç fikir –'yiyecekler', 'çevre' ve 'duyular'– de temel başlıklardır ve Zihin Haritası'nda uygun yere yerleştirilmişlerdir. 'Çevre' kelimesi dağ resmini ve 'kırsal' kelimesini akla getirmiştir.

Bu noktada durup şimdiye kadar yaptıklarımızı değerlendirelim.

Oluşan tüm kelimeler ve resimler yeni bir Zihin Haritası'nın merkezinde olabilirler ve yeni çağrışımlara yol açabilirler.

Bunu düşünerek Zihin Haritası'nın sonsuz olduğunu söyleyebiliriz. Yayılan doğası gereği, Zihin Haritası'na eklenen her bir kelime veya resim, haritaya yeni ve daha geniş çağrışımlar ekler. Bu çağrışımlar da büyük çeşitlilikler yaratır ve bu sonsuza kadar devam eder. Tüm bunlar, insan beyninin çağrışımsal ve yaratıcı doğasının sonsuzluğunu göstermektedir.

Bu, fikir oluşumunun fikirleri düzenlemek ve organize etmekten daha zor olduğu yolundaki yaygın inanışla çelişmektedir. Zihin Haritalama yetimiz sonsuzsa, zor olan tek şey nerede duracağımıza karar vermektir.

Oysa ki zihnin çalışmasına engel olan şey, listelenmiş doğrusal notlardır çünkü bir fikir oluşturur, bu fikrin öncesindeki ve sonrasındaki fikirlerin yolunu keser. Fikirleri durmadan kendi bağlamlarından kopardığı için, doğal düşünme sürecinin gelişmesine engel olur.

Listeler, beyni hareketsiz kılarak ve yaratıcılık ile hatırlama ihtimalini giderek düşüren dar nöral yollar oluşturarak, beynin serbest çağrışım faaliyetini dizginlerler çünkü beynin çağrışımsal doğasının aksi yönünde hareket etmektedirler. Listede bir fikir oluşturulduğu zaman 'bitirilir', öncesindeki ve sonrasındaki fikirlerden ayrılır. Yeni fikirlerin daimi olarak giyotinlenmesi, yaratıcı fikirlerin oluşumu üzerine yapılan uluslararası istatistikleri derinden sarsan en önemli faktörlerden biridir.

Haritacımıza dönerek, bir an için zihinsel bir engelle karşılaştığını düşünelim. Zihinsel engeller, bazı insanları saniyeler, dakikalar, saatler, yıllar, bazen de hayat boyu olumsuz etkilerler. Oysa ki beynin sonsuz çağrışım kapasitesinin farkına varırsanız, beyninizin kendi kendine yardım etmesini sağlarsınız.

Haritacımız, beynin bütünlük eğilimini kullanmak için, Zihin Haritası'na boş çizgiler çizer, işaretlenen bölgeleri doldurması için beyni harekete geçirir. İnsan beyni, çağrışım yapabileceğini fark ettiği an –*özellikle de bunun için dışarıdan bir uyarıcı aldıysa*– kendiliğinden çağrışımlar üretmeye başlar.

Zihin Haritası, zamana dayalı değil, *çağrışıma* dayalıdır; her yöne ulaşır ve düşünceyi tüm açılardan yakalar.

Haritacımız, daha fazla resim, ikinci, üçüncü ve dördüncü fikir basamakları, bağlantı noktaları, uygun şifreler ve şemalar ekleyerek çağrışım ağını tamamlar.

Haritacımız yeterince fikir oluşturduktan sonra, fikirlerini numaralandırarak onları sıralar ve Zihin Haritası'na kronolojik bir düzen kazandırır.

Zihin Haritası

Tam Zihin Haritası'nı Küçük Zihin Haritası'ndan ayıran şeyin hiyerarşi ve kategoriler olduğunu önceki örneklerde belirtmiştik. Çağrışımlar arasındaki ilk on kelimenin veya resmin önemi, akla ilk gelişleridir. Bu kelimeler veya resimler haritaya önemlerine göre yerleştirilirler.

Temel başlıkları belirlemek için aşağıdaki soruları sorabiliriz:

- Hangi bilgi gereklidir?
- Bu bir kitap olsaydı, bölüm başlıkları neler olurdu?
- Benim öncelikli amaçlarım nelerdir?
- Üzerinde düşünülen şeyin en önemli 5 kategorisi nedir?
- Benim temel sorularım nelerdir? 'Niçin?', 'Ne?', 'Nerede?', 'Kim?', 'Nasıl?', 'Hangi?', 'Ne zaman?' soruları, bir Zihin Haritası'nda dallar kadar önemlidir.
- Bunlara uyan, daha geniş ve kapsayıcı kategori nedir?

Bu sorular temel başlıkları ortaya çıkarmıyorsa Gestalt yaklaşımını deneyin. Merkeze bir resim çizin ve etrafına ondan yayılan 5-7 dal çizin. Sonra kendinize yukarıdaki soruları tekrar sorun.

Ya da aklınıza gelen ilk on kelimeyi yazın veya ilk on resmi çizin, sonrasında hangilerinin daha genel bir başlık altında toplanabileceğini bulmaya çalışın.

Zihin Haritası alıştırması

Şimdiye kadar öğrendiğiniz tüm Zihin Haritalama tekniklerini kullanarak, mutluluk kavramının merkezde olduğu bir Zihin Haritası oluşturun. Haritanızda, resimleri, kelimeleri, temel başlıkları, hiyerarşi ve kategorileri, ardışık sayıları, derinlik ve şifreleri kullanmayı unutmayın. Kendi haritanızı 54. sayfadaki örnekle karşılaştırın.

Şimdi yaratıcı potansiyelinizi ve düşünme yetinizi tam olarak kullanmanıza yardımcı olacak Zihin Haritası'nın temel ilkelerini öğrenmeye hazırsınız.



Zihin Haritası uygulama kılavuzu

Yüksek çözünürlüklü bir televizyon aldığınızda kullanım kılavuzunu da beraberinde alırsınız. Aynı şekilde internetten bir yazıcı sipariş ettiğinizde kullanım kılavuzunu da indirirsiniz. İnsan beynine gelince, ne yazık ki böyle bir kılavuz yoktur. Bu bölümde zihin haritalamanın ve beyninizin kullanma kılavuzunu elde edeceksiniz. Gerçek bir Zihin Haritası'nın temel ilkelerini ve tüm tekniklerini öğreneceksiniz. Bu ilkeler beyninizin gerçek potansiyeline, yaratıcılığınıza, özgürlüğünüze ve gücünüze ulaşmanızı sağlayacak. Zihin Haritası 'kuralları'nı bir kere öğrendiğinizde, kendi tarzınızı hızla geliştirebileceksiniz.

Zihin Haritalama'nın üç kuralı

Eski Doğu kültürlerinde, öğretmenler yeni öğrencilere üç emir verirdi: 'dinle', 'işbirliği yap' ve 'ayrıl'. Bu komutlardan her biri, belirli bir öğrenme biçimiydi:

'Dinle', öğrencinin öğretmenini taklit etmesi, sadece gerektiğinde açıklama istemesini ifade ederdi. Sorular not edilirdi, bir sonraki aşamada sorulurdu.

'İşbirliği yap' öğrencinin temel teknikleri öğrendiği, bilgiyi uygun sorularla pekiştirmeye başladığı ikinci aşamayı ifade etmekteydi. Bu basamakta öğrenci, öğretmene analiz ve üretimde eşlik ederdi.

'Ayrıl' öğrencinin öğretmenin öğretebileceği her şeyi tamamen öğrendikten sonra, zihinsel evrim sürecini devam ettirerek öğretmeni onurlandırması anlamına gelmekteydi. Öğrenci öğretmenin bilgisini, yeni içgörüler, değerler yaratabilmek için platform olarak kullanırdı ve gelecek neslin öğretmeni olurdu.

Zihinsel Haritalama'nın bu üç emre eşdeğer olan üç kuralı: 'Kabul Et', 'Uygula' ve 'Uyarla'dır:

'Kabul et' aşamasında, zihinsel yetersizliklerinizle ilgili önyargılarınızı bir kenara koymalı, örnekleri tam anlamıyla taklit ederek Zihinsel Haritalama kurallarına uymalısınız.

'Uygula' aşaması, bu kitaptaki temel eğitimi tamamladığınız ikinci aşamadır. Bu aşamada, minimum 100 Zihin Haritası oluşturmalı ve gelecek bölümlerde ana hatlarıyla belirtilen farklı biçimdeki Zihin Haritaları'nı denemelisiniz. Zihin Haritaları'nı düşüncelerinizi düzenlemenin doğal bir yolu olduklarını hissedene kadar, not alma ve not üretme sistemleriniz yerine kullanmalısınız.

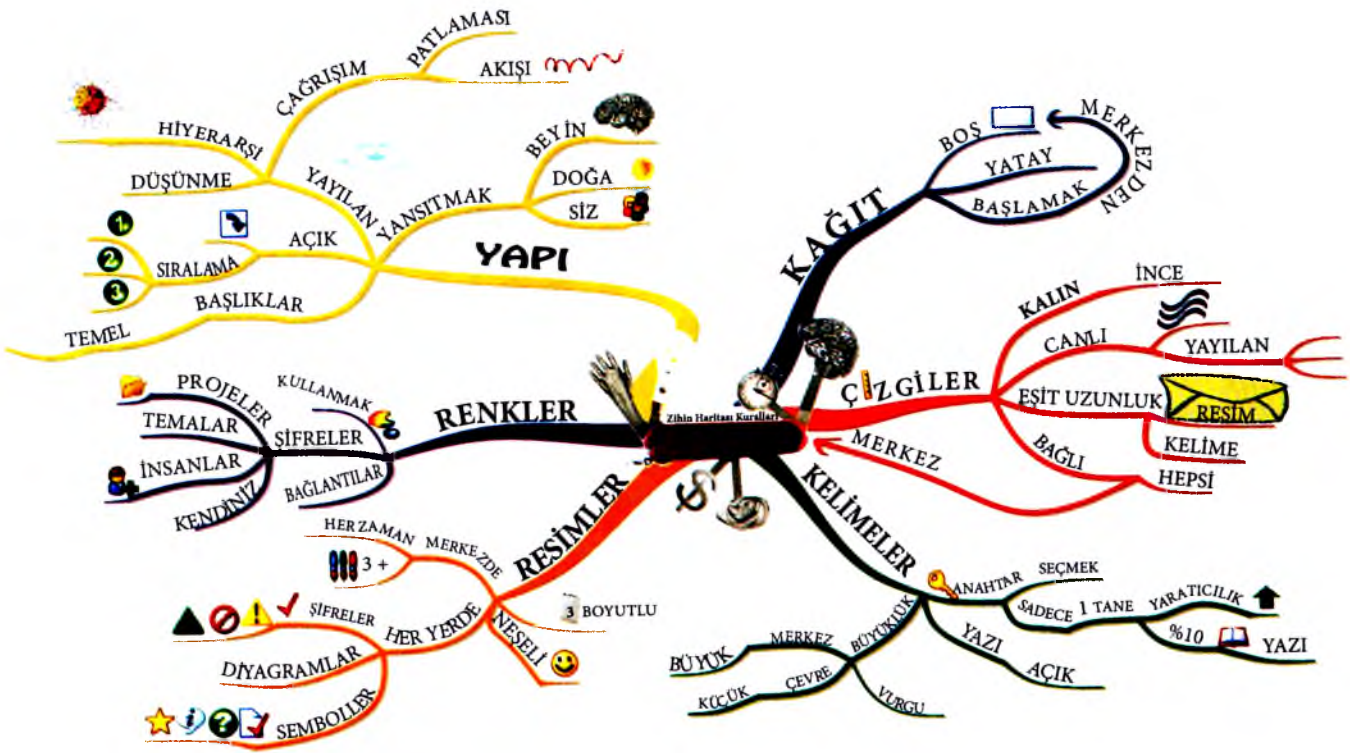
'Uyarla' aşaması, Zihin Haritalama becerilerinizin devam eden gelişimini ifade etmektedir. Birkaç yüz Zihin Haritası yaptıktan sonra, kendi Zihin Haritanızda yaratıcılığınızı ortaya çıkarma vakti gelmiş demektir.

Zihin Haritası teknikleri ve kuralları

Zihin Haritası kuralları, zihinsel özgürlüğünüzü sınırlamak yerine arttırmayı amaçlamaktadır. Bu noktada düzeni değişmezlikle, özgürlüğü kargaşa ile karıştırmamanız gerekir. Düzen çoğunlukla, katı ve sınırlayıcı olarak olumsuz bir şekilde algılanır. Benzer şekilde özgürlük, kargaşa ve düzensizlik ile karıştırılır. Aslında, gerçek zihinsel özgürlük kargaşadan düzen yaratma becerisidir.

Vurgu

Vurgu, hafıza ve yaratıcılığın gelişmesindeki en önemli faktörlerden biridir. Vurgu için kullanılan tüm teknikler çağrışım için de kullanılabilir, tam tersi de mümkündür. Aşağıdaki kurallar Zihin Haritanıza uygun vurguları katabilmenizi sağlar.



Zihin Haritası kuralları ve uygulama şekli

Her zaman merkezi bir resim kullanın

Resim, gözlere ve beyne hitap eder. Sayısız çağrışımı harekete geçirir ve hafızayı güçlendirme açısından oldukça etkilidir. Ayrıca ilgi çekicidir. İlginizi çeker, hoşunuza gider ve tüm dikkatinizi üzerine toplar. Zihin Haritanızın merkezinde resim değil de bir kelime varsa, bu kelime de derinlik, renk ve ilgi çekici bir punto ile bir resme dönüşebilir.

Resimleri Zihin Haritanızın her yerinde kullanın

Resimleri mümkün olan her yerde kullanmanız, görsel ve sözel kortikal becerileriniz arasında uyum yaratır, görsel algınızı geliştirir ve yukarıda belirtilenleri sağlar.

Kötü bir sanatçı olduğunuz konusundaki endişenizi bir kenara bırakıp bir kelebek çizmeye çalıştığınızda, ilk denemenizi yetersiz bulabilirsiniz hatta bazen başarısız da olabilirsiniz. Fakat avantajınız, denemiş olmanızdır. Bir daha kelebek gördüğünüzde, hatırlamak ve kopyalamak için ona yakından bakmak istersiniz. Yani, Zihin Haritaları'nda resim kullandığınızda, gerçek hayata daha çok odaklanır, nesnelere karşı daha dikkatli olursunuz. Böylece Da Vinci'nin duyuları geliştirmek için söylediği gözlemleme, üzerinde çalışma ve analiz etme, sonunda da kopyalama işlemlerini denemiş olursunuz.

Her merkezi resimde üç ya da daha fazla renk kullanın

Renkler, sizi tekdüzelikten uzaklaştırarak yaratıcılığınızı ve hafızanızı harekete geçirir. Resimlerinize hayat verir ve onları daha ilgi çekici hale getirir.

Resimlere ve kelimelere derinlik katın

Boyut ve derinlik, bir şeyleri 'göze çarpan' hale getirir, göze çarpan şeyler de kolayca hatırlanır ve başka şeylerle bağdaştırılır. Bu yüzden, Zihin Haritanızdaki en önemli öğeleri, üç boyutlu bir şekilde yazarak veya çizerek vurgulayın.



Sinestezi kullanın (duyuları harmanlayın)

Zihin Haritanız, mümkün olduğunca görme, işitme, koklama, tatma, dokunma ve kinestetik duyulara karşılık gelen kelimeler ve resimler içermelidir. Bu teknik, büyük yazarlar ve şairler tarafından olduğu gibi, ünlü ezberciler tarafından da kullanılmaktadır.

Muazzam bir hafıza örneği olan *Odysseia* destanında Homeros, Truva kuşatması sonrası Ulysses'in eve dönüş yolculuğunun tehlikesini ve heyecanını yansıtmak için tüm duyuları bir arada kullanmaktadır. Aşağıdaki sahnede Ulysses, denizlerin tanrısı Neptün'ü kızdırmıştır, Neptün de öcünü korkunç bir fırtına başlatarak almıştır:

> *Dalgalar Ulysses'i öyle bir öfkeyle sardı ki Ulysses'in teknesi sarsıldı. Ulysses teknenin çok uzağına sürüklendi. Kasırga o kadar kuvvetliydi ki teknenin direği ortasından kırıldı, yelken ve selen denize savruldu. Ulysses, uzun bir süre suyun altında kaldı, yüzeye çıkmak için çok uğraştı fakat Calypso'nun verdiği kıyafetler onu aşağıya doğru çekiyordu; sonunda başını suyun üstüne çıkardı, yüzüne doğru oluk oluk akan acı deniz suyunu tükürdü. Tüm bunlara rağmen, teknesini gözden kaybetmedi; hızla ona doğru yüzdü ve onu yakalayarak boğulmaktan kurtulmak için üzerine atladı. Deniz tekneyi, bir sonbahar rüzgârının yolda oluşturduğu hortum gibi döndürdü. Güney, kuzey, doğu ve batı rüzgârları tekneyle bir tenis topuymuş gibi oynuyordu.*

Bu örnekte ritim, tekrar, sıralama, tasvir, tüm duyular, hareket, abartı, renk ve duygu tek bir paragrafa ustaca yerleştirilmiştir.

'S' olarak bilinen ünlü ezberci Shereshevsky, hayatının her anını hatırlamak için sinesteziyi kullanmıştır. 'S' hakkında yazdığı *Bir Mnemonik'in Zihni* adlı kitabında, Alexander Luria şunları söylemektedir:

> *"'S' için de, önemli olan kelimelerin anlamıydı. Zihnindeki her kelime, grafik bir imgeyi çağırma etkisine sahipti ve onu diğer insanlardan ayıran, imgelerinin diğerlerininkiyle karşılaştırılamayacak derecede canlı ve değişmez oluşuydu. Ayrıca, imgeleri her zaman sinestezik öğelere bağlıydı..."*

Hareketi kullanın

Hareket de önemli bir hatırlama tekniğidir ve Zihin Haritaları'nda kullanılabilir. Kelimeleriniz, resimleriniz, tüm Zihin Haritanız Disney ve Pixar tarafından üretilen, unutulmayan animasyonlar gibi hareket edebilir. Resimlerinizi hareket ettirebilmek için, sonraki teknikleri kullanarak onlara uygun, basit görsel hareket göstergeleri ekleyin.

Yazı, çizgi ve resimlerin boyutlarında çeşitlilik yapın

Maddelerin hiyerarşi içinde sıralandığını göstermenin en iyi yolu, yazının boyutlarında değişiklik yapmaktır. Büyük boyut vurgu katarken, hatırlanma ihtimalini arttırır.

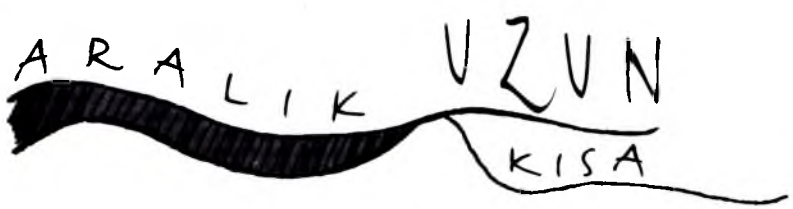


Düzenli aralıklar kullanın

Düzenli aralıklar, resmin belirginliğini arttırır, hiyerarşi ve sıralamaya katkı sağlar; Zihin Haritası'nı eklemelere açık hale getirir ve estetik olarak hoşa gider.

Uygun aralıklar kullanın

Her bir maddenin etrafında uygun miktarda boşluk bırakmak Zihin Haritanıza düzen katar. Sonuç olarak da, maddelerin arasındaki boşluğun, maddelerin kendisi kadar önemli olduğu söylenebilir. Örneğin, Japon çiçek düzenleme sanatında tüm düzenleme, çiçekler arasındaki boşluğa dayanır.



Çağrışım

Çağrışım, hafıza ve yaratıcılığı geliştiren bir diğer önemli faktördür. Beynimizin fiziksel deneyimlerimizi anlamlandırmak için kullandığı bütünleştirici bir araçtır; hafıza ve kavrama gücünün anahtarıdır.

Önceden de belirtildiği gibi, çağrışım vurgu için, vurgu da çağrışım için kullanılabilir.

Dallar içinde ve arasında bağlantılar yapmak için ok işaretleri kullanın

Oklar, sizi Zihin Haritası'nın parçalarını birbirine bağlamaya yönlendirir. Oklar, birden çok yöne, birden çok başlığa doğru olabildiği gibi, büyüklük, şekil ve boyut olarak da çeşitli olabilirler. Ayrıca düşüncelerinize mekânsal yön sağlarlar.

Renkleri kullanın

Renkler, yaratıcılık ve hafızayı geliştiren en güçlü araçlardan biridir. Şifreleme veya Zihin Haritanızın bazı bölgelerini belirtmek amacıyla belli renklerin kullanılması sizi bilgiye daha hızlı ulaştırır, hafızanızı geliştirir, yaratıcı fikirlerinizin sayısını ve dağılımını arttırır. Bu renk kodları ve sembolleri kişiler tarafından geliştirilir.

Renkler zihniniz için güçlü bir araçtır. Düşüncenizin gücünü artıracak şeyleri –organize etmek, vurgulamak, sıralamak, şifrelemek ve öğrenmek– yapabilmenize olanak tanır. Daha fazla beyin hücresini uyararak sizi harekete geçirir, ilginizi çekerek hatırlamanıza yardımcı olur. Ayrıca yaratıcılığınızı geliştirir ve sizi eğlendirir. Bu sayılanların birini bile sağlaması, renkleri sizin için değerli kılmalıdır. Zihin Haritanızda ve zihninizde renkleri kullanın, hayatınızı renklendirin!

Şifreler kullanın

Şifreler, içerikleri sayfada uzakta olmasına rağmen, Zihin Haritanızın farklı bölgeleri arasında anlık bağlantılar kurabilmenize yardımcı olurlar. Bu şifreler; doğrulama işareti (tik), artı, üçgen veya altçizgi şekillerinde olduğu gibi daha ayrıntılı da olabilirler. Ayrıca zamandan tasarruf sağlarlar. Siz de notlarınızda insanları, projeleri, öğeleri ve süreçleri temsil eden birçok basit şifre kullanabilirsiniz.

Şifreler, renklerin, sembollerin, şekillerin ve resimlerin kullanımı aracılığıyla hiyerarşi ve kategorilerin kullanımını pekiştirir, geliştirir. Ayrıca, bu şifreler Zihin Haritanıza kaynak (biyografik referansları) eklemek için de kullanılabilir.



Açıklık

Belirsizlik, algıyı perdeler. Zihin Haritanızı açık ve anlaşılır yaparak çağrışım gücünüzü, hatırlama yetinizi kuvvetlendirin.

Her satırda sadece bir kelime kullanın

Her kelimenin binlerce çağrışımı vardır. Her satıra bir kelime yazmak size çağrışımsal özgürlük kazandırır. Önemli ifadeler kaybolmaz, tüm seçenekleriniz açık ve anlaşılır olur.

Tüm harfleri yazın

Zihninizin harfleri 'fotoğraflaması' daha kolaydır. Tüm harfleri yazmak için kullanılan fazla zaman, hızlı yaratıcı çağrışımlar ve hatırlama ile telafi edilir. Yazmak bir fikrin kısaca ifade edilmesini de sağlar. Büyük ve küçük harfler de Zihin Haritanızdaki kelimelerin önem ilişkisini göstermek için kullanılabilir.

Çizgi uzunluğunu kelime uzunluğuna eşitleyin

Bu kural ile kelimeleri birbirinin yakınına yazmak dolayısıyla çağrışım yapmak kolaylaşır. Kalan boşluklar da haritaya daha fazla bilgi eklemenizi sağlar.

Çizgileri birleştirin

Zihin Haritanızdaki çizgileri birbirine bağlamanız, zihninizdeki düşünceleri birbirine bağlamanızı sağlar. Çizgiler, oklara, eğrilere, kavislere, çemberlere, ovallere, üçgenlere, çokyüzlü cisimlere veya beyninizin sonsuz deposundaki herhangi bir şekle dönüşebilir.

Merkezi çizgileri kalınlaştırın ve canlı hale getirin

Kalın çizgiler, vurgu yoluyla beyninize merkezi düşüncenizin önemini işaret ederler. Zihin Haritanız keşif aşamasındaysa, Zihin Haritalama sürecinde bazı çevresel fikirlerin merkezdekilerden daha önemli olduğunu keşfedebilirsiniz. Böyle bir durumda, uygunsa dıştaki çizgiyi kalınlaştırabilirsiniz. Canlı, eğik çizgiler de görsel ilgiyi arttırır.



Dallarla şekiller oluşturun

Zihin Haritası'nın tamamlanmış bir dalı eşsiz bir şekle sahiptir. Bu eşsiz şekil, üzerindeki bilginin hatırlanmasını sağlar. Çoğu ezberciye göre, bu şekiller hatırlanma ihtimalini artıran 'yaşayan resimler'dir.

Birçoğumuz bunu çocukken bilinçsizce yapmışızdır. Örneğin, güneşli bir günde yerde uzanıp bulutlarla lekeli mavi gökyüzüne baktığınızı hatırlar mısınız? Yaptıysanız, sürüklenen bulutlara bakıp, 'Aa, bir koyun var!', 'Bir dinozor var!', 'Bir tekne var!', 'Kuş var' diye düşündüğünüz olmuştur. O zamanlar beyniniz rastgele şekillerden imgeler yaratıyordu, böylece şekilleri daha hatırlanabilir hale getiriyordu. Aynı şekilde, Zihin Haritanızda şekiller oluşturmak da çok sayıda bilgiyi hatırlanabilir bir şekilde düzenlemenizi sağlar. 'Kümeleme' denen bu bilgi toplama şekli, bilinen bir ezberleme yöntemidir.

Resimleriniz olabildiğince anlaşılır ve açık olsun

Anlaşılır ve açık bir görüntü, düşüncelerinizin net olmasına yardımcı olacaktır. Anlaşılır bir Zihin Haritası da sade, hoş ve çekici görünecektir.

Zihin Haritalama için ilk on tavsiye

1 Uygun kalem ve kâğıt kullanın

Kâğıdınızı yatay pozisyonda kullanın. Yatay (manzara) bir sayfa, dikey (portre) sayfaya kıyasla daha fazla bilgi içerir ve görüş açınıza daha uygundur. Uygun büyüklükte bir sayfa (büyük olması önerilir) kullanın ve yanınıza bol miktarda renkli, fosforlu kalem alın.

2 Dallarınızı merkezden çevreye doğru çizin ve beyninizi takip edin

Merkezdeki resim beyninizdeki çağrışımları harekete geçirecektir. Beyninizin ortaya koyduğu hiyerarşiyi takip edin. İlk etapta çok iyi bir yapı ortaya çıkarmaya çalışmayın. Serbest çağrışım, kendiliğinden bir yapı oluşturacaktır. Bir daldan diğerine özgürce atlayın. Bir önceki dala gidip ona yeni fikirler de ekleyebilirsiniz.

3 Farklılıkları belirgin hale getirin

Merkezin etrafındaki ana dallar sizin temel fikirlerinizdir bu yüzden vurgulanmaları gerekir. Onları büyük harfle yazın. İkinci sıradaki kelimeleri büyük veya küçük harfle yazabilirsiniz.

4 Anahtar kelimeler ve resimler kullanın

Dalların üzerine fikrinizi sonradan hatırlamanıza yardımcı olacak anahtar kelimeler veya resimler çizin. Beyninizin iki yarım küresinin de harekete geçmesi için haritanızdaki dalların, resimlerin ve kelimelerin canlı bir bütünlük oluşturması gerekir. Dallarınızı, kelimelerinizle aynı uzunlukta çizin.

5 Bağlantılar kurun

Zaman zaman haritanıza kuşbakışı bakın. Farklı maddeler arasındaki bağlantıları fark etmeye çalışın. Var olan bağlantıları, resimler, oklar, şifreler ve farklı renkler kullanarak görünür bir hale getirin. Bazen aynı kelime veya kavram farklı dallarda olabilir. Bu gereksiz bir şey değildir, üzerinde yoğunlaştığınız fikre hâkim olan bir tema olduğunun göstergesidir. Bu gibi önemli noktaları belirgin hale getirin çünkü yaklaşımınızı değiştirebilirler.

6 Eğlenin

Zihninizi özgür bırakın ve kendinizi zorlamayın. Çağrışımlarınızı serbest bırakın ve onları kendinize özgü tarzınızla kâğıt üzerine aktarın. Eğlence, bilgi yönetiminin anahtar bir öğesidir. Zihin Haritanızı yaparken eğlenmek için gereken ortamı hazırlayın.

7 Kopyalayın

Mümkünse, etrafınızdaki güzel Zihin Haritaları'nı, resimleri veya sanatsal öğeleri kopyalayın. Beyniniz kopyalayarak öğrenme, ardından da kopyaladıklarınızdan kendinize özgü şeyler yaratma üzerine tasarlanmıştır. Beyninizin retiküler aktivasyon sistemi zihin haritalama becerilerinizi geliştirmeniz için gereken şeylere odaklanacaktır.

8 Saçma ve anlamsız gelen fikirleri göz ardı etmeyin

Zihin Haritası'nın ilk yaratıcı aşamalarında ortaya çıkan tüm 'anlamsız' ve 'saçma' fikirler, kendilerinden yeni fikirler üretilmesine izin verilerek bir kenara kaydedilmelidir. Anlamsız ve saçma görünen fikirler, normlardan uzak olanlardır; genellikle, normların dışında olan büyük buluşlar ve yeni paradigmalara dönüşürler.

9 Çalışma alanınızı/ortamınızı hazırlayın

Malzemeleriniz gibi çalışma ortamınız da size olumsuz, nötr veya olumlu tepkiler uyandırabilir. Bu yüzden çevreniz, sizi en iyi zihinsel duruma sokabilmek için, olabildiğince hoşnut edici ve rahat olmalıdır. Mümkünse doğal ışık kullanın çünkü doğal ışık gözleriniz için en rahatlatıcı ışıktır; beyne şekil, renk, çizgi ve boyutla ilgili doğru bilgiler verir. Ortamda bol miktarda temiz havanın olmasını sağlayın. Beyninizin temel yakıtlarından biri oksijendir. Temiz hava beyninize bu yakıtı sağlar, böylece algınızı ve zihinsel dayanıklılığınızı arttırır. Oda sıcaklığının orta derecede olmasını sağlayın. Aşırı sıcaklık, dikkatinizi dağıtacaktır. Odayı uygun bir şekilde döşeyin. Masa ve sandalyenizin olabildiğince kaliteli olduğundan, tasarımının size rahat, konforlu ve dik bir duruş sağlıyor olduğundan emin olun. İyi duruş, beyninize giden kan miktarını arttırır, algıyı arttırır ve zihinsel ve bedensel dayanıklılığı geliştirir. Ayrıca, iyi tasarlanmış, çekici eşyalar, çalışma alanını kullanmak istemenizi sağlayacaktır.

Neden hoş bir ortam yaratmalısınız? Çünkü öğrenmek genelde ceza ile ilişkilendirilir, birçok insan farkında olmadan çalışma alanlarını hapishane hücresine çevirmiştir. Öğrenecek bir şeyiniz olmasa bile çalışma alanınızı gitmek isteyeceğiniz bir yer haline getirin. Duvarda birkaç güzel resim, göz alıcı bir halı gibi küçük dokunuşlar, çalıştığınız yeri daha çekici ve hoş bir hale getirebilir.

10 Zihin Haritanızı hatırlanmaya değer bir hale getirin

Beyniniz güzelliğe kendiliğinden uyum sağlamaktadır. Zihin Haritanız ne kadar güzel, dikkat çekici ve renkli olursa, ondan o kadar çok şey hatırlarsınız. Bu yüzden, dalları ve resimleri renklendirmek için, Zihin Haritanıza boyut ve desen kazandırmak için zaman ayırın.

Kâğıdınızı önünüze yatay olarak yerleştirin

Yatay pozisyon (manzara) size, dikey pozisyondan (portre) daha fazla özgürlük verir ve Zihin Haritası'nı çizmeniz için yer sağlar. Dikey bir kâğıtta sınırlanırsınız. Yatay bir Zihin Haritası'nın okunması da daha kolaydır. Deneyimsiz Zihin Haritacıları, kâğıdı çevirirken kalem ve bedeni aynı pozisyonda tutarlar. Bu, Zihin Haritası'nı oluştururken herhangi bir probleme yol açmayabilir fakat Zihin Haritası'nın tekrar okunması, bir yoga ustasının yeteneklerini test edecek fiziksel bükülmeler gerektirecektir.

Zihin Haritanızı düzleme olabildiğince paralel çizin

Zihin Haritanızı düzleme paralel çizmeniz, okunmasını kolaylaştırır. Maksimum 45 derece açıyla yapmaya çalışın.

Zihin Haritanızı gözden geçirin

Zihin Haritanızı, bir sınav veya bir proje için hatırlamak istiyorsanız, onu belirli zamanlarda gözden geçirmelisiniz. Böylece bazı bölgeleri sadeleştirip düzeltebilir, gözden kaçan bölgeleri doldurabilir ve özellikle önemli çağrışımları pekiştirebilirsiniz.

Bir saatlik bir öğrenme sürecinden sonra, Zihin Haritanızı:

- 10-30 dakika sonra
- Bir gün sonra
- Bir hafta sonra
- Bir ay sonra
- Üç ay sonra ve
- Altı ay sonra gözden geçirmelisiniz.

Böylece Zihin Haritanız, gelişmekte olan uzun süreli belleğinizin bir parçası olacaktır.

Hızlı Zihin Haritaları

Zaman zaman orijinal Zihin Haritanızdan hatırladıklarınızla hızlı bir Zihin Haritası (yalnızca birkaç dakikalık) yapmalısınız. Bu yeni Zihin Haritası'nı yaparken, hafızanızı yeniden yapılandırıp yenileyecek; hafıza ile yaratıcılığın temelde aynı zihinsel süreçlere sahip olduğunu göreceksiniz.

Yalnızca orijinal Zihin Haritanızı kontrol ederseniz, beyniniz zaten yapılmış olanlara odaklanır, yani var olan Zihin Haritası'na bağlı kalır. Fakat yeni bir Zihin Haritası oluşturmak, dışsal uyarıcı olmadan neler hatırlayabildiğinizi kontrol etmenizi sağlar. Sonrasında iki Zihin Haritası'nı karşılaştırabilir; hataları, tutarsızlıkları ve unutulan şeyleri düzeltebilirsiniz.

Zihin Haritası tekniklerini öğrenme ve pekiştirme sürecinde birtakım engellerle karşılaşabilirsiniz. Bu gibi durumlarda bu bölümü gözden geçirip, zorlukların üstesinden nasıl geleceğinizi öğrenebilirsiniz.

Fikir üretemediğinizi düşündüğünüz an...

Zihin Haritanızı bir kenara bırakın ve başka şeylerle uğraşın Ara verdiğinizde yeni bir fikrin oluşması ihtimali artar. Bu yeni fikirleri haritanıza ekleyin ve yeni çağrışımlar oluşturmasına izin verin.

Haritanızı karalamaya, boyamaya ve üzerine bir şeyler çizmeye başlayın Zihin Haritanızı süslemeye başladığınızda aklınıza yeni fikirler gelir. Son araştırmalar karalama yapanların iyi düşünürler olduklarını ortaya çıkarmıştır!

Boş dallar çizin Beynimizin boş alanları doldurma eğiliminde olduğunu unutmayın. Boş dallar çizdiğinizde beyninizi yaratıcılığa sevk etmiş olursunuz.

Dört tehlike alanı

Tüm Zihin Haritacıları bekleyen, uzak durmanız gereken dört büyük tehlike vardır:

1. Zihin Haritası olmayan Zihin Haritaları yapma
2. Cümlelerin daha anlamlı olduğu fikrine kapılma
3. 'Dağınık' bir Zihin Haritası'nın iyi olmadığı fikrine kapılma
4. Zihin Haritanıza karşı olumsuz duygusal tepki geliştirme

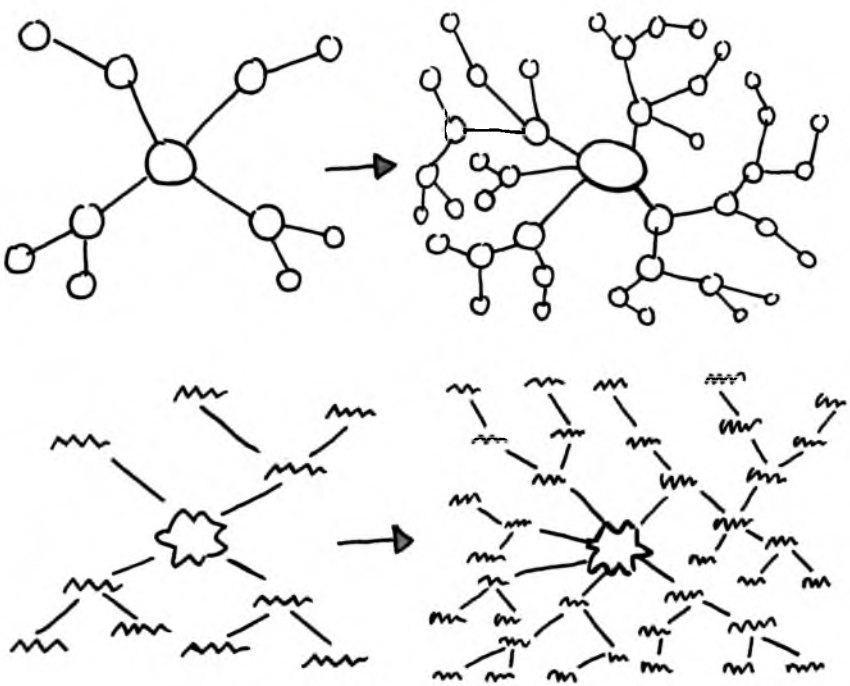
Bu ilkeleri aklınızda bulundurduğunuz sürece tehlikelerden kolayca uzak durabilirsiniz.

1 Zihin Haritası olmayan Zihin Haritaları

Süreç haritaları, balık kılçığı, kavram haritaları ve akış şeması gibi isimler alan, Zihin Haritası gibi görünen birçok şema vardır. Bu şemalar, zihin haritalamanın ilk aşamalarında olup, Zihin Haritası kurallarını tam olarak özümseyememiş kişiler tarafından yapılırlar.

Bu şemalar ilk bakışta Zihin Haritası'na benzerler ve Zihinsel Haritalama'nın temel ilkelerine bağlı gibi görünürler. Oysa ki birtakım farklılıkları vardır. Yapıları rastgele ve tekdüzedir. Ayrıca, tüm fikirler aynı düzeydedir ve birbirlerinden bağımsızdır.

Anlaşılırlık, vurgu ve çağrışım kuralları ihmal edildiği için, düzen ve yapıya sahip gibi görünen bu şemalar, düzensizlik, tekdüzelik ve karmaşıklık yansıtırlar.



Zihin Haritaları gerçekten Zihin Haritaları değildir. Bu yapılar, sık sık kümelenmiş ya da örümcek diyagramları, düzensizliğe yönlendirici, tekdüze, kaotik fikirler olarak adlandırılırlar. Kendinizde kaç tane kortikal yeteneğin dahil olduğunu, daha da önemlisi kaç tanenin engellendiğini kontrol edin.

2 Cümlelerin daha anlamlı olduğu fikri

Her dala bir kelime kuralı, çağrışımları kısıtlıyor gibi gözükse de bilişsel özgürlük yaratır. Bunun nasıl olduğunu bir örnekle açıklayacak olursak, birinin keyifsiz bir öğleden sonra geçirdiğini, bunu da bir Zihin Haritası günlüğü ile ifade edeceğini düşünelim (bkz. Şekil 8.1.).

Şekildeki Zihin Haritası, ilk bakışta 'çok keyifsiz' bir öğleden sonra için yeterli görünmektedir. Oysa ki şekil daha yakından incelendiğinde bazı eksiklikler ortaya çıkar. Örneğin şekil, öğleden sonraya dair herhangi bir yorumu mümkün kılmamaktadır; herhangi bir ihtimale açık olmayan, sabit bir sözcük grubudur.

Bunun aksine, Şekil 8.2. cümleyi kelimelerine ayırmakta, her bir kelimeye kendi sonsuz çağrışımlarını yayma özgürlüğü vermektedir. Bu özgürlük, tek kelime kuralının uygulandığı, resimler ve renklerin de eklendiği Şekil 8.3'te daha açıkça görülebilir.



Şekil 8.1: İlk bakışta yeterli görünen fakat tehlikeli hatalar içeren standart not alma şekli



Şekil 8.2: Her kelimeye kendine ait çağrışımları yayma özgürlüğü veren not alma şekli



Şekil 8.3: Gerçeğin daha kapsamlı, doğru ve dengeli bir şekilde yansıtılmasına izin veren, Zihin Haritası kurallarına uygun not alma şekli

74. sayfadaki Zihin Haritası'nda da, öğleden sonraya ait ana temanın 'keyifsiz'lik olduğunu, bunun da '-siz' ekine yapılan vurgu ile vurgulandığını görürüz. O gün hasta olmuş, başarısız olmuş, kötü bir haber almış ya da hepsini birden yaşamış olabilirsiniz. Küçük de olsa olumlu bir şeyler yaşamış da olabilirsiniz. Tüm bunları tek kelime/tek resim kuralına uyarak açıkça ifade edebilirsiniz.

Olumsuz ifadeler insanların günlerini, yıllarını, hatta onlarca yılı yok edebilir. 'Geçen yıl hayatımın en kötü yılıydı', 'Okul yıllarım tam bir cehennemdi!' en sık duyulan ifadelerdendir.

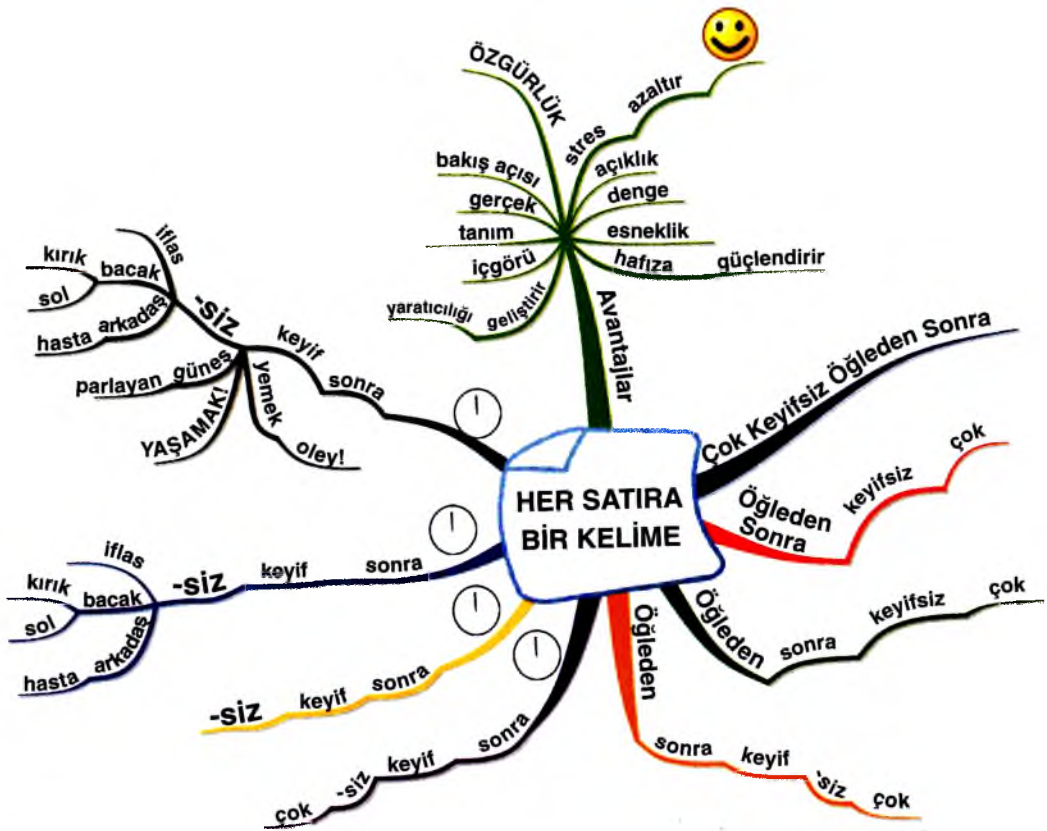
Bu olumsuz düşünceler sıklıkla tekrar edilirse, sonunda doğru olduklarına inanılacaktır fakat doğru değillerdir. Zaman zaman hepimiz hayal kırıklıkları yaşarız. Fakat her zaman altta yatan olumlu bir şeyler vardır. Yoksa bile hâlâ hayattayızdır ve depresif olduğumuzun farkındayızdırl Yani kesinlikle olumlu değişim ve gelişim için potansiyelimiz vardır.

Zihin Haritanızda kelimeler kullanmak içsel ve dışsal dünyanızı daha net, gerçekçi görmenizi sağlar böylece kendinize karşı daha 'dürüst' olursunuz. Kelimeler, problem çözme ve yaratıcı düşünme yetinizi geliştirir çünkü zihninizi tüm seçeneklere açık kılar. Sizi özgürleştirir!

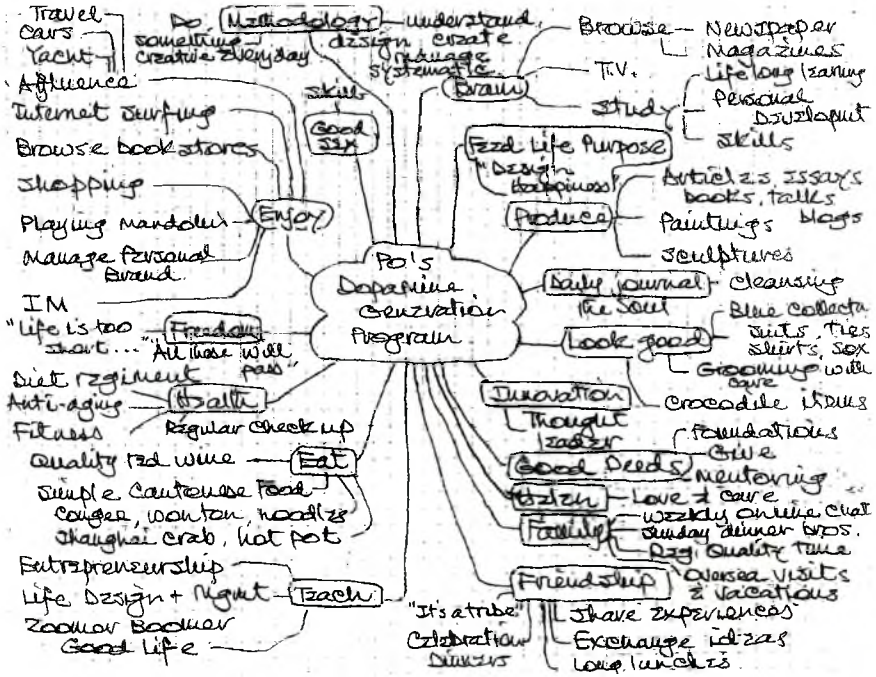
3. 'Dağınık' bir Zihin Haritası'nın iyi olmadığı fikri

Bazı durumlarda, zamanınız yoksa veya zor bir dersi dinliyorsanız 'dağınık' görünen bir Zihin Haritası oluşturabilirsiniz. Zihin Haritanızın dağınık oluşu, kötü olduğu anlamına gelmez. Zihninizin o anki durumunun veya o an aldığınız bilginin basit bir yansımasıdır. 'Dağınık' görünen Zihin Haritanız anlaşılırlık ve güzellikten yoksun olabilir fakat o anki zihinsel süreçlerinizin tam bir kaydıdır. Onu 'ilk taslak' olarak düşünüp, sonrasında son şekli verebilirsiniz. Bu düzeltmeleri bilgisayarlı Zihin Haritası'nda yapmak çok daha kolaydır.

Zihin Haritanıza baktığınızda, düzensiz, dağınık ve karmaşık olanın siz değil, dinlediğiniz konuşmacı veya okuduğunuz kitabın yazarı olduğunu fark edersiniz ve suçluluk duygusundan kurtulursunuz.



Bir kelime grubunun adım adım Zihin Haritası'na dönüştürülmesi ve bunun avantajları



Po Chung'un 'dağınık' görünümlü Zihin Haritası taslağı

4 Zihin Haritanıza karşı olumsuz duygusal tepki geliştirme

Bazen 'kusursuz' bir Zihin Haritası yapabilirsiniz fakat bunu ilk denemenizde yapmanız zordur. Zihin Haritanızı beğenmiyor ve bundan ötürü üzülüyorsanız, kendinize henüz olgunluğa ulaşmadığınızı ve haritanızın taslak aşamasında olduğunu hatırlatmalısınız.

Teknikleri, tavsiyeleri ve kuralları okuduktan, karşılaşabileceğiniz güçlükleri öğrendikten sonra, kendinize ait bir Zihin Haritası yapmanın vakti gelmiş demektir. Bir sonraki bölüm, tüm bu öğrendiklerinizi, kişisel becerileriniz ve karakterinizle birleştirerek nasıl kendi Zihin Haritanızı yapabileceğinizi gösterecek.



Sanatsal Zihin Haritaları

Zihin Haritaları, el-göz koordinasyonunuzu ve görsel becerilerinizi geliştirmek, belirginleştirmek için iyi bir fırsattır. Geliştirdiğiniz resim yapma becerileri ile Zihin Haritalarınız sanatsal âlemin birer parçası olabilir. Sanatsal Zihin Haritaları, beyninizin sanatsal ve yaratıcı kişiliğini ifade etmesine olanak verir.

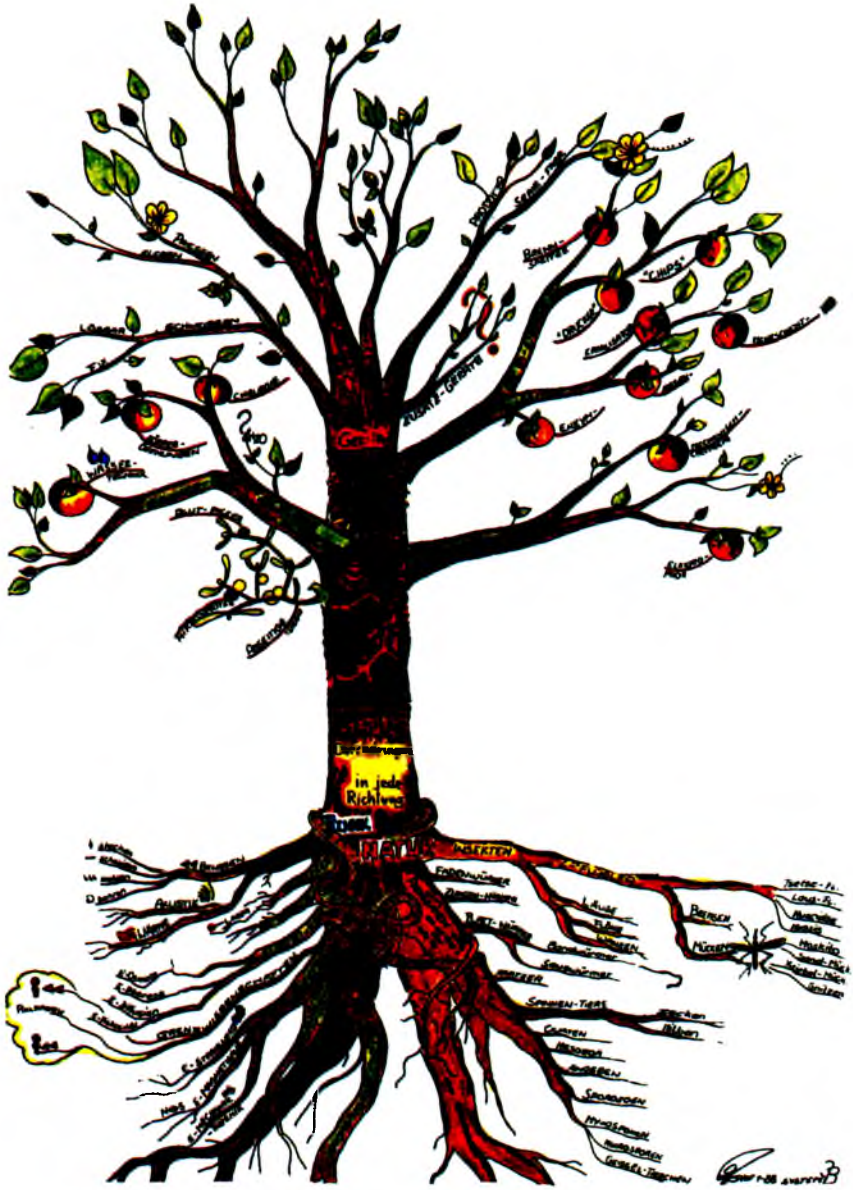
Neden sanatsal bir Zihin Haritası oluşturmalısınız?

Sanatsal bir Zihin Haritası oluşturmak için çabaladığınızda, sanatsal ve görsel becerilerinizin nasıl geliştiğini görerek şaşıracaksınız. Böylece, hafızanız gelişecek, stresiniz azalacak, rahatlayacak, kendinizi daha iyi ifade edecek ve kendinize güveneceksiniz. Zihin Haritanızda kullanmak için daha yaratıcı fikirler ve resimler ararken yaratıcı düşünme becerilerinizi de geliştireceksiniz. Daha önce hiç resim çizmediyseniz, içinizdeki sanatçıyı açığa çıkarmanız için eşi bulunmaz bir fırsatınız var demektir.

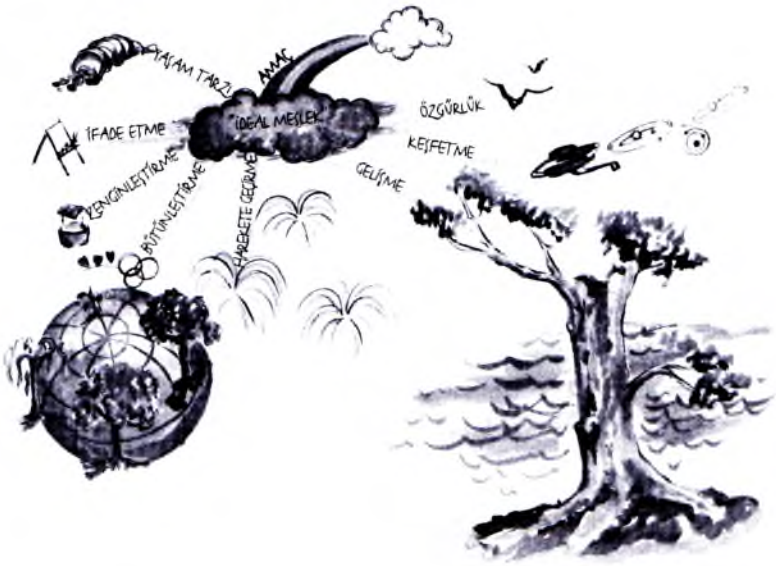
Zihin Haritanızı nasıl sanatsal bir hale getirirsiniz?

Aşağıdaki Zihin Haritaları'na bakın ve hikâyelerini okuyun. Ne kadar kişisel ve özgün olduklarını göreceksiniz. Siz de biraz deneme yaparak kendi kişisel tarzınızı yaratabilirsiniz.

Sanatsal Zihin Haritası oluşturmak için gereken malzemeler; renkli, fosforlu kalemler, büyük, beyaz kâğıtlar (yatay kullanılmak üzere) ve yaratıcı bir gözdür. Önceki bölümden de hatırlayacağınız gibi, Zihin Haritanızı gerçekten geliştirmek için farklı boyutlara ve derinliğe de ihtiyacınız vardır.



Claudius Borer tarafından yapılmış Zihin Haritası bize, nasıl temel prensiplerin uygulanmasında (kökler) uygun meyvelere yönelebileceğimizi gösterir!



Kathy De Stefano'nun ideal meslek fikrini anlatan Zihin Haritası



Digital Corporation'dan Dr. John Geesink'in aşk kavramını kelime kullanmadan ifade ettiği Zihin Haritası

Sanatsal Zihin Haritası sıradan bir Zihin Haritası'ndan daha fazla zaman alır, bu yüzden acele etmeyin ve daha da önemlisi, sürecin tadını çıkarın. Bu süreçte, yaratıcı benliğinizle tanışacaksınız.

Dalları çizerek ilk taslağı oluşturun. Bir resim, ardından birçok çağrışım getirecektir, bu yüzden çizecek bir şey bulamazsanız endişelenmeyin. Çizeceğiniz şeyin nasıl bir şey olduğunu hatırlamıyorsanız, ona bakmak için kalkın ve sonra devam edin. Zihin Haritaları bu anlamda gözlem yeteneğinizi geliştirmek için de iyi bir araç olacaktır.

Bu süreçte sanatçıların çalışmalarından da –size ilham kaynağı olması açısından– faydalanabilirsiniz. Bir sanat galerisine gidebilir, bir kitap karıştırabilir ya da en basitinden kendi kendinize desen çalışmaları yapabilirsiniz. Çalışmak için çiçekleri, binaları veya insanları seçebilirsiniz. Önemli olan sanatsal yönünüzü geliştirmek için Sanatsal Zihin Haritası'nı kullanıyor olmanızdır.

78. sayfadaki sıradışı, ağaca benzeyen Zihin Haritası, yaptığı sanatsal Zihin Haritaları ile Avrupa çapında ün kazanan Claudius Borer'e aittir. Bu, bize bir kurumun gelişmesinin yolları ve gelişen bir kurumun meyvelerini göstermektedir.

79. sayfadaki Zihin Haritası da (yukarıdaki), bir pazarlama danışmanı olan Kathy De Stefano'nun ideal meslek hakkındaki fikirlerini ifade etmektedir. Bu Zihin Haritası canlı ve yaratıcı olduğu kadar, göz alıcı bir sanat eseridir.

79. sayfadaki diğer Zihin Haritası (aşağıdaki), bir uluslararası bilgisayar endüstrisi danışmanı olan Dr. John Geesink tarafından yapılmıştır. Geesink, 'aşk' kavramını sanatsal bir şekilde, mizah yoluyla ve kelimeler kullanmaksızın ifade etmek istemiştir. Bu Zihin Haritası'nı görenler, renkli kopyasını almak istemişlerdir!

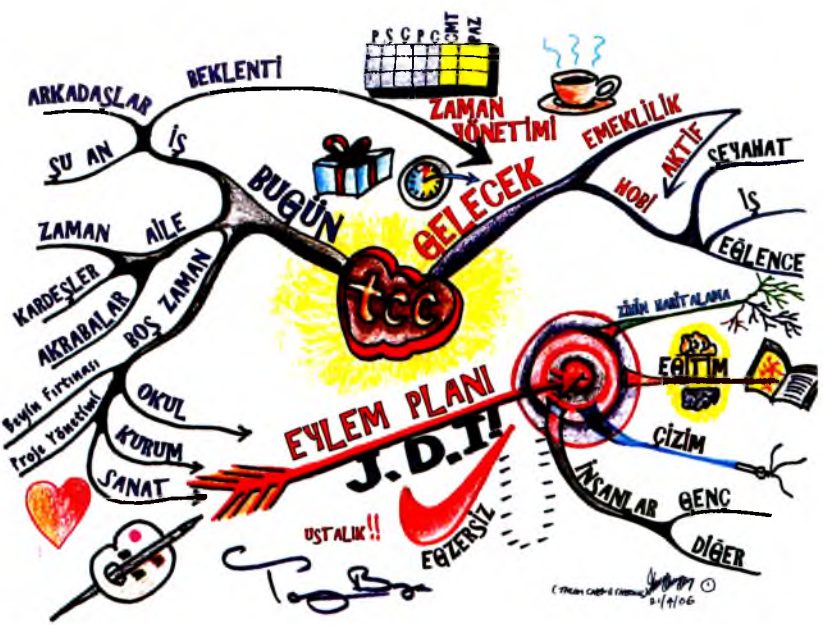
Ekonomik koşullardan endişe duyan birçok insandan biri, Singapurlu C. C. Thum, büyüyen krizi karşılamak için bir faaliyet planı yapma ihtiyacı duymuştur. Bir Zihin Haritası oluşturmak, Thum'un işini kaybetmek gibi büyük bir değişimle başa çıkmasını kolaylaştırmıştır. Thum, bu süreçte sanatsal bir Zihin Haritası da oluşturmuştur. 201. sayfada yer alan, C. C. Thum'un da aralarında bulunduğu bir ekip tarafından yapılan dünyanın en büyük Zihin Haritası'na bakmayı unutmayın.

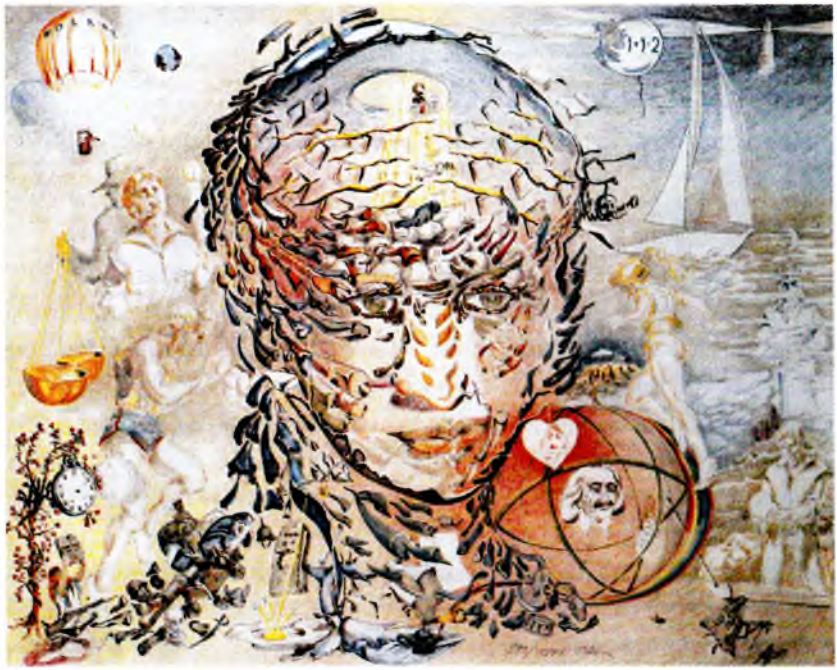
C. C. Thum'un hikâyesi

Küresel ekonomik kriz beni doğrudan etkilemişti. 2008 yılında personel sayısının azaltılacağı söylendiği gün işten çıkarılmıştım. Bunu yaşadığıma inanamıyordum.

Zihin Haritası'nı öncesinde de kullanmıştım. İşten çıkarılınca, başıma gelenleri ve bununla nasıl baş edeceğimi haritalama ihtiyacı duydum. Bu süreçte 2006 yılında yapmış olduğum bir Zihin Haritası bana rehberlik etti. O Zihin Haritası, Buzan Zihin Haritası seminerine katıldıktan sonra, yaşam hedeflerim üzerine çizdiğim bir haritaydı. Emekliliğimi görselleştirmiş, istenen sonuca ulaşmak için faaliyet planı çıkarmıştım. Zihin Haritası'nı yaparken eğlenmiştim de. O zamanlar mesleğim hep ön plandaydı ve Zihin Haritası'na ayırdığım zaman kısıtlıydı. Buna rağmen, hayallerimin ve tutkularımın peşine düşmüştüm.

İşten çıkarılmamla birlikte önceliğim zihin haritalama ve onu başkalarına öğretmek olmuştu. İşten çıkanimayla başa çıkmamın sırrı Zihin Haritası'ndaydı. Anafikirleri görselleştirdim ve Zihin Haritası'na aktardım. Sonuç olarak Zihin Haritası'nın beni geleceğimle ilgili endişelerden ve işten çıkarılma sebeplerimi sorgulamaktan kurtardığını fark ettim.





Ulf Ekberg'in tek resimli Zihin Haritası

Büyük bir Zihin Haritası sanatçısının hikâyesi

İsveçli bir gemi kaptanı, aynı zamanda bilgisayar sistemleri uzmanı olan Ulf Ekberg, bir Zihin Haritalama kursuna katıldı. Ondan büyük şeyler bekleniyordu çünkü şirket gazetesine düzenli olarak karikatürler çiziyordu; portre ve manzara resimlerine de başlamıştı. Kursun sonunda, tüm öğrenciler son Zihin Haritaları'nı tamamladıklarında, Ulf'un zihni boştu!

Hayal kırıklığı ile evine gitti ve hafta sonunun birkaç saatini, kursu hayal ettiği şekilde bitirmek için çalışmaya adadı.

Günün hayal kırıklığından kısmen de olsa kurtulmak için, arka bahçesindeki büyük teknede çalışmaya gitti. Dondurucu bir kış günüydü. İşini bitirdiğinde ayağı kaydı ve 10 adımlık yükseklikten buz zemine düştü. Gülerek ayağa kalktı fakat adım attığında acıyla yere düştü ve sürünerek içeri girdi. Doktor iki ayağının topuğunda çatlaklar olduğunu, en az iki ay yürüyemeyeceğini söyledi.

Ulf, bu zorunlu hareketsizliğe olan öfkesi dindikten sonra, yaşamındaki tutkularından birini gerçekleştirmeye karar verdi: Salvador Dali tarzında bir resim yapmak.

Kursta öğrendiği her şeyi, yorumlarını ve değerlendirmelerini dahil edeceği, tek resimli bir Zihin Haritası yapmayı planladı. Resme dahil etmek istediği kavramlar şunlardı:

- İçe bakış-kendini gören beyin
- Bir Roma deyişi *mens sana in corpore sano* ('sağlam kafa sağlam vücutta/ sağlam vücut sağlam kafada bulunur')
- Sağlıklı beyin fonksiyonları için önemli bir öğe olan aşk
- Bütüncül bir beyin-parçaların toplamının, bütünden daha büyük olması
- Bir değişken olarak zaman
- Zihnin, istediği her şeyi yaratabilme becerisi
- Denge ve kişisel kontrol için kullanılan bir metafor olarak hokkabazlık
- Eğitimli bir beyinde var olan güçlü adalet duygusu
- Gezegendeki en büyük beyin
- Varoluş
- Müzikal olarak beyin
- Sonsuz bir çağrışım mekanizması olan beynin bağlamında görülen, Einstein'ın izafiyet teorisi
- Savaşa son vermeyi anlamak
- Sihirli beyin
- Öğrenme sürecinin anlaşılır ve eğlenceli parçaları olan yanlışlar
- Bilinen tüm sınırların aşılması

Zihin Haritası sanatının ilk gerçek örneği olan bu harita, sınırlı sayıda basıldı ve bir anda koleksiyoncuların nadide bir parçası oldu.

Ekberg'in Sanatsal Zihin Haritası'nı incelemek, sizi bu bölümde bahsedilmeyen birçok fikirle tanıştıracak ve daha da önemlisi, size kendi Zihin Haritalama tarzınızı geliştirmeniz için ilham verecektir.

Şimdi zihin haritalama için öğrendiğiniz temel ilkeleri, kendi tarzınızla bütünleştirebilirsiniz. Sonraki kısımda, Zihin Haritaları kullanılarak ustalıkla halledilebilecek zihinsel işleri göreceksiniz.

İnsan **beyninin** de güçlü olmak için –bir kas gibi– eğitilmeye ihtiyacı vardır. **Zihin Haritası** da, **yaratıcılığınızı, hafızanızı** ve **düşünme yetinizi** geliştirerek beyninizin 'egzersiz' yapmasını sağlar. Tüm eğitimlerde olduğu gibi, ne kadar **çok eğitilirseniz,** o kadar **iyi** harita yaparsınız.

Tony Buzan

3. Kısım
Temel uygulamalar



Üçüncü kısım, Zihin Haritası'nın uygulama aşamasına giriştir. Burada hafıza, yaratıcılık, karar alma ve başkalarının düşüncelerini düzenleme gibi temel uygulama alanlarına odaklanacağız.

Zihin Haritası öncelikle hafızayı geliştirici bir araç olarak ortaya çıktığı için biz de bu kısımda Zihin Haritası'nın bunu nasıl yaptığını ve eski bir hafıza geliştirme tekniği olan 'loci' ile bağlantısını ortaya koyacağız. Ayrıca, beyin fırtınasından nasıl iki kat daha fazla fikir üretebildiğini ve yaratıcı düşünme yetinizi nasıl kuvvetlendirdiğini irdeleyeceğiz. Üçüncü kısmın son iki bölümü, Zihin Haritası'nın karar verme ve düşünceleri düzenlemede kullanımına değinecek, size Zihin Haritası'nın hayatın her alanında kullanıldığını gösterecek olan 4. Kısım'a hazırlayacaktır.

10

Hafıza için Zihin Haritaları

Bir arama motoruna 'hafıza' kelimesini yazdığınızda, hafıza ve onu nasıl geliştireceğinizle ilgili yüzlerce sayfaya ulaşırsınız. Bu sayfaların hepsi, hafızanın çalıştırılması ve eğitilmesi gerektiği ile ilgili bilgiler sunacaktır çünkü hafızanız, kaslar gibi çalıştırılmazsa zayıflayan bir yetidir. Bu bölüm, Zihin Haritaları'nı kullanarak hafızanızı nasıl geliştireceğinizi ve ona nasıl esneklik kazandıracağınızı anlatmaktadır.

Zihin Haritaları'nın tarihi

Zihin Haritaları, eski ve güçlü bir hafıza tekniği ile benzerlik göstermektedir. MÖ 477'de, Keos'lu Simonides adlı Yunanlı şair, 'loci' (yer) adında bir hafıza geliştirme yöntemi bulmuştur. O zamanlar, hatipler ellerindeki küçük bir yazıyla topluluk önüne çıkar, bir yolda olduklarını hayal eder, konuşacakları her bir maddeyi yol üzerine yerleştirir, bir maddeden diğerine atlayarak ezberledikleri konuşmaları yaparlardı. Hafızalarını tetikleyen şeyler çağrışım ve hayal gücü olurdu. Romalılar bu yöntemi Rönesans'a kadar kullandılar fakat matbaanın kullanılmaya başlamasıyla birlikte bu yöntem de tarihe karıştı. Zihin Haritası yıllar sonra bu yöntemi yeniden canlandırmaktadır. Zihin Haritası'ndaki her bir dal, içerisinde birçok şeyin olduğu birer 'oda'dır. Hayal ve çağrışım gücümüz de hafızamızı tetiklemektedir.

Zihin Haritaları, tüm kortikal becerilerimizi kullanmamızı sağlayarak, beynimizi harekete geçirir, belleğimizi işler hale getirir. Çekici görüntüleriyle bir şeyleri kendiliğinden hatırlama ihtimalimizi arttırır.

Zihin Haritaları hafızayı nasıl geliştirir?

Bilgiyi 'rahat' bir zihinsel ortama saklar

Girdiğiniz bir sınavda cevabını hatırlayamadığınız, bildiğinizden de emin olduğunuz tek bir soru için dakikalarca oturduğunuz oldu mu? Böyle bir durumda, cevap beyninizde köşe bucak saklanır. Ne zaman ki rahatlarsınız, o zaman saklandığı yerden çıkıp gelir ama artık çok geç olmuştur. Bilim insanları, beynin sınav anı gibi zor anlarda hatırlamayı güçleştiren kimyasallar salgıladığını ortaya koymuşlardır. Rahatlama, bellekten bilgiyi geri çağırma ve bilgi üretme için temel koşuldur. Zihin Haritaları –oluşturma şeklimiz ve kurduğumuz ilişki ile ilgili olarak– beynimizi rahatlatmamız, düşünme ve hatırlama yetilerimizi güçlendirmemiz için ideal araçlardır.

Bilgileri bir araya getirir

Bir toplantıda, derste ya da bir sunum esnasında doğrusal notlar tutan çoğu kişi, bu notları belli bir düzen ilişkisi içerisinde tutma eğilimindedir. Düzen, beynin ihtiyacıdır. Beyin, birbiriyle ilişkisi olmayan ortalama 5-7 parça bilgi saklayabilir. Bundan fazla bilgi, özümsenmek için bir araya toplanmalıdır. Doğrusal notlarda bir araya getirme işlemi, yalnızca numaralama veya maddeleme şeklindedir. Oysa ki Zihin Haritaları şekiller, bağlantılar, farklı yazı büyüklükleri ile çok daha görsel öğeler sunmaktadır. Zihin Haritası'nda bilgiler tek bir sayfada toplanmıştır böylece birden çok bilgiyi bir kerede gözden geçirebilirsiniz.

Bilgiyi tekrar eder

Tekrarın bilgiyi kalıcı, hatırlanabilir kıldığını söylememize gerek yoktur. Bilgiyi tekrarladığınızda, belleğinizdeki sinaptik bağlantılar harekete geçer ve güçlenir. Böylece bilgiye erişim kolaylaşır. Tekrarlama ihtiyacı Zihin Haritaları ile şu iki şekilde karşılanır:

1 Bir Zihin Haritası oluştururken, beyninizde işlenen bilgi gözünüzün önünde olur çünkü Zihin Haritası tek bir sayfa üzerindedir. Yani, beyniniz bu tek sayfa üzerindeki Zihin Haritası'nı sürekli tekrar etmektedir.

2 Zihin Haritası yoğun ve dikkat çekicidir. Belleğin temel öğeleri imge, renk, şekil, çağrışım, yapı ve loci (belirli yerler)dir. Tüm bu hafıza geliştiriciler bir Zihin Haritası'nda toplanmış durumdadır. Doğrusal notlar ise, tam aksine tek renkli ve belleğe katkısı olmayan notlardır.

Zihin Haritaları ile ezber yapmak

Zihin Haritaları ile çeşitli bilgiler, tarihi olaylar ve yapılacaklar listesi gibi ezberlenecek birçok şey vardır.

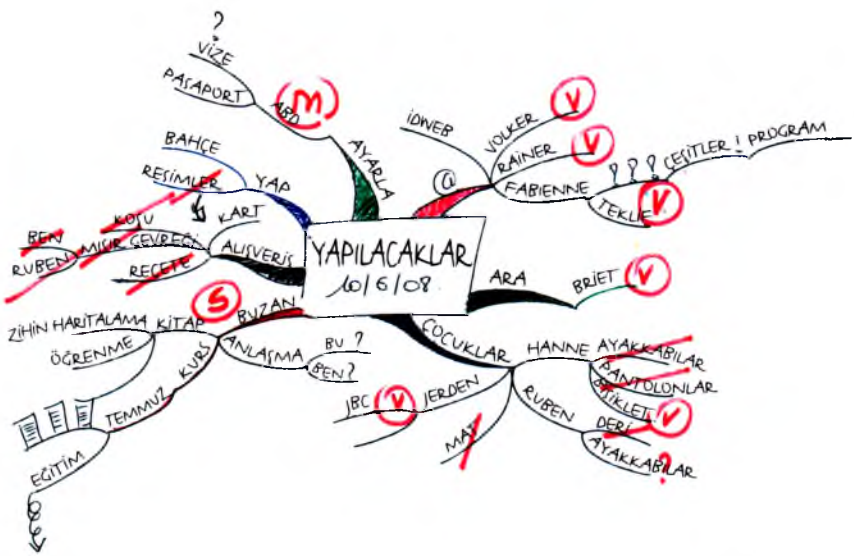
Hafızanızda 'kaybolan' bilgilere –örneğin, birinin ismine veya kaybettiğiniz bir eşyanızın yerine– ulaşmaya çalıştığınızı düşünelim. Böyle bir durumda, kayıp şey üzerine odaklanmak ters etki yapar çünkü kayıp kayıptır, dolayısıyla yokluğa odaklanıyor olursunuz. Bu durumda beyninizin çağrışım gücünü düşünerek haritanızın ortasını boş bırakın. Etrafını bu boşluğun çağrıştırdığı kelimeler ve resimlerle doldurun. Örneğin, kayıp olan şey bir insanın ismiyse, etraftaki dallar cinsiyet, yaş, dış görünüş, aile, ses, hobiler, meslek ve onu en son ne zaman gördüğünüz olacaktır. Bu şekilde beyninizin hatırlama olasılığını arttırmış olursunuz.

Hatırlamadığınız bir şey için Zihin Haritası yapmak istemiyorsanız da gözünüzün önünde aynı içerikli bir Zihin Haritası canlandırabilirsiniz.

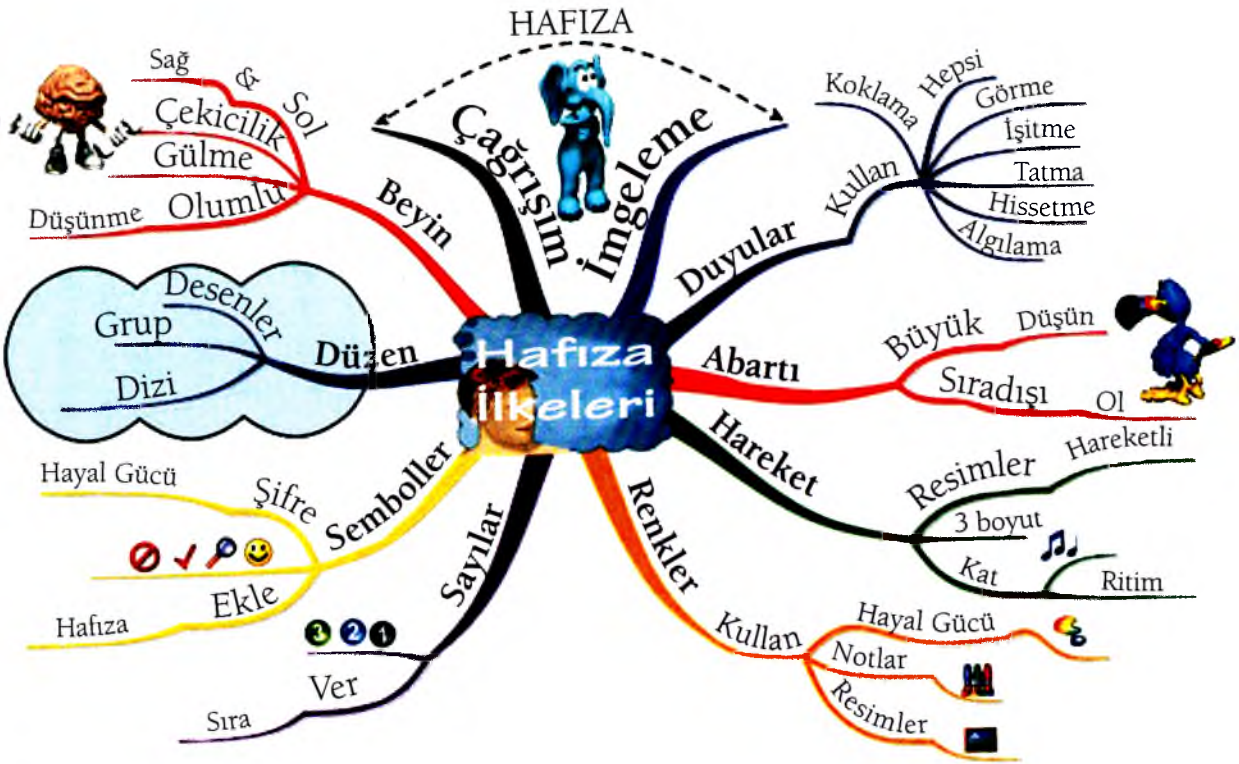
Zihin Haritaları hafıza geliştiren büyük araçlardır ve bunu, çağrışım yaratıp yeni düşünce kalıpları oluşturarak yapmaktadır. Dolayısıyla Zihin Haritaları aynı zamanda yaratıcı düşünme araçlarıdır. Zihin Haritalan'nın yaratıcılığı geliştirme işlevi için bir sonraki bölüme geçelim.



Zihin Haritaları, yapılacak şeyleri(*) hatırlatmak için çok faydalıdır.



Buzan eğitmenlerinden Hilde Jaspaert tarafından yapılmış bir diğer 'yapılacaklar' haritası: 'T' harfinin yatay çizgisi takvimi, kalpler ve gülümseyen yüzler Hilde'ın yapmaktan hoşlandığı şeyleri, '✓' tikler yapılan işleri, üzgün yüzler yapmaktan hoşlanmadığı şeyleri, telefon aranacakları, '@' ise e-postaları temsil için kullanılmıştır.



Hafıza ilkeleri Zihin Haritası

11

Yaratıcı düşünme için Zihin Haritaları

Bu bölümde Zihin Haritaları'nın yaratıcı düşünmede nasıl etkili olduğunu, yaratıcı düşünme yetinizi geliştirmek için Zihin Haritaları'nı nasıl kullanabileceğinizi öğreneceksiniz.

Yaratıcı düşünme nedir?

Psikoloji literatürü, özellikle E. Paul Torrance'in çalışmaları ('Yaratıcılığın babası' olarak bilinen Torrance'in 60 yıllık çalışmaları, yaratıcılığın temel ölçütlerini belirlemiştir) esnekliğin, yaratıcılığın en temel öğesi olduğunu ortaya koymaktadır. Diğer önemli faktörler ise:

- Var olan verilerden yeni çağrışımlar üretebilmek
- Sıradışı öğeleri bir araya getirebilmek
- Var olan verileri yeniden düzenleyebilmek ve ilişkilendirebilmek
- Var olan düşünceyi tersine çevirebilmek

Farklı renkler, şekiller ve boyutlar da, yaratıcı sürece duygularınızı ve estetik anlayışınızı katarak yaratıcılığı geliştirirler.

Neden yaratıcı düşünceyi geliştirmek için Zihin Haritaları'nı kullanmalısınız?

Zihin Haritaları yukarıda tanımlanan tüm yaratıcı düşünme becerilerini kullanırlar. Bir Zihin Haritası oluşturduğunuz anda, düşünce sınırlarınızın dışında kalan fikirleri ele geçirmek için sizi tetikleyen bir zihinsel enerji yaratmış olursunuz.

Zihin Haritalan'nı oluşturmak eğlenceli bir süreç olduğu için, bu süreçte özgür düşünebilir, yaratıcı fikirler ortaya çıkarabilirsiniz. Oluşturduğumuz Zihin Haritası'nda, tüm fikirleri tek bir bakışta görebildiğiniz için de yaratıcı çağrışımlar yapma ve fikirler arasında yeni bağlantılar kurma ihtimaliniz artar.

Zihin Haritaları,

- **Belirli bir konudaki *tüm* yaratıcı ihtimalleri ortaya çıkarmanıza**
- **Zihninizi konuyla ilgili önceki varsayımlardan arındırmanıza**
- **Bir eylemle sonuçlanan fikirler üretmenize**
- **Yeni kavramsal çerçeveler yaratmanıza**
- **İçgörü gellştirmenize, var olanlan yakalamanıza ve**
- **Yaratıcı planlama yapmanıza**

yardımcı olarak yaratıcı düşünmeyi desteklerler.

"Yaratıcı düşünme, bir şeyleri her zaman yapıldığı şekliyle yapmanın önemli olmadığının fark edilmesidir."

RUDOLF FLESCH

Yaratıcı düşüncenizi güçlendirin

Zihin Haritası'nı bir yaratıcı düşünme aracı olarak kullandığınızda ve yaratıcı düşürıme sürecinin belirli aşamalarını takip ettiğinizde, geleneksel beyin fırtınasında üretilenin iki katı kadar yaratıcı fikir üretebilirsiniz. Bu süreçte takip etmeniz gereken beş aşama vardır.

1 Hızlı Zihin Haritası

Uyarıcı bir resim çizerek başlayın. Resminiz, geniş, boş bir sayfanın ortasında olsun ve bu konuyu düşündüğünüzde aklınıza gelen her düşünceyi bu merkezin etrafına yayın. Bunun için 20 dakikadan fazla zaman ayırmayın.

Hızlı çalışmak zorunda olmak, beyninizi alışılagelmiş düşünce modellerinden kurtaracaktır; yeni ve çoğu kez absürd görünen fikirlerin oluşmasını sağlayacaktır. Absürd görünen fikirler her zaman haritaya eklenmelidir çünkü onlar yeni bakış açılarının birer anahtarıdır ve eski, sınırlayıcı alışkanlıkları yok ederler.

Sayfanın olabildiğince büyük olma sebebi, Zihin Haritası'nın mevcut alanı doldurmak için genişleyecek olmasıdır. Yaratıcı düşünceler oluşturma sürecinde, beyninizi harekete geçirmek için olabildiğince geniş bir alana ihtiyacınız vardır çünkü beyniniz, ona sağlanan yeri doldurmaya çalışacaktır.

2 Yeniden yapılandırma ve düzeltme

Kısa bir mola verin, beyninizin dinlenmesini ve şimdiye kadar ürettiği fikirleri bir araya getirmeye başlamasını sağlayın. Sonrasında, ana dalları belirleyeceğiniz, bu dallar arasında hiyerarşiler oluşturacağınız, yeni fikirlerinizi birleştireceğiniz ve sınıflandıracağınız, yeni çağrışımlar oluşturacağınız yeni bir Zihin Haritası yapın. Öncesinde 'aptalca' veya 'absürd' olduğunu düşündüğünüz fikirleri bu Zihin Haritası bağlamında yeniden gözden geçirin çünkü bir fikir ne kadar sıradışıysa o kadar iyi şeyler üretir!

Zihin Haritanızda benzer, hatta aynı kavramların tekrar edildiğini fark edebilirsiniz. Bunların gereksiz tekrarlar olduğunu düşünmeyin çünkü bu tekrarlar, farklı dallarda bulundukları için temelde farklıdırlar. Bilgi deponuzun derinliklerinde gizlenmiş fakat düşüncenizi her açıdan etkileyen fikirlerin önemini yansıtmaktadırlar. Bu kavramlara uygun zihinsel ve görsel etkiyi vermek için, onları ikinci gördüğünüz yerde altlarını çizin; üçüncü kez gördüğünüzde de geometrik bir şekille çerçeveleyin. Dördüncü kez tekrarlandıklarında da üç boyutlu bir şekil içerisine alın.

Bu üç boyutlu şekilleri haritanıza eklemeniz, eski gerçeklere yeni perspektifler katarak ve içgörüler oluşturarak yeni zihinsel şemalar oluşturur. Bu yeni şemalar, düşüncenin yapısını tümüyle değiştirir. Böylece Zihin Haritanızın eşliğinde yeni paradigmalar keşfedeceğiniz bir zihinsel yolculuğa çıkarsınız.

Merkezdeki resmin ve ana dalların asıl öneme sahip olmadığı bu Zihin Haritası, temel kurallara uymuyor gibi görünmektedir fakat kuralları bozmamakta, özellikle vurgu ve imgelerle ilgili olan kurallara tamamıyla uymaktadır. Düşüncenin sınırlarında keşfedilen ve tekrar edilen yeni bir fikir, haritanın yeni merkezi olabilir. Zihin Haritası, beyninizin yeni fikirler bulma yolundaki mevcut arayışına eşlik ederek, düşüncenizin sınırlarını keşfetmeye çalışır. Bu süreçte de odaktaki düşünce yeni ve daha gelişmiş bir kavramla, paradigma ile yer değiştirir durur.

3 Kuluçka

İkinci Zihin Haritası'nı tamamladıktan sonra uzun bir mola verin ve farklı bir şeyler yapın. Yürüyüşe çıkın, müzik dinleyin veya duş alın. Yaratıcı fikirler, çoğu zaman beyninizin rahat ve huzurlu olduğu durumlarda ortaya çıkar. Çünkü zihnin bu halleri, Yayılan üşünme sürecinin beynin en uzak alanlarına ulaşmasına izin verir, beynin zihinsel hamleler yapabilme olasılığını arttırır.

Büyük düşünürler, tarih boyunca bu yöntemi kullanmışlardır. Einstein, öğrencilerine kuluçkanın düşünme süreçlerinin gerekli bir parçası olduğunu öğretmiştir. Kuluçka ve hayal kurma, Benzen halkasını keşfeden Kekule'nin de günlük çalışma programındadır.

4 İkinci yeniden yapılandırma ve düzeltme

Kuluçka döneminden sonra, beyniniz birinci ve ikinci Zihin Haritaları'na karşı yeni bir bakış kazanacaktır. Bu bütünleşmenin sonuçlarını pekiştirmek için başka bir hızlı Zihin Haritası yapmanız gerekmektedir.

Kapsamlı ve son bir Zihin Haritası yapmak için, 1., 2. ve 3. aşama ile toparladığınız bilgileri, bu hızlı Zihin Haritası ile gözden geçirmelisiniz.

5 Çözüm

Bu aşamada, yaratıcı düşünme amacınız olan çözüme, karara veya farkındalığa ulaşmanız gerekmektedir. Bunu son Zihin Haritanızda birbirinden farklı öğeleri ilişkilendirerek yaparsınız, bu da size yeni içgörüler kazandırır.

> *"Dâhilik... sıradan bir insanın bir, yetenekli bir insanın iki ya da üç şey gördüğü yerde on şey görme ve bu çoklu algıyı kendine özgü bir biçimde kaydetme becerisidir."*
>
> EZRA POUND

Yeni bakış açıları kazanmak için Zihin Haritalama

Derin ve uzun yaratıcı düşünme sürecinde, ilk aşamada yeni içgörüler kazanıldıysa, kuluçka süreci, kazanılan içgörüler üzerine yeni perspektifler üretebilir, bu da paradigma değişimi olarak tanımlanır. 98. sayfada yer alan, Boston Filarmoni Orkestrası'nın Şefi Benjamin Zander tarafından yapılan Zihin Haritası, böyle bir sürecin ürünüdür. Bu harita, Zander'in Beethoven'ın

9. Senfoni'sine olan yeni yaklaşımını yansıtmaktadır. Bu yaklaşım, yıllarca süren çalışma sürecinin, içsel zihinsel haritalamanın ve yoğun bir kuluçka sürecinin sonucudur.

10. ve 11. bölümlerde Zihin Haritaları'nda beyninizi 'besleyen' iki çok önemli yolu uygulamalı olarak sizlere anlattık. Şimdiki bölümde Zihin Haritaları'nın kullanılabileceği iki farklı alan ile daha tanışacaksınız: düşünceleri organize etme ve karar alma.



Boston Filarmoni Orkestrası Şefi Benjamin Zander'in Beethoven'ın 9. Senfonisi içindeki temalar üzerine yaptığı son derece yaratıcı Zihin Haritası

12

Karar alma sürecinde Zihin Haritaları

Zihin Haritası, herhangi bir karara ulaşmadan önce seçenekleri gözden geçirmeniz için faydalı bir araçtır. Bu bölümde Zihin Haritası'nı kullanarak ihtiyaçlarınızı, isteklerinizi, önceliklerinizi ve sınırlarınızı nasıl belirleyeceğinizi; konuyla ilgili nasıl net bir tablo oluşturabileceğinizi öğreneceksiniz.

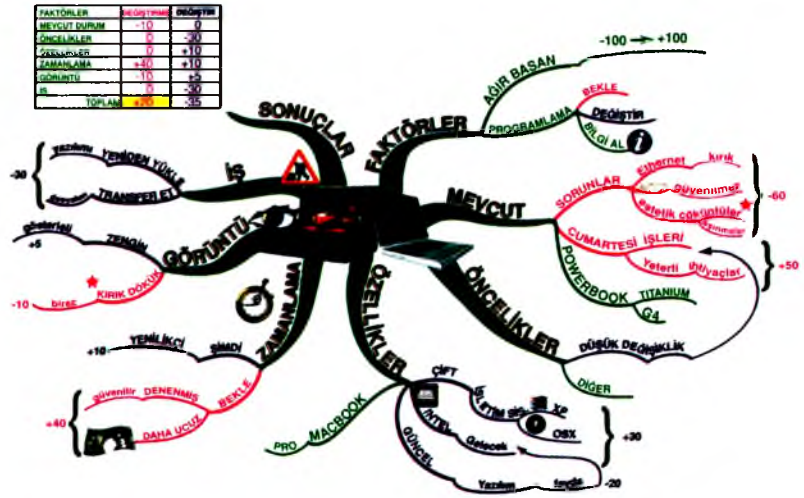
Neden karar alma sürecinde Zihin Haritaları'nı kullanmalısınız?

Zihin Haritaları, karmaşık ve birbiriyle ilişkili birçok bilgiyi tek bir noktada toplayarak bu bilgilerin özümsenmesini sağlar. İlişkili öğeleri göz önüne alarak beyninizin çağrışımsal altyapısını oluşturur. Renkler ve resimler aracılığıyla da sürece duygusal öğeler katar, karşılaştırılan noktaları vurgular.

Zihin haritalama sürecinde, herhangi bir listeleme yönteminden çok daha fazla şey üretebildiğinizi, karar almanın sürecin doğal bir sonucu olduğunu görürsünüz. Zihin Haritaları, içsel karar alma sürecinizi açıkça yansıtarak, karara dair tüm öğelere hâkim olmanızı sağlar. Birbiriyle çakışan noktalar arasında dengeyi bulmanıza yardım eder. Örneğin, sıfır ya da ikinci el araba alma arasında düşünürken, tasarruf ile güvenilirlik ve dayanıklılık arasındaki temel noktaları Zihin Haritası aracılığıyla aydınlatırsınız.

Basit kararlar alma

Basit bir karar, ikili (dyadic) karar olarak bilinir (Latince'de dyas, iki anlamındadır). İkili kararlar, düzen oluşturmanın ilk aşamasıdır.



Yeni bir dizüstü bilgisayar alıp almamaya karar vermek için yapılmış bir Zihin Haritası

Değerlendirme kararları olarak da adlandırılırlar ve evet/hayır, iyi/kötü, güçlü/zayıf, verimli/verimsiz, etkili/etkisiz, pahalı/ucuz gibi seçenekleri vardır.

İkili bir kararda size yardımcı olacak bir Zihin Haritası oluşturmak için aşağıdaki yönergeleri takip edin:

1 Merkeze kararla ilgili bir resim çizin. Bu resim yeni bir bilgisayar almakla ilgili olsun.

2 Bu resmin etrafına, üzerinde karar almayı etkileyen tüm temel noktaların bulunduğu ana dalları çizin.

3 Ana dallardan ikincil öneme sahip dallar çizin ve zihninizi serbest bırakın. Bu dallara kararla ilgili aklınıza gelen tüm kelimeleri yazın, resimleri çizin. Duygularınızı da ortaya çıkaracak renkleri ve derinliği kullanın. Yaygın inanışın aksine, duygular karar alma sürecinin temel öğeleridir. Onlara Zihin Haritanızda yer verirseniz, sezgisel becerilerinizi de ortaya çıkarabilirsiniz.

Tüm bilgileri, düşünceleri ve duyguları Zihin Haritası üzerinde bir araya getirdikten sonra, karar vermek için izleyeceğiniz beş farklı adım vardır.

1 Süreç temelli karar

Birçok durumda çözüm oluşturan, Zihin Haritası sürecinin kendisidir. Beyin, sahip olduğu tüm bilgileri gözden geçirdiğinde, karar verme sürecini etkili bir şekilde sonlandırır ve ani bir 'İşte bu!' farkındalığı yaşanır.

2 Puan temelli karar

Zihin Haritası tamamlandıktan sonra, karar hâlâ net değilse, puan temelli yöntem kullanılabilir. Bu yöntemde, Zihin Haritası'nın iki tarafındaki anahtar kelimelere, önemleri doğrultusunda 1 ile 100 arasında bir puan verilir. Her maddeye bir puan verildikten sonra, önce 'evet' tarafındaki, sonra 'hayır' tarafındaki 'puanlar' toplanır. En yüksek puanı alan taraf 'kazanır'.

3 Sezgisel/süper mantıksal karar

Birinci yöntemle de ikinci yöntemle de herhangi bir karara varılamadıysa, seçim sezgisel veya 'içgüdüsel' yolla yapılabilir. Benim 'süper mantık' olarak tanımladığım sezgi, en çok kötülenen zihinsel becerilerden biridir. Beyin, almak zorunda olduğu bir kararla ilgili tüm verileri (önceki deneyimlerinden edindiği milyarlarca bilgiyi) göz önünde bulundurmak için süper mantığını kullanır.

Süper mantık, beynin trilyonlarca olasılık ve permütasyonu hesaba katarak, mutlak başarıya dair kesin bir tahminde bulunabilmek için şaşırtıcı matematik hesaplamalarını tamamladığı an olarak görülebilir ve bu tahmin şöyle ifade edilebilir:

> *Önceki yaşamınızın sunduğu sonsuz veri bankasını göz önüne almanız ve bu karar verme sürecinde bana sunduğunuz trilyonlarca bilgiyi bir araya getirmeniz halinde, başarı ihtimaliniz %83.7862 olur.*

Beyindeki bu büyük hesaplama biyolojik bir tepkiye dönüştürülür ve kişi tarafından 'içgüdü' olarak algılanır. Harvard Ekonomi Okulu'nda yürütülen çalışmalara göre, ulusal ve uluslararası organizasyonların yöneticileri ve başkanları, başarılarının %80'ini sezgileri veya 'içgüdüleri' ile hareket etmelerine bağlamaktadırlar. Zihin Haritası özellikle bu düşünme şekli için faydalıdır çünkü beyne hesaplama yapabilmesi için geniş bir bilgi ağı sunar.

4 Kuluçka sonrası karar

Dördüncü yöntem, beyni kuluçkaya yatırmaktır. Başka bir deyişle, Zihin Haritanızı tamamladıktan sonra beyninizi rahatlatmanızdır. Dinlenme ve yalnız kalma anları, beyninizin almış olduğu tüm bilgileri bütünleştirdiği, en önemli ve hassas kararlarınızı aldığınız anlardır çünkü dinlenme, 'bilinç ötesi' olarak adlandırılan, kullanılmayan zihinsel becerimizin %99'unu açığa çıkarır. Örneğin, birçok insan küvette uzanırken bir şeyin yerini hatırladığını, yaratıcı bir fikre kapıldığını veya bir seçim yapma ihtiyacında olduğunu söylemektedir. Beyninizin bilgileri bir araya getirmesi için, sonuç olarak da anlamlı ve hassas kararlar alabilmesi için sizin de bu tekniği kullanmanızı öneririz.

5 Eşit ağırlıklı karar

Zihin Haritanızı tamamladıysanız ve önceki yöntemlerden hiçbiri karar vermenizi sağlayamadıysa, 'evet' ve 'hayır' eşit ağırlıkta demektir. Böyle bir durumda iki seçenek de memnun edici olacaksa, yazı tura atabilirsiniz, ön taraf bir seçeneği, arka taraf da diğer seçeneği temsil eder. Yazı tura esnasında duygularınıza odaklanmalısınız. Seçeneklerin eşit olduğunu düşünebilirsiniz fakat beyniniz süper mantıksal kararını zaten vermiş olabilir.

Paranın ön yüzü çıkarsa, ilk tepkiniz hayal kırıklığı veya rahatlama olur, yani uygun seçimi yapabilmenize yardımcı olacak gerçek hisleriniz ortaya çıkar.

Kararsızlık

Yukarıdaki karar verme yöntemlerinin hiçbirinin işe yaramadığı durumlarda seçenekleriniz ikiden üçe çıkar. Karar artık yalnızca 'evet' veya 'hayır' değildir:

1 Evet.

2 Hayır.

3 Seçenek hakkında düşünmeye devam şeklindedir.

Üçüncü seçenek amaca yalnızca zarar vermez, uzun sürerse zihinsel enerjinizi yok eder. En basit çözüm, üçüncü seçenek oluşturmamaktır!

Buradaki temel ilke, hareketsiz kalmaktansa herhangi bir tercih yapmak ve onu uygulamaktır.

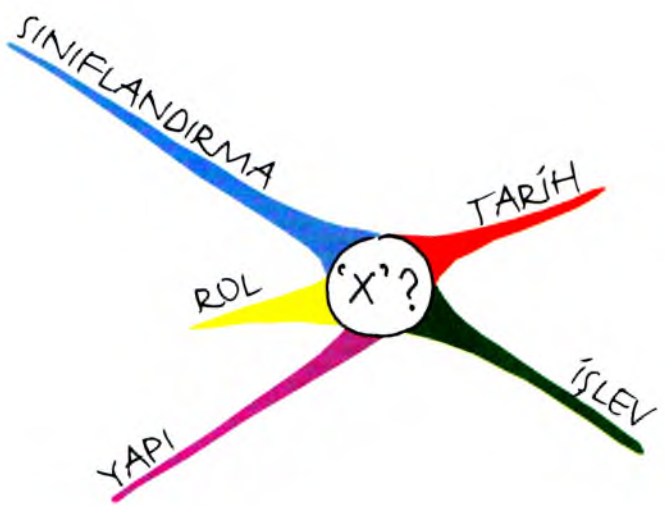
Eleştirel Düşünme Alıştırması

Düşünmenin tüm şekilleri gibi ikili karar verme süreci de alıştırma gerektirir. Kendinize şu soruları sorarak karar verme pratiği yapın:

X eşyasını satın almalı mıyım? X konusunu öğrenmeli miyim? X özelliğimi değiştirmeli miyim? X organizasyonuna katılmalı mıyım? X şehrine/ülkesine gitmeli miyim?

Önümüzdeki 'X nesnesi' alıştırmasında, asıl amaç herhangi bir bilgiye sahip olmadan temel başlıkları bulmaktır. Başka bir deyişle, nesne tanımlandığında bir Zihin Haritası'na temel oluşturabilecek, o nesneye yönlendirebileceğiniz bir dizi soru oluşturmaktır. Bu alıştırma aynı zamanda bir soruyu cevaplamadan önce analizini yapmanıza yardım edecektir. Haritadaki temel başlıklar şunlardır:

- **Tarih:** Kökenleri nedir? Nasıl gelişti?
- **Yapı:** Ne şekildedir? Nasıl yapılmıştır?
- **İşlev:** Nasıl çalışır? Dinamikleri nelerdir?
- **Rol:** a) tabiatta ve b) insanların dünyasında ne işe yarar?
- **Sınıflandırma:** Diğer şeylerle ilgisi nedir? Hayvanlar, sebzeler, mineraller gibi genel sınıflandırmalar ile türler veya element tablosu gibi belirli sınıflandırmalara yönelen sorulardır.



'X' alıştırması

Bu alıştırmayı, at, araba, karbon, İspanya, güneş, Tanrı, taş, kitap, TV gibi konularla yapmayı deneyebilirsiniz. Kendi seçtiğiniz başka bir şeyi de kullanabilirsiniz. Alıştırmayı bitirdiğinizde, temel Zihin Haritası fikirlerini geliştirip geliştirmediğinize bir bakın.

Din, siyaset, ahlak, meslek veya eğitim sistemi konulu tartışmalarda da ikili Zihin Haritaları oluşturabilirsiniz.

Bu alıştırma, size hiçbir ön bilgi verilmeden değerlendirme yaparak düşünme becerilerinizi geliştirmeniz içindir. Eleştirel düşünme becerilerinizi kullanmaya ve düşüncelerinizi ortaya çıkarıp netleştirmek için Zihin Haritası yapmaya devam ederseniz, kararlar kendiliğinden oluşacaktır.

Karmaşık Kararlar Almak

Karmaşık kararlar için ve düşüncelerinizi düzenlemek için de zihin haritalama yapabilirsiniz. Başlamadan önce önümüzdeki alıştırmayı yapmak, beyninizi karmaşık fikirlere ve çağrışımlara hazır hale getirecektir.

Alıştırma

Listedeki her bir madde için bir nesne bulun. Hayal gücünüzü, belleğinizi ve yaratıcı düşünme becerilerinizi harekete geçirmek için de olabildiğince saçma nesneler seçin. Her biri için hızlı Zihin Haritaları yapın ve neden eğlenceli olacaklarına dair en fazla yedi madde belirleyin.

- .....ile birlikte dışarı çıkmak
- bir.....satın almak
- bir.....öğrenmek
- bir .....değiştirmek
- bir.....inanmak
- .....den uzaklaşmak
- .....başlamak
- bir.....oluşturmak
- bir.....bitirmek

Sonra basit karar alma sürecinde yaptığınız haritalarda olduğundan daha karmaşık hiyerarşiler oluşturun ve daha çok fikir belirleyin. Çok dallı Zihin Haritaları, daha tanımlayıcı, analitik ve değerlendirici haritalardır.

Önceki bölümlerde de değindiğimiz gibi Zihin Haritaları'nda -iki veya üç seçeneğin bulunduğu ikili kararlarda bile- çok sayıda dal olabilir. Ortalama dal sayısı üç ile yedi arasındadır. Bunun sebebi, kısa süreli belleğimizde yediden fazla bilgiyi aynı anda saklayamayışımızdır (10. Bölüm, sayfa 88).

Temel başlıkları oluşturmak

Konunuzu tam olarak içeren, minimum sayıda temel başlık bulmalısınız. Onları -bir kitaptaki bölüm başlıkları gibi- bilgiyi kontrol edilebilir parçalara bölme amacıyla kullanmalısınız. Doğru Zihin Haritaları yapmak için aşağıdaki fikirleri kullanabilirsiniz:

- Temel sorular–nasıl/ne zaman/nerede/niçin/ne/kim/hangi?
- Kısımlar–bölümler/dersler/konular
- Özellikler
- Tarih–olayların kronolojik dizimi
- Yapı–şekilleri nedir?
- İşlev–ne yaparlar?
- Süreç–nasıl çalışırlar?
- Değerlendirme–ne kadar işe yararlar?
- Sınıflandırma–birbirleriyle ilişkileri nedir?
- Tanımlar–ne anlama gelirler?
- Kişilikler–insanlar nasıl rollere, kişilik özelliklerine sahiptirler?

Karmaşık bir karar almak için Zihin Haritası yaparken, aşağıdaki basamakları takip edin:

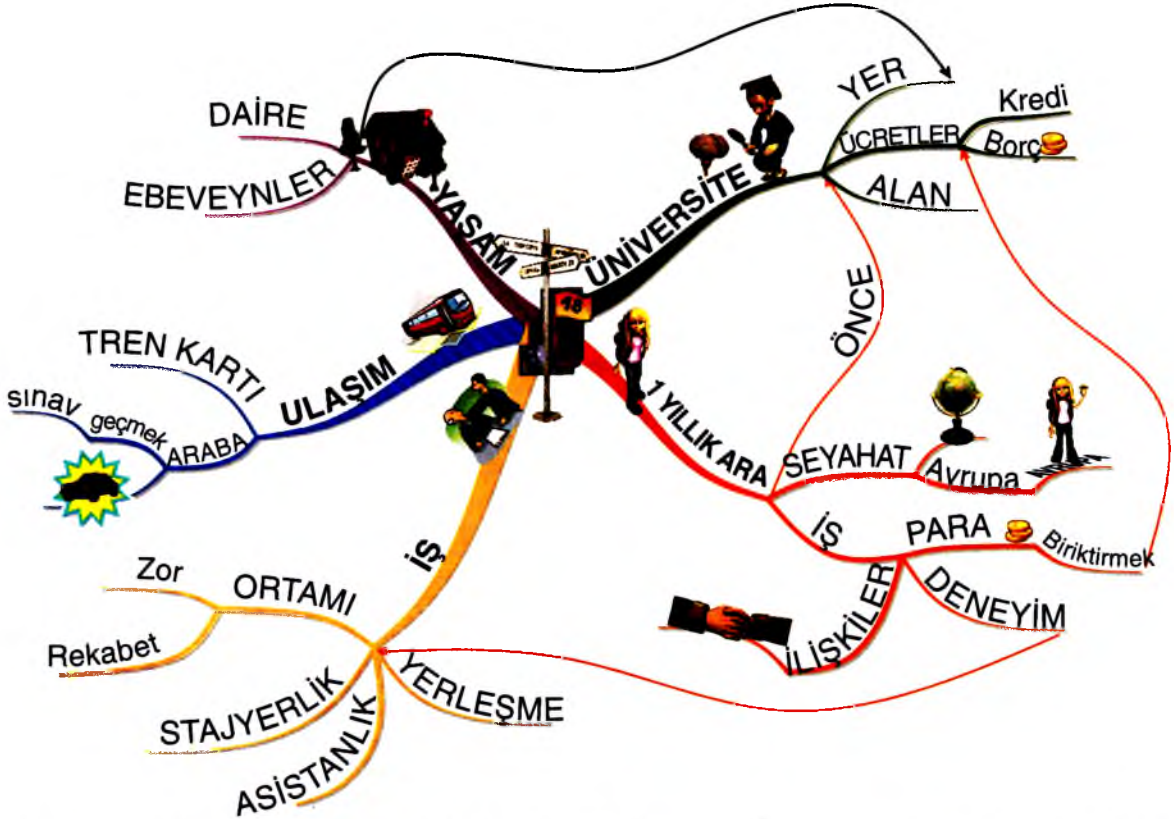
1 Merkeze kararın ne ile ilgili olduğuna dair bir resim çizin. Örneğin, üniversiteye gitmek ya da gitmemek (bkz. sayfa 107).

2 Bu resmin etrafına tüm seçenekleri (temel başlıkları) dallar çizerek yazın/çizin. Örneğin, üniversite, bir yıllık ara, iş, geçim, ulaşım. Bu süreç tüm seçenekleri açığa çıkarır, kararı etkileyecek temel artı ve eksileri vurgular.

3 Her bir temel başlıktan ikincil dallar çizin ve beyninizi seçeneklere dair bir şeyler üretmesi için özgür bırakın.

Zihin Haritası tek başına kararı ortaya çıkarmaz, en uygun kararın alınması için tüm seçenekleri barındıran bir 'açık büfe' gibidir.

Bu bölümde Zihin Haritası'nı karar süreçlerinde fikirlerinizi netleştirmek için nasıl kullanacağınızı öğrendiniz. Şimdi, bir sonraki ve son adım, Zihin Haritaları'nı başkalarının fikirlerini düzenlemek için nasıl kullanacağınızı öğrenmenizdir. Sonraki bölümün konusu, birçok insan için baş belası olan not almayı, nasıl canlı ve eğlenceli bir eylem haline getirebileceğinizdir.



Karmaşık kararlar için kullanılan bir Zihin Haritası. Bu örnek, okulda ayrılan ve gelecekte ne yapacağına karar vermeye çalışan biri içindir.

13

İnsanların düşüncelerini düzenlemek için (not alma) Zihin Haritaları

Bu bölüm, insanların düşüncelerini düzenlemede Zihin Haritaları'nı nasıl kullanacağınızı ele almaktadır. Doğrusal not alma, sunumlarda, derslerde, kurslarda, kitap okurken veya internet ve diğer medya araçları ile sunulan fikirleri yakalamak için geleneksel bir yöntemdir. Bu bölümde doğrusal notlar yerine Zihin Haritaları kullanmayı öğrenecek ve Zihin Haritaları'nın not almak için ne kadar etkili olduğunu görüp şaşıracaksınız.

Neden not almak için Zihin Haritaları'nı kullanmalısınız?

Zihin Haritası kullandığınızda, bir bakışta neyin önemli neyin önemsiz olduğunu, temel kavramlar arasındaki ilişkiyi açıkça görebilirsiniz. Zihin Haritanız tek bir sayfada olduğu için bilgiyi çok daha kolay gözden geçirir ve hatırlarsınız çünkü her bir Zihin Haritası farklıdır ve hafızanıza yerleşir. Zihin Haritası öğrenme sürecinizin kalıcı ve sürekli gelişen bir kaydıdır, onu istediğiniz zaman zenginleştirip süsleyebilirsiniz.

Notların dört temel özelliği

Hafıza geliştirici – Analitik – Yaratıcı – Etkileşimsel

Hafıza geliştirici

Dünyanın dört bir yanında, okullardaki ve üniversitelerdeki birçok öğrenci, notların yalnızca hafıza geliştirme işlevinin olduğunu düşünürler. Tek bildikleri, notlarının sınava girene kadar okuduklarını hatırlatması gerektiğidir. Sınavı geçtikten sonra tüm bilgiler memnuniyetle unutulabilir. Hafıza gerçekten önemli bir faktördür fakat tek faktör değildir. Analiz ve yaratıcılık gibi diğer faktörler de aynı ölçüde önemlidir.

Zihin Haritası, önceki bölümlerde de değindiğimiz gibi, oldukça etkili bir hafıza geliştirme aracıdır. Bir not alma tekniği olarak, 2. Bölüm'de bahsedilen standart doğrusal notların dezavantajlarından hiçbirine sahip değildir. Aksine, tüm kapasiteyi kullanan ve açığa çıkaran, beyinle uyum içerisinde çalışan bir yöntemdir.

Analitik

Derslerden veya yazılı bir materyalden not aldığınız zaman, öncelikle sunulan bilginin temelini oluşturan yapıyı tanımlamak gerekir. Zihinsel haritalama bunu, doğrusal sunulan bilgiden temel başlıklar ve hiyerarşiler çıkarmanıza yardımcı olarak yapmanızı sağlar.

Yaratıcı

Zihin Haritaları dışsal ortamdan (dersler, kitaplar, gazeteler ve kitle iletişim araçları) gelen notlarla, içsel ortamdan (karar verme, analiz ve yaratıcı düşünme) gelenleri birleştirir. İyi notlar yalnızca bilgiyi hatırlamanızı ve analiz etmenizi sağlamazlar, yaratıcı düşünce için de bir tramplen işlevi görürler.

Etkileşimsel

Bir dersten veya kitaptan Zihin Haritası notları aldığınız zaman, notlarınız bu kaynaktan gelen tüm ilgili bilgileri kaydetmelidir. Bunun yanında, dersi dinlerken veya kitabı okurken aklınıza gelen düşünceleri de içermelidir. Başka bir deyişle, Zihin Haritanız, zihniniz ve konuşmacının ya da yazarın zihni arasındaki iletişimi yansıtmalıdır. Fikirlere olan katkınızı ayırt etmek için özel renkler veya semboller kullanabilirsiniz.

Eğer konu veya kitap iyi düzenlenmemiş veya iyi ifade edilmemişse, Zihin Haritanız bu karmaşıklığı yansıtır ve dağınık görünümlü bir Zihin Haritası ortaya çıkar. Bu Zihin Haritası ile karışıklığın kaynağı da ortaya çıkar. Böylece siz de duruma, karışıklığı düzgünce yazılmış ama işlevsiz satırlar ve listelerle gizleyen doğrusal notları alan kişilerden daha çok hâkim olursunuz. Bu

nedenle Zihin Haritası, diğer insanlardan bilgi almak; onların düşüncelerinin niteliğini değerlendirmek; bu düşünceleri kişisel ihtiyaçlarınız ve amaçlarınızla ilişkilendirmek için güçlü bir araçtır.

Bir kitaptan zihin haritalama notları oluşturmak

Not almaya devam ederken, yapılandırılmış bir Zihin Haritası oluşturmanıza imkân verecek bir yaklaşım geliştirmeniz önemlidir. Aşağıdaki basamaklar, bir kitaptan veya yazılı bir metinden notlar almak için Zihin Haritası'nı nasıl kullanacağınızı göstermektedir:

1 Tüm kitaba veya makaleye, düzeni ile ilgili genel bir fikir edinmek için hızlıca *göz gezdirin.*

2 Çalışmak için ayırdığınız *zamanı* ve bu sürede ele alınacak materyalin *miktarını* belirleyin.

3 Bu konu ile ilgili *bildiklerinizi* sonradan başvurmak üzere haritalayın.

4 Bu çalışma için *amaçlarınızı* ve *hedeflerinizi* küçük bir Zihin Haritası yaparak belirleyin; cevaplanması gereken tüm sorular için de farklı bir Zihin Haritası yapın.

5 İçindekilere, ana başlıklara, sonuçlara, özetlere, şekillere ve grafiklere, gözünüze çarpan diğer öğelere bakarak metni *gözden geçirin.* Bu süreç Zihin Haritanızın merkez resmini ve ana dalları (temel başlıkları) ortaya çıkaracaktır.

6 Gözden geçirme esnasında kapsanmayan materyali; özellikle paragraf başlarını ve sonlarını, kısımları ve bölümleri, önemli bilgilerin yoğunlaştığı her yeri *ön izlemeyle* haritanıza ekleyin.

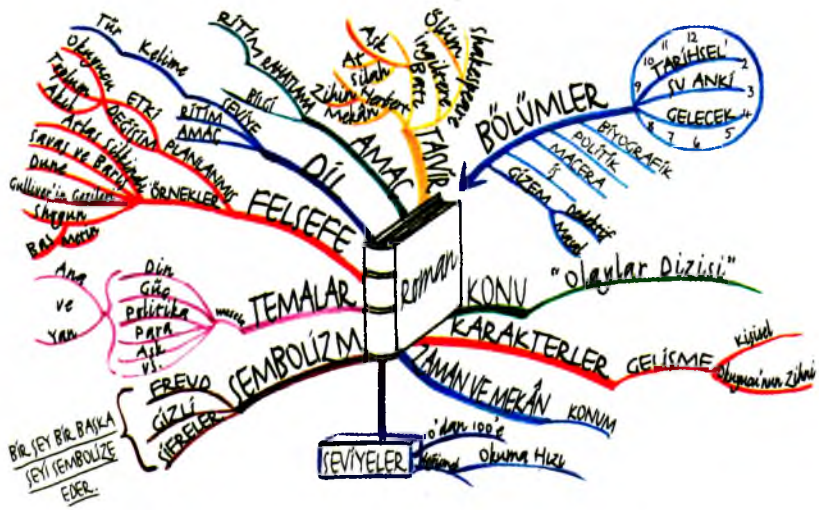
7 Bir sonraki adım, temel alanları atlayarak, öğrenme bulmacasının en önemli alanlarını doldurduğunuz *ayrıntılı incelemedir.* Metnin geri kalanına aşina olduğunuzda, bu metinleri anlamak ve Zihin Haritanızı genişletmek daha kolay olacaktır.

8 Son olarak, önceki aşamalarda atladığınız alanlara geri döndüğünüz, kalan sorulara cevap bulmak için metne baktığınız veya kalan hedeflerinizi gerçekleştirdiğiniz bir *yeniden gözden geçirme* aşaması vardır. Bu aşamada Zihin Haritası notlarınızı tamamlamalısınız.

Süreç, yapboz yapmaya benzetilebilir; kutudaki tamamlanmış resme bakmakla başlarsınız, sonra köşeleri ve dış kenarları koyarsınız, sonra da yavaş yavaş ortayı doldurursunuz.

Bir romanı gözden geçirmek

Aşağıdaki Zihin Haritası, bir babanın kızlarının İngiliz Edebiyatı sınavından geçmelerine yardım etmek için oluşturduğu haritadır. Beyin, bir roman gibi karmaşık bir yapıyla karşılaştığında, romandaki temel edebi öğeleri göz önüne serecek bir zihinsel sistem kurabilmektedir. Böyle bir Zihin Haritası, okuyucunun metnin özünü eksiksiz ve kapsamlı olarak görebilmesini ve çıkarabilmesini sağlar.



Sean Adam'm kızına (edebiyat sınavlarını geçmesinde) yardımcı olmak için yaptığı Zihin Haritası

Bir konuşmadan zihin haritalama notları oluşturmak

Not alma sürecinizi kolaylaştırmak için, konuşmacıya ele alacağı temel konu başlıklarını, temaları veya sınıflandırmaları önceden verip veremeyeceğini sorabilirsiniz. Bu mümkün değilse, dinleme esnasında Zihin Haritası oluşturun, konuşma devam ederken temel başlıkları yakalamaya çalışın. Konuşmadan sonra Zihin Haritanızı düzeltebilir, düzenleyebilir ve geliştirebilirsiniz; bu süreç, bilgiyi anlamlandırmanıza ve sunulanı daha iyi öğrenip

hatırlamanıza yardımcı olur. Ayrıca süreci kolaylaştırmak için şablonlar da kullanabilirsiniz. Anahtar kelimelerinizi bu şablon üzerindeki ana dallara ekleyebilirsiniz. Şablonunuz, 5N 1K (ne, neden, niçin, nasıl, ne zaman ve kim), SWOT (GZFT-Güçlü Yönler, Zayıf Yönler, Fırsatlar ve Tehditler) veya Edward de Bono'nun PNI (OOİ-Olumlu, Olumsuz, İlginç) şeklinde olabilir.

Kelimeler, resimler ve bağlantılar kullanın

Gelen bilgiyi resimler ve kelimeler ile kaydedin, gerekirse dallar arasında bağlantılar kurun. Eğer Zihin Haritası'nı yeni yeni kullanıyorsanız, notlarınızın çoğunlukla cümle halinde olduğunu fark edersiniz. Bu konuda endişelenmeyin. Kısa sürede ilerleme kaydedecek, giderek daha az şey not alarak, beyninizin bu kadar az bilgi ile ne kadar çok şeyi hatırladığını görerek şaşıracaksınız. Az şey yazmanız, toplantıya dahil olarak ondan daha çok verim almanızı sağlayacaktır.

Beyninizi sansürlemeyin

Aklınıza konuyla "ilgisiz"miş gibi görünen bir fikir geldiğinde, onu ikincil dallardan birine yazın. Bunu her seferinde tekrarlayın. Beyniniz bu dallara anlam verecek, sizi şaşırtacaktır.

Zihin Haritanızı hatırlanabilir hale getirin

Bilginin akışı, renkli kalemlerinizi kullanmanıza ve değiştirmenize izin vermeyecek kadar hızlı olabilir. Bununla ilgili de endişelenmeyin. Böyle bir durum söz konusuysa tek renkli bir kalem kullanın fakat şunu da unutmayın ki renkler ve şekiller beyninizin bilgiyi hızla hatırlamasına yardımcı olan öğelerdir. Bu yüzden, birkaç dakikanızı ayırın ve ilk yirmi dört saat içinde Zihin Haritanızı renklendirin.

Boşluklar bırakın

Bir şeyleri kaçırırsanız, kaçırdığınız nokta için boş bir dal çizin. Böylece konuşmanın sonunda soru soracağınız noktayı görebilirsiniz.

Eklemeler yapın

Haritanızın herhangi bir dalı sayfanızın sınırına dayanabilir. Böyle bir durumda, haritanızın yanına yeni bir sayfa ekleyin ve devam edin. Bu durum

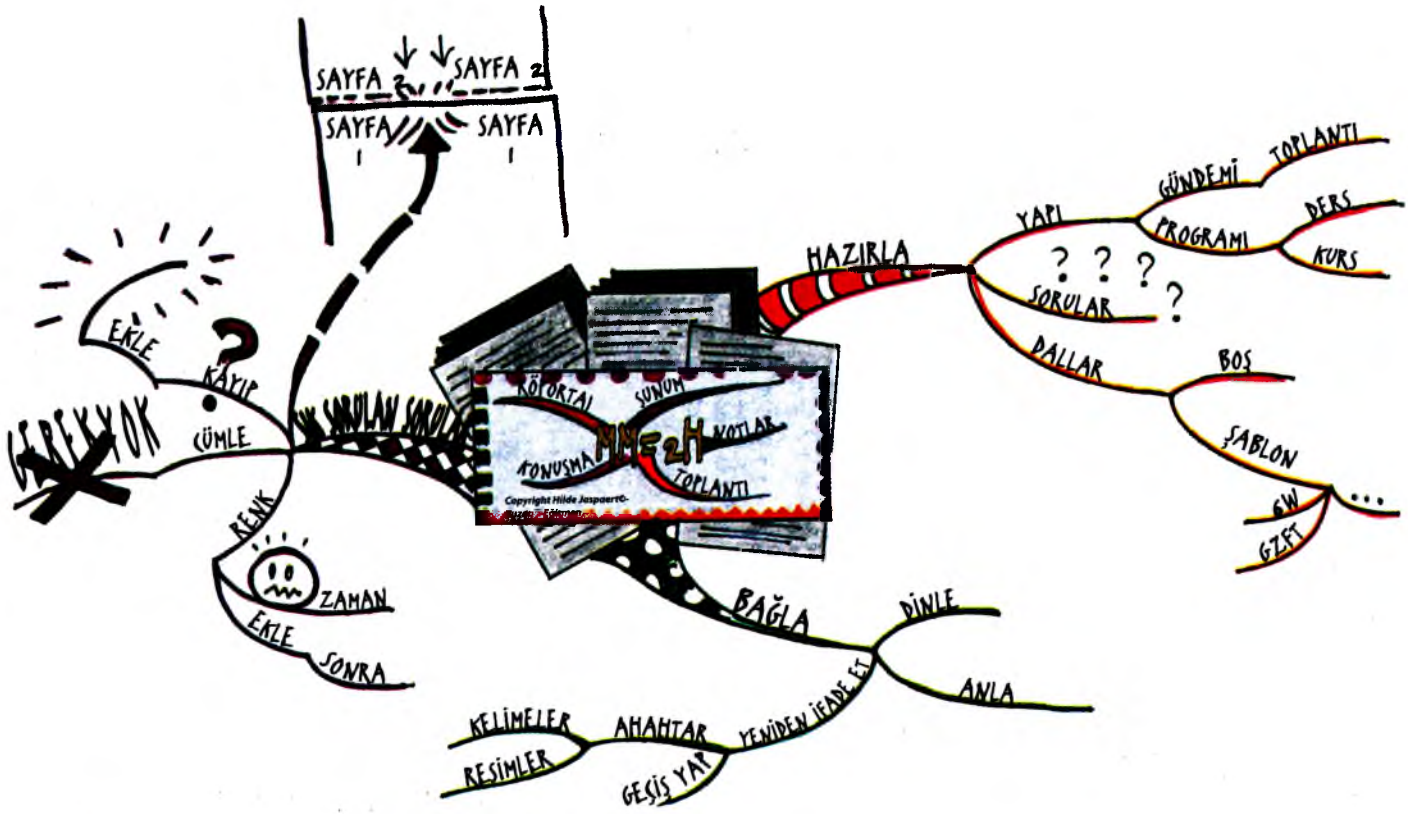
elde çizilen Zihin Haritaları için geçerlidir. Bilgisayarda yapılan haritalar sonsuza kadar büyüyebilir!

Engellerin üstesinden gelmek

Çoğu kişi bir toplantı, ders veya kurs esnasında not almakta zorlanır. Eğer sunulan bilgi çok yapılandırılmışsa not almak o kadar da zor değildir ama konuşmacı bir konudan diğerine atlıyorsa not alan kişi neyi yazacağını şaşırabilir ve düşüncenin akışı bozulur. Zihin Haritası yaparken, konuşmacı bir konudan diğerine atlıyorsa haritacı da bir daldan diğerine özgürce atlayabilir. Bu yüzden Zihin Haritası düşünceleri yakalamak ve kontrol etmek için ideal bir araçtır. Ayrıca bu bilgileri tek bir sayfaya kaydetmek, (sayfalarca doğrusal notun aksine) onları daha kolay gözden geçirmenizi sağlar. Resimler ve anahtar kelimeleri kullanmanız da farklı maddeler arasındaki ilişkiyi görebilmenize, mikro ve makro bakış açısı kazanmanıza yardımcı olur.

Yan sayfadaki, şimdiye kadar bahsettiğimiz öğeleri güzelce özetleyen Zihin Haritası'na bir bakın. Siz de Zihin Haritaları'nı birkaç kez kullanırsanız, doğrusal notların ne kadar kısıtlayıcı olduğunu, Zihin Haritaları'nın da ne kadar eğlenceli, özgürleştirici ve verimli olduğunu görebilirsiniz.

Bu bölümle birlikte Zihin Haritası uygulamalarının ilk adımını geçtiniz. Şimdi ise, kapsamı genişleterek Zihin Haritaları'nı hayatınızın her aşamasında nasıl kullanacağınızı görme zamanınız geldi.



Zihin Haritaları ile not alma

Zihin haritalama yazılımı,

fikirleri ve verileri

birleştirmenize ve

sentezlemenize;

sonuç olarak da **bilgi**

ve bu bilgileri

değerlendireceğiniz

zihinsel modeller

yaratmanıza yardımcı

olacak dijital 'boş bir levha'

olarak da kullanılabilir.

Bill Gates, "Önümüzdeki Yol: Akıllı robotlar ve Zihin Haritacıları bilgi çağını nasıl bir adım ileriye taşımaktadırlar', *Newsweek*, 25 Ocak 2006

4. Kısım

Okulda, günlük hayatta ve iş hayatında Zihin Haritaları



Zihin Haritaları'nın güzelliği, düşüncemizi özgürleştirmeleri, bize düşüncenin sonsuz kapılarını açmaları, doğal ve Yayılan Düşünme süreçlerimizi yansıtmalarıdır. Zihin Haritası yaparken durmak istemediğinizi fark edersiniz. Ne kadar çok Zihin Haritası yaparsanız, o kadar çok yapmak istersiniz.

4. Kısım'da Zihin Haritaları'nın okulda, günlük hayatta ve iş hayatındaki geniş kullanım alanları ile tanışacaksınız. Bu alanlar, analiz etme, amaç belirleme, plan yapma, araştırma yapma, bir sınava çalışma, topluluk önünde konuşma veya bir ekibi yönetme gibi sonsuz çeşitliliktedir!



Kişisel analiz

Bu bölüm –kendinize dair daha derin bir içgörü kazanmaktan, uzun dönemli hedefler belirlemeye– hayatınızı analiz etmek için Zihin Haritaları'nı nasıl kullanacağınızı açıklamaktadır. Ayrıca bu bölümde, insanların hayatlarını analiz etmelerine yardım etmek için Zihin Haritaları'nı nasıl kullanacağınızı ve Kişisel Analiz Zihin Haritaları'nın şaşırtıcı örneklerini göreceksiniz.

Neden kişisel analiz için Zihin Haritaları'nı kullanmalısınız?

Eğer iş değiştirmenin artı ve eksilerini tartıyorsanız veya uzun dönemli önceliklerinizi belirlemeye çalışıyorsanız Zihin Haritaları düşüncelerinizi ve duygularınızı netleştirmenizde sizin en büyük yardımcınız olacaktır.

Çünkü Zihin Haritaları resmin tamamını görmenizi sağlar, size yapabileceğiniz ve yapamayacağınız şeylere dair içgörü kazandırırken eğilimlerinizi belirlemenize yardımcı olur. En karmaşık şeylerden birine –kendinize– ulaşmanızı sağlar. Ayrıca geçmişinize dönmenize ve olaylara objektif bir şekilde bakabilmenize yardım eder. Hayatınızın bu şekilde 'haritalandığını' gördüğünüzde, sorunları ve fırsatları kolayca belirleyebilir, mutlu ve başarılı bir gelecek için planlar yapabilirsiniz.

Resmin tamamını görebilmek için Zihin Haritaları'nı nasıl kullanırsınız?

Resmin tamamını görebilmek için, kişisel analiz Zihin Haritası yaparak başlamak faydalıdır. Bunun üç aşaması vardır:

1 Hızlı Zihin Haritası

Kendinize ait fiziksel ve kavramsal fikrinizi özetleyen merkezi bir resim çizin. Sonra gerçeklerin, düşüncelerin ve duyguların tamamıyla ve serbestçe aktığı, hızlı bir Zihin Haritası yapın. Hızlı hareket ettiğinizden emin olun; hızlı çalışmak tüm düşüncelerinizi kolayca ifade etmenizi sağlayacak, kendinizi sansürlemenizi engelleyecektir.

2 Yeniden yapılandırma ve düzeltme

Bir sonraki adıma geçmeden önce, kısa bir mola verin ve beyninizi dinlendirin. Döndüğünüzde temel başlıklarınızı belirleyin. Bu başlıklar; kişisel geçmiş (geçmiş, şimdi ve gelecek), güçlü yönler, zayıf yönler, sevilen şeyler, sevilmeyen şeyler, uzun dönemli amaçlar, kısa dönemli amaçlar, başarılar, hobiler, sorumluluklar, iş, duygular, aile, arkadaşlar, eş olabilir.

Hızlı Zihin Haritanızı tamamladıktan ve ana dallarınızı belirledikten sonra, daha geniş, sanatsal ve üzerinde daha çok düşünülmüş bir Zihin Haritası yapmalısınız. Bu son Zihin Haritası, içsel dünyanızın dışa yansımasıdır.

3 Yansıtma

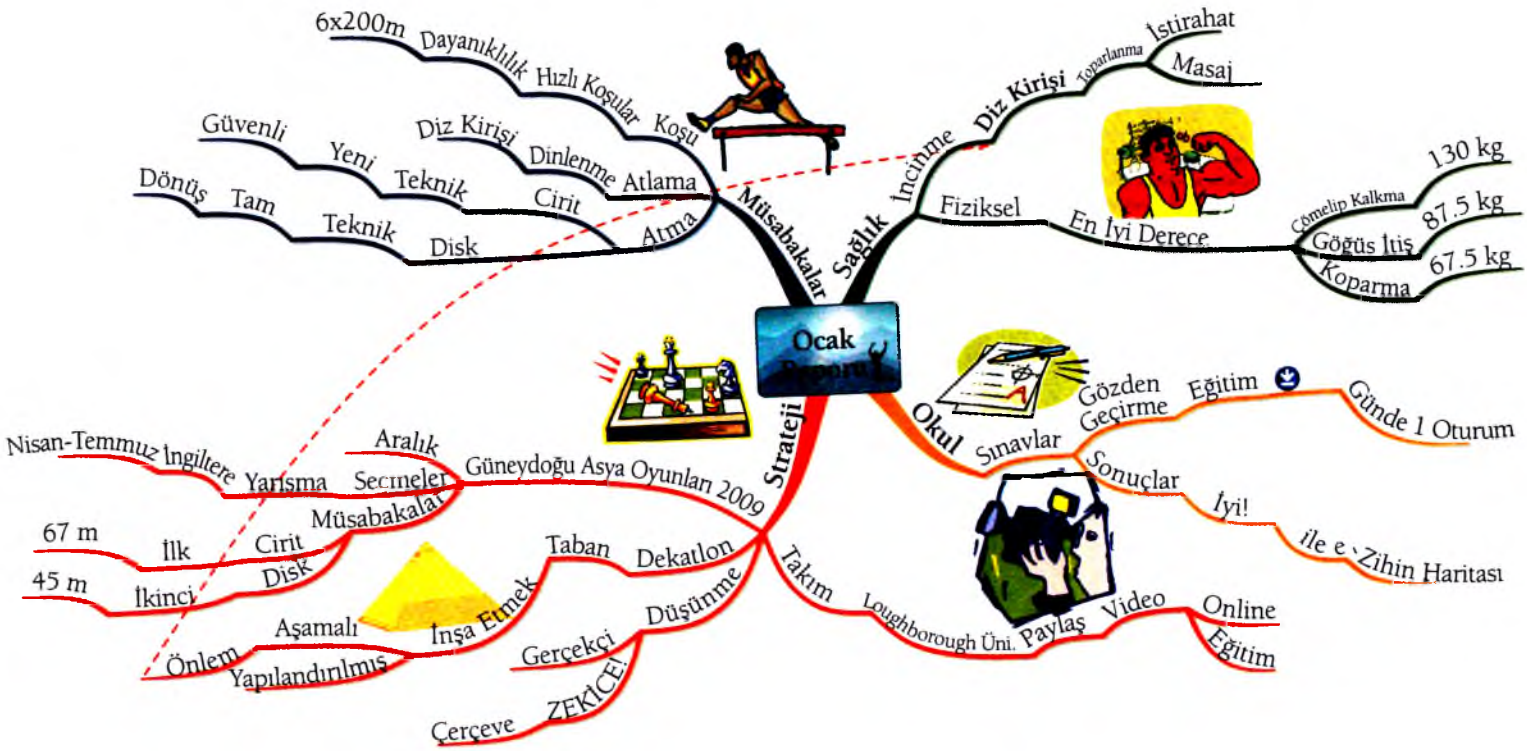
Zihin Haritanızı tamamladıktan sonra onu gözden geçirin ve sonuçlarınızı düşünüp tartın. Şu anda tüm hayatınızı elinizde tutuyorsunuz. Hayatınıza bakarak sizi heyecanlandıran ve heyecanlandırmayan şeyleri fark edebilirsiniz. Bu Zihin Haritası, karar almanız için yeterli olabilir fakat size daha net veriler verecek hızlı bir Zihin Haritası yapma ihtiyacı da duyabilirsiniz. Bunu fark ettiğiniz an hemen işe koyulun ve yeni haritanızı tüm resmi gördüğünüz haritanıza ekleyin.

Yong Sheng'in hikâyesi

Adım Yong Sheng. Singapurluyum. 14 yaşımdan beri Tony'nin kitaplarını okuyorum ve tam bir Zihin Haritası kurduyum. Loughborough Üniversitesi Spor Biiimleri ve Yönetimi Böiümü'nde ikinci yılımdayım.

Tony Buzan ile Singapur'a seminer vermek için geldiğinde tanıştım. Dekatlonda Olimpiyat Şampiyonu olma hayalimi gerçekleştirme sürecinde onunla düzenli olarak bağlantı kurdum. Bu Zihin Haritası Tony'ye gönderdiğim aylık Zihin Haritaları'mdan biridir.

'Müsabakalar' dalı, benim o zamana kadar katıldığım ve katılacağım yarışmaları özetlemektedir. 'Strateji' dalı, nasıl ilerleme kaydedeceğime dair düşüncelerimi ve plan-



Yong Sheng'in dekatlon eğitimi ilerleme raporu

larımı yansıtmaktadır. 'Sağlık' dalı, bedenimin içinde bulunduğu durumu; 'Okul' dalı da okulda beni etkileyen olaylan özetlemektedir.

O zamanlar fark etmediğim şey, Zihin Haritası'nın ocak ayındaki durumumu özetliyor oluşuydu. Onu gözden geçirdiğimde ocaktan itibaren nasıl bir ilerleme kaydettiğimi fark ettim. Hâlâ en iyi seviyede değilim belki ama bu hayali kurduğumda neredeyse hiç formda değildim; askerden incinmiş bir diz ile dönmüştüm; en zor alanlardan birinde, dekatlonda Olimpiyat Madalyası kazanmak için imkânsız bir performansa sahiptim.

Bu mayısta İngiltere'deki yarışmalarda kötü bir performans sergiledim. Oldukça can sıkıcı bir durumdu ve dizim iyileşecek gibi görünmüyordu. Strateji dalında belirttiğim 2008 Güneydoğu Asya Oyunları'nda yer alamayacaktım. Bu yüzden geçtiğimiz birkaç ay oldukça zor oldu. Geçmişteki başarısızlığımı silmek için çok sıkı çalıştım. Şimdi ocak ayındaki egzersizlerime baktığımda çok ilerleme kaydettiğimi görüyorum. Sanırım daha fazla ilerlemek için, daha iyi planlar barındıran yeni bir Zihin Haritası yapmam gerekiyor.

Geçmiş ve gelecek hedefler

Her yıl geçmiş başarılarınızı gözden geçirmek ve gelecekteki amaçlarınızı belirlemek hayatınızı planlamanızda son derece faydalı bir eylemdir ve Zihin Haritası bu işlerin ikisi için de en uygun araçtır.

Şu anki durumunuzu tüm resmi görebildiğiniz bir Zihin Haritası ile gözden geçirdiğinizde, aynı Zihin Haritası'nı önümüzdeki yılın eylem planını içeren başka bir Zihin Haritası için temel olarak kullanabilirsiniz. Böylece, gelecek yılı güçlü yönler ve öncelikler üzerine inşa edebilir, belki geçmişte verimsiz, daha az tatmin edici olduğu kanıtlanmış alanlara daha az vakit ve enerji harcamayı seçersiniz.

Yıllar geçtikçe bu yıllık Zihin Haritaları, hayatınızdaki eğilimleri ve örüntüleri ortaya koyarak, size kendinize dair temel içgörüleri ve hayatınızın doğrultusunu sunarak giderek gelişen bir kişisel kayıt haline gelirler.

Hayatınızın önemli aşamalarının başında ve sonunda, örneğin ev/iş değiştirirken, bir ilişkiye/çalışmaya başlamaya veya bitirmeye karar verirken, Yıllık Zihin Haritaları'nın yanında, Kişisel Analiz Zihin Haritaları'nı da kullanmalısınız.

Başkalarının kendilerini analiz etmelerine yardımcı olmak

Arkadaşlarınızın, meslektaşlarınızın veya belki de önceden hiç Zihin Haritası yapmamış birilerinin kendilerini analiz etmelerinde yardımcı olmak isteyebilirsiniz. Böyle durumlarda tüm resmi görmeniz için gereken dört aşamayı takip

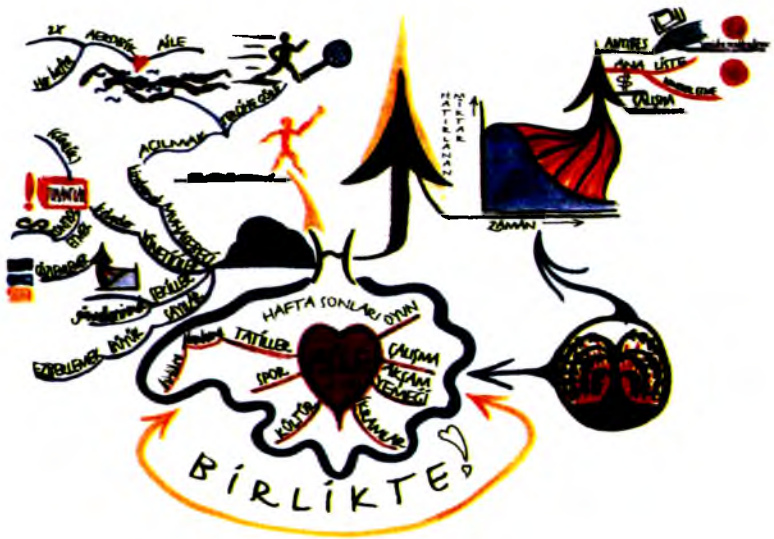
edebilirsiniz. Tek fark, kendinizi analiz etmek yerine başka birinin yazıcısı ve rehberi olmanızdır.

Arkadaşlarınız veya meslektaşlarınız kendi merkezi resimlerini tanımlarken bu resmi çizersiniz. Akıllarına gelen her türlü düşünceyi, duyguyu ve fikri söylerken siz de bu fikirleri hızlı Zihin Haritası şeklinde yazarsınız. Büyük ihtimalle onlara, uygun temel başlıklar seçmelerinde yardımcı olmanız gerekecektir. Bu fikirler belirlendikten sonra, söyledikleri her şeyi birleştirerek kapsamlı bir Zihin Haritası çizebilirsiniz. Bunu da bitirdikten sonra haritayı birlikte analiz edebilirsiniz.

Kişisel analiz Zihin Haritaları

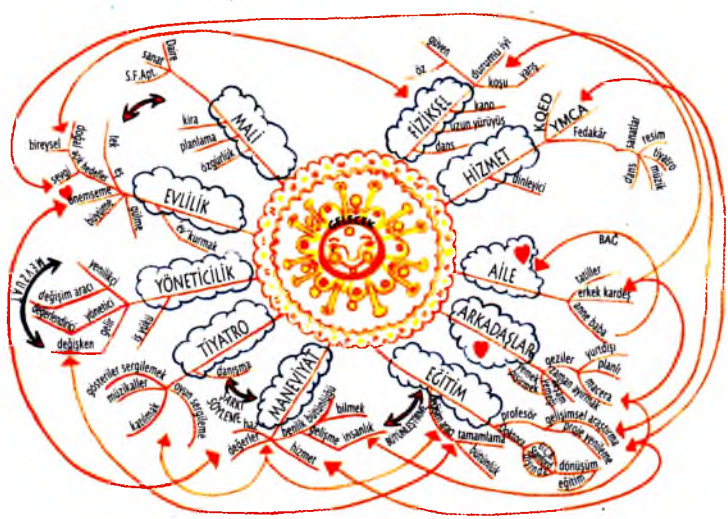
Aşağıdaki Zihin Haritası, iş hayatını analiz etmek isteyen, çokuluslu bir şirketin yönetim kurulu başkanı tarafından yapılmıştır. Zihin Haritası giderek onun duygularını ortaya çıkarmıştır, hayatının tüm temel öğelerini yansıtmaya başlamıştır. Bu öğeler; aile, iş yaşamı, spor faaliyetleri, öğrenme, genel kişisel gelişim, Doğu felsefelerine ve uygulamalarına olan ilgidir.

Başkan, kişisel analiz yapmadan önce öncelikli meşguliyetinin işi olduğunu ifade ederken, Zihin Haritalama aracılığıyla hayatının gerçek temelinin ailesi olduğunu fark etmiştir. Eşiyle, çocuklarıyla ve diğer akrabalarıyla olan ilişkilerini değiştirmiş, programını gerçek önceliklerine göre ayarlamıştır. Tahmin edileceği üzere, sağlığı ve ruh hali bu değişimden olumlu etkilenmiş, aile ilişkileri daha yakın, sevgi dolu bir hale gelmiş ve iş yaşamı onun bu yeni, olumlu halinin etkisiyle büyük oranda değişime uğramıştır.



Çokuluslu bir şirketin yönetim kurulu başkanının hayatını yeniden gözden geçirerek ailesine odaklandığı Zihin Haritası

Aşağıdaki Zihin Haritası da kariyerini ve kişisel amaçlarını değiştirmeyi düşünen bir kadın yönetici tarafından oluşturulmuştur. Yönetici, Zihin Haritası'nı kim olduğunu ve inanç sisteminin ne olduğunu görmek için yapmıştır. Başlangıçta özgüveninin düşük olmasından dertliyken, kişisel analizini tamamladığında, yaptığı Zihin Haritası kadar ışıldadığını fark etmiştir.



İnanç sistemlerini, kendini ve geleceğini gözden geçiren bir kadın yönetici tarafından yapılan Zihin Haritası

Dengeli bir iş hayatı için Zihin Haritaları

Zihin Haritaları hayatta denge kurmanıza yardımcı olur çünkü dengesiz giden şeyleri hemen fark etmenizi sağlarlar. Bunu görebilmek için 'Denge'nin merkezde olduğu; sağlık, aile ve arkadaşlar, boş zaman, varlık, ilişkiler, kariyer/iş ve maneviyatın da dallarda olduğu bir Zihin Haritası çizebilirsiniz.

Önümüzdeki Zihin Haritalan, Zihin Haritaları'nın dengeli bir iş hayatına sahip olmada ve kişisel amaçları belirlemede nasıl kullanılabileceğini göstermektedir.

125. sayfadaki Zihin Haritası'nın sahibi Mikiko Chikada Kawase şunları söylemektedir:

> *"Zihin Haritası ajandamda büyük bir yer kaplıyor, ona sık sık başvuruyorum. Çok yoğun geçen günlerde ve saatlerde bile amaçlarımı gözden kaçırmamış oluyorum. Zihin Haritası yapmaya yaklaşık yirmi dört yıl önce başladım. Uzun süreli bir kullanıcı olarak, Zihin Haritaları'nın okul başarımı arttırmanın yanı sıra çok fazla işe yaradığına inanıyorum."*



Mikiko Chikada Kawase'nin yaşam dengesi konulu Zihin Haritası

127. sayfadaki Zihin Haritası da, Buzan'ın Zihin Haritası yazılımının kullanıldığı bir amaç belirlemedir. Bu şablon, amaçların görsel bir yansımasıdır. Her iki örnekte de Zihin Haritaları, kişisel hedefler belirleme ve dengeli bir iş yaşamı kurma ile ilgili akla gelen fikirleri içermektedir. Akla gelen düşüncelerin özgürce akıp gitmesini, uygun yerlere yerleşmesini sağlamaktadırlar. Çağrışım doğrusal bir yol takip etmediği için de haritanın dalları arasında birçok bağlantı kurulmaktadır.

Kişisel sorunları çözmek için Zihin Haritaları

Zihin Haritaları'nı, kişisel ve insan ilişkilerinize dair sorunlarınızı çözmek için kullanabilirsiniz. Kişisel analiz ve karar alma bölümlerinde kazandığınız beceriler, sorunları çözmenizde de işinize yarayacaktır.

Süreç, sizi endişelendiren özelliğinize odaklanmanın dışında, kişisel analiz süreciyle neredeyse aynıdır. Örneğin, sorununuzun aşırı utangaçlık olduğunu hayal edin. Merkeze bir resim çizin (belki yüzünüzü elleriniz ardında sakladığınız bir resim), sonra utangaçlık fikrinin harekete geçirdiği tüm düşünce ve duyguları serbest bırakarak hızlı bir Zihin Haritası yapın.

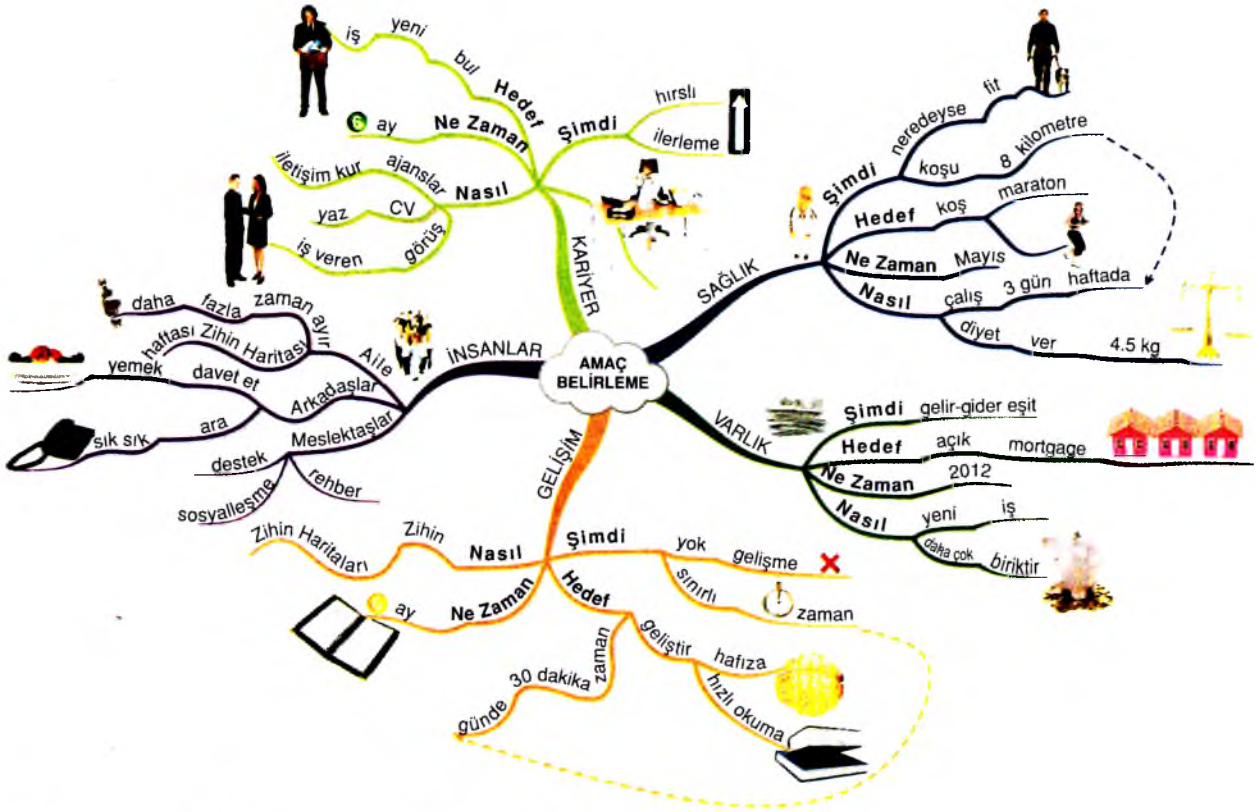
İlk yapılandırma ve düzeltmede, temel başlıklarınız:

- Utandığınız durumlar
- Utangaçlığınıza sebep olan duygular
- Fiziksel tepkileriniz
- Sözel ve fiziksel davranışlarınız
- Utangaçlığınızın geçmişi (ilk ne zaman başladı ve nasıl gelişti) ve olası temel sebepler neler olabilir.

Sorunu kapsamlıca tanımladıktan, analiz ettikten ve kuluçkaya yatırdıktan sonra, ikinci bir Zihin Haritası yapmanız gerekir. Bu ikinci Zihin Haritası'nda sorunun tüm öğelerini ele almalı ve çözmek için belli bir eylem planı yapmalısınız. Bu eylemleri uygulamak, sorunu tümüyle çözmenizi sağlamalıdır.

Bazen gerçek sorun hakkında yanılıyor olabilirsiniz. Eğer birkaç dalda aynı kelime veya kavram beliriyorsa, bu kelimenin sorun olarak düşünüp merkeze yerleştirdiğiniz şeyden daha önemli olması ihtimali vardır. Bu durumda, yeni anahtar kavramı merkeze koyarak ikinci bir Zihin Haritası'na başlamalısınız ve devam etmelisiniz.

Zihin Haritaları'nın, sorunları çözme ve karar verme işlevi yanında başka işlevleri de vardır. Bir sonraki bölümde, nasıl Zihin Haritası günlüğü oluşturabileceğimizi göreceğiz.



Buzan'ın e-Zihin Haritası yazılımı kullanılarak yapılmış bir amaç belirleme haritası



Zihin Haritası günlüğü

Geleneksel günlükler doğrusal araçlardır, bizi sıkı sıkıya zamanın kontrolü altında tutarlar. Bu bölümde, zamanı ihtiyaçlarınıza ve isteklerinize göre yönettiğiniz yeni bir günlük ile tanışacaksınız. Bu günlük, hem planlama günlüğü hem de olayların, duygu ve düşüncelerin geriye dönük bir kaydı olarak kullanılabilir.

Zihin Haritası günlüğünün nasıl oluşturulduğunu öğrenirken, şu siteye girip www.imindmap.com/resources kendi günlüğünüz için şablon indirebilirsiniz.

Neden Zihin Haritaları'nı kullanarak günlük oluşturmalısınız?

Zihin Haritası günlüğü geleneksel günlüklerin aksine görsel olarak çekicidir ve haritacının becerileri geliştikçe daha da çekici bir hale gelir. Hayatınızı planlamaktan hoşlanmıyorsanız, Zihin Haritası günlüğü bunun üstesinden gelecektir. Zihin Haritası günlüğü, sahiplerinin bir şeyleri yazmayı unuttuğu, yanlış yere yazdığı veya yazmadıkları zaman suçluluk duydukları geleneksel günlüklerden farklıdır.

Zihin Haritası günlüğü –resimleri, renkleri ve çağrışımları ile– bilgiye hemen ulaşmanızı; hayatınıza yakından ve uzaktan bakabilmenizi sağlayan bir araçtır. Geçmişle gelecek arasında köprü kurmanıza, hayatınızı planlamanıza ve kaydetmenize yardımcı olur.

Zihin Haritası günlüğü hayatınızdaki olayları kaydederek bellek işlevi görür. Günlüğünüzü gözden geçirmekle, hayatınızın filmini izlemiş olursunuz.

Zihin Haritası günlüğünün temel ilkeleri

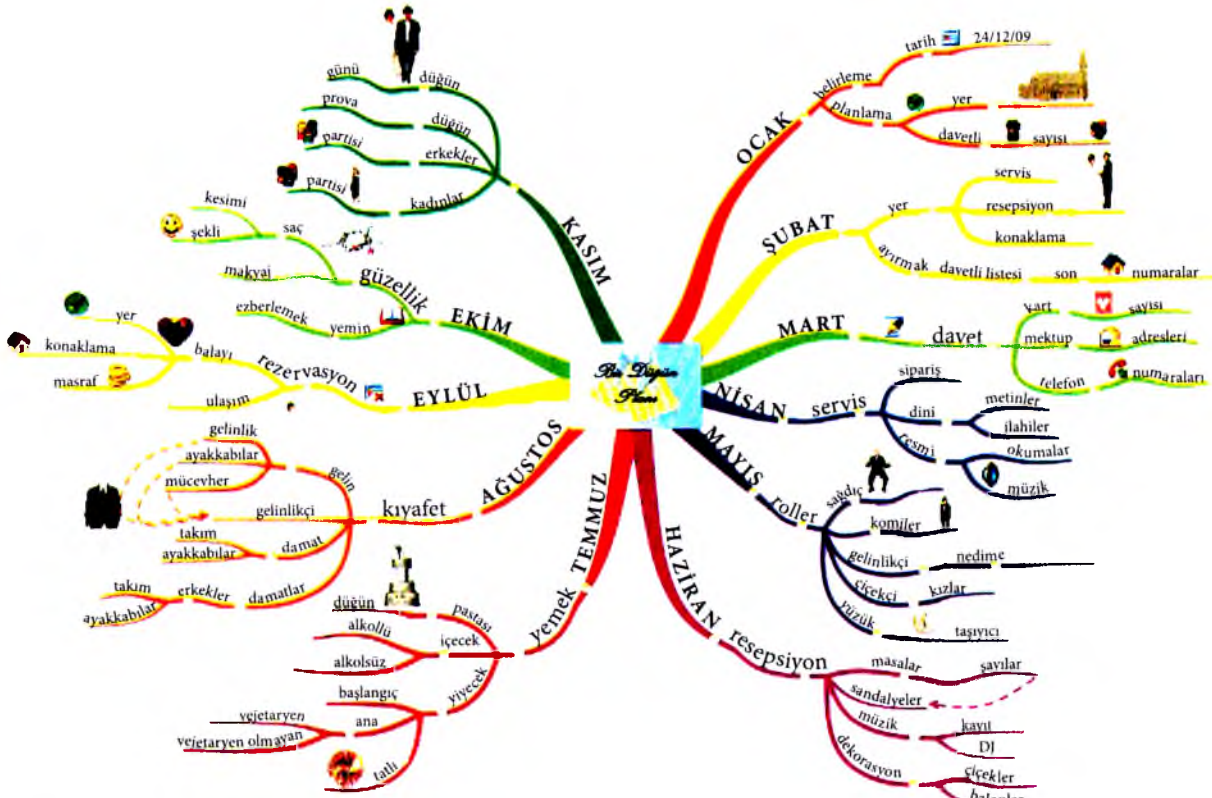
Yıllık plan

Yıllık plan, yılın önemli olaylarının genel bir taslağını sunar. Yan sayfadaki e-Zihin Haritası, uzun dönemli planlama gerektiren bir düğün planıdır. Her Zihin Haritası'nda olduğu gibi, bu harita da merkeze çizilen bir resim (düğün davetiyesine benzeyen) ile başlar. Temel başlıklar, yılın on iki ayıdır. Her ayın da bir ya da iki alt başlığı vardır (örneğin mart: davetliler, nisan: servis, ağustos: kıyafet gibi). Bu alt başlıklardan da 'konaklama', 'yer' ve 'balayı masrafları' gibi birçok konu yayılır.

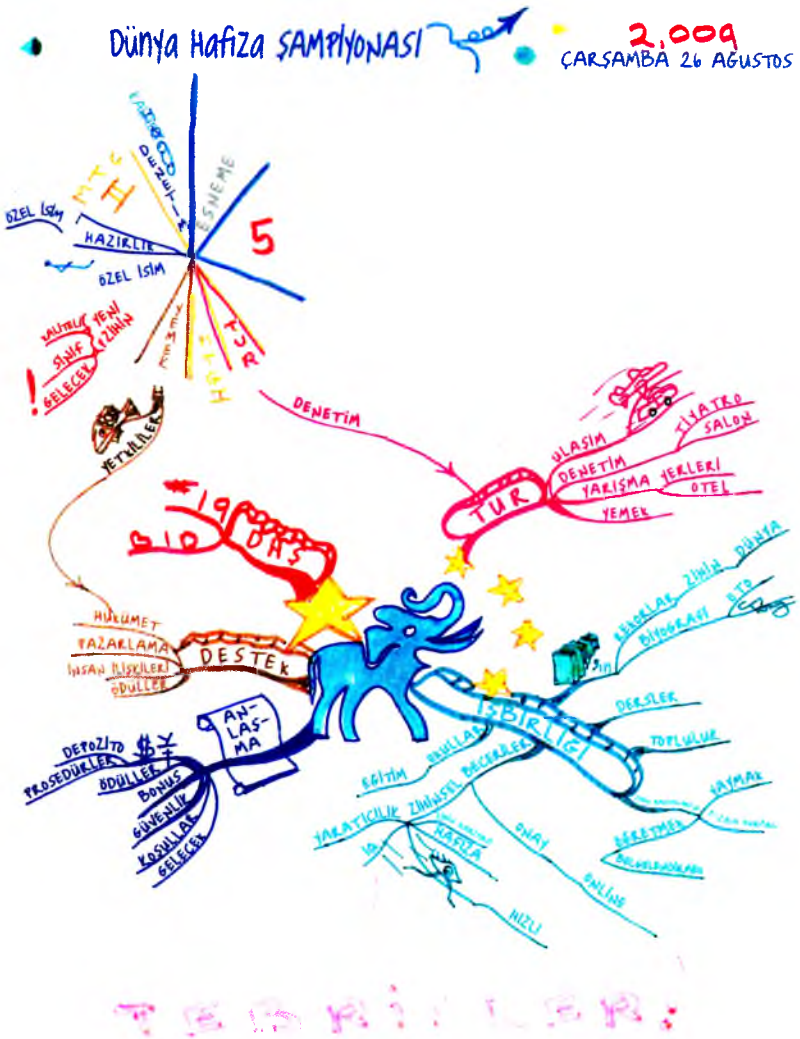
Yılınızı Zihin Haritası kullanarak planlamak, gelecekte olacakları bir bakışta görmenizi ve planınızın diğer insanlar tarafından da anlaşılmasını sağlar. Böylece bir düğün gibi işbirliği gerektiren bir şeyi planlamak sizin için harika bir deneyim haline gelir.

Ben, Yıllık Zihin Haritamı bir ajanda gibi kullanırım. Her aya ait olayları temel başlıklar, renkli şifreler, semboller ve resimler kullanarak kaydederim. Yılın sonunda geçen yılın ve gelecek yılın haritalarını yaparım. Bir önceki yılın önemli olaylarını gelecek yılın planına kopyalarım çünkü yazmaya, seyahat etmeye, ders vermeye, yeni kitaplar yazmaya ve kendimle ilgilenmeye ayırdığım zamanı 'dengelediğimden' emin olmak isterim. Sürecin sonunda, yılın güzel bir özetine ulaşırım. Zihin Haritası tüm yılı aylara bölmeme, böylece günlük planıma temel oluşturmama yardım eder (bkz. sayfa 132).

Siz de Zihin Haritası planlarını kullanarak, hayatınızın dönüm noktalarını renkler, semboller ve resimler aracılığıyla ön plana çıkarabilirsiniz. Haritanızda gizli kalması gereken kısımları kendinize özgü renkler ve şifreler kullanarak gizleyebilirsiniz de. Şifrelemeler sayesinde önünüzdeki tüm yılı hızla gözden geçirmeniz, planlarınıza uyum katmanız mümkündür.



Bir düğünün e-Zihin Haritası ile yapılmış bir yıllık planı



Bu Zihin Haritası günlüğü Tony Buzan'a aittir. Haritadaki saat, günün temel etkinliklerini göstermek için çizilmiştir. Harita, Çin'in Guangzhou şehrinde 2009 yılında yapılan, 19. Dünya Hafıza Şampiyonası'na ev sahipliği yapma teklifinin tartışıldığı, tüm gün süren bir toplantıyı özetlemektedir. Merkezdeki resim, Dünya Hafıza Şampiyonası'nın simgesi fili, etrafındakiler Çin bayrağındaki yıldızları temsil etmektedir. Dallar da denetim turunu, teklifçilerin işbirliği alanlarını, destek sistemlerini ve sözleşmenin ana maddelerini özetlemektedir. Toplantıdan ve şampiyona meclisinin değerlendirmesinden sonra Guangzhou, 2010 Dünya Hafıza Şampiyonası'nın yapılacağı şehir olarak ilan edilmiştir.

Aylık plan

Aylık Zihin Haritası, yıllık planın tek bir ayının genişletilmiş şeklidir. Nasıl yapıldığını görmek için 134. sayfadaki e-Zihin Haritası'na bir göz gezdirin.

Haritacı, saat iki yönündeki haftayı ilk hafta olarak belirlemiştir (siz istediğiniz yerden başlayabilirsiniz). Haritadaki günler, rahat bir hafta sonu geçirmek için işlerin halledileceği günlerdir. Anahtar kelimeler, resimler, renkler ve semboller, imge ve çağrışım gücünü harekete geçirmektedir.

Haftalık plan

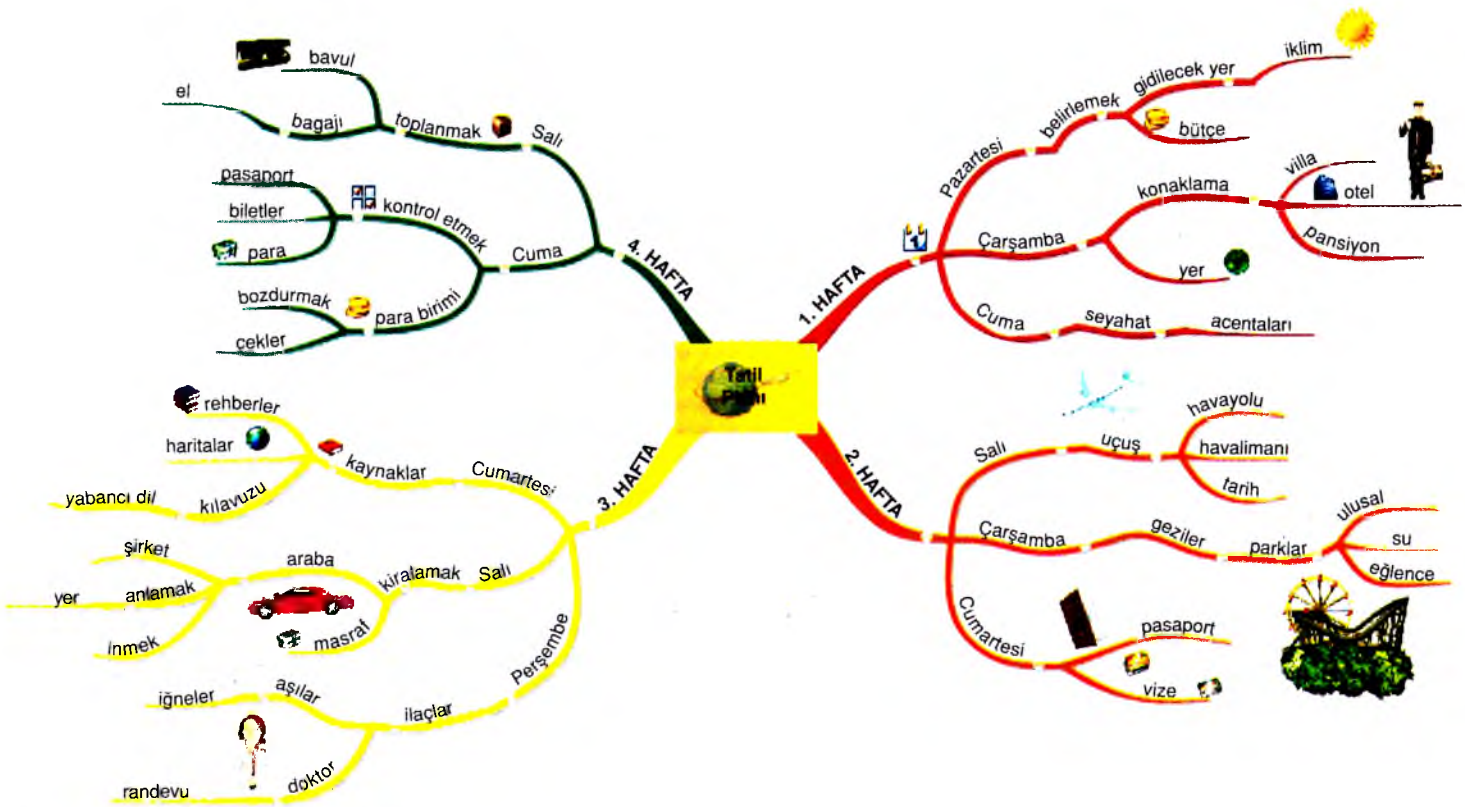
136. sayfadaki haftalık Zihin Haritası, yedi günlük bir fitness rejimi için yapılmıştır. Merkezden yayılan ana dallar haftanın günlerini, daha ince yapılan ikincil dallar da rejim için gereken 'diyet', 'egzersiz' ve 'dinlenme' öğelerini göstermektedir. Renkler, şekiller ve semboller hem rejime bağlı kalmayı sağlamakta hem de günlüğü daha hareketli hale getirmektedir.

Günlük plan

Günlük Zihin Haritası, yirmi dört saatlik zaman diliminin haritasıdır. Yıllık ve aylık Zihin Haritaları'ndaki kurallar günlükte de geçerlidir. Günlük Zihin Haritası yaptığınızda ve günün sonunda yaptığınız işlerin yanına tik koyduğunuzda başarı duygusunu tadarsınız.

137. sayfadaki e-Zihin Haritası'nda, merkezden yayılan dallar sırasıyla 'sabah', 'öğle yemeği', 'öğleden sonra', 'akşam' ve 'diğer' başlıklarını almıştır ama siz kendinize göre başlıklar belirleyebilirsiniz. Bu haritada renkler, şekiller ve semboller zaman dilimlerini birbirinden ayırmak için kullanılmıştır. Günlük Zihin Haritaları da yıllık ve aylık haritalar gibi hayatınızın bir dönemini kapsamlı ve derinlemesine gözden geçirmenizi sağlayabilir. Hızlı bir gözden geçirme tüm haftayı, ayı veya yılı tüm açıklığıyla geri getirebilir.

Günlük plan günün 24 saat olduğu gerçeğinden yola çıkar. (Oysa ki standart günlükler genellikle gündüz saatlerine odaklanır.) Siz de haritanızın sol üst köşesine bir saat çizebilirsiniz (bkz. sayfa 138). Bu saate renkli

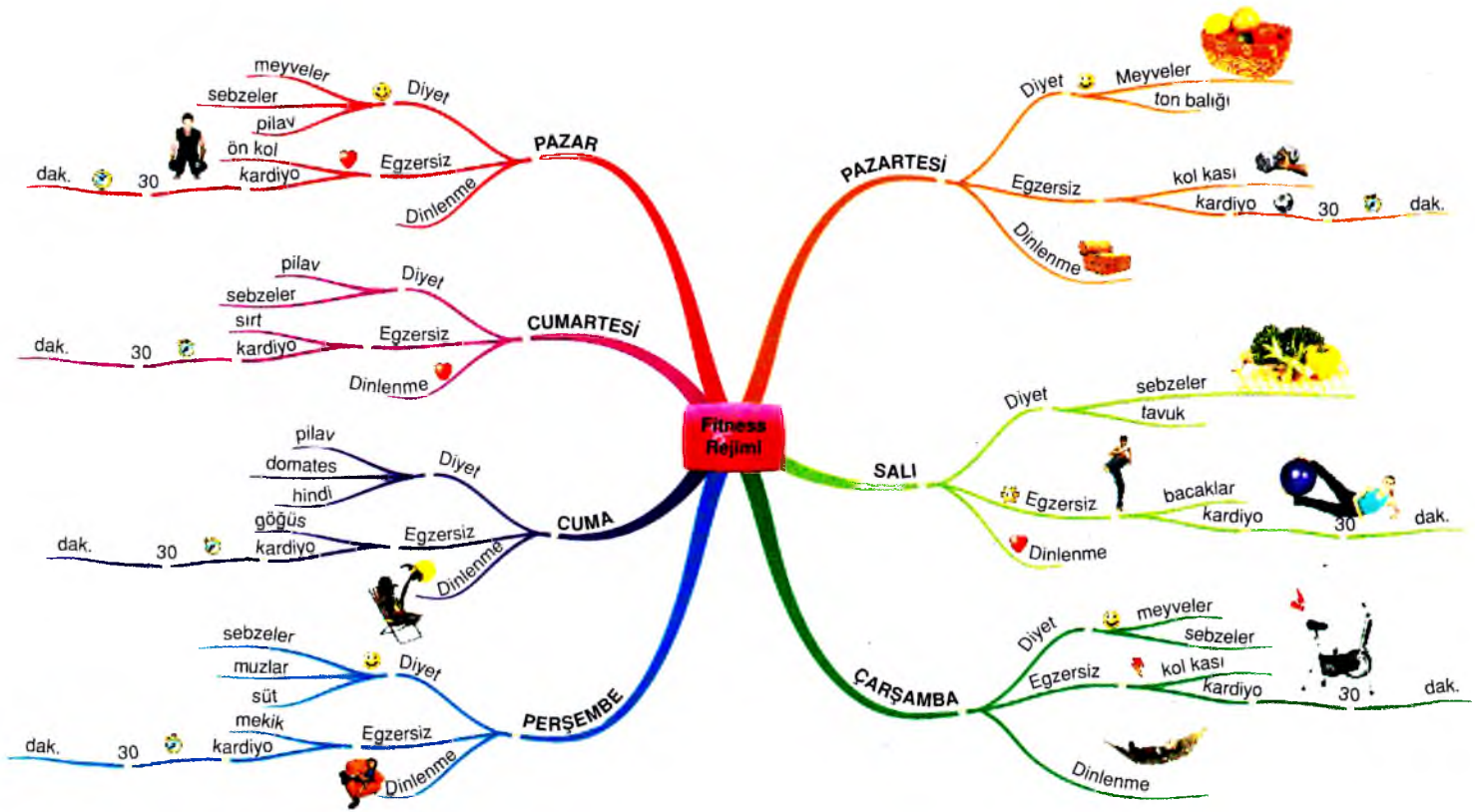


Aylık Zihin Haritası örneği – bir tatil planı

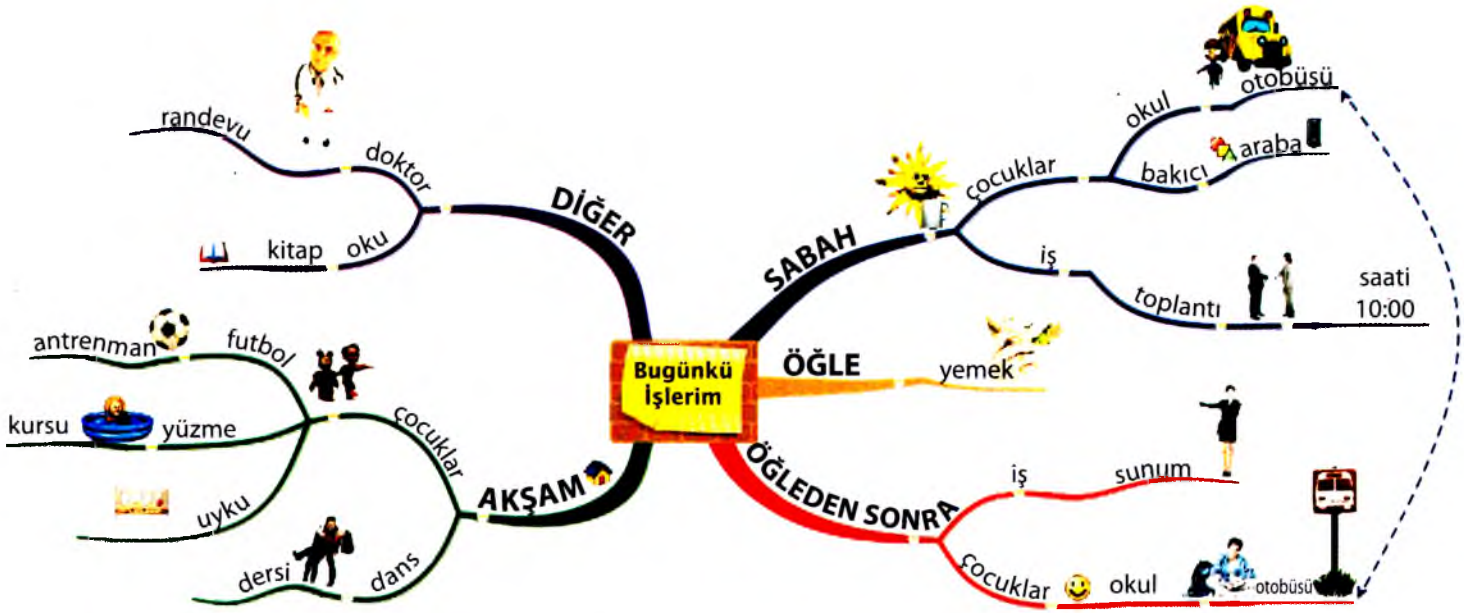
şifreler ve günün önemli olaylarını gösteren şekiller ekleyebilirsiniz. Bu, sizin o güne ait vizyonunuz olacaktır. Günün önemli olaylarını –örneğin bir toplantıyı– kaydettiğiniz bu harita, önemli olaylarınıza ait bir kayıt işlevi görecektir.

Aylık ve yıllık planlar, geçmişin değerlendirilmesi ve geleceğin planlanması için eşi bulunmaz araçlardır. Elinizde tüm yılın özetlendiği bir tablo olduğunda, hayatınızın genel eğilimlerini takip etmeniz ve birtakım hesaplamalar yapmanız çok daha kolay olacaktır.

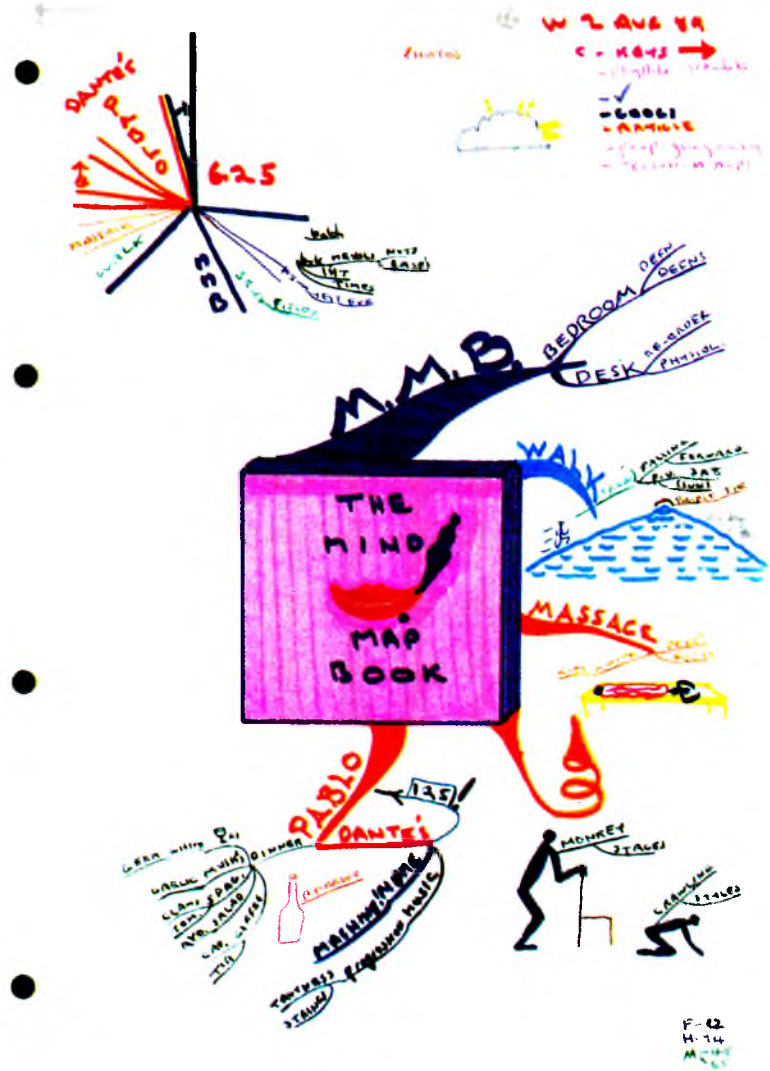
Bir sonraki bölümde, bu şipşak bakış açısının ders çalışırken ve çalıştıklarınızı gözden geçirirken nasıl işe yaradığını göreceksiniz.



Haftalık Zihin Haritası örneği – fitness rejimi



Günlük Zihin Haritası örneği



Tony Buzan'ın kişisel günlüğü olan bu Zihin Haritası, tartışma konularındaki fikirlerden doğan dehasını sembolize eden ve onun resmi olarak yazmaya başladığı günün ilk ürünüdür.



Ders çalışma becerileri

Bu bölümde Zihin Haritaları'nın ders çalışma ile olan ilişkinizi nasıl değiştireceğini, sizi ders çalışmaktan nasıl zevk alır hale getireceğini göreceksiniz. Ayrıca Zihin Haritaları'nı dört temel alanda –makale yazmak, sınava girmek, proje veya rapor hazırlamak ve fazla miktarda bilgiyi haritalamakta– nasıl kullanacağınızı öğrenecek, tahmin ettiğinizden daha fazla şeyi nasıl öğrenebildiğinizi ve yapabildiğinizi göreceksiniz.

Ders çalışırken neden Zihin Haritası kullanmalısınız?

Zihin Haritaları tek bir sayfaya sığabildiği için, bir şeyi hazırlamanız ve yapılandırmanız için gereken zamanı azaltır, size genel tabloyu sunar. Her bilgiye tek bir sayfa üzerinden ulaşabildiğiniz için –sayfalarca notla uğraşmadığınız için– de stresi ve düzensizlikten kaynaklanan mutsuzluğu yok eder. Renkli ve yaratıcı tasarımları, öncesinde sıkıcı ve 'zor' görünen şeylere canlılık katar. Kitapta veya derste sunulan şeye kendi düşüncelerinizi ve duygularınızı da katabilmeniz için ders çalışmaya daha kolay güdülenirsiniz.

Makaleler

Klasik tarzda yapılacak bir sınava girecekseniz, kendi kendinize bir zaman sınırı koyarak aşağıda sıralanan yöntemleri uygulayın.

1 Makalenin konusunu ifade eden bir resim ile başlayın.

2 Konunun temel öğelerini belirleyin. Bu noktada sorunun sizden ne istediğine ve cevabınızın içermesi gereken konulara dikkat edin.

3 Şimdi zihninizi özgür bırakın ve aklınıza gelen bilgileri haritada uygun görünen yerlere yerleştirin. Ana dallar ve alt dallar için sayı sınırlaması yoktur. Farklı alanlar arasındaki ilişkiyi vurgulamak için renkler ve semboller kullanın.

4 Sonra haritanızı düzenleyerek bir bütün haline getirin.

5 Şimdi oturun ve haritanızı genel bir çerçeve olarak kullanarak makalenizi yazmaya başlayın. İyi düzenlenmiş bir Zihin Haritası, makalenin tüm alt bölümlerini, her birinde bahsedilecek anahtar noktaları ve bu noktaların birbirleriyle olan bağlantılarını içermelidir. Bu aşamada, sizi zorlayan alanları, özellikle de belli kelimeleri ve dilbilgisel yapıları atlayarak olabildiğince hızlı yazmalısınız. Böylece çok daha akıcı olabilirsiniz.

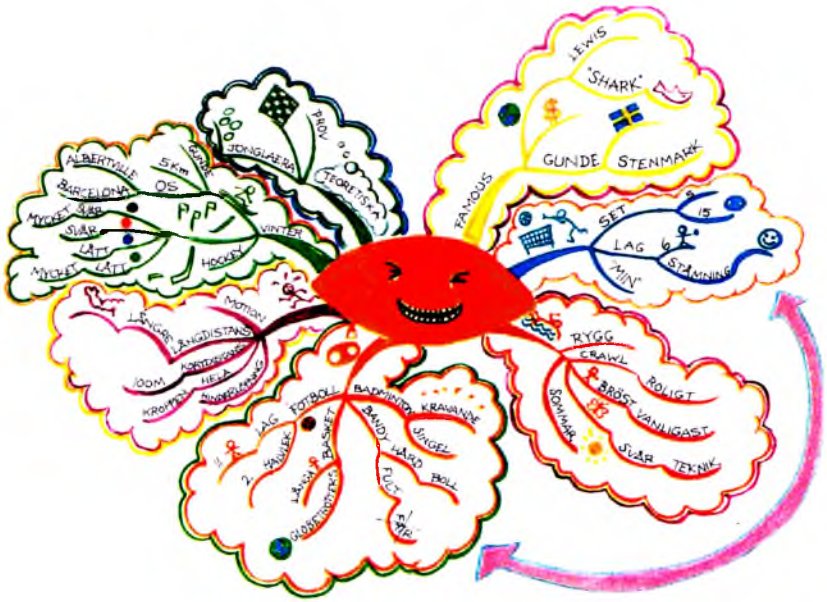
6 Eğer tıkanırsanız bunun üstesinden gelmek için yeni bir Zihin Haritası yapın. Çoğu kez, yalnızca merkezdeki resmi çizmek bile zihninizin harekete geçmesini ve konunun etrafında dönmesini sağlar. Tekrar tıkanırsanız, öncesinde oluşturduğunuz anahtar kelimelerden ve resimlerden yayılan yeni alt dallar ekleyin. Beyninizin 'tamamlama eğilimi' boşlukları yeni kelimelerle ve resimlerle dolduracaktır.

7 Son olarak, Zihin Haritanızı yeniden gözden geçirin ve haritanıza bağlantılar ekleyerek, argümanınızı daha fazla alıntıyla veya sözle destekleyerek, gereken yerde de sonuçlarınızı geliştirerek ve değiştirerek son dokunuşları yapın.

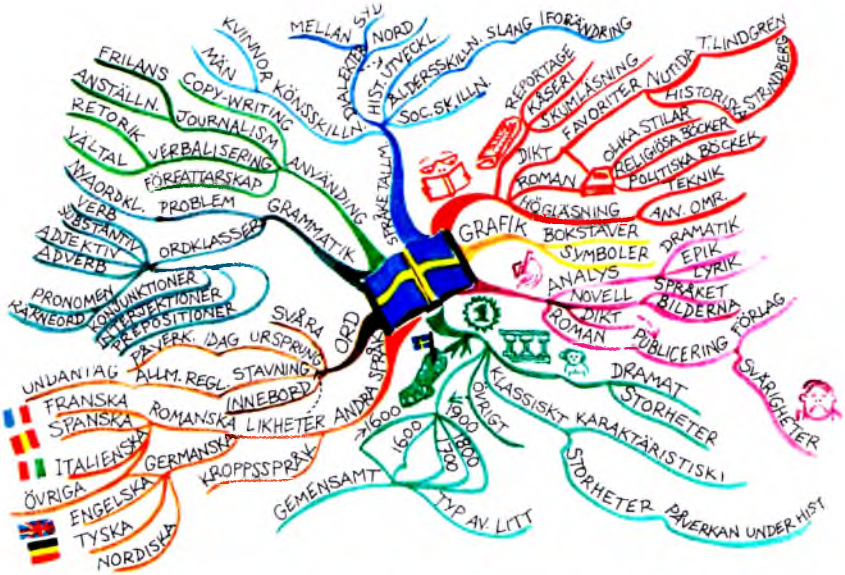
Bu yönergeler eşliğinde hazırlanan bir Zihin Haritası, öğrencilerin çoğunun hazırladığı sayfalarca notun yerini alacaktır. Tek sayfalık bir Zihin Haritası, 20 sayfalık nota ve öncesinde hazırlanan sayfalarca taslağa eşdeğerdir.

Bir Zihin Haritası yapın – Bir ağacı kurtarın
Zihin Haritaları yapın – Bir ormanı kurtarın

Sıradaki üç Zihin Haritası, öğrencilerin spor, İsveç ve bilgisayarlarla ilgili makale yazarken Zihin Haritaları'nı kullanarak işlerini nasıl kolaylaştırdıklarını göstermektedir.

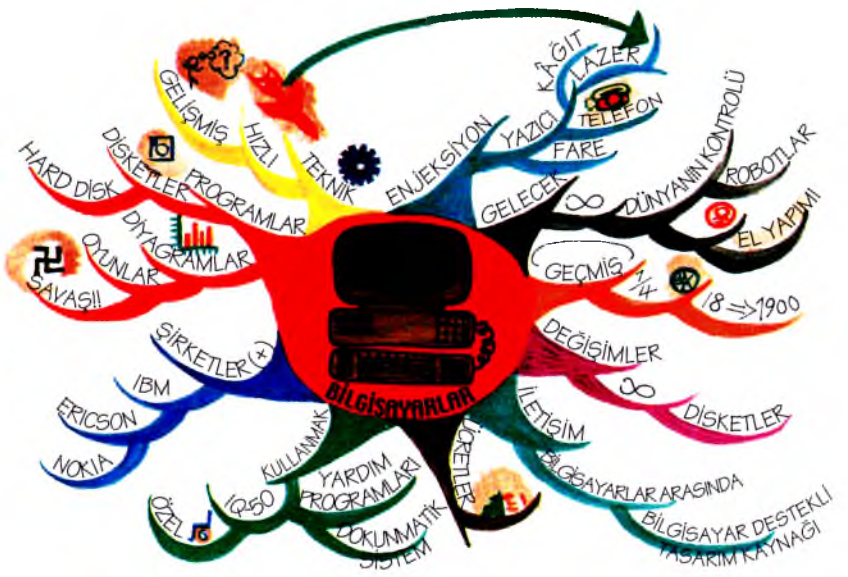


Karen Schmidt'in okul sporları hakkındaki Zihin Haritası



Katarina Naiman'ın İsveç hakkındaki bir okul projesi için yaptığı Zihin Haritası

Öğrencilerden biri makalesini bitirdikten sonra: "Ne kadar çok yazıp çizdiysem aklıma o kadar çok şey geldi. Aklıma çok fikir geldikçe de fikirler daha cesur ve orijinal bir hale geldi. Zihin Haritalan'nın sonu gelmiyor!" demiştir.



Thomas Enskog'un bir okul projesi için yaptığı Zihin Haritası

Sınavlar

1 İlk adım, sınav kâğıdını tamamen okumak, cevaplayacağınız soruları seçmek, bu soruları okuduğunuzda aklınıza ilk gelen düşüncelerle küçük bir Zihin Haritası yapmaktır.

2 Sonra, sorulara hangi sırayla cevap vereceğinize ve her bir soruya ne kadar zaman ayıracağınıza karar verin.

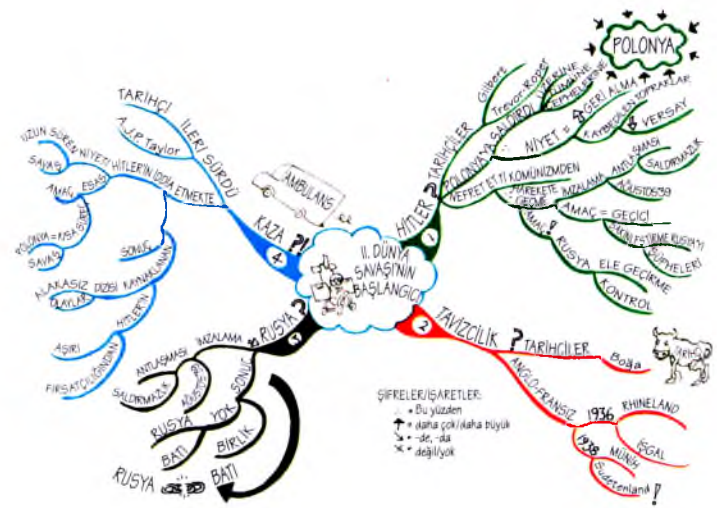
3 İlk soruya ayrıntılı cevap vermek yerine, cevaplamayı düşündüğünüz tüm sorular için hızlı Zihin Haritaları yapın. Böylece, sınav boyunca zihninizin, cevapladığınız tek bir soru yerine, tüm sorularla meşgul olmasını sağlarsınız.

4 Şimdi ilk sorunuza geri dönün ve sorunun cevabına çerçeve oluşturacak bir Zihin Haritası yapın. Merkezdeki resim, ilk yorumlarınıza denk gelirken, ana dalların her biri makalenin alt başlıklarını veya bölümlerini ifade eder. Dallardan uzanan her bir ek için bir veya iki paragraf yazın.

5 Cevabınızı bitirdiğinizde, oluşturduğunuz yapının iç öğeleri arasında bağlantılar kurabildiğinizi ve cevaba düşüncelerinizi, çağrışımlarınızı ve yorumlarınızı ekleyebildiğinizi görürsünüz. Böyle bir cevap, sınavı yapan kişiye, kapsamlı bir bilgiye; analiz, düzenleme, birleştirme ve ilişkilen-

dirme becerisine, özellikle konu ile ilgili yaratıcı ve orijinal fikirlerinizi öne sürebilme becerisine sahip olduğunuzu gösterecektir. Notlarınızı bu şekilde yükseltebilirsiniz!

Aşağıdaki Zihin Haritası, James Lee adlı öğrencinin tarih sınavı için yaptığı, İkinci Dünya Savaşı'nın başlangıcını anlatan bir Zihin Haritası'dır. Bu harita James'in yaptığı yüzlerce haritadan biridir. James bu haritayı son sınıftaki sınavlarını ve üniversiteye giriş sınavını geçmek için yapmıştır. James, on beş yaşındayken hastalık sebebiyle altı ay okula ara vermiş, sınavlar sebebiyle okula bir yıl geriden devam etmesi önerilmiştir. James öğretmenlerini sınavlar için ikna etmiş, elindeki her şeyi haritalamaya başlamıştır. Yalnızca üç ay içerisinde bir yıllık işi halletmiş, girdiği on sınavın yedisinden A, üçünden de B almıştır.



James Lee'nin sınavlarını geçmesine yardımcı olan Zihin Haritaları'ndan biri

Projeler ve raporlar

Birkaç sayfa veya doktora tezi kadar uzun bir raporun veya projenin yazımı Zihin Haritası kullanılarak çok daha kolay bir hale getirilebilir. Böyle projeler bol miktarda araştırma ve yazılı, grafik ve sözlü sunum gerektirebilir fakat temel yaklaşım, makalelerde ve sınavlarda kullanılanlar ile aynıdır.

Herhangi bir araştırma işinde ilk adım, verilen zamanda ne kadar konu ele alacağınızı belirlemektir. Bu zaman/miktar hedefleri kısa dönemli projelerde de uzun dönemli projelerde de aynı öneme sahiptir. Araştırma aşamasında da, Zihin Haritaları'nı asıl kaynaktan notlar almak için, araştırma sonuçlarınızı

yazmak için, fikirleri ortaya çıktıklarında düzenlemek ve birleştirmek için ve yazılı/sözlü sunumunuzun temelini oluşturmak için kullanabilirsiniz.

Zihin Haritası kullanılarak oluşturulmuş makaleler ve sınavlar gibi, bu yöntemle yazılmış projeler ve raporlar da, doğrusal not alma, taslak oluşturma gibi zahmetli geleneksel yöntemlerle oluşturulmuş proje ve raporlardan çok daha düzenli, yaratıcı ve orijinaldir.

Kitaplar

Bir kitabın haritasını yapmak, sizi sayfalarca not yazmaktan kurtarır. Kitabı okurken de, okurken işaretleyip sonrasında da haritasını yapabilirsiniz.

Yan sayfadaki Zihin Haritası, bir gelecek bilimcisi ve *Megatrendler* ve *Megatrendler 2000* kitaplarının yazarı John Naisbitt'e aittir. John'un kitabı 90'lar ve 2000'lere dair tahminler içermektedir. Aşağıda, haritanın dallarına karşılık gelen büyük eğilimler özetlenmektedir:

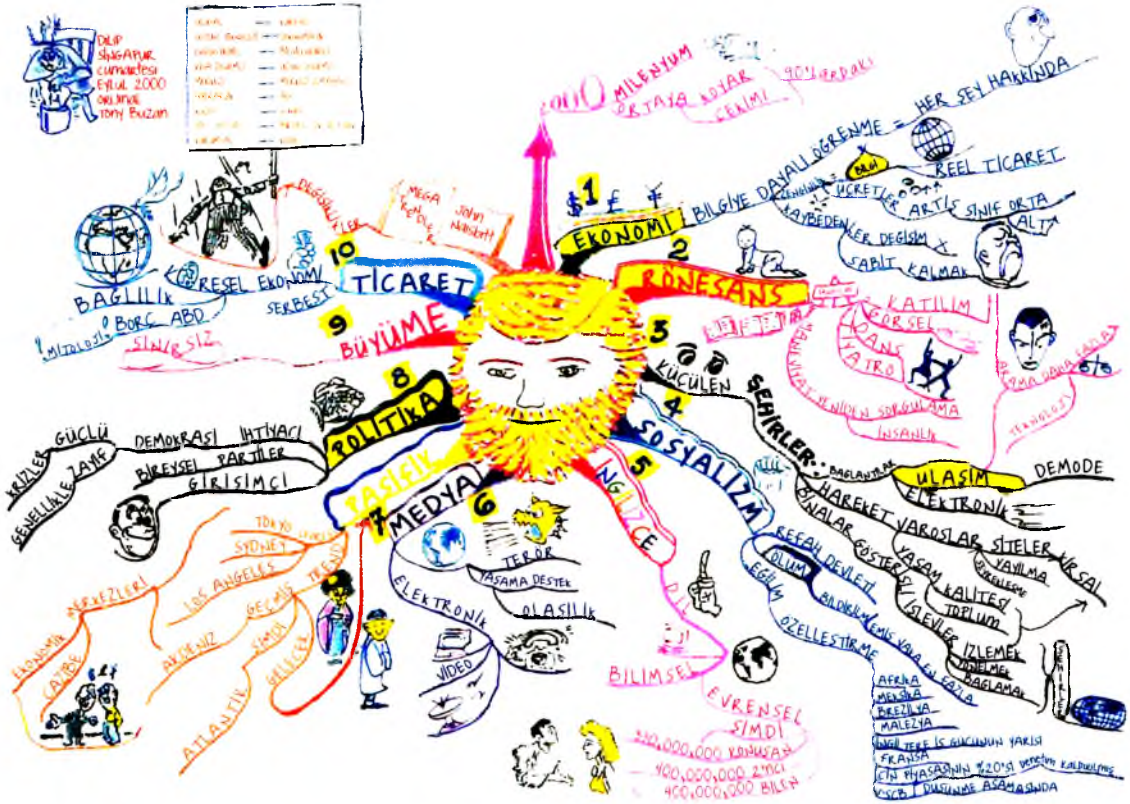
Trend 1: Ekonomi giderek bilgiye dayalı bir hale gelecek ve asıl nokta 'nasıl öğreneceğini öğrenmek' olacak. 'Arkada kalan'lar, sabit düşünceli insanlar olacak.

Trend 2: Dünya sanatta, edebiyatta ve dinde ikinci bir rönesans yaşayacak. Dünya çapında bu derslere katılım artacak. İnsanlar kendileri ile daha fazla ilişki kurup doğa ve teknoloji arasında bir denge kuracaklar.

Trend 3: Şehirler küçülecek, ticaretin merkezi haline gelecek. Elektronik ticaretin yaygınlaşması ile ulaşım gerekliliği azalacak, böylece malların ulaşımı için kamyonlara eskisi kadar ihtiyaç duyulmayacak. Ayrıca binalar 'akıllı' olacak bu yüzden işlerimizi halletmek için şehirlere gitmemiz gerekmeyecek.

Trend 4: Refah devleti formundaki sosyalizm ortadan kalkacak, kapitalizm ile demokrasi dünyanın ekonomik ve politik sistemleri haline gelecek.

Trend 5: İngilizce küresel bir dil olacak. İnsanların çoğu ikinci veya üçüncü bir dil olarak İngilizce'yi öğrenecek. Bilim ve teknoloji dilinin %80'i ve terimler İngilizce olacak.



Yazar John Naisbitt'in* Megatrendler 2000 *kitabı için Tony Buzan tarafından yapılan Zihin Haritası. Merkezdeki resimde Naisbitt vardır; kafasının üzerindeki ok onun gelecekle ilgili vizyonunu göstermektedir. On temel alana ayrılmış olan haritada Naisbitt'in öngördüğü değişim süreçleri belirtilmiştir.

Trend 6: İletişim giderek küresel ve elektronik bir hale gelecek, her türlü elektronik alet diğer aletlere bağlanabilir olacak. Dünya 'küresel bir beyin'e dönüşecek.

Trend 7: Pasifik –Avustralya da dahil olmak üzere Amerika'nın batı kıyısından Asya'nın doğu kıyısına kadar olan bölge– ekonomi, iş ve ticaretin merkezi haline gelecek.

Trend 8: Politika daha katılımcı olacak ve çok daha fazla insan 'sermaye' sahibi olacak. Bu sermaye yalnızca para değil medya ve iletişim 'sermaye'si olacak.

Trend 9: Büyüme sınırsız olacak çünkü ekonomi giderek daha çok bilgiye dayalı olacak. İnsan beyninin gelişimi de sınırsız olacak.

Trend 10: Ticaret sınırsız ve küresel olacak. Bu eğilimlerin etkisiyle dünya –üzerindeki güvercinin temsil ettiği üzere– daha barışçıl bir yer haline gelecek.

Şimdi kitabı kapayın ve hatırladıklarınızı bir Zihin Haritası taslağı yaparak kaydedin.

Yukarıda özetlenen kitap, tam 400 sayfalık bir kitaptır fakat şu anda onu okumanız ve hatırladıklarınızı haritanıza kaydetmeniz, üç dakikayı bulmadı. Bu haritayı artık kitabı hatırlamak için kullanabilirsiniz.

Kitabı okurken haritasını yapmak yazarla iletişim kurmak, kitap ilerledikçe biriken bilginizi yansıtmak gibidir. Ayrıca giderek büyüyen Zihin Haritanız, seviyenizi kontrol etmenize ve aldığınız bilgileri düzenlemenize yardımcı olur.

Kitabı okuduktan sonra haritasını yapmak da kitabın içeriğini ve bölümlerin birbiriyle olan ilişkisini kavrayıp sonra Zihin Haritası yapmaktır. Böyle bir Zihin Haritası çok daha kapsamlıdır ve yeniden gözden geçirmeyi gerektirmez.

Hangi yöntemi kullanırsanız kullanın, bir kitabın haritasını yapmanın iki yönlü bir süreç olduğunu unutmayın. Amacımız yazarın düşüncelerini alıp Zihin Haritası şeklinde yazmak değildir. Amaç, yazarın düşüncelerini, kendi bilginiz, anlayışınız, yorumlarınız ve amaçlarınız bağlamında ele almaktır. Bu nedenle haritanız, okurken zihninizde oluşan yorumları, düşünceleri ve yaratıcı öğeleri içermelidir. Renkli kalemler ve şifreler kullanmanız da düşüncelerinizi yazarın düşüncelerinden ayırt edebilmenizi sağlar.

İzleyeceğiniz yol, 13. Bölüm'de ifade edilmiştir fakat yine bir göz atalım.

1 Gözden geçirin.

2 Zamanı ve amaçları belirleyin.

3 Konu ile ilgili bildiklerinizi haritalayın.

4 Amaçları ve hedefleri belirleyin.

5 Merkezdeki resim ile ana dalları çizin.

6 Gözden geçirme esnasında kaçırdığınız noktaları ekleyin.

7 Temel konuları belirleyin ve haritaya ekleyin, sorunlara dokunmayın.

8 Öncesinde ele almadığınız konuları ve sorunları gözden geçirin, haritayı tamamlayın.

Dersler, sunumlar ve filmler

Zihin Haritaları 'canlı' bilgiyi kaydetmek için mükemmel araçlardır. Süreci doğrudan yansıtmanıza yardımcı olurlar. Bu tekniğin ayrıntıları için 13. Bölüm'e bakın.

Ana Zihin Haritası oluşturmak

Eğer uzun dönemli bir çalışmanın içindeyseniz konunun ana kısımlarını, temalarını, teorilerini, kişileri ve olayları içeren büyük bir Zihin Haritası yapmanız gerekir. Bir kitap okuduğunuz zaman veya bir dersi dinlediğiniz zaman kazandığınız şeyleri bu Zihin Haritası'na ekleyebilir, böylece gelişen bilgi birikiminizi yansıtmış olursunuz.

Deneyenler bunun şaşırtıcı ve memnuniyet verici bir deneyim olduğunu fark ederler. Zihin Haritası bir süre sonra, diğer konularda ve disiplinlerde de yavaş yavaş yer edinmeye başlar. Yani, psikoloji üzerine yapılan bir Ana Zihin Haritası'nın sınırları nörofizyoloji, matematik, felsefe, astronomi, coğrafya, meteoroloji ve çevrebilim gibi disiplinlere de değinmeye başlar.

Bu, bilgi birikiminizin paramparça olduğunu ve konudan çok uzaklaştığınız anlamına gelmez. Bilginizin derinleştiğini ve yoğunlaştığını, diğer bilgi alanları ile ilişkilenmeye başladığını gösterir. Bu, tarihin büyük düşünürlerince ortaya konan, tüm disiplinlerin birbiriyle ilişkili olduğu gerçeğine uyan aşamadır.

Zihin Haritası'nı gözden geçirmek

Zihin Haritalarınızı öğrendiklerinizi hatırlamak ve akılda tutmak için düzenli olarak gözden geçirmelisiniz. Zihin Haritanıza göz atmak yerine, ondan hatırladıklarınızla hızlı bir Zihin Haritası yapmanız daha iyi olacaktır. Bu size, yardıma ihtiyacınız olmadan da hatırlayabileceğinizi gösterecektir. Yaptığınız haritayı orijinaliyle kıyaslayıp hatırlayamadığınız noktaları ve tutarsızlıkları düzeltebilirsiniz.

Zihin Haritaları'nı kişisel yaşamınızda nasıl kullanacağınızı öğrendikten sonra, onları iş yaşamına nasıl aktaracağınızı öğrenmenin zamanı geldi. Önümüzdeki üç bölüm, Zihin Haritaları'nı kullanarak iş yaşamınızı nasıl daha verimli ve en azından daha eğlenceli ve faydalı bir hale getireceğinizi ele almaktadır.



Toplantılar

Zihin Haritaları'nı işyerlerinde ve toplantı salonlarında kullanmanın sayısız faydası vardır *(Mind Maps for Business* - İş Hayatı için Zihin Haritaları adlı kitabıma bakınız). Önümüzdeki üç bölüm, Zihin Haritaları'nın iş hayatının önemli alanlarını –toplantıları, sunumları ve yönetimsel konuları– nasıl daha baş edilebilir, eğlenceli ve verimli hale getirdiğine değinmektedir.

Neden toplantılarda Zihin Haritası kullanmalısınız?

Grup Zihin Haritaları, ortak yaratıcılık, hafıza, problem çözme ve analiz, karar alma gerektiren proje yönetimi, grup eğitimi ve takım çalışmalarında kullanılır.

Toplantılarda herkes hem katılımcı hem de grubun bir üyesi olmalıdır. Grup olarak Zihin Haritası oluşturma sürecinde, herkesin sürece eşit ve tutarlı katkısı sağlanır. Zihin Haritası bireylerin kendi zihinleri ile iletişim kurması, sonra da bunları grupla paylaşması için bir araçtır. Böylece, hem bireysel hem de kolektif bir grup ürünü oluşabilir.

Bu süreç grup üyeleri arasında kendiliğinden bir uzlaşı sağlar, takım ruhu oluşturur ve herkesi grubun amaç ve hedeflerine yöneltir. Ayrıca grup hafızasının yazılı bir çıktısını sunar, böylece toplantının sonunda herkes benzer bir fikre sahip olur.

Toplantıda bireysel Zihin Haritası

Toplantının konusunu merkeze, gündem başlıklarını da dallara yerleştirin. Toplantı ilerledikçe sunulan her türlü bilgiyi, ilgili olan yerlere ekleyin.

Her bir konuşmacı için küçük birer Zihin Haritası da yapabilirsiniz. Bu Zihin Haritaları'nı büyük bir sayfa üzerine yaparsanız, temalar ve konular arasındaki ilişkileri görme ve ifade etme şansınız olur.

Küçük (iki kişilik) toplantılar

İki kişilik bir toplantı esnasında Zihin Haritası yapmak için:

- Konuyu birlikte belirleyin.
- Bireysel olarak hızlı Zihin Haritaları yapın.
- Bir araya gelin ve fikir alış verişi yapın.
- Ortak Zihin Haritası oluşturun.
- Yeni fikirler üretebilmek için kısa bir ara verin.
- Tekrar bir araya gelin ve haritanızı düzenleyin.
- Analiz yapın ve kararlar alın.

Uzun dönemli projelerde (bu kitabın yazımı gibi) ortak harita yapmanın birçok avantajı vardır. Proje esnasında yapılan toplantılarda geçen konuşmaları düzenlemek, kaydetmek ve hareketlendirmek için Zihin Haritaları'nı kullanabilirsiniz. Ayrıca, Zihin Haritaları sürece düzenli bir şekilde dahil olmanızı sağlarlar.

Grup Zihin Haritaları

Grup Zihin Haritaları, grubun her üyesinin yaratıcılığını ortaya çıkarıp bir araya getirdiği için heyecan verici olasılıklar sunar. Bireyleri Zihin Haritası ile bir araya getirmenin avantajları, Sperry Laboratuvarı'ndan Michael Bloch tarafından şöyle ifade edilmiştir:

> *"Gündelik yaşamımızda kendimize özgü binlerce şey öğreniriz. Bu bireysellik sebebiyle yalnızca bize ait olan bir bilgi dağarcığımız ve bakış açımız vardır. Bu nedenle problem çözme süreçlerinde başkalarıyla bir araya gelmemiz gerekir. Bildiklerimizi Zihin Haritası'nda bir araya getirince çok daha fazla çağrışım yapma şansımız olur."*

Beyin fırtınası sonucu oluşan Zihin Haritası, grubun düşünme süreçlerinin yansıması ve grup hafızasının kaydıdır. Bu süreç boyunca kişiler enerjilerini

'grup beyni' oluşturmak için harcarlar. Zihin Haritası bu beynin oluşumunu yansıtır. Bir grup Zihin Haritası'nı büyük bir düşünürün Zihin Haritası'ndan ayırt etmek neredeyse imkânsızdır.

Grup Zihin Haritası oluşturmak için aşağıdaki yedi adımı ve 16. Bölüm'deki hazırlık ve uygulama aşamalarını yerine getirmeniz gerekir:

1 Konunun belirlenmesi

Konu açık ve net bir şekilde belirlenir; amaçlar konulur; grup üyeleri bilgilendirilir.

2 Bireysel beyin fırtınası

Grup üyeleri hızlı birer Zihin Haritası yapmak, onu düzeltmek, yeniden yapılandırmak ve de temel başlıkları belirlemek için en az birer saat harcamalıdır. (Bu aşama, 11. Bölüm'de anlatılan yaratıcı düşünme sürecinin 1. ve 2. aşamaları ile aynıdır.)

3 Küçük grup tartışması

Bu aşamada grup en az üç, en fazla beşe ayrılır. Her grupta üyeler fikir alış verişi yaparlar ve diğer üyelerin fikirlerini kendi Zihin Haritaları'na eklerler. Bu aşamaya da bir saat ayrılmalıdır.

Tamamen olumlu ve kabul edici bir yaklaşıma sahip olmak çok önemlidir. Üyelerden birinin sunduğu fikir ne olursa olsun diğer üyeler tarafından desteklenmeli ve kabul edilmelidir. Böylece fikri sunan beyin, bu çağrışım zincirini takip etmek için desteklenmiş olur. Bu zincirdeki bir sonraki halka, öncesinde zayıf, saçma ve ilgisiz gibi görünen bir fikri derin bir içgörüye dönüştürebilir.

4 İlk çoklu Zihin Haritası'nı yapmak

Küçük grup tartışmasını bitirdikten sonra grup, ilk çoklu Zihin Haritası'nı yapmaya hazırdır.

Temel yapıyı oluşturmak için büyük bir tahta ya da duvar boyutunda bir kâğıt kullanılır. Yazma işini tüm grup yapabilir, her küçük gruptan bir kişi ya da bir yazıcı seçilir. Duvara yansıtılan bir e-Zihin Haritası da kullanılabilir. Düşüncenin açıklığını, netliğini sağlamak için kullanılacak renklere ve şekillere karar verilir. Temel başlıklar da belirlendikten sonra tüm fikirler birleştirilir.

5 Kuluçka

Grubun konuşulanları kaydetmesi ve yeni şeyler üretebilmesi gerekir. Bu nedenle kısa bir mola verilir.

6 İkinci düzenleme ve düzeltme

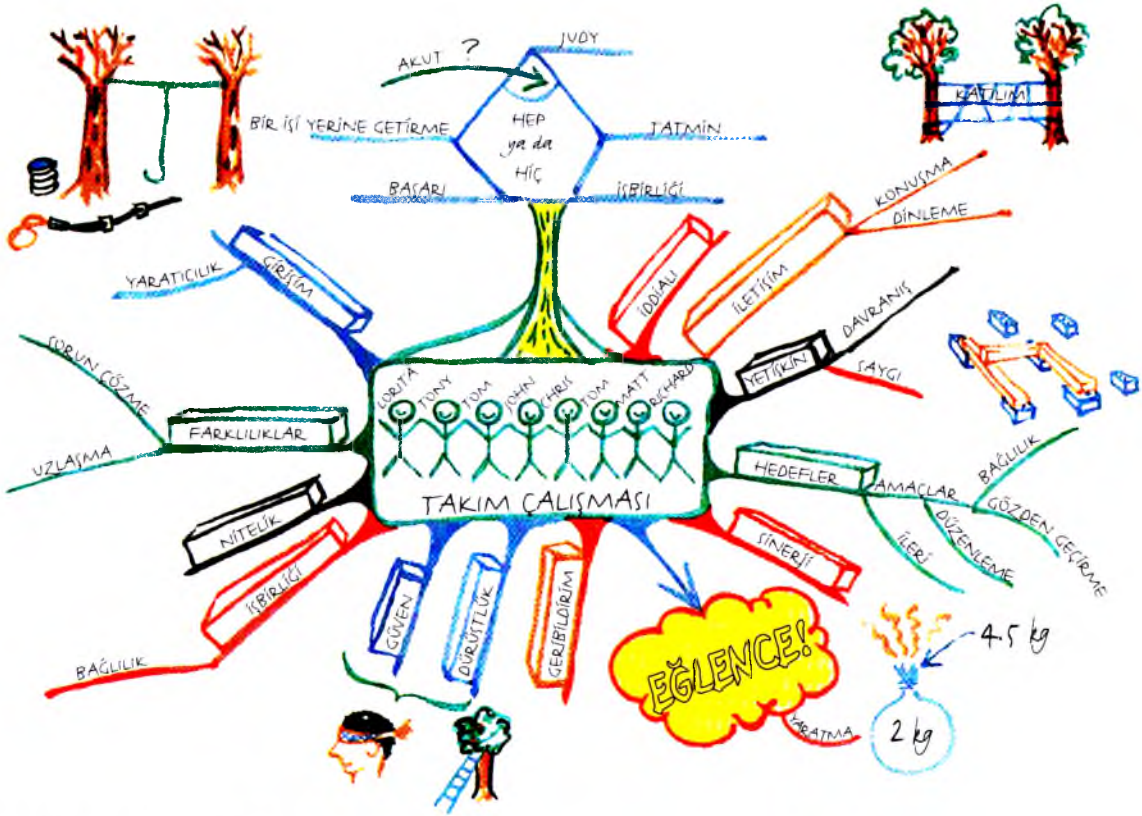
Kuluçka sonrasında grubun henüz gözden geçirilen ve bir araya getirilen düşüncelerden sonuç elde edebilmesi için 2., 3. ve 4. aşamaları tekrar etmesi gerekir. Yani grup üyeleri öncelikle bireysel, hızlı Zihin Haritaları yapar, sonra ana dalları, değişen fikirleri gösteren ortak Zihin Haritası'nı yapar, Zihin Haritası'nı küçük grupta değiştirir ve sonunda ikinci grup Zihin Haritası'nı yapar. Ortaya çıkan bu iki büyük Grup Zihin Haritası, son aşamaya hazırlık olsun diye karşılaştırılabilir.

7 Analiz ve karar verme

Bu aşamada, grup iki Zihin Haritası'nı da kullanarak kritik kararlar alır, hedefler koyar ve planlar yapar.

Yan sayfadaki Zihin Haritası, Grup Zihin Haritası'na güzel bir örnektir. Bu harita, takım çalışması oluşturmakla ilgili olup, sekiz kişilik bir yönetici ekibi tarafından oluşturulmuştur.

Grup zihin haritalama, tek bir kişinin gruba liderlik ettiği, gruptan gelen anahtar kelimeleri tahtaya yazdığı beyin fırtınası sürecinden oldukça farklıdır. Beyin fırtınası verimli bir yöntem değildir çünkü söylenen kelimeler grup üyelerinin dikkatini tek bir noktaya odaklar. Böyle olunca da beynin çağrışımsal doğası etkisiz hale gelir, her bir bireyin konu ile ilgili üretebileceği bir yığın şey kaybolur.



Dijital yöneticileri tarafından takım çalışmasının geliştirilmesi üzerine yapılan Zihin Haritası

Büyük toplantılar

Büyük toplantılarda, büyük bir tahta üzerine herkesin görebileceği büyüklükte bir Zihin Haritası yapılabilir ya da projeksiyondan yansıtılan bir e-Zihin Haritası kullanılabilir. Yazıcı olarak seçilen kişi, konuya dair yapılan her türlü katkıyı haritaya kaydeder. Böylece güzel ve parlak fikirlerin gözden kaçma ihtimali ortadan kalkar. Toplantıların geleneksel yöntemleri grup iletişiminin doğal akışını bozarken, Zihin Haritası beyin fırtınasını ve planlamayı bir araya getirerek toplantı yönetimine yeni bir yaklaşım getirir.

Zihin Haritası'nı toplantılarda kullanmanın en önemli faydası, toplantının gerçek içeriğini daha anlaşılır ve dengeli bir şekilde sunmasıdır. Araştırmalar, geleneksel toplantılarda tercih hakkının ilk sırada, son sırada, yüksek sesle veya belli bir aksanla konuşanlardan, çok kelime bilen veya otorite pozisyonunda olanlardan yana olduğunu göstermektedir. Zihin Haritası bu önyargıları ortadan kaldırır, herkese konuşma ve dinlenme hakkı veren objektif, bütünleşik bir yaklaşım sunar ve takım çalışmasını destekler.

Zihin Haritası ile toplantı yönetimi

Zihin Haritaları, toplantı yönetimini kolaylaştırır. Toplantı başkanı gündemi Zihin Haritası formunda hazırlar; bu genel çerçeveyi üzerine düşünceleri eklemek için, tartışmaları yönlendirmek için kullanır. Tüm bu taslak da toplantının sonunda bir rapor işlevi görür. Eylemler, fikirler, soru işaretleri ve önemli kısımlar renkli şifreler ile gösterilebilir. Toplantıyı böyle yöneten kişi, bir uzay aracını fikirler galaksisinde güvenli bir şekilde yol aldıran bir kaptan gibidir.

Toplantı başkanı, toplantının genel seyrini bozmamak ve tartışmanın her evresine katılmak için yanına birini oturtup haritayı ona da doldurtabilir.

Zihin Haritaları'nın iş yaşamına ne kadar uygun olduğunu gördükten sonra, önümüzdeki bölümde haritaların bir başka kullanım alanı olan sunumları inceleyeceğiz.



Sunumlar

Birebir, küçük veya büyük gruplarda veya video konferans aracılığıyla yapılan sunumlar, iş dünyasının önemli bir parçasıdır. Birçoğumuz topluluk önünde konuşmaktan örümceklerden, yılandan, afetlerden, savaştan, hatta ölümden korktuğumuzdan daha çok korkarız! Bu bölüm, Zihin Haritaları'nm etkili ve güzel sunumlar yapabilmenize, sunum korkunuzu aşmanıza nasıl yardımcı olacağını açıklamaktadır.

Neden sunumlarda Zihin Haritası kullanmalısınız?

Tek sayfalık bir Zihin Haritası, dinleyicinizle güçlü bir ilişki kurmanızı sağlar. Zihin Haritası kullandığınızda sunum esnasında sayfalarca notla uğraşmak ve nerede kaldığınızı düşünmek zorunda kalmazsınız. Hazırlanmış bir konuşma yapmaktansa, doğal konuşursunuz. Bu özgürlük, dinleyicinizin ilgisini çekecek şeylerin ortaya çıkmasını sağlar ve enerji seviyenizi üst sınırlarda tutar.

Washington DC.'de üç günlük bir tasarım konferansında sunum yapan konuşmacımızı ele alalım. Bu konferansta 2.300 yetkili vardı ve konuşmacımız 75 kişi arasından 72. idi. Hazırladığı konuşmayı kürsüden sunmak zorundaydı ve konuşması akşam yemeğinden hemen sonraki zaman dilimine yerleştirilmişti. Konuşmacımız deneyimli bir konuşmacı değildi ve 45 dakikalık sunumunun sonuna yaklaştığında dinleyicilerin çoğu uyukluyordu. Hepsi konuşmanın sonundaki çığlık ile uyandılar: "Aman Tanrım! Son sayfa kayıp!" Son sayfa gerçekten ortadan kaybolmuştu. Bu dehşet anında, konuşmacımızın son sayfanın ne hakkında olduğuna dair en ufak bir fikri yoktu!

İkinci konuşmacı, bahriyede sunum yapan bir amiraldi. Bahriyelilere bir sunum yapması istenmişti, çok vakti yoktu ve yardımcısından kendisi için bir saatlik bir konuşma hazırlamasını istemişti. Sunumuna başladı fakat yaklaşık bir saat sonra aynı sayfalara devam ettiğini fark ettiğinde bir şeylerin yanlış gidiyor olduğundan şüphelenmeye başladı.

Sonunda gerçek ortaya çıktı: aynı konuşma kendisine iki kopya halinde verilmişti. Asıl hata kopyaların sayfa 1, sayfa 1, sayfa 2, sayfa 2 şeklinde verilmiş olmasıydı. Konuşmacımız üst düzey bir yetkili olduğundan, kimse bu tekrarın biraz ileri gittiğini dile getirememişti. Oysa ki bir Zihin Haritası onu bu utançtan kurtarabilirdi.

Sunum planlarken Zihin Haritası kullanmak

Çoğu sunum yeterince etkili değildir çünkü öncesinde iyi bir hazırlık yapılmamıştır. Kulağa basit gelebilir fakat çoğumuz bu önemli aşama için yeterince vakit ayırmayız.

Sunumda dinleyicinize bir şeyler sunarsınız. Bunu yapmadan önce dinleyicinizin kim olduğunu, dinleyiciye ne anlatmak istediğinizi ve bunu etkili bir şekilde nasıl yapacağınızı bilmeniz gerekir. Daha da önemlisi, hazırlanmak için yeterince zaman ayırdığınızda kendinize daha çok güvenir, konuşmaya daha hazır olursunuz.

Zihin Haritası kullanarak sunumunuzu planlarken:

1. Merkeze sunumunuzu ifade eden bir resim çizin.
2. Seçtiğiniz konu ile ilgili aklınıza gelenlerle hızlı bir Zihin Haritası yapın.
3. Yaptığınız Zihin Haritası'na bakın, ana dalları ve alt dalları düzenleyin, aklınıza gelen diğer anahtar kelimeleri ekleyin. Her bir anahtar kelime, sunumunuzun bir dakikasını alacağından, bir saatlik bir konuşma için Zihin Haritanızı 50 anahtar kelime veya resimle sınırlandırmanız iyi olacaktır.
4. Zihin Haritanıza yeniden bakın ve konu ile ilgisi olmayan tüm parçaları çıkarın. Bu aşamada, slaytları, videoları, bağlantıları veya örnekleri nereye koymak istediğinizi gösteren şifreler de koyun.
5. Ana dallarınızı hangi sırayla sunmak istediğinizi düşünün, her birini ona göre numaralandırın.
6. Son olarak, her bir dala ayıracağınız zamanı belirleyin ve devam edin!

Özgürlük ve esneklik

Sunumunuzu planlarken, oluşturduğunuz Zihin Haritası'nı kullanın. Zihin Haritaları görsel yapılar oldukları için akılda tutulmaları zor olmaz. Haritanızı sunumunuzun başında dinleyiciye gösterebilirsiniz. İlerleyen aşamalarda da nerede olduğunuzu belirtmek için haritaya dönüş yapabilirsiniz. Haritanız görselliği ile buna çok uygundur. Ayrıca dinleyicinin ilgisini uyanık tutmak ve düşüncenin ilerleyişini takip etmelerini sağlamak için de küçük bir Zihin Haritası yapabilir, onu 'küçük bir fikir haritası' olarak tanıtabilirsiniz.

Zihin Haritanızı sunumunuz devam ederken düzenleyebilirsiniz bu yüzden kalemlerinizi yakınınızda bulundurun. Bu, özellikle dinleyici sunumdan önce veya sunum esnasında bir soru sorduğunda, sorunuzu haritanıza ekleyebilmeniz, böylelikle haritanızı dinleyiciye özel hale getirebilmeniz için önemlidir. Ayrıca sunumunuz için ayrılan zamanı aşarsanız veya sunumu erkenden bitirecek olursanız, sunum planınızda anlık değişiklikler yapabilirsiniz.

Zihin Haritası'nın esnekliği sunumu takip etmenize, duruma göre hızlandırmanıza veya genişletmenize olanak tanır. Zamanlamanın iyi yapıldığı sunumlar hem etkileyicidir hem de diğer konuşmacılara ve dinleyicilere olan nezaketinizin göstergesidir.

Başka konuşmacılarla birlikte sunum yapıyorsanız, gidişata göre sunuma eklemeler yapabilir, sunumdan gereksiz tekrarları silebilir, uzlaşılan noktaları vurgulayabilirsiniz. Ayrıca sizden önceki sunucu yanlış bilgiler verdiyse ya da mantıksız yorumlarda bulunduysa bunları haritanıza dahil edebilir, sıra size geldiğinde tartışma konusu olarak gündeme getirebilirsiniz.

Bir Zihin Haritası sunumu örneği

Zihin Haritası'nın sunumlar için çok faydalı olduğu, nöro-psikolog ve yazar Michael J. Gelb'in Zihin Haritası yaklaşımına dayanan kitabı *Present Yourself* (Kendini Sun) ile kanıtlandı.

159. sayfadaki Zihin Haritası da Michael J. Gelb'in Tony Buzan'ın önsözü ile yayınlanan 114 sayfalık kitabından bir görüntüdür. Bu harita, Dünya Zihin Haritalama Şampiyonu Phil Chambers tarafından yapılmıştır ve Zihin Haritası formunda nasıl etkili sunumlar yapılabileceğini göstermektedir.

160. sayfada üstteki harita da Genç Başkanlar Fakültesi'nin Dekanı Tony Buzan tarafından (yurtdışında QE2 hakkında ders veren) profesörler ve ileri gelen kişilerden oluşan uluslararası bir grup için karşılama konuşması olarak hazırlanmıştır.

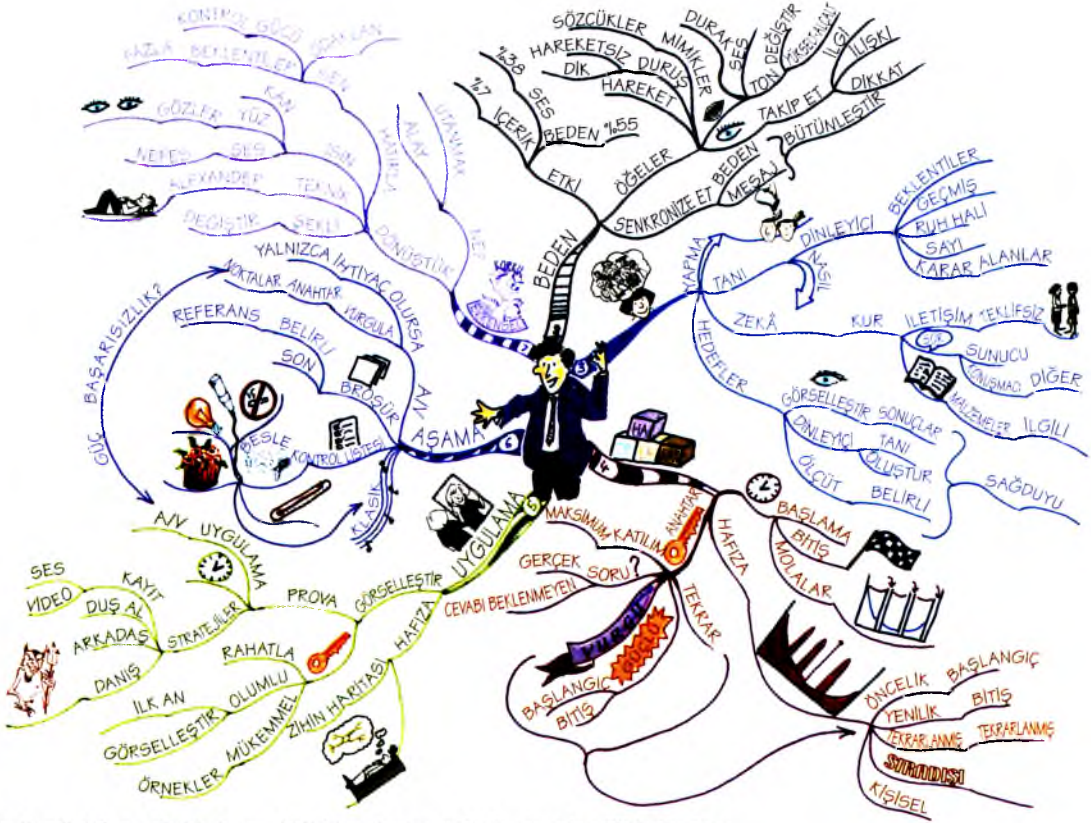
Bu Zihin Haritası, hem açılış konuşması hem de katılımı gözden geçirmek için kullanılmıştır.

Üçüncü Zihin Haritası, OBE, Satranç Üstadı, *The Times* ve *Spectator*'ın satranç muhabiri, tarihinin en verimli satranç yazarı ve düşünürü Raymond Keene tarafından, İspanyol televizyonunda verilen İspanyolca dersleri için hazırlanmıştır *(Television España*'daki *En Jaque* adlı program için). Harita, 16. yüzyılın büyük satranç oyuncusu, yazarı Ruy Lopez ve onun döneminin entelektüel, politik etkileri üzerinedir. Keene, Zihin Haritası'nın işlevleri hakkında şunları söylemiştir:

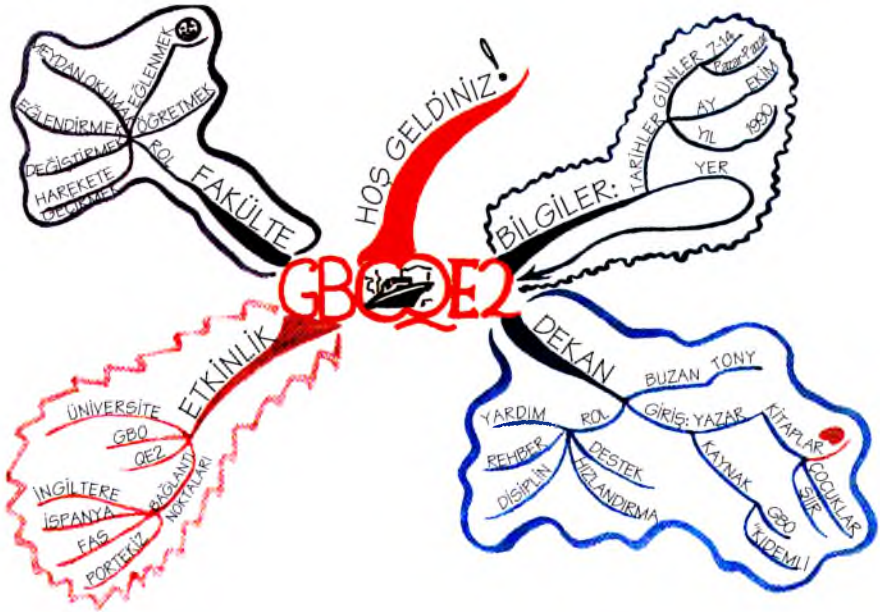
> *"Konuşma veya makale hazırlarken Zihin Haritası'nın etkisi çift taraflıdır: yazar çağrışımlar ile yeni ve cesur fikirlere doğru harekete geçer; anahtar kelimeler ve resimler ise, konuşma ve yazma esnasında oluşan laf kalabalığında önemli noktaların gözden kaçmasını engeller.*
> *Zihin Haritası bu anlamda çok faydalıdır. Zihin Haritası ile, dinleyiciyi hiç sayfa çevirmeden yapı ve anahtar noktalar hakkında önceden bilgilendirmek mümkündür. Çünkü Zihin Haritası'nda yalnızca bir sayfa üzerinde çalışırsınız, planladığınız şeyleri dinleyiciye kendinizden emin bir şekilde söylersiniz, sonrasında da hedefinize ulaştığınızı göstermek için özetleme yaparsınız. Doğrusal notlarda ise tehlike, sürecin notlar nerede bitiyorsa orada, aslında rastgele ve anlamdan çok kronoloji ile belirlenen bir yerde durmasıdır. Öğretmenin konusuna tamamıyla hâkim olduğunu varsayarsak, anahtar kelimeler anlamlı bir içerikten çok tarihler tarafından belirlenen gerçeklerin (örneğin, ders konunun başında başlar, sonunda biter) kuru bir şekilde sunulmasına engel olup, doğaçlama fikirler ve motivasyon için katalizör görevi yaparlar. Eğer öğretmen konuya hâkim değilse, doğrusal notlar durumu daha da kötüye götürür. Zihin Haritası, bir makale yazarken veya bir ders verirken, süreci yöneten bir direksiyon gibidir."*

Bu metin, Keene'nin *The Times* için yazdığı makalenin bir parçasıdır ve İspanyol televizyonundaki sunumu için kullandığı Zihin Haritası'na dayanmaktadır.

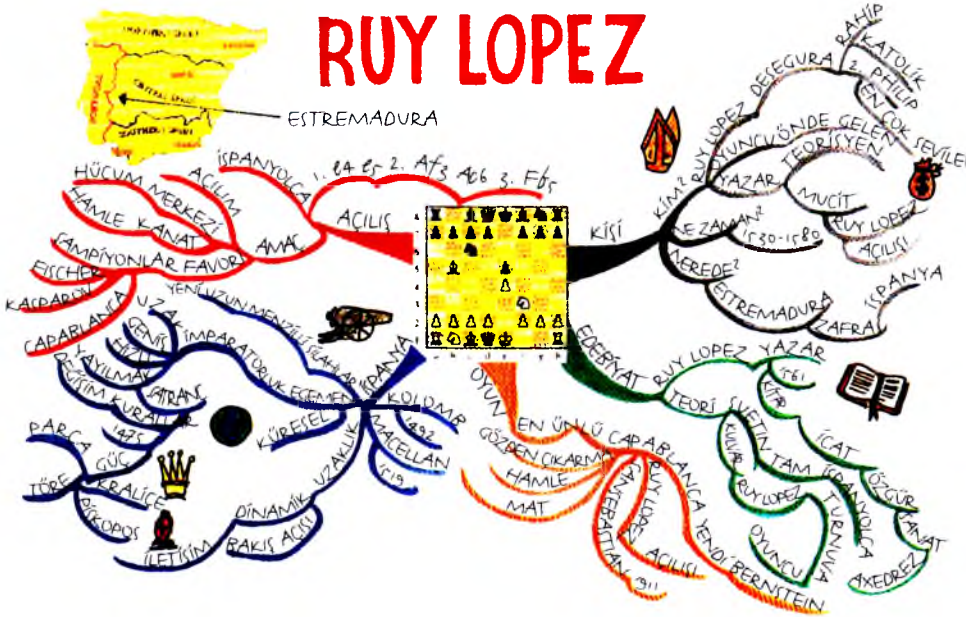
Zihin Haritaları'nın sunumlar ve toplantılar için nasıl kullanıldığını inceledikten sonra bir sonraki bölümde Zihin Haritası'nın yönetimde iletişimi geliştirmek ve verimi arttırmak için nasıl kullanıldığını ele alacağız.



Michael Gelb'in* Kendini Sun *adlı kitabının, Phil Chambers tarafından yapılan Zihin Haritası



Tony Buzan'm karşılama konuşması için yaptığı Zihin Haritası



Raymond Keene'in İspanyol televizyonunda verdiği derse hazırlanırken yaptığı Zihin Haritası



Yönetim

Zihin Haritaları hem bütün resmi hem bireysel parçaları sunduğu için yöneticiler için mükemmel araçlardır. Bu bölümde Zihin Haritaları'nın yöneticilere takım performansını arttırmada, strateji uygulamada, iletişimde ve planlamada nasıl yardımcı olduğunu ele alacağız. Ayrıca bunları gösteren olgu çalışmaları da sunacağız.

Neden yönetimde Zihin Haritaları kullanmalısınız?

Yönetimdeki en büyük sorunlar, anlaşılır olmama, kontrol eksikliği ve zayıf iletişimdir. Zihin Haritaları hem bütün resmi hem de küçük ayrıntıları sunarak bunların üstesinden gelirler, tüm noktaları ortaya çıkarırlar. İşbirliğine ortam yaratırlar, grup bağlarını kuvvetlendirirler. Zihin Haritaları, rahatlıkla erişilebilir kaynaklardır, notlar ve grafikler gibi göz korkutucu değillerdir. Doğaları gereği insanların ilgisini çekerler, onları sürecin bir parçası yaparlar.

Ekip çalışmasını geliştirmek için Zihin Haritaları'nın kullanımı

Birçok şirkette ekiplerin ve bölümlerin birbirlerinin ne iş yaptığını bilmemesi şaşırtıcıdır. Bu, bireysel olarak meslek tanımını bilmemekten veya bölümün görevini bilmemekten ileri geliyor olabilir. Peki bir yönetici, çalışanlarının birbirlerinin becerileri ile, sahip oldukları ile ilgilenmesini, kısacası ekip çalışmasını nasıl sağlayabilir?

Aşağıdaki Zihin Haritası alıştırması, grup dinamiklerini geliştirmek için iyi bir yöntemdir.

Alıştırma

1. Ekibi yaklaşık dört kişiden oluşan gruplara ayırın.
2. Hazırlayacağınız Zihin Haritası için merkeze bir resim çizin.
3. Resim çizildikten sonra ekiple ilgili bildiklerinize dair birer hızlı Zihin Haritası yapın.
4. Bir araya gelin ve temel başlıkları belirleyin. Bu başlıklar, ekipteki roller, hedefler ve sonuçlar ile ilgili olabilir.
5. Mola verin ve ekiple ilgili, ekibin diğer üyelerinden veya ana dallardan öğrendiklerinizi bütünleştirecek hızlı birer Zihin Haritası daha yapın.
6. Şimdi, alt dalları, gereken yerlere de şifreleri ekleyin.
7. Zihin Haritanızı bitirince, diğer alt gruplarla bir araya gelin ve birlikte çalıştığınız insanlarla ilgili bilmediklerinizi öğrenin.
8. Tartışma devam ederken her bir Zihin Haritası'nı gözden geçirin ve düzeltmeler yapın. Bu tartışmalar sonrasında yeni bir Zihin Haritası oluşabilir fakat ilk haritayı 'öncesi' ve 'sonrası' kıyaslaması yapabilmek için saklayın.

GQ Japan'ın *(2006)* Kasım sayısında Masanori Kanda, Japonya'nın en büyük pazarlamacısı ve en güçlü girişimcilerinden biri olarak kabul edilmiştir. Kanda, şirketi Almacreations'da takım sinerjisini oluşturmak için buna benzer bir alıştırma yaptırmıştır.

Almacreations'ın sekiz ayrı bölümü büyük bir kâğıda şirketin bölümlerini gösteren birer küçük Zihin Haritası yapmıştır. Her bir grup, 6-8 kişiden oluşmuştur. Zihin Haritaları çizildikten sonra gruplar birbirlerinin haritalarını gözden geçirmişlerdir. Bunu yaparken, aynı zamanda şirketin bütünleşmesi için çözümler de üretmişlerdir.

Örneğin pazarlama bölümü yaratıcı çözümler ve fikirler üretebilmek için sistem geliştirme birimi ile bilgi alış verişi yapmıştır. Bu alıştırma ile her bir bölümün kurulma gerekçesi ortaya çıkmış, gereken yerlerde düzenlemeler yapmak için çözümler bulunmuştur.

Konuya Zihin Haritası ile açıklık getirmek

Zihin Haritaları görselliklerinden ve etki bıraktıklarından ötürü, konunun önemini hızlı ve açık bir şekilde vurgulamak isteyen yöneticiler için ideal bir araçtır. Aşağıdaki örnekler bunun nasıl mümkün olduğunu gösterecek ve ekibinizle daha etkili iletişim kurabilmeniz için size ilham verecektir.

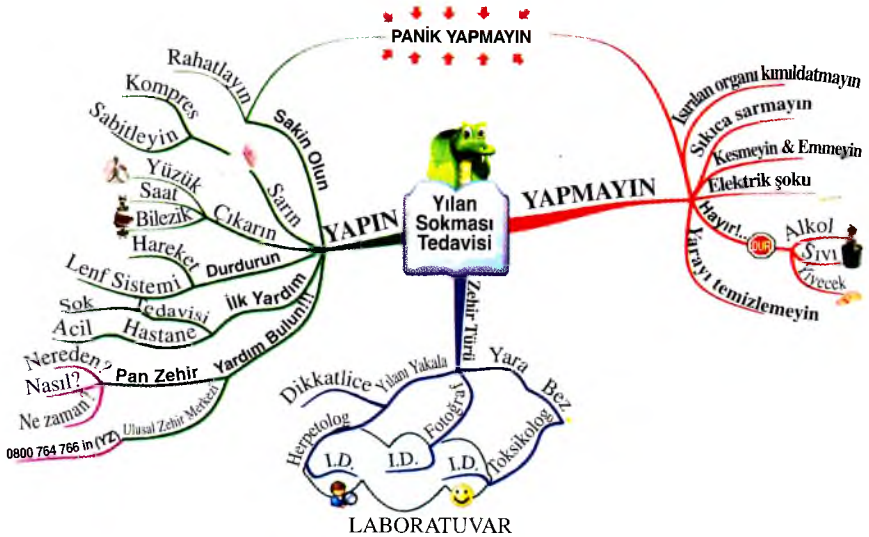
Yılan sokması tedavisi

Yeni Zelanda'da, hayvanat bahçelerinde bile canlı yılan bulunmamaktadır. Yılanların çoğalıp kuşların soyunu tehdit etme riskine karşı, canlı yılanların Yeni Zelanda'ya girişi yasaklanmıştır. Ayrıca yılanlar parazit veya hastalık taşıyabilir, insanlara, dinozorlarla son bağımız olan ve nesli tükenmekte olan tuatara gibi sürüngenlere zarar verebilirler. Bazı yılanlar çok zehirlidir ve hem insanlar hem de küçük canlılar için risk oluştururlar.

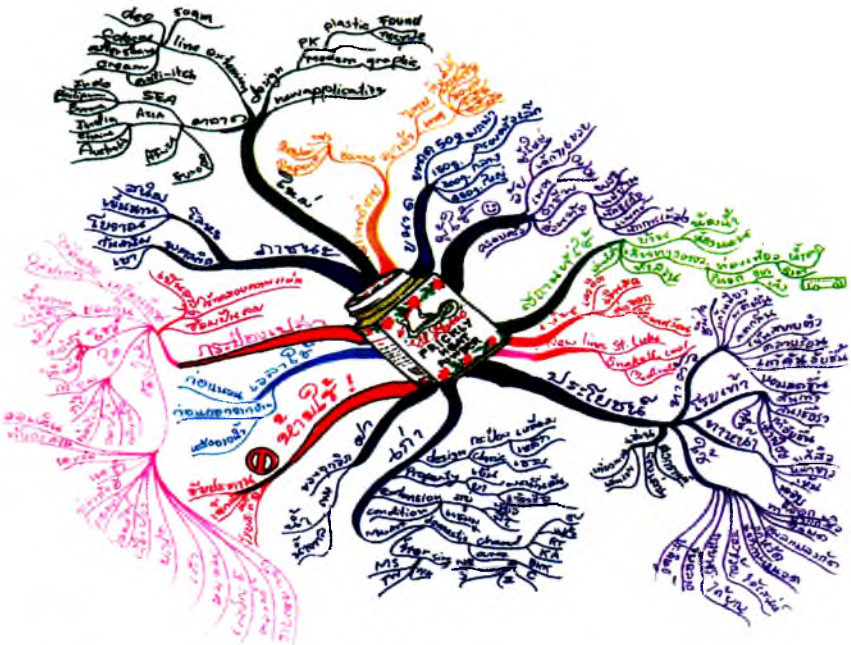
164. sayfanın üst kısmındaki Zihin Haritası, Yeni Zelanda Tarım ve Orman Biyogüvenliği Bakanlığı ve Doğal Hayatı Koruma Birimi tarafından yılan sokması karşısında ne yapacağını ya da doğru yöntemleri bilmeyen insanları bilgilendirmek için hazırlanmıştır. Yanlış eylemler öldürücü olabilir. Bandajlama tekniği önemlidir (bandaj çıkarılmamalıdır); doğru bandajlama öğrenilmeli ve uygulanmalıdır. Bunların önemi sınırda çalışan, ülkeye giren malları ve insanları denetleyen yetkililerce bilinmelidir.

İsilik

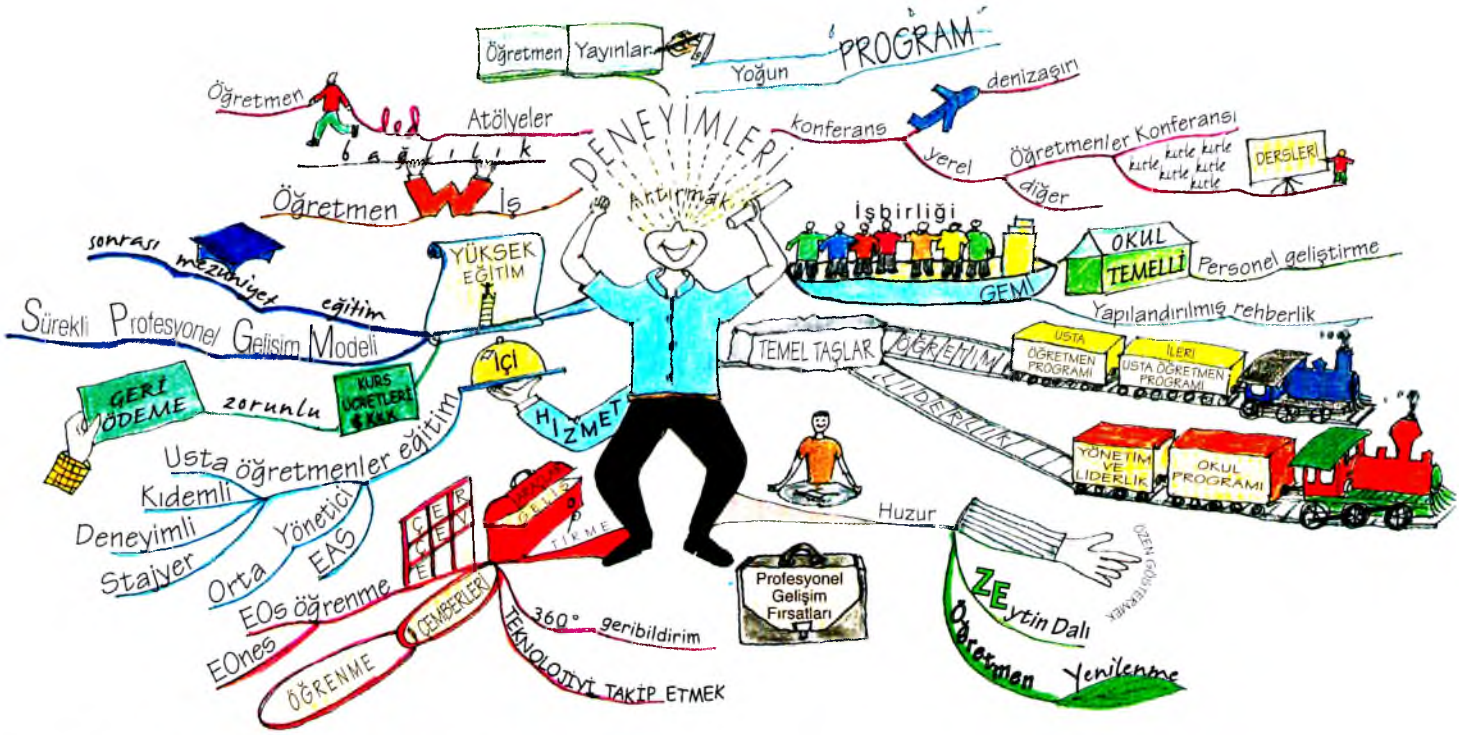
İngiltere Sağlık Merkezi'nin üst düzey yöneticileri bir Zihin Haritası atölyesine katıldılar. En fazla tanınan ürünleri Snake Marka İsilik Pudrası ile ilgili bir Zihin Haritası yapmaya karar verdiler. Yaptıkları harita (164. sayfada, altta) ürünün tüm kullanım alanlarına açıklık getirmiş, bir reklam ajansına gönderilerek o yıl başlatılan 'İsilik ile Baş Etmenin 108 Yolu' adlı reklam kampanyasının altında yatan yaratıcı fikir olmuştur.



Zihin Haritası kurallarını ihlal eden bir Zihin Haritası taslağı (ihlalleri fark edebiliyor musunuz?) Buna rağmen yılan sokması durumunda yapılması ve yapılmaması gerekenleri etkili bir biçimde yansıtmaktadır.



İngiltere Sağlık Merkezi yöneticilerinin "İsilik" haritası



Singapur Milli Eğitim Bakanlığı'nın 28.000 öğretmene dağıttığı Zihin Haritası

Birkaç kişiyi ya da büyük ekipleri, organizasyonları yönetiyorsanız Zihin Haritası, ekip çalışmasını, iletişimi ve stratejiyi güçlendirmek için size çeşitli yollar sunar. Bu bölümün, yöntemleri iş hayatınızda uygulamanız için size ilham vermiş olduğunu umuyor, bu konuyu daha ayrıntılı incelemek istiyorsanız da *İş Hayatı için Zihin Haritaları* kitabını okumanızı öneriyoruz.

Şimdi son kısmımızda, Zihin Haritaları'nın geleceğini ele alalım.

E-Zihin Haritası kavramı ve uygulaması projeler, toplantılar, işler, süreçler ve büyük programlar üzerine **düşünüp** onları **yönettiğimde** önem kazandı. E-Zihin Haritası'nın **verimliliğimi** arttırdığının, **yenilikçi düşünme becerimi** geliştirdiğinin farkındayım ve **'Buzan'a şans verin,'** diyorum. Zihin Haritası'nın yapısı, uyumu, renkli ve canlı dalları **proje planı** ile birleşince çok işime yarıyor.

Henning Dräger, Friends of the Earth, Yönetici Asistanı

5. Kısım

Zihin Haritaları ve gelecek



Bu son kısımda, Zihin Haritaları'nın teknoloji ile nasıl bütünleştiğini ele alacağız. Elektronik Zihin Haritaları'nın nasıl oluşturulduğunu artı ve eksileri ile birlikte göreceğiz. Bu kısım da Zihin Haritası'nın ve beynin geleceği ile sona erecek.



Bilgisayarlı Zihin Haritaları

Bu bölümde, Bilgisayarlı Zihin Haritaları'nın kullanımını, artı ve eksileriyle birlikte göreceksiniz. Ayrıca yasal Buzan Zihin Haritası yazılımı ile yapılmış birçok örnekle de karşılaşacaksınız.

Bu bölümü okurken www.imindmap.com sitesinden bedava e-Zihin Haritası deneme sürümünü indirip kullanabilirsiniz.

Neden bilgisayarlı Zihin Haritası kullanmalısınız?

"Ben doğrusal notlarla başı dertte olan insanlardanım, bu yüzden yıllarca el yapımı Zihin Haritaları kullandım. Zihin Haritası'nın elektronik versiyonu ise düşüncelerimi zamanla geliştirmemi sağladı. Şimdilerde karalamalar yerine yeni bir program kullanıyorum."

RACHEL GOODE, Oxford University Press, Halkla İlişkiler Müdürü

Bilginin ve hızının giderek artmasıyla, beyin dostu teknolojiler ile araçlar kullanmaya olan gereksinim de o ölçüde artmıştır. Zihin Haritalama yazılımı da bu hızlı 'bilgi çağı'nda, kullanıcının bilgiyi yönetebilmesine yarayan heyecan verici deneyimler sunar.

Bilgisayarlı zihin haritalama, elimizdeki onlarca bilgiye açıklık kazandırmada önemli bir rol oynar. Kişisel yaşamımızda ve iş hayatında, tüm

potansiyelimizi kullanarak düşünceleri ve bilgiyi bir araya getirmemize, özümsememize ve bütünleştirmemize yardımcı olur.

Bilgisayarlı Zihin Haritası oluşturmak

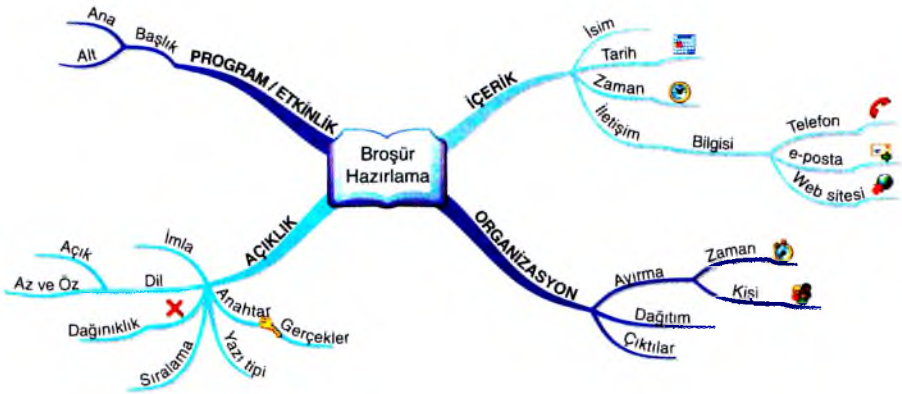
Bilgisayarlar giderek insan beyninin canlı ve bileşik yapısına erişmektedirler. E-Zihin Haritaları da el yapımı Zihin Haritaları'nın sunduğu görsel çeşitliliği, akıcılığı ve değişkenliği sunmaktadır. Fare, tablet PC veya akıllı tahta kullanarak Zihin Haritanızı oluşturabilirsiniz. Çizdiğiniz taslakları da haritanıza ekleyebilirsiniz.

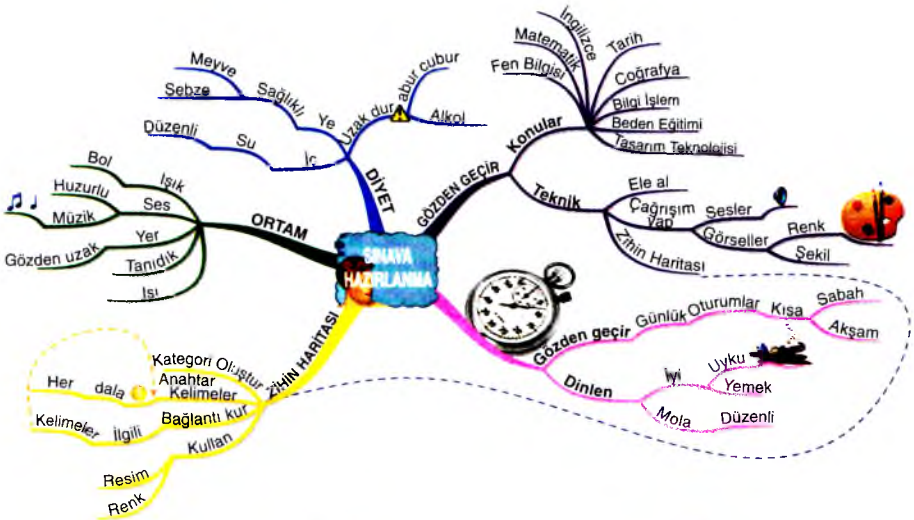
Yazılım, zihinsel süreçlerinizi ve yaratıcılığınızı harekete geçirerek bir dizi özellik sunar. Birçok web tabanlı uygulama veya yazılım:

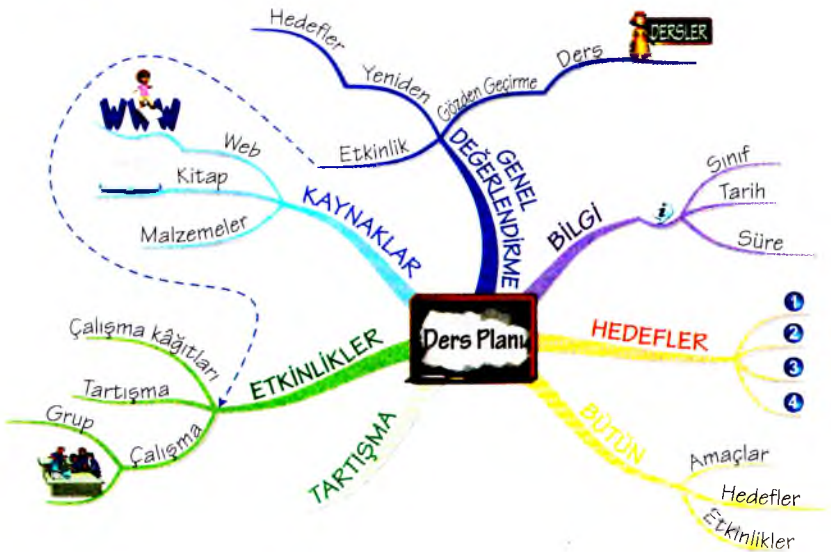
- Otomatik olarak düzenli ve renkli Zihin Haritaları oluşturur.
- Zihin Haritalarınızı istediğiniz gibi düzenler ve geliştirir.
- Bir dizi araç kullanarak verinizi analiz eder ve yönetir.
- Zihin Haritalarınızı paylaşıma sunar (örn. Outlook ile).
- Zihin Haritalarınızı farklı iletişim ve rapor formatlarına dönüştürür.
- Projeleri baştan sona organize eder, uygular ve takip eder.
- Farklı bilgi kaynakları ile bağlantı kurarlar.

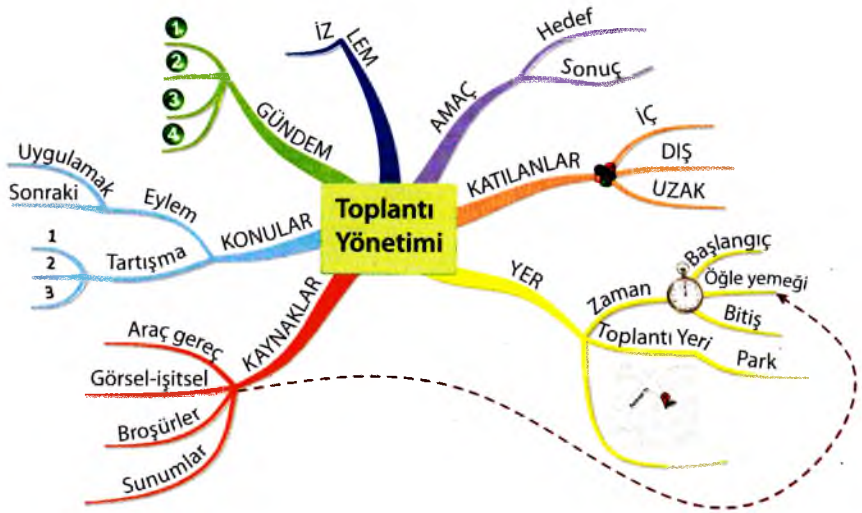
Bilgisayarlı ve geleneksel Zihin Haritaları

Zihin Haritaları, fikir oluşturma, problem çözme, karar alma, öğrenme veya organize etme eylemlerinin olduğu her durumda kullanılır. El yapımı Zihin Haritaları'ndaki fiziksel eylem, yaratıcılığın bilgisayar tabanlı haritalardan daha fazla olmasını sağlar. Bunun yanında bilgisayarlı Zihin Haritaları da kişiye hız kazandırarak ve esneklik sağlayarak yaratıcılığın farklı bir boyutunu sunarlar. Sonuç olarak el yapımı haritalar da bilgisayarlı haritalar da kişisel, eğitimsel ve profesyonel verimliliğinizi arttırır.


Broşür Hazırlama
PROGRAM / ETKİNLİK
Ana
Alt
Başlık
İÇERİK
İsim
Tarih
Zaman
İletişim Bilgisi
Telefon
e-posta
Web sitesi
ORGANİZASYON
Ayırma
Zaman
Kişi
Dağıtım
Çıktılar
AÇIKLIK
İmla
Açık
Az ve Öz
Dil
Anahtar
Gerçekler
Dağınıklık
Sıralama
Yazı tipi


SINAVA HAZIRLANMA
ORTAM
Bol
Işık
Huzurlu
Ses
Müzik
Yer
Gözden uzak
Tanıdık
Isı
DİYET
Meyve
Sebze
Sağlıklı Ye
Uzak dur
abur cubur
Alkol
Düzenli
Su
İç
GÖZDEN GEÇİR
Konular
İngilizce
Matematik
Tarih
Fen Bilgisi
Coğrafya
Bilgi İşlem
Beden Eğitimi
Tasarım Teknolojisi
Teknik
Ele al
Çağrışım Yap
Sesler
Görseller
Renk
Şekil
Zihin Haritası
Gözden geçir
Günlük Oturumlar
Kısa
Sabah
Akşam
Dinlen
Uyku
Yemek
Mola
Düzenli
ZİHİN HARİTASI
Kategori Oluştur
Anahtar Kelimeler
Her dala
Kelimeler İlgili
Bağlantı kur
Kullan
Resim
Renk


Ders Planı
GENEL DEĞERLENDİRME
Hedefler
Yeniden Gözden Geçirme
Ders
DERSLER
KAYNAKLAR
Web
Kitap
Malzemeler
BİLGİ
Sınıf
Tarih
Süre
ETKİNLİKLER
Çalışma kâğıtları
Tartışma
Grup Çalışma
HEDEFLER
1
2
3
4
TARTIŞMA
BÜTÜN
Amaçlar
Hedefler
Etkinlikler



Bilgisayarlı Zihin Haritaları'nın faydaları

Bilgisayarlı Zihin Haritaları, kullanıcıya geleneksel yöntemlerden daha fazlasını sunarak el yapımı haritalara kıyasla daha çok işlevsel avantaj sunar. Bu nedenle bilgisayarlı haritaların kullanımı daha yaygındır.

1 Otomatik harita oluşturmak ve geliştirmek

Modern yazılımları kullanarak e-Zihin Haritası oluşturmak çok kolaydır. Bilgisayarda, el yapımı haritalarda olduğu gibi yer kısıtlaması yoktur.

Merkezi resim

Yazılım, sizi merkezi resmi veya başlığı belirlemeye yönlendirir, girdiğiniz veriyi ekranınızın ortasına yerleştirir.

Dallar

Haritanızın dallarını fareniz aracılığıyla çizer, veri girişi yaparsınız. Başka bir seçenek olarak da sadece klavyenizi kullanarak 'Hızlı Zihin Haritalama' yapabilirsiniz. Dallara yazacağınız konuları sıralayıp 'Return'e basarsanız, yazılım haritanız oluşur. Siz sadece düşünür, yazar ve 'Return'e basarsınız, haritanız gözlerinizin önünde kendiliğinden dallanır! Klavyenizdeki yön tuşlarını kullanarak da dallar arasında gezinebilirsiniz.



iPhone'da Zihin Haritası: Mobil teknoloji, kullanıcıların istedikleri her yerde ve her zaman Zihin Haritası yapmalarına olanak tanır, böylece fikirler hiçbir zaman kaybolmaz veya unutulmaz.

Tasarım, renkler ve yazı tipi

Yazılımın otomatik özellikleri sayesinde haritanızın tasarımını, metninizin rengini ve yazı tipini kişiselleştirebilirsiniz.

Resimler, vurgular ve ilişkiler

Haritanızı şekillerle, vurgularla ve oklarla zenginleştirebilirsiniz. Resim olarak yalnızca çizebildiklerinizle sınırlı değilsiniz, yazılımın sunduğu clipart seçenekleri, üç boyutlu animasyonları, fotoğrafları, ses ve görüntü dosyalarını kullanabilir ya da internetten faydalanabilirsiniz. Vurgulanması gereken noktaları farklı vurgu seçenekleri kullanarak renklendirebilirsiniz. Böylece haritanızı daha hatırlanabilir, ilginç ve yaratıcı bir hale getirirsiniz. Bilgisayarlı Zihin Haritası yapmanın bir diğer yolu da 'dijital mürekkep' yani tablet PC veya akıllı tahta kullanmaktır. Bu cihazlarda haritanızı dijital kalem kullanarak dokunmatik ekrana doğrudan çizebilirsiniz.

4 Çaba sarf etmeden düzenleme ve düzeltme yapmak

Zihin Haritanızı oluşturduktan sonra onu kolayca değiştirebilir, yeni fikirlerinizle şekillendirebilirsiniz. Zihin Haritası yazılımı, fikirlerinizi ve bilgilerinizi diğer uygulamalarda söz konusu olamayacak bir esneklik ve özgürlükle kullanmanızı sağlar.

Ekleme-çıkarma yapmak

Küçük dokunuşlarla dallarınızın yerini değiştirebilir, haritaya yeni dallar ekleyebilir ya da var olan dalları haritanızdan çıkarabilirsiniz. Haritanız fikirlerinizi tam olarak ifade edene kadar düzeltmeler yapabilirsiniz. Yazdıklarınızı her değiştirişinizde beyniniz yeni şeyler düşünmek için harekete geçecek, haritanızdaki diğer fikirlerle yeni bağlantılar kuracaktır.

Dalların özelliklerini değiştirmek

Dalların özelliklerini (şekil, font veya renk) değiştirebilir veya önceden belirlediğiniz biçimleri kullanabilirsiniz.

Yer değiştirmek ve düzeltmek

Çoğu yazılım, zihin haritalama yazılımlarını kullanarak oluşturduğunuz Zihin Haritaları'nı düzenleme, değiştirme ya da kaydetme olanağı verir. Bu size zaman kazandırır ve istediğiniz programı kullanmanızı sağlar.

Bunun en büyük avantajı, uzun bir zaman sonra bile Zihin Haritası oluşturabilmeniz, eski çiziminizi bilgisayara geçirmek zorunda kalmayışınızdır. Yazılım sayesinde aynı Zihin Haritası'nın farklı versiyonlarını kolayca oluşturabilirsiniz.

5 Bilginin analizinin ve yönetiminin kolaylaşması

Bilgisayarlı Zihin Haritaları, elle çizdiğiniz haritalarda ele aldığınızdan çok daha fazla bilgi ile etkileşim içerisinde olmanıza olanak verir. Bu haritalar yüklü miktarda bilgiyle baş etmeniz ve derinlemesine analiz yapmanız için mükemmel araçlardır.

Gezinti yapmak

Bilgisayarlı Zihin Haritaları'nın önemli bir özelliği, size bilgiler arasında kaybolmadan dolaşma becerisi kazandırmasıdır. Büyük bir haritanın ya da birkaç haritanın küçük bir krokisi sayesinde, üzerinde çalışmak istediğiniz bölgeyi seçip o bölgeye odaklanabilirsiniz.

Dalları daraltmak ya da genişletmek

Dalları genişletebilme ya da daraltabilme özelliği sayesinde, aynı belgenin hem genel görüntüsüne erişebilir hem de küçük bir ayrıntısına odaklanabilirsiniz. Bu özellik, özellikle büyük bir proje üzerinde çalışıyorken işinizi kolaylaştırır.

Yakınlaşmak ve uzaklaşmak

Haritanızın tek bir dalını seçip onu yeni bir Zihin Haritası'nın merkezi haline getirebilirsiniz. Böylece haritanızın genel görüntüsünün dikkatinizi dağıtmasını önlemiş olursunuz; fikirlere veya bilgilere daha objektif bakar, yeni konuya daha çok konsantre olursunuz. Tüm bunlar, yenilikçi ve yaratıcı düşünme için çok değerlidir.

Arama yapmak

Zihin Haritası programı, haritanızın veya birden çok haritanın içeriğinde anahtar kelimeler ve kelime grupları ile arama yapmanıza olanak tanır. Bu işlev ile, haritanızın odağını aradığınız kavrama yönelterek haritayı daha etkili bir biçimde sorgulayıp analiz edebilirsiniz. Bu özellik, çok fazla bilgi barındıran, büyük bir harita üzerinde çalışıyorsanız işinizi büyük ölçüde kolaylaştıracaktır.

4 'Görsel bir veritabanı' oluşturabilme-bilgi ekleyebilme

Bir konuyu, her dala tek bir anahtar kelime yazarak özetlemek Zihin Haritası'nın en temel özelliğidir çünkü bu özellik düşünceye yeni ufuklar açar. Fakat bazen haritanıza cümleler ya da kelime grupları yazma ihtiyacı duyabilirsiniz, bilgisayarınızdaki ya da internetteki kapsamlı bilgi kaynakları ile bağlantı kurmak isteyebilirsiniz.

Bilgisayarlı Zihin Haritaları, bunu yapmanıza ve fazla bilgiyi ihtiyaç duyulana kadar gizli tutmanıza fırsat tanır. Zihin Haritanızı bilgi kaynaklarınıza ulaşmanıza yarayan görsel, yapılandırılmış bir arayüz haline getirir. Karışıklığı önleyerek, kaynaklarınıza hızlı ve kolay yoldan erişmenizi sağlayarak bol miktarda bilgi ile baş etmenizi kolaylaştırır.

Notlar

Haritanızın herhangi bir dalına MS Office Word gibi işlev gösteren not editörünü kullanarak istediğiniz notu ekleyebilirsiniz. Notunuzun içeriği, sizin veya okuyucunun temel mesajları anlayabileceği uzunlukta olmalıdır.

Bağlantılar

Haritanızın herhangi bir dalına, belgeler, web siteleri, URL'ler, uygulamalar, başka Zihin Haritaları ya da klasörler ekleyebilirsiniz. Bağlantıların sayısında kısıtlama yoktur. Eklediklerinize ulaşmanız bir tıkla mümkündür.

Bu özellikler, iş ve okul hayatınızı kolaylaştıracaktır. Zihin Haritası yazılımı ile ders çalışıyorken öğrendiğiniz her şeyi haritanıza ekleyebilirsiniz. Haritanızdakileri bir kere öğrendiğinizde, hatırlamak için anahtar kelimelere bakmanız yeterli olacaktır. İş hayatında da belirli dosyaları aramak için zaman kaybetmeyecek, Zihin Haritası sayesinde kısa sürede tüm veri tabanınıza ulaşabileceksiniz, böylece amaçlarınıza ulaşmanız için vakit kazanmış olacaksınız.

5 Büyük organizasyonların ve işlerin yürütülmesi

Bilgisayarlı Zihin Haritaları'nı, organizasyon gerektiren tüm işlerde örneğin yeni projelere başlarken, toplantı gündemi ya da yapılacaklar listesi hazırlarken etkili bir araç olarak kullanabilirsiniz. Zihin Haritası yalnızca yapılacak işlerin başlangıcında değil, sürdürülmesi esnasında da kullanılır. Birçok yazılım paketi, parti planlama, bütçe yönetimi veya ürün geliştirme gibi her türlü projeyi organize etmek için gereken proje yönetim sistemlerini içerir.

Proje yönetimi araçları

Projenizin tüm detaylarını ve yapılacak işleri –başlangıç ve bitiş tarihleri, süre, öncelikler ve bitiş yüzdeleri– Zihin Haritanıza kaydedebilirsiniz. Gantt

şemaları ya da zaman çizelgeleri gibi geleneksel proje yönetimi araçları da yazılıma dahildir. Bu araçları kullanarak projenin ilerleyişini takip edebilirsiniz. Verilerinizi de daha ileri aşamalar için MS Project'e aktarabilirsiniz.

Basit işlerin yürütülmesi

Bazı yazılımlar, etkili kaynak yönetimine olanak tanırlar. Örneğin, MS Outlook'ta kayıtlı kişilerinizi projenize dahil edebilirsiniz. Projenize ait bilgileri de yine MS Outlook aracılığıyla bağlantılı olduğunuz kişilere e-posta halinde gönderebilirsiniz.

6 İşbirliği ve takım çalışmasının etkili hale gelmesi

Bilgisayarlı Zihin Haritaları, ortak yaratıcılığı ve beyin gücünü harekete geçirerek işbirliğinin her türlü şeklini destekler.

Onaydan geçecek bir konu üzerinde çalışıyorsanız veya grupça geliştirilmesi gereken bir fikrin başlangıç aşamasındaysanız, grup üyelerinden ya da iş arkadaşlarınızdan fikir almak için Bilgisayarlı Zihin Haritaları'nı kullanabilirsiniz. Zihin Haritanızı elektronik ortamda ekip üyelerine gönderebilir ya da dosyayı paylaşıma açabilirsiniz. Bu durumda üyeler yaptıkları katkıları farklı özelliklerle belirgin hale getirirler, siz de haritalar size döndüğünde herkesin katkısını görüp fikirleri bütünleştirebilirsiniz.

Grup, ekrana yansıtılan bir Zihin Haritası üzerinde de çalışabilir. Bu yöntem, toplantılar veya beyin fırtınası oturumları için çok etkilidir. Fikirlerin ve bilgilerin 'o an'da kaydedildiği bir Zihin Haritası, katılımcılarda sunum kâğıtlarından veya renkli kalemlerden daha çok fazla etki bırakır.

Hangi yöntem kullanılırsa kullanılsın, bilgisayarlı Zihin Haritaları tüm ekip üyelerinin 'büyük resmi' görebilmelerini, katkılarını samimi ve işbirliği içerisinde sunabilmelerini sağlar; anlaşma ve uzlaşma için gereken zamanı artırır.

7 Sayısız paylaşım ve dağıtım seçeneği

Bilgisayarlı bir Zihin Haritası, herkesle paylaşılabilecek çekici, kaliteli bir görünüme sahiptir. Yazılım programları, Zihin Haritanızı diğer insanlarla hızla paylaşabilmeniz için çok çeşitli yöntemler sunmaktadır:

- *Baskı* – Zihin Haritanızın yazılı kopyasını almak istiyorsanız 'yazdır' seçeneği haritanızı değişik şekillerde –tek/çok sayfa, renkli/tek renk/siyah beyaz, başlıklı/başlıksız veya metin biçiminde– yazdırmanızı sağlar.
- *Resim* – Zihin Haritanızı resim formatında (JPEG, Bitmap gibi) çıkarabilirsiniz ve resmin kalitesini seçebilirsiniz.
- *Web sayfası* – Zihin Haritanızı web sayfası haline getirebilir, başkalarının da ona ulaşmasını sağlayabilirsiniz.
- *Ölçeklenebilir Vektörel Grafik (SVG)* – Bu seçenek haritanızı kaliteli grafik formuna sokmanıza yardımcı olur. Bu grafikleri posterlerde, kitaplarda, Adobe gibi yazılımlarda kullanıp internete aktarabilirsiniz.
- *Adobe PDF* – Zihin Haritanızı Adobe PDF dosyasına dönüştürüp yalnızca okunabilir bir hale getirebilirsiniz. PDF dosya formatı, dosyaların elektronik ortamda paylaşılmasında kullanılan bir formattır.

8 Farklı sunum yöntemleri

Zihin Haritası yazılımının en büyük avantajı, el yapımı haritalarda zor ifade edeceğiniz fikirlerinizi sunabilmeniz için güçlü bir araç olmasıdır. Bu yazılımı kullanarak haritanızı çeşitli şekillerde sunabilirsiniz: dalları teker teker açabilir, interaktif sunumlar yapabilir ya da belli konulara odaklanabilirsiniz.

Dalları teker teker açmak

Haritanızın dallarını önce kapayıp, dinleyiciye her seferinde bir seviye sunabilirsiniz. Konuyu adım adım sunmanız, dinleyicinin konuya uzun süre odaklanıp kalmasını sağlar. Ayrıca bir anda ne kadar bilginin görüneceğine siz karar verir, dinleyicinizin kafasının karışma ihtimalini ortadan kaldırırsınız.

İnteraktif sunumlar

Buzan'ın e-Zihin Haritası yazılımında, elinizdeki materyali hareketli bir Zihin Haritası olarak sunabilirsiniz. Haritanızın her bir dalını, önceden belirlediğiniz bir sıra ile, bir sunumun sayfaları olarak sunabilirsiniz. Bu yöntem haritanızı hareketlendirir ve dinleyicinizi canlı tutar!

Belirli konulara 'odaklanma'

Yazılımın 'Focus in' ve 'Focus out' araçlarını kullanarak haritanın belirli bir dalına odaklanabilir, bu dalı yeni bir odak haline getirebilirsiniz. Bu, dinleyicinizin yeni oluşan haritaya fikirleri ile katkı sağlamasını teşvik eden mükemmel bir özelliktir.

Sunumlarınızda bilgisayarlı Zihin Haritaları'nı kullanmanın avantajları, sunumunuzun sonlanmasıyla da bitmez. Haritanız, internet ortamında dinleyicinize ve dinleyicinizin muhtemel katkılarına açık olmalıdır. Sunumdan sonra haritanızı bir web sitesine aktarabilir, ona yeni bilgiler, bağlantılar veya dosyalar ekleyebilir, böylece dinleyicinize ilgilendikleri konuda daha fazla bilgi sunabilirsiniz. Bu, zihin haritalama yazılımının interaktif boyutudur.



Zihin Haritası yazılımının sunumlarda etkin bir şekilde kullanımı

9 Geleneksel iletişim ve raporlama yöntemlerinin değişimi

Modern iş hayatında, planlarınızı ve güncellemelerinizi meslektaşlarınıza veya patronunuza renkli kalemlerle çizilmiş kâğıtlarda sunmanız uygun değildir. İş hayatı raporlara, tekliflere, sunumlara ve proje planlarına dayalıdır.

Bilgisayarlı Zihin Haritası, bu sorunu ortadan kaldırır çünkü tek bir dokunuşla tüm bu formatlara dönüştürülebilir. Yani Zihin Haritanızı Word dosyalarına, Power Point sunularına, elektronik çizelgelere ve MS Project planlarına dönüştürebilirsiniz. Meslektaşlarınız, yöneticiniz veya müşterileriniz sizden bir dosya, sunu, çizelge ya da proje planı istediğinde bir yığın iş yapmanıza gerek kalmaz, yazılım bunları sizin adınıza yapar.

Buzan'ın e-Zihin Haritası yazılımını kullanarak haritanızı aşağıdaki formatlara dönüştürebilirsiniz:

- *Metin belgesi* – Haritanızı MS Word veya OpenOffice belgesine dönüştürebilirsiniz.

- *Elektronik çizelge* – Finansal tahminler, hesaplar, satış raporları veya başka finansal verilerden oluşan bir Zihin Haritanız varsa, haritanızı MS Excel veya OpenOffice Calc dosyasına dönüştürebilirsiniz.

- *Sunu* – Haritanızı MS Power Point, OpenOffice Impress ya da Mac Keynote gibi uygulamaların standart slayt gösterilerine ya da tek slaytlık animasyonlu sunularına dönüştürebilirsiniz.

- *Proje planları* – Proje odaklı Zihin Haritalarınızı, proje analizleri yapabileceğiniz MS Project formuna dönüştürebilirsiniz.

Bilgisayarlı Zihin Haritaları'nın dönüştürülebilme özelliği, iş insanlarının ve uzmanların yapmaları gereken işleri yaratıcı bir araçla yürütmelerini sağlamaktadır. Yani bilgisayarlı Zihin Haritası, yapacağınız çok çeşitli işler veya projeler için fikir oluşturmanız ve fikirlerinizi yapılandırmanız için başlangıç görevi üstlenmektedir.

Bilgisayarlı Zihin Haritaları'nı ne zaman kullanmalısınız?

Bilgisayarlı Zihin Haritaları, fikirlerin görsel olarak ifade edilmesinin ötesindedir. Hızla fikir oluşturmak; fikirleri yapılandırmak ve düzenlemek; insanlarla işbirliği kurmak için eşi bulunmaz kolaylıklar sunmaktadır. Özellikle bazı işler, eğitimsel veya kişisel etkinlikler bilgisayarlı Zihin Haritaları'nın kullanımına çok daha uygundur. Şimdi bazı örnekleri ele alalım.

Toplantılar

Zihin Haritası yazılımı, bir toplantıda gündemi belirlemeye, toplantı esnasında oluşan fikirleri toparlamaya yardımcı olur. Toplantı sonunda da katılımcılara verilmek üzere not ya da tutanak işlevi görür.

Gündemi belirleyip PDF gibi bir format ile katılımcılara önceden ulaştırabilirsiniz. Çoğu zihin haritalama yazılımı haritanızı basmanıza, e-posta ya da başka uygulamalar yoluyla paylaşmanıza olanak tanır. Toplantı esnasında da gündem haritasını, açıklığı veya anlaşılırlığından şüphe etmeksizin kişisel amaçlı ya da tutanak için şablon olarak kullanabilirsiniz. Hangi amaçla kullanılırsa kullanılsın, bilgisayarlı Zihin Haritası toplantının şeklini ve yapısını yansıtacak, bireysel noktaların önemini, birbirleriyle olan ilişkilerini gözler önüne serecektir. Bu süreçte kendinizi bir sunum kâğıdı veya bir parça kâğıt ile sınırlamazsanız, fikir üretmede özgür hissedecek, haritanızı ihtiyacınız olduğu kadar genişletebileceksiniz.

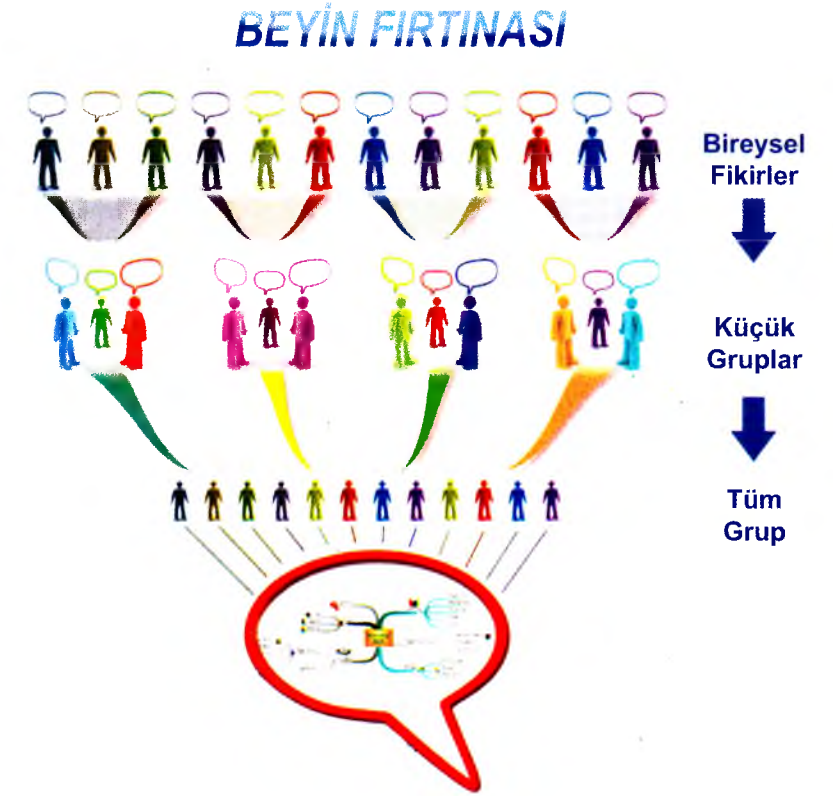
Toplantı sonrasında da, toplantı tutanağını katılımcılara Zihin Haritası şeklinde sunabilir, böylece toplantı esnasında oluşan enerjiyi değerlendirebilirsiniz.

Beyin fırtınası

Bilgisayarlı Zihin Haritalama beyin fırtınası için çok uygundur. Hızlı zihin haritalama ile beyin fırtınası esnasında akla gelen tüm fikirleri bir harita üzerinde toparlayabilirsiniz. O esnada dallar kendiliğinden oluşur, yapı ve hiyerarşi için endişelenmenize gerek kalmaz ve fikirlerinizin akıp gitmesine izin verirsiniz. Haritanızı sonrasında isteğe bağlı olarak geliştirip düzenleyebilirsiniz.

Zihin Haritası yazılımı, beyin fırtınası oturumlarına el yapımı Zihin Haritaları'nın sunamadığı yeni fırsatlar sunar. Harita bir ekrana yansıtılır, fikirler haritaya kaydedilir ve grup tüm bu yaratıcı sürece hâkim olur.

> *"Zihin Haritası yazılımını müdürüm aracılığıyla tanıdım ve o günden itibaren kullanmaya başladım. Yazılımı, stratejik planlar, projeler ve tedbirler geliştirmek için; yeni fikirler, düşünceler ve eylemler oluşturmak ve gruplamak için kullanıyorum.*
> *Bizim sporumuz multidisipliner bir spor, yani yaptığımız şey çok yönlü. Bu yüzden fikirlerin, becerilerin ve düşüncelerin planlanması ve bir araya getirilmesi çok önemli."*
>
> DAVID MCNALLY, Welsh Jimnastik Genel Müdürü

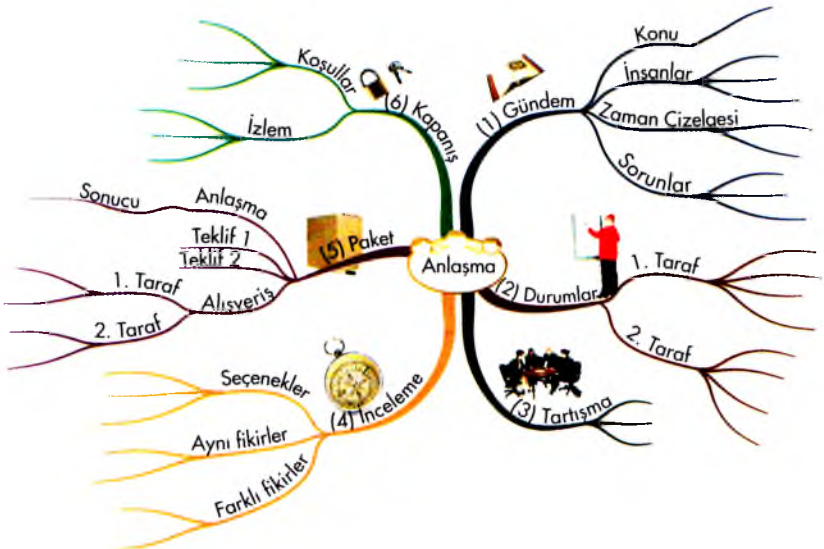


Bilgisayarlı zihin haritalama, beyin fırtınası için ideal bir araçtır.

Anlaşmalar

Bir ev satın alıyorken, bir şey satıyorken ya da bir işe girişiyorken Bilgisayarlı Zihin Haritaları kullanıldığında, anlaşmanın her aşaması gözler önüne serilir ve sonuç her iki taraf için de olumlu olur.

Bilgisayarlı Zihin Haritaları yalnızda anlaşma öncesinde hazırlık amaçlı kullanılmaz; anlaşma süresince de kullanılarak tüm sürece hâkim olmanızı sağlar. Durumunuzu karşı tarafa açık ve ikna edici bir şekilde sunmanıza yardımcı olur. Bilgisayarlı Zihin Haritaları'nı süreci yapılandırmak, kaydetmek ve her iki tarafı da memnun edecek bir sonuç elde etmek için de kullanabilirsiniz. Görüşme öncesinde ya da görüşme esnasında haritanın şablonu, görüşme boyunca da her iki tarafın katkılarıyla içerik oluşur. Zihin Haritası yazılımı kullanmak sonuca daha çabuk ulaşılmasını sağlar. Yazılı onay için beklemeye gerek kalmaz. Görüşme sonrasında haritanın çıktısı alınır ve taraflar tarafından imzalanır.



Zihin Haritası anlaşmaları yapılandırmak ve kaydetmek için faydalı olabilir.

Kişisel amaç belirleme

Zihin Haritası yazılımı geleceğinizi planlamak için mükemmel bir araçtır. Yazılımı yalnızca amaçlarınızı ve planlarınızı belirlemek için değil, süreci izlemek için de kullanırsınız.

Hayatınızın her alanı için (iş, aile gibi) uzun dönemli amaçlar belirleyebilir, bunları kısa dönemli amaçlara bölebilirsiniz. Numaralandırma, sembol verme, bağlama ve vurgulama özellikleri sayesinde önceliklerinizi vurgulayabilirsiniz. Yalnızca amaçları belirlemekle kalmazsınız; yazılım, amaca ulaşmak için gereken 'kim, ne, ne zaman, nerede ve niçin' öğelerini belirlemenize ve haritanıza eklemenize imkân verir. Ayrıca, gerekirse daha ayrıntılı planlamalar yaptığınız haritaları birbirine bağlayabilirsiniz.

Birçok zihin haritalama programı size, zaman çizelgeleri oluşturmak, temel bir amaç çerçevesinde öncelikleri ve kilometre taşlarını belirlemek gibi proje yönetimi kolaylıkları sunar. Bu programlar sayesinde, amaçlara ulaşma oranı takip edilir; Zihin Haritası, başarının kaydedildiği interaktif bir kayıt haline dönüşür.

Strateji geliştirme

Bilgisayarlı Zihin Haritası, bir şirketin stratejisini oluşturmak ve sunmak için harika bir araçtır. Şirketin vizyonunun merkeze alındığı bir haritada, bu vizyona ulaşmak için izlenecek strateji ve hedefler görsel bir şekilde sunulabilir. Şirketin uzun dönemli ve kısa dönemli amaçları belirlendikten sonra yazılımın özellikleri kullanılarak stratejilerin ayrıntıları eklenir ve harita ayrıntılı bir hale getirilir.

Strateji haritaları, personeli tek bir amaç etrafında bir araya getirmek için kullanılır. PDF gibi standart bir belge formatına dönüştürülen harita, tüm personele dağıtılarak yol gösterme ve ilham verme amaçlı kullanılabilir.

Proje yönetimi

Birçok yazılım kullanıcıya, projenin başlangıç aşamasından sonuç raporunun yazımına kadar ihtiyaç duyulan her şeyi sağlar.

Zihin Haritası yazılımını kullandığınızda projenize dair tüm bilgileri tek bir yerde toplarsınız, böylece sürece daha iyi odaklanır, daha düzenli olursunuz. Haritaya fikirler, proje hedefleri, sorular, araştırma konuları, görev dağılımı ve sorumluluklar gibi bilgileri ve proje kaynaklarını (web siteleri, belgeler, raporlar gibi) ekleyebilirsiniz.

Yazılımın işlevleri sayesinde projenin temel taşlarını belirleyebilir, ilerlemeyi takip edebilirsiniz. İşlerin tamamlanma oranını kontrol ederek bir bakışta ilerlemenin boyutunu ölçebilirsiniz.

Zihin Haritaları'nı proje planlama ve yönetimi için kullanmak istiyorsanız, başlangıç olarak her yeni projede kullanabileceğiniz bir proje şablonu oluşturup iş yükünüzü hafifletebilirsiniz. Bu size yalnızca zaman kazandırmaz, aynı zamanda her yeni proje için gereken bilgiyi bir araya toplamanıza yardımcı olur.

"E-Zihin Haritası, her gün kullandığım ve en çok faydalandığım iş araçlarından biri. E-Zihin Haritası'nı eğitimlerden projelere her zaman kullanıyorum. Onu sunumlarda ve toplantılarda kullandığım zaman, insanlar konuların ne kadar anlaşılır bir hale geldiğini söylüyorlar. E-Zihin Haritası, iş yaşamında başarılı olmam için gerçekten vazgeçilmez bir araç."

NEIL QUIOGUE, PopCap Games International, Bilgi Güvenliği Yöneticisi

Performans değerlendirmeleri

Performans değerlendirmede Zihin Haritası yazılımını kullanmanın birçok faydası vardır. Bu yazılım, kâğıda dayalı zorunlulukları ortadan kaldırır, değerlendirme sürecine tutarlılık katar ve gecikmeleri azaltır.

Yazılım sayesinde çalışanların güçlü ve zayıf yönlerini, eğitimsel ve gelişimsel ihtiyaçlarını değerlendirmek için renkli bir Zihin Haritası şablonu oluşturabilirsiniz. Bu harita bilgisayarda hazır halde durur, değerlendirme süresince çalışan ve yöneticinin katkıları ile doldurulur. Haritada, kâğıt kaleme dayalı değerlendirmelerin aksine çok fazla bilgiye ve ayrıntıya yer verilebilir. Standart bir şablonun kullanılması da değerlendirme sürecinin tüm çalışanlarda aynı şekilde ilerlemesini sağlar.

Zihin Haritası yazılımını kullanmak, ihtiyaca göre farklı alanlarda değerlendirme yapabilmenizi sağlar. Örneğin, yazılımı kullanarak teknik beceriler, yönetim becerileri, üreticilik, kişisel özellikler ve iletişim gibi alanlarda değerlendirme yapmaya elverişli şablonlar oluşturabilirsiniz.

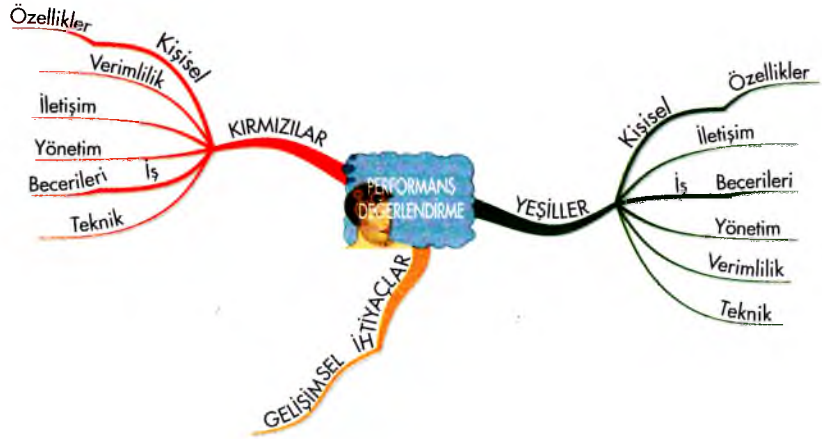
Sonuç olarak Zihin Haritası yazılımı, değerlendirme sürecini hızlandırır. Değerlendirilen kişi, rapor için beklemek zorunda kalmaz. Sürecin sonunda haritayı, kopya ya da e-posta olarak alır, değişim ve gelişim için anında harekete geçer.

İşbirliği / ekip çalışması

Bilgisayar ile oluşturulmuş bir Zihin Haritası, yeni bir ürünün geliştirilmesi gibi bir projeyi yürütmek ya da planlamak için gereken işbirliğini mükemmel bir biçimde sağlar. Herkesin plan yapmak ya da projeyi devam ettirmek için gereken çabayı ve katkıyı gösterebilmesini sağlar.

Oluşturduğunuz Zihin Haritası'nı bazı önemli kişilere veya ekip üyelerine e-posta ile göndererek ya da paylaşıma açarak farklı yorumlar ve fikirler alabilirsiniz.

Ayrıca, yazılımın proje yönetimi işlevlerini de kullanabilir, yapılacak temel işleri, öncelikleri ya da işin bitirilen kısmını dahil ederek işbirliği sürecine değer katabilirsiniz.



Performans değerlendirmede kullanılabilecek bir e-Zihin Haritası şablonu

Bilgisayarlı Zihin Haritası'nın oluşumuna aktif katılım sağlarsanız, katılımcılar temel stratejileri üstlenmenin faydalarını daha iyi anlayacak, görevleri yerine getirmek için daha istekli olacaklardır.

Yaşam yönetimi

Zihin Haritası yazılımı, insanların kişisel ve profesyonel yaşamlarını düzenleyebilmelerine yardımcı olur.

Hayatınızın tüm safhalarını düzenleyen, ajanda olarak kullanacağınız bir Zihin Haritası oluşturabilirsiniz. Zihin Haritanızı oluşturan her bir alan için ayrı ayrı haritalar oluşturup tüm ayrıntılara hâkim olursunuz.

Yazılım, ihtiyacınız olan her türlü bilgiyi, tercihlerinize ve amaçlarınıza uygun sayısız biçimde bir araya getirir.

Bilgisayarlı Zihin Haritaları'nın geleceği

Zihin haritalama yazılımı bize, kişisel ve profesyonel verimliliğimizi artıracak mükemmel beceriler kazandırır. Bize bilgiyi yaratıcı bir biçimde bir araya getirmenin ve dikkatimizi daha etkili yönetmenin yollarını sunar. Peki, teknoloji giderek geliştiğine göre bilgisayarlı zihin haritalamanın geleceğinden neler bekliyoruz? Şimdi, zihin haritalamayı çok yönlü ve esnek bir hale getirecek birtakım heyecan verici gelişmelerden bahsedelim.

'Hands free' Zihin Haritalama

Yazılımdaki ses tanıma teknolojisi ile uyumlu gelişmeler, zihin haritalemaya yeni, ses aktif bir boyut kazandıracaktır. Bu teknoloji sayesinde klavye ya da fare kullanılmadan, sesli komutlar aracılığıyla haritalara konu eklenebilecek; konular, alt konular ve ikonlar düzenlenebilecektir. Ses teknolojisi ve zihin haritalama yazılımının bir araya gelmesiyle, toplantılar ve beyin fırtınası oturumları zenginleşecek, insanlar zamandan tasarruf edebilecek ve bol miktarda bilgiye sahip olabileceklerdir. Ayrıca, engelli bireylerin düşüncelerini düzenleyebilmeleri ve insanlara aktarabilmeleri kolaylaşacaktır.

Taşınabilirlik

El bilgisayarı ve telefon teknolojisinin hızlı gelişimiyle beraber, zihin haritalama yazılımı da taşınabilir dünyaya adım atacak, Zihin Haritaları gündelik yaşamda daha sık kullanılacaktır. Siz de el bilgisayarınız veya telefonunuz ile Zihin Haritası yapabilecek, haritanızı başkalarına gönderebileceksiniz.

Web/masaüstü bütünleşmesi

Birçok zihin haritalama yazılımı masaüstü temellidir. İnternet erişiminin yaygınlaşmasıyla, masaüstü ve web tabanlı uygulamaların bütünleştiğine şahit olacağız. Örneğin, masaüstü bir yazılımı kullanarak internetten araştırma yapabilecek, online veritabanlarını kullanabileceksiniz. Web tabanlı ve masaüstü uygulamaların birleşmesiyle de haritanıza her yerden ulaşabilecek, üzerinde düzeltmeler yapabileceksiniz. Bu kusursuz bütünleşme sayesinde, çevrim dışı çalışırken internete bağlanarak online dosyanıza ulaşabileceksiniz.

Daha güçlü veritabanı bağlantıları

Zihin haritalama yazılımı internete güvenli bir şekilde bağlanarak Müşteri İlişkileri Yönetimi ya da Malzeme İhtiyaç Planlaması gibi veri tabanlarına ulaşabilmeyi, ilgili bilgileri haritanıza aktarabilmeyi sağlayacaktır. Bu özellik, özellikle değerli bilgilerin toplandığı karmaşık haritalar için önemli olacaktır ve Zihin Haritası'nı bir üst seviyeye çıkaracaktır.

İşbirliği için geliştirilmiş teknikler

Bilgisayarlı zihin haritalamanın üretim potansiyeli, kullanıcıların haritalarının içeriğini –herkeste lisanslı bir kopya bulunması gerekmeksizin– başkalarıyla paylaşabildikleri zaman artacaktır. Gelecekte işbirliği olanakları artacak, insanlar haritanıza katkı sağlayabilecektir.

Web 2.0 bağlantıları

Zihin haritalama yazılımı, sosyal paylaşım (örn. Facebook), blog ve YouTube gibi video paylaşım siteleri ile etkileşim içerisinde olacaktır. Bu araçlar çok kullanıcılı, insanların iletişim şeklini değiştiren araçlardır. Zihin Haritası yazılımı, haritanıza bilgi aktarmanız için bu araçlarla ve kullanıcılarıyla etkileşim içinde olmanıza olanak tanıyacaktır.

Bilgisayarlı zihin haritalamanın parlak bir geleceği vardır. Bilgisayar teknolojisinin giderek artan gücü, kullanıcılara daha fazla özgürlük ve esneklik sağlayacaktır. Zihin Haritası teknolojisi, insanların ve şirketlerin bir işi yapmak, hedeflere ve vizyona ulaşmak için var olan potansiyeli açığa çıkarmak amacıyla tercih edeceği olgunluğa erişecektir.

Peki insan zekâsı ve teknolojinin aynı anda gelişmesi, geleceğimizi nasıl etkileyecek? Bazı ihtimalleri sıraladım. Son bölümde de zihinsel okuryazarlık, Zihin Haritaları ve gelecek ile ilgili kişisel görüşlerimi sunacağım.



Parlak gelecek

Zihinsel okuryazar bir dünyada herkes beyninde gizli kalan, açığa çıkarılmayı bekleyen bir potansiyelin olduğunun farkındadır. Herkes, beyninin olağanüstü yapısından ve işlevlerinden, sıradışı becerilerinden -özellikle hafıza, yaratıcılık, öğrenme ve düşünmeden- haberdardır. Ben de Zihin Haritası'nı, bu farkındalığı kazanmaya yardım etmesi için keşfettim.



Evrendeki en gizemli, karmaşık ve güçlü yapı olan beyniniz, Nebula'nın doğal yapısına benzemektedir.

Bilgi devrimi

Bu kitap basıma giderken, yani Zihin Haritası'nın ortaya çıkışının elli yıl sonrasında, geriye dönüp, Zihin Haritası'nın da katkıda bulunduğunu düşündüğüm bilgi devrimine hayret ve gururla bakıyorum.

Beyin Yıldızları

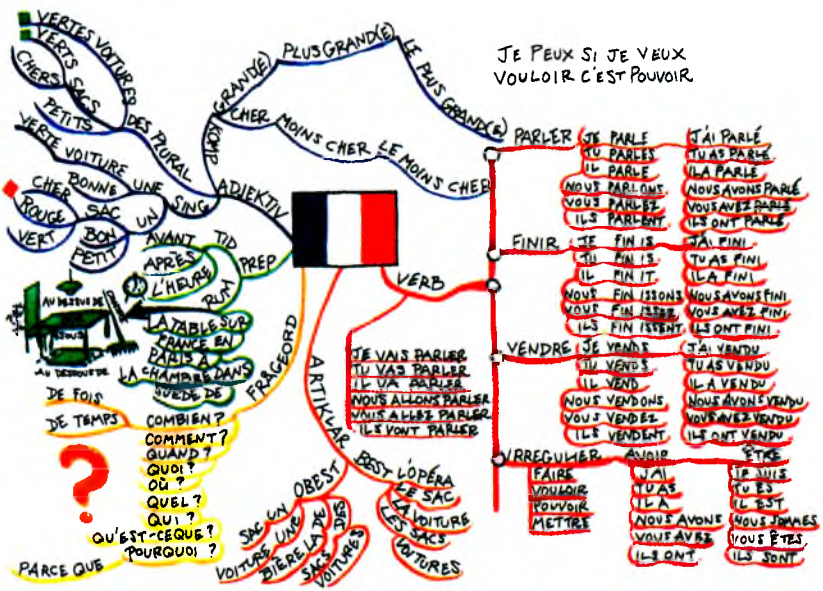
20. yüzyıl film yıldızlarıyla başladı, hızla rock yıldızları, pop yıldızları ve spor yıldızları ile devam etti. 21. yüzyıl –Beyin Yüzyılı– ise, sağlıklı zihnin sağlıklı bedende olduğunu gösteren Beyin Yıldızları ile başladı. Atletik ve dinamik Dünya Satranç Şampiyonu Gary Kasparov, dünyanın her yerinde, odalarının duvarlarına onun posterlerini asan, uluslararası satranç ustası ve şampiyonu olmayı hayal eden milyonlarca çocuğun idolüdür.

Dünyanın en genç satranç ustası sevimli Macar kız Judit Polgar da benzer bir şekilde idol olmaya başladı. Rekor miktarda bilgiyi hatırlayabilmek için Hafıza Zihin Haritaları'nı kullanan, altı kez üst üste Dünya Hafıza Şampiyonu olan Dominic O'Brian, uluslararası televizyonlarda sık sık görülmeye başladı. Bir de oyun ustası, oyun ve düşünme üzerine yazdığı kitaplarla dünya rekoru kıran (100'den fazla kitap!) Raymond Keene var. Keene, Zihin Haritaları, makaleleri, kitapları ve televizyon programları ile 180.000 kişiyi saat 01.00'e kadar ekran karşısında uyanık tutmayı başarmıştır. Bu büyüyen 'Parlak Ekip'in diğer üyeleri, ünlü gökbilimci ve dünya dışında zekâ arayışının lideri Carl Sagan; briçteki dehası aktörlüğünü gölgede bırakan Ömer Şerif; tüm dünyayı dolaşarak, lateral düşünme hakkında geniş kitlelere seslenen Edward De Bono; yayıncılık tarihinde çok satanlar listesinde en uzun kalan kitap olan *Zamanın Kısa Tarihi*'nin yazarı Cambridgeli fizikçi Stephen Hawking ve 65 yaşındaki olağanüstü bilge ve Matematik Profesörü olan Dr. Marion Tinsley'dir. Tinsley, yaş ve zihinsel beceriler hakkındaki tüm mitlerin aksini ispat edercesine 1954'ten beri yalnızca yedi oyunu kaybederek dünya dama şampiyonluğunu korudu. 1992'de de dünyanın yeni iki numaralı oyuncusu, bilgisayar programı Chinook'u yendi. Beyninin becerilerinin yalnızca küçük bir bölümünü kullandığını söyleyen Tinsley, dakikada 3 milyon hamle hesaplayabilen, 27 milyar pozisyonluk veritabanına sahip olan bir bilgisayarı hakladı! Ayrıca Brain of

Britain ve Mastermind gibi Zekâ Testi programları popülerleşmeye, Beyin Vakfı ise 'Yılın Beyni' ödülünü vermeye başladı. Son ödül de insan beyni üzerine yaptığı çalışmalarını halka sunan Baroness Susan Greenfield'a verildi.

Öğretim

Zihin Haritaları, öğretmenlerin ders planları için özellikle de dil öğretimi için idealdir. Zihin Haritaları, öğrencilerin ders esnasında soru sorabilmelerini, tartışmaları ve etkin olmalarını teşvik edecek şekilde tasarlanabilir. Aşağıdaki Zihin Haritası, Zihin Haritaları'nın özellikle de dilbilgisi öğretiminde nasıl kullanılabileceğini göstermektedir. Bu haritada İsveçli dilbilimci ve öğretmen Lars Soderberg, Fransızca'nın temel öğelerini tek bir sayfa üzerinde toplamıştır. Bu tek sayfa, zor olduğu düşünülen bir şeyi anlaşılır hale getirmiştir.

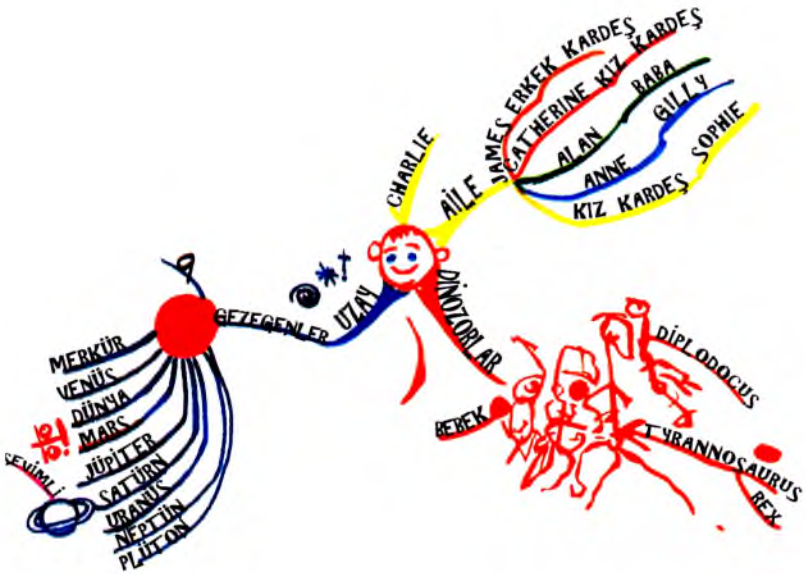


Lars Soderberg'in Fransızca dilbilgisinin temel ögelerini sunan Zihin Haritası

Özel eğitim

Zihin Haritaları, öğrenme güçlüğü olanlara yardım etmekte de oldukça işe yarar. Aşağıdaki Zihin Haritası, 9 yaşındaki Timmy adlı erkek çocuk ve kitabın yazarı tarafından yapıldı. Timmy, motor fonksiyonların ciddi ölçüde hasar gördüğü serebral felç hastasıydı. Çoğu kişi tarafından eğitilemez olarak değerlendiriliyordu.

Timmy ile renkli pasteller ve boş kâğıt eşliğinde bir öğleden sonra geçiren Tony, ona ailesinde kimlerin olduğunu söylemesini istedi. Timmy'nin dikkatlice yazdığı şeylere baktığımızda yazılışı zor olan kardeşinin ismini bile doğru yazdığını görürüz. Timmy'ye ilgilerinin neler olduğu sorulduğunda ise tereddüt etmeden, "Uzay ve dinozorlar," dedi ve bunları Zihin Haritası'nın ana dalları olarak yazdı. Uzay hakkında neyi sevdiği soruldu. "Gezegenler," diye cevap verdi. Satürn'ü çizerken durdu, Tony'nin gözlerine baktı ve, "Sevimli," dedi. Timmy'nin gezegenlerin isimlerini doğru sırada yazması, güneş sistemimizi nüfusun %90'ından çok daha iyi bildiğini ve kafasında açıkça canlandırdığını göstermektedir.



'Öğrenme güçlüğü' olduğu düşünülen 'Timmy'nin Tony Buzan'la birlikte yaptığı, becerilerini ve bilgisini yansıttığı Zihin Haritası

Dinozorlara gelindiğinde, Timmy kalem istedi ve bir şeyler karaladı. Tony bu karalamaların hiçbir zaman anlamsız olmadığına inanarak bunun ne anlama geldiğini sordu. Timmy de açıkça bunun bir diplodocus, bir tyrannosaurus ve bir çocuk olduğunu söyledi. Timmy'nin zekâsı bir üniversite öğrencisi seviyesindeydi; tek sorunu düşünceleri ve düşüncelerin fiziksel ifadesi arasındaydı.

Kendi Zihin Haritası'nı yapmak istedi. Başka bir 'karalama' yaptı ve şöyle açıkladı: Turuncu onu mutlu eden bedenini temsil ediyordu. Üst taraftaki siyah çizgi onu mutlu eden beynini temsil ediyordu. Sarı çizgiler bedeninin çalışmayan, onu mutsuz eden bölümlerini temsil ediyordu. Bir an durdu ve Zihin Haritası'nın altına, bedenini daha iyi çalıştırmak için aklını nasıl kullandığını temsil eden sarı bir çizgi çizdi.

Bu ve bunun gibi birçok durumda Zihin Haritası, 'öğrenme güçlüğü olan' beyni, yetersizlik varsa arttıran, yoksa yaratan semantik kısıtlamalardan kurtarır.

İnsanlardaki öğrenme isteği Akıl Oyunları'nın başarısı ile fark edildi. 1995'te Raymond Keene ile birlikte insanları hafıza, yaratıcılık, IQ ve hızlı okuma alanlarında bir araya getirme amacıyla yola çıktık. İlk olimpiyat 50 ülkeden 3.000'in üzerinde katılımcıyla gerçekleşti. O tarihten itibaren 74 ülkeden 30.000'in üzerinde katılımcıyla dört olimpiyat düzenledik. Akıl Oyunları'nın dışında hafıza ve satranç dallarında da dünya şampiyonaları düzenliyoruz.

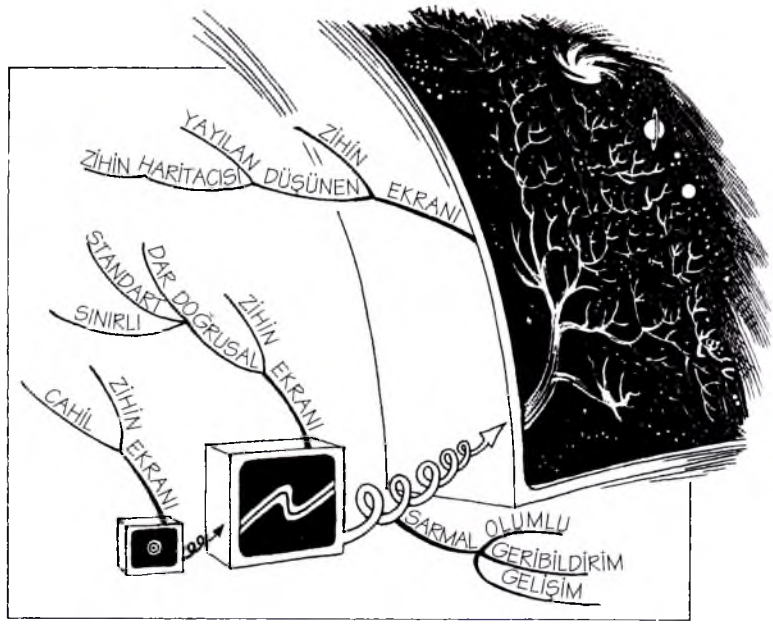
Düşünme becerimizi geliştirme, zihinsel gücümüzü açığa çıkarma güdüsü, her taraftan bilgi bombardımanına tutulduğumuzda ortaya çıkmaktadır. Beynimiz her gün –yazılı veya elektronik– üstesinden gelinemeyecek miktarda bilgiye maruz kalmaktadır. Bu bilgileri anlamlı ve baş edilebilir gruplar halinde toplamaya çalışırken, onlarla ne yapacağımız, onları faydalı bir hale nasıl getireceğimiz soruları ortaya çıkmaktadır. Cevap içimizdedir ve şimdi en değerli varlığımızı, yani beynimizi geliştirme zamanıdır.

Çoğu devlet bunun farkındadır ve zekânın geliştirilmesinin öncelikli bir milli hedef olması gerektiğine karar vermiştir. Örneğin, Singapur zihinsel okuryazarlığı eğitim sistemi aracılığıyla geliştirmekte ve; 'Düşünen Okullar, Zeki bir Ulus' sloganı ile yollarına devam etmektedir.

Malezya başbakanı ve hükümeti 2020 yılı itibarıyla her çocuğun becerilerinin farkında olmasını hedefleyen 'beyin devrimi'ni başlatmıştır. Meksika'nın önceki başkanı Vincente Fox ise yıllık Birleşmiş Milletler Konferansı'nda 15.000 üyeye, 21. yüzyılın 'zekâ, yaratıcılık ve yenilik' yılı olduğunu ilan etmiştir.

Zihinsel Okuryazar birey

Zihinsel Okuryazar olmadığımız dönemde, zihnimiz oldukça küçük bir kavramsal çerçeveye hapsedilmiştir ve birey, kavramsal çerçevesini genişletmesine yardım edecek en ilkel Zihinsel Okuryazarlık araçlarını dahi kullanmamaktadır. Geleneksel olarak 'iyi eğitilmiş' ve okuryazar bireyler bile, mevcut biyolojik ve kavramsal düşünme araçlarının yalnızca küçük bir parçasını kullanmaktadırlar.



Cahil, doğrusal düşünen ve yayılan düşünmeyi benimseyen kişilerin 'zihin ekranları'nı gösteren şekil. Yayılan Düşünme'yi benimseyen düşünürün otomatik geribildirim mekanizması, ekranı son derece geniş bir hale getirir.

Bilişsel kuvvetlendirme

Zihinsel Okuryazar birey, sinerjik düşünme motorunu açabilir, sınırsız kavramsal çerçeveler ve yeni paradigmalar oluşturabilir. 196. sayfadaki şekil, okuryazar olmayan, doğrusal ve yayılan düşünen kişilerin 'zihinsel ekranları'nı göstermektedir. Son ekran, kendisini yöneten entelektüel mekanizmanın doğası gereği, sonsuz hızla büyümeye devam etmektedir. Bu ekran, Yayılan Düşünme'yi benimseyen bir insanın kendini pekiştiren geribildirim döngüsüdür. Bu döngü, bireye entelektüel özgürlük verir ve beynin kalıtımsal becerilerini yansıtır.

Yayılan Düşünme ilkelerini beyne uygulamak sizi seçim yapma, hatırlama ve yaratıcı düşünme gibi temel zihinsel faaliyetlerde daha özgür kılar. Düşünme yapınızı bilmek, yalnızca bilinçli zihinsel süreçlerinizi kullanarak değil, bilinç ötenizi de kullanarak seçimler yapıp kararlar almanızı sağlar. Büyük kıtalar, gezegenler, galaksiler ve zihinsel evrenler Zihinsel Okuryazar kişi tarafından keşfedilmeyi bekler.

Zihinsel Okuryazar insan, belleğin ve yaratıcı düşünmenin aslını görebilir: Yaratıcılık ve bellek, zaman içinde farklı yerlerde meydana gelen, esasında tamamıyla aynı olan zihinsel süreçlerdir. Bellek, geçmişin şu anda yeniden yaratılmasıdır. Yaratıcılık ise benzer bir zihinsel yapının geçmişten geleceğe yansıtılmasıdır. Belleğin veya yaratıcılığın Zihin Haritaları aracılığıyla bilinçli olarak geliştirilmesi, her ikisini de güçlendirir.

Bireyin Zihinsel Okuryazarlık becerilerini geliştirmesinin ve zihinsel ekranını büyütmesinin en etkili yolu, Yayılan Düşünme yönergelerini takip etmesidir. Yönergeler, 'Dâhi Beyinler'in kullandığı beceriler gibi zihinsel becerilerin geliştirilmesi için antrenman niteliğindedir.

Zihinsel Okuryazar bir zihnin gelişimi için Leonardo da Vinci İlkeleri:

1. Sanatın bilimine çalış.
2. Bilimin sanatına çalış.
3. Duyularını geliştir: özellikle görmeyi öğren.
4. Her şeyin başka şeylerle bağlantılı olduğunu fark et.

Leonardo da Vinci bireye Modern Zihin Haritalama terimleriyle şunu söylemektedir:

> *"Tüm kortikal becerilerinizi geliştirin, beyninizin algılama mekanizmasını geliştirin; beyninizin sinerjik bir işleyişinin olduğunu ve sonsuz, yayılan bir çağrışım mekanizması olduğunu fark edin."*

Beyin, Zihin Haritası ve da Vinci'nin ilkelerini uygulayarak, hayal edilemeyecek alanlarda keşif yapar, kendini geliştirir. Profesör Petr Anokhin şunu söylemektedir:

> *"Beyninin tüm potansiyelini kullanan bir insan yoktur. Bu nedenle insan beyninin sınırlarına dair yapılan hiçbir karamsar tahmini kabul edemeyiz. O sınırsızdır!"*



Sheikh Hamad'ın Zihinsel Okuryazar toplumunun taslak planını yaptığı Zihin Haritası

Zihinsel Okuryazar toplum

Yukarıdaki, Arap felsefeci ve düşünür Sheikh Hamad tarafından yapılan Zihin Haritası, Zihinsel Okuryazar bir toplumun gelişmesi için tasarlanmış bir plandır. Bu Zihin Haritası –dilbilimsel özellikleri ile– eğitimin düzen sağlayıcı kökenleri, ekonomi ve siyaset, tarım, hizmetler, işletme mekanizmaları, endüstri, iletişim ve pazarlama öğelerini sunmaktadır.

Haritanın sağ tarafında 'Bilgi Teknolojisi' vurgulanmaktadır çünkü modern toplumun iletişiminde ve yönetiminde bilgi teknolojisi gitgide önem kazanmaktadır. Haritanın sol tarafındaki 'Eğitim' dalı ise birbirine dönük, kepli iki göz ile ifade edilmektedir.

Sheikh Hamad bununla ilgili şu ifadelerde bulunmuştur:

"Bu harita, eğitimcileri eğitmemiz gerektiğini vurgulamaktadır. Bu görev, önemini fark edemeyen ülkeler tarafından ihmal edilmektedir. İyi bir plan, değişiklikler tüm aşamalarda uygulandığı takdirde başarılı olur. Bu yüzden plan, esnek, dinamik ve canlı olmalıdır."

Genç bir kadın garsona bu haritada ne gördüğü sorulduğunda: "Daha iyi bir dünyayla ilgili bir resim," diye cevap verdi. Garson hem Arapça bilmiyordu, hem de konu ile ilgili hiçbir önbilgisi yoktu. Bu, Zihin Haritası'nın temel bir iletişim aracı olduğunun göstergesidir.

Zihinsel Okuryazar aile

Zihinsel Okuryazar bir ailede, ailenin her üyesi diğer üyelerin doğaüstü ve karmaşık bireyler olduğunu fark eder ve buna değer verir. Bu ailede gelişme, iletişim, öğrenme, yaratıcılık ve sevgi de ön plandadır. John Rader Platt bu konu ile ilgili şunları söylemektedir:

"Eğer bu karmaşıklık görülebilir bir parlaklığa dönüştürülebilseydi, bu parlaklık kesinlikle duyularımızın ötesinde olurdu. Biyolojik dünya fiziksel dünyaya kıyasla ışığın hareket alanı olurdu. Büyük patlamalarıyla güneş, bir gül ağacına kıyasla solgun bir hale gelirdi, solucan bir fener olurdu, bir köpek ışık şehri, insanlar alev alev yanan güneş olurdu. Birbirimizin gözlerine zarar verirdik. Dönüp bu karmaşık ve eşine rastlanmaz türe bir bakın. Öyle değil mi?"

Öyle.

Beyin gücünün gelişmesine olan ihtiyaç arttıkça Zihin Haritası'nın rolü ve önemi de artmaktadır. Zihin Haritası'nın milyarlarcasına sahip olduğumuz beyin hücrelerine benzediğini; yaratıcılık, düşünme ve hafıza yetilerimizi açığa çıkardığını deneyimledik. *Zihin Haritaları* kitabı, bu büyük potansiyeli fark etmenize yardım edecek bir hediye olarak elinizdedir.

Kitabı sonlandırıp zihinsel okuryazar bir dünya hayalime başlarken, sizi bir grup sıradışı insanın gerçek hikâyesi ile baş başa bırakıyorum.

Dünyanın en büyük Zihin Haritası

203. sayfada gördüğünüz Zihin Haritası'nın yapılabileceğini (üç apartman katı yüksekliğinde, dört kat genişliğinde), Singapur'da zihinsel okuryazar bir dünya hayalini gerçekleştirmeyi amaçlayan binlerce kişilik bir grupla çalışmadan önce hayal bile edemezdim.

Henry Toi ve Thum Cheng Cheong, Pang Ee Wei, Eric Cheong, Edward Nathan, Muhammad Mubarak, Tan Chew Ling ve Tan Kwan Liang'dan oluşan ekibi, Singapur Yönetim Enstitüsü (SIM) ile birlikte bu büyük haritayı çizmek için hararetli bir çalışma yaptılar.

Henry, birçok 'imkânsızlığın' üstesinden geldi ve imkânsızı gerçeğe dönüştürdü. Dünyanın en büyük Zihin Haritası'nı oluşturmaktan bahsettiğinde herkes ona 'deli' gözüyle bakıyordu. Teknik güçlükler, ruhsat, lojistik ve insan kaynakları konuları birer kâbusa dönüştü fakat o yılmadan devam etti.

Yapılan Zihin Haritası, yalnızca insan zihninin ihtişamının değil, aynı zamanda bu rüyayı gerçekleştiren dev kadronun (1.860 öğrenci) başarısının göstergesidir. Ayrıca Singapur'un gezegenin en çok saygı duyulan lider uluslarından biri olmak için beyin gücünü kullanan 42 yıllık geçmişine bir övgüdür.

Dünyanın en büyük Zihin Haritası nasıl oluşturuldu?

1. Öncelikle Zihin Haritası'nda anlatılacak hikâyenin ana başlıkları belirlendi. Bu aşama Henry Toi tarafından kavramsallaştırıldı.

2. Hikâye, Thum Cheng Cheong tarafından taslak halinde çizildi.

3. Taslak, bir komite tarafından gözden geçirildi ve birkaç değişiklik yapıldı.

4 Son taslak, bilgisayara aktarılmak üzere StudioWorkz Prodüksiyon Şirketi'nden Vincent Chow'a teslim edildi.

5 Bilgisayara aktarılan dosya, geniş kanvas bezlere basılmak üzere Actaliz Pazarlama ve İletişim Şirketi'nden Dennis Kuang'a teslim edildi.

6 Basılan parçalar on beş katılımcı okula kontrol edilmek üzere gönderildi (Bedok İlköğretim Okulu, CHIJ Our Lady of Good Council, Chong Boon Ortaokulu, Compassvale Ortaokulu, Coral Ortaokulu, First Toa Payoh Ortaokulu, Haih Kız Lisesi, Jign Shan İlköğretim Okulu, Jurongville Ortaokulu, Kuo Chuan Presbiteryen İlköğretim Okulu, Ngee Ann İlköğretim Okulu, Pei Hwa Presbiteryen İlköğretim Okulu, Peixin İlköğretim Okulu, Rulang İlköğretim Okulu, Yuan Ching Ortaokulu).

7 Parçalar öğrenciler tarafından renklendirildi, tekrar gözden geçirilmek üzere komiteye gönderildi ve en sonunda dikip yapıştırması için Dennis'e teslim edildi.

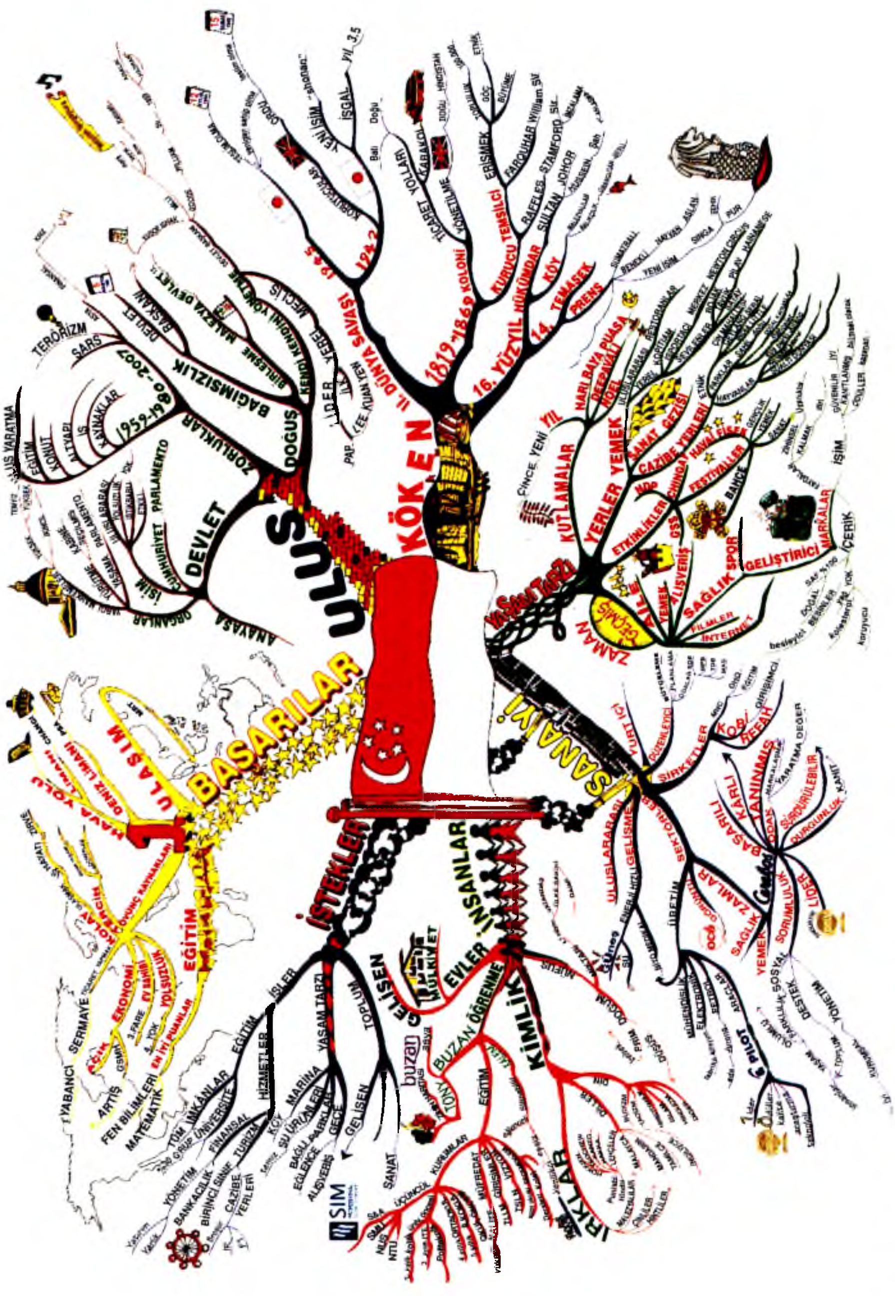
8 Sonunda parçalar birleştirildi ve dünyanın en büyük Zihin Haritası ortaya çıktı.



Dünyanın en büyük Zihin Haritası – haritanın yapılmasına katkı sağlayan 1.860 çocuktan bir kısmı, çıkardıkları işe hayranlıkla bakıyorlar.

Bu haritanın merkezinden (Singapur bayrağı), yedi farklı konu dağılmaktadır: 'Ulus' (kahverengi), 'Soy' (mavi), 'Yaşam tarzı' (yeşil), 'İşler' (mor), 'İnsanlar' (kırmızı), 'İstekler' (mavi) ve 'Başarılar' (sarı). Etkinliğin sponsorlarından birl olan Singapur Yönetim Enstitüsü'nün CEO'su K.C. Lee, harita hakkında şunları söylemektedir:

"Dünyanın en büyük Zihin Haritası'nı oluşturan ekibin bir parçası olmaktan dolayı mutluluk duyuyoruz. Singapur'un bu başarısı, zihinsel sermayeyi kullanabildiğinin kanıtıdır. Günümüz küresel ekonomisinde, zihinsel sermaye bir ülkenin başarısının ve yaşam boyu eğitimin en önemli öğesidir.
Bu Zihin Haritası Singapur'un tarihini resmetmekte, Singapur'un başarısını ve zihnin gücünü yansıtmaktadır. Bize, elde sınırlı malzeme olsa bile beynin gücünü tam anlamıyla kullanarak mükemmel şeylerin başarılabileceğini göstermektedir."



Dünyanın en büyük Zihin Haritası – Singapur

Yayılan Düşünme – parlak gelecek

İhtimalleri inceleyebilmek için, evrenden kortekse dönmemiz ve Rader Platt'ın ekonomi, kirlilik ve genel küresel durumla ilgili hayal kırıklığına uğratan haberlerinde umut ışıkları aramamız gerekir. Şu anki durumu tam olarak anlayabiliyorsak ve geleceğimize dair gerçekçi bir tutumumuz varsa, gelecekteki tüm ihtimalleri etkileyecek olan tek faktöre çok yakından bakmamız gerekir. Bu önemli faktör ne çevre, ne ekonomi veya psikoloji teorileri, ne 'insanoğlunun temel saldırganlığı', ne de 'tarihin geri döndürülemez' oluşudur. Temel ve olanca çıplaklığıyla ortada olan faktör; *Zihin Haritaları* kitabının konusu olan ve eşitliğin geri kalanını geniş ölçüde kaydeden, kontrol eden, yönlendiren, Yayılan Düşünme yetisine sahip insan beynidir.

Geleceğe dair umudumuz, bu karmaşık, gizemli organımıza, insanoğlunun türüne ve her şeyin bağlantılı, göreceli olduğunu düşünmemize bağlıdır.

Ekler

Buzan's iMindMap™ software that helps you think

Tony Buzan'ın dünyaca ünlü ve orijinal Zihin Haritaları'nın bulunduğu **www.imindmap.com** sitesinde, zihin haritalama yazılımının 4.0 versiyonunu bulabilirsiniz. Bu versiyon masaüstü bilgisayarlara, laptoplara ve hatta iPhone veya diğer dijital ürünlere uygundur. **www.imindmap.com,** videolar, makaleler, tavsiyeler, şablonlar ve kılavuz içermektedir:

Videolar



Makaleler



Bilgilendirici rehber



Tavsiyeler



Şablonlar



Kılavuz



buzan

Tony Buzan'ın dünyasına hoş geldiniz. Tony Buzan, günümüzün en güçlü düşünme aracı olan Zihin Haritası'nın mucididir. **www.buzanworld.com**'da, Tony'yi, zihin haritalamanın, hafızanın ve hızlı okumanın dönüştürücü gücünü keşfedin.

Tony Buzan'ın 'Akıl Oyunları' arşivi

The Festival of the Mind International

The Mind Sport of Memory

Akıl Oyunları, öğrenmenin beş öğesi –hafıza, hızlı okuma, IQ, yaratıcılık ve zihin haritalama– üzerine düzenlenen bir festivaldir.

İlk festival, 1995'te Londra Royal Albert Hall'da Tony Buzan ve Raymond Keene OBE tarafından düzenlenmiştir. Bu tarihten beri de Oxford'daki Dünya Hafıza Şampiyonası ile birlikte İngiltere, Malezya, Çin ve Bahreyn gibi ülkelerde gerçekleştirilmiştir. Festival kapsamındaki beş alana olan ilgi giderek büyümektedir bu nedenle festivale olan ilgi de büyüktür. Tony Buzan'ın yalnızca Zihin Haritaları ile ilgili 2006 yılında düzenlediği etkinlik de Albert Hall'ı doldurmuştur.

Festival'de her bir alan, kendi komitesince değerlendirilmektedir.

Dünya Hafıza Oyunları Konseyi

WORLD MEMORY SPORTS COUNCIL

Dünya Hafıza Oyunları Konseyi, hafıza oyunları kapsamında dünya çapında yarışmalar düzenleyen bağımsız bir yönetim organıdır. Tony Buzan bu konseyin başkanıdır. Ayrıntılı bilgi için **www.worldmemorysportscouncil.com**'u ziyaret edebilirsiniz.

The World Speed Reading Council

Dünya Hızlı Okuma Konseyi, dünya çapında hızlı okuma alanında eğitimler vermek ve hızlı okumayı tanıtmak amacıyla kurulmuştur. Hızlı okuma, uzun metinleri kısa sürede okuma becerisine sahip olma dışında beş öğrenme alanından biridir ve rekabet ortamı ile pekiştirilir. Ayrıntılı bilgi için **www.worldspeedreadingcouncil.com**'a bakınız.

Zihin Haritalama, 1971'de uluslararası üne sahip yazar ve beyin uzmanı Tony Buzan tarafından icat edilen 'Düşünce Düzenleme Tekniği'dir. Dünya Zihin Haritalama Konseyi de zihin haritalamayı tanıtır ve Dünya Zihin Haritalama Şampiyonluğu ödülü verir. Bu ödülün son sahibi Phil Chambers'tır. Ayrıntılı bilgi için: **www.worldmindmappingcouncil.com**.

Yaratıcılık testlerinin duayeni E. Paul Torrance yaratıcılığı şöyle tanımlar: "Yaratıcılık, sorunlara, eksikliklere, boşluklara, kayıp öğelere, uyumsuzluklara karşı hassasiyet geliştirme sürecidir; zorlukları belirlemek; çözüm aramak; tahminler yürütmek veya hipotezler üretmek; bu hipotezleri test edip değiştirmek, yeniden test etmek ve en sonunda sonuç üretmektir." Yaratıcılık, zihin haritalama, IQ, hızlı okuma ve hafıza ile birlikte öğrenmenin beş öğesinden biridir. Bu beceriler birbirlerini olumlu yönde etkiler ve hep birlikte bireyin seçtiği öğede etkili olmasına yardımcı olurlar. Bu beş alan, Akıl Oyunları Festivali'nde yer almaktadır. Ayrıntılar için bakınız: **www.worldcreativitycouncil.com**.

IQ, öğrenmenin beş öğesinden –yaratıcılık, zihin haritalama, hızlı okuma, IQ ve hafıza– biridir. Dünya IQ Konseyi'ni **www.worldiqcouncil.com** sitesinden ziyaret edebilir, IQ'nuzu test edebilirsiniz.

Buzan tarafından kurulan Dünya Beyin Kulübü, dünyanın çeşitli yerlerinde beyin kulüplerinin oluşumunu desteklemektedir. Bu kulüpler yıllar geçtikçe çoğalmakta, zihin haritalama, yaratıcılık, IQ, hafıza ve hızlı okuma alanlarında çalışmaktadır. Bu alanlardan biri üzerinde çalışmak, diğerlerini de olumlu etkilemektedir. Örneğin, Zihin Haritaları'nı kullanmak yaratıcılığı geliştirmektedir ya da hafıza geliştirme tekniklerini kullanmak, beyni güçlendirmektedir.

Bir okulda, üniversitede, kurumda veya şirkette kurulan Beyin Kulüpleri, tüm üyelerin aynı amaç etrafında toplandığı destekleyici bir ortam yaratır. Buzan Merkezleri bu kulüplere nitelikli elemanlar yetiştirir. Bakınız: **www.buzanworld.com** ve **www.worldbrainclub.com.**



Beyin Yardımsevenler Vakfı, 1990 yılında Tony Buzan tarafından tek bir amaç için –insanların potansiyellerini açığa çıkarma becerilerini arttırmak için– kurulmuştur. Tüzüğü düşünme süreçleri, öğrenme, anlama, iletişim, problem çözme, yaratıcılık ve karar alma mekanizmaları üzerine araştırma yapmaya müsaittir. 2008'de Profesör Susan Greenfield, vakıf tarafından 'Yüzyılın Beyni' ödülünü kazanmıştır. Bakınız: **www.braintrust.org.uk**.



Dünya Akıl Rekorları Akademisi, rekortmenleri ve başarılarını tanıtmak için kurulmuştur. Rekor denemelerini izlemenin yanında, rekortmenlere sertifika verir. Ayrıca Akıl Oyunları Festivali ile bağlantılıdır. Bakınız: **www.mental-worldrecords.com**

Online kaynaklar

www.buzanworld.com
www.imindmap.com
www.worldmemorychampionships.com
www.worldmindmappingcouncil.com
www.schoolsmemorychampionships.com
www.braintrust.org.uk
www.festivalofthemind.com
www.worldcreativitycouncil.com
www.mentalworldrecords.com
www.woridbrainclub.com
www.worldspeedreadingcouncil.com
www.worldiqcouncil.com
www.buzanworid.com/Im_Tony_Buzan.htm

Dizin

açıklık 65
Adam, Sean 112
Akıl Oyunları Festivali 195, 206
Almacreations 162-3
akson 6
amaç belirleme 122, 127
  ve bilgisayarlı Zihin Haritaları 185
Ana Zihin Haritası 193
analiz
  ve grup Zihin Haritaları 152
  resimler 61
anlaşmalar ve
  Bilgisayarlı Zihin Haritaları 184-5
Anokhin, Petr Kouzmich 7-8, 198
anormal davranışlar 40
aylık Zihin Haritası 133, 134

beyin 5-13
  ve Sanatsal Zihin Haritaları 82-3
  temel başlıklar 53-5
  sağ ve sol yarım küre 8-9
  ve hafıza 87
  ve Zihinsel Okuryazarlık 13, 196-7
  modern beyin hücresi
    araştırmaları 5-8
  ve Yayılan Düşünme 25, 26, 204
  ve resim tanıma 45-6
  retiküler aktivasyon sistemi 68
  ve depolama kapasitesi 24-5
beyin fırtınası 29, 34
  ve bilgisayarlı Zihin Haritaları 183-4
  ve grup Zihin Haritaları 150-1, 152, 154
beyin hücreleri 10
    ve Zihin Haritaları 34
    modern beyin araştırmaları 5-8
Beyin Yardımsevenler Vakfı 208
Beyin Yıldızları 192-3
beynin depolama kapasitesi 24-5
beynin düşünme süreçleri 11-12
  ve Zihin Haritaları 12
beynin sol yarım küresi 8, 9, 19
bilgisayarlı Zihin Haritaları 171-90
  Adobe PDF dosyaları 180
  faydaları 174-82
  otomatik oluşturma ve
    geliştirme 174-6
  işbirliği ve takım çalışması 179
  görsel veri tabanı 177-8
  düzenleme ve düzeltme 176
  bilgi analizi ve yönetimi 177
  organizasyonları ve işleri
    yürütmek 178
  paylaşım ve dağıtım seçenekleri 180
  veritabanları 189
  masaüstü 189
  dijital mürekkep 176
  el bilgisayarları 67, 189
  büyük toplantılar 154
  tasarım, renkler ve yazı tipi 175
  bağlantılar 178
  gezinti yapmak 177
  sunumlar 180, 181, 182
  proje yönetimi araçları 178-9, 185
  yazılım 116, 171, 172, 174, 176,
    178-9, 181
  e-Zihin Haritası 174, 175, 182,
    186-7, 205
    ve performans değerlendirmesi 187
  ne zaman kullanmalı 182-8
    beyin fırtınası 183-4
    işbirliği/ekip çalışması 187-8
    yaşam yönetimi 188
    toplantılar 174, 183
    anlaşmalar 184-5
    performans değerlendirme 187-188
    kişisel amaç belirleme 185
    proje yönetimi 186-7
    strateji geliştirme 186
bilişsel kuvvetlendirme 197
Bloch, Michael 8, 150
Borer, Claudius 78-80
Brain of Britain 193

Cep telefonu teknolojisi 189
Chambers, Phil 157
Cheong, Thum Cheng 200
Chow, Vincent 201

çağrışım
  Zihin Haritaları'nda 29, 64-5, 71
  ve Yayılan Düşünme 25
  çağrışımın eşsizliği 39
çizgi ve kelime uzunluğu 65
çizim 70
  becerileri 46
  bilgisayarlı Zihin Haritaları 172, 176
çok boyutlu düşünme 25, 29

da Vinci, Leonardo 13, 15, 61, 197
'dağınık' Zihin Haritası 73-5
dâhiler 12-15
dallar 32
  bilgisayarlı Zihin Haritaları 174-5,
    176, 177, 180
  ve yaratıcı düşünme 95
  ve karar alma 100, 105-6
  günlükler/planlar 129, 133
  makaleler 140
  hiyerarşiler 52-3, 56, 57, 67
  anahtar kelimeler/ resimler 32
  yönetim 162
  toplantılar 149
  her satıra bir kelime kuralı 72-3
  sunumlar 156
  kişisel analiz 120
Darwin, Charles 13, 14
De Bono, Edward 192
dendritler 6
dengeli iş hayatı 124-5
ders çalışma becerileri 139-48
  Ana Zihin Haritası 147-8
  makale yazmak 139-42
  sınavlar 142-3, 173
  kitaplar 144-7
  projeler ve raporlar 143-4

kullanma sebepleri 139
'canlı' bilgiyi kaydetmek 147
De Stefano, Kathy 79, 80
Doğrusal notlar 17-19, 20, 55
Doğu kültürleri 58-9
Dört tehlikeli alan 70-5
Dräger, Henning 168
Duygular
ve karar alma 100, 102
olumsuz 75
ve kişisel analiz 120
Dünya Beyin Kulübü 207
Dünyanın en büyük Zihin Haritası 200-203
Dünya Hafıza Konseyi 132, 206
Dünya IQ Konseyi 207
Dünya Yaratıcılık Konseyi 207
Dünya Zihin Haritalama Konseyi, 207

Edison, Thomas 13
Edwards, Dr. Betty 46
eğitim
ders planları 173, 193
okul projeleri 141, 142
özel eğitim 194-6
dil/dilbilgisi eğitimi 193
Einstein, Albert 12, 13, 96
Ekberg, Ulf 82-3
ekip çalışması 149, 152, 153, 154
ve bilgisayarlı Zihin Haritaları 179, 187-8
geliştirmek için Zihin Haritaları 161-3
el-göz koordinasyonu 77
Enskog, Thomas 142
esneklik ve yaratıcı düşünme 93
eşit ağırlıklı karar 102

Facebook 48, 190
Faraday, Michael 12
Flesch, Rudolf 94
Fox, Vincente 196

Gates, Bill 116
Geesink, Dr. John 79, 80
Gelb, Michael J. 157, 169
geleceği planlama 130
gestalt 11, 55, 56
Gill, Lorraine 33, 46
Goode, Rachel 171
görsel algı becerileri 77
görsel dünyalar 48
gözlem becerileri 80
Greenfield, Baroness Susan 193, 208
günlükler 129-38
günlük planlar 133-5, 137
aylık planlar 133, 134
haftalık planlar 133, 136
yıllık planlar 130-1

Haber, Ralph 45, 46
hafıza
ve sanatsal Zihin Haritaları 77
ve çağrışım 64-5
ve merkezi resimler 61
ve renkler 61
vurgu 59-63
ve hiyerarşiler 52-3
ve öğrenme 9-10
ve resimler 46
ve hızlı Zihin Haritaları 70-1
ve görsel çağrışım alıştırmaları 49, 51-2
haftalık Zihin Haritaları 133, 136
Hamed, Sheikh 198
Hawking, Stephen 192

hızlı Zihin Haritaları
yaratıcı düşünme 94-5
sınavlar 142
ekip çalışmasını geliştirme 162
sunumlar 156
kişisel analiz 120, 125
hiyerarşiler 52-3, 56, 57, 67
ve karar alma 105
Homeros, *Odysseia* 62

İkili kararlar alma 99-104
eleştirel düşünme alıştırması 103-4
kararsızlık 102-3
İşyeri/iş ortamı 68

Kanda, Masanori 162
karmaşık kararlar 104-7
Kasparov, Gary 192
kategoriler 52, 56, 57
Kawase, Mikiko Chikada 124-5
Keene, Raymond 192, 195
Kekule, F. A 96
kişisel analiz 119- 27
kişisel problem çözme ve
Bilgisayarlı Zihin Haritaları 125-6
Kuang, Dennis 201
kuluçka
ve yaratıcı düşünme 96
ve karar alma 102
ve grup Zihin Haritaları 152

Lee, James 143
Lee, K.C. 202
Luria, Alexander 62
Malezya 'beyin devrimi' girişimi 196
McNally, David 183
merkezi resimler 32, 61
bilgisayarlı Zihin Haritaları 174
günlükler 130, 133
makale yazımı 140
yönetim 162
toplantılar 149
sunumlar 156
MS Outlook 179
MS Project 182
Muhammed Ali 12

Naiman, Katarina 141
Naisbitt, John 144-5
Nickerson, R. S. 45-6
notların analitik işlevi 10
notların etkileşimsel işlevi 110-111
notların hafıza geliştirici işlevi 110
notların yaratıcı işlevi 110
nöronlar 5, 6, 8
nöronsal yollar 7

olumsuz duygusal tepkiler 75
O'Brian, Dominic 192

öğrenme güçlüğü 194-6
öğrenme psikolojisi 9-10
öncelik etkisi 9

Polgar, Judit 192
Pound, Ezra 96

proje yönetimi 143-4
ve bilgisayarlı Zihin Haritası 178-9, 182, 185, 186-7
ve toplantılarda Zihin Haritası 149
okul projeleri 141, 142

Qin Shi Huangdi 12
Quiogue, Neil 187

rapor yazma 143-4
resim tanıma 45-6
resimler 32, 60, 61
ve sanatsal Zihin Haritaları 80
temel başlıklar 53-5, 56
ve kelimeler 51-8
bilgisayarlı Zihin Haritaları 175-6, 180
ve karar alma 100
Zihin Haritası günlüğü 129, 130, 133
ve Yayılan Düşünme 25
sinestezi 62
retiküler aktivasyon sistemi 68

saçma fikirler 68
Sagan, Carl 192
sanatsal Zihin Haritaları 77-83
C.C.Thum 80-81
Ulf Ekberg 82-3
satranç şampiyonu 192
Schmidt, Karen 141
semboller
Zihin Haritası günlüklerinde 130, 133
Not alma/not üretme 18
serbest çağrışım 67
serebral korteks 8, 10
ses tanıma yazılımı 189
Sheng, Yong 120- 2
Shereshevsky ('S') 62
sınav hazırlığı 142-3
sinaptik boşluk 6
sinaptik düğmeler 6
sinerjik düşünme 12
sinestezi 62
Singapur
Zihinsel okuryazarlık 196
Milli Eğitim Bakanlığı
Zihin Haritası 165
Dünyanın en büyük Zihin Haritası 200-203
Soderberg, Lars 193
sol yarım küre 8, 9, 19, 41
sonralık etkisi 9
Sperry, Roger 8
super mantık ve karar alma 101
süreç oluşumlu kararlar 101
Şerif, Ömer 192
tatil planı 58, 134
tekrar
ve hafıza yolu 7
ve Zihin Haritaları 88
temel başlıklar 52, 53-5, 56, 57
yaratıcı düşünme 95
karar alma 100, 103-4, 106
makale yazma 140
ekip çalışmasını geliştirmek 162
Zihin Haritası günlüğü 130
bir kitaptan not almak 111
sunumlar 156
kişisel analiz 120, 126
temiz hava 68

Thum C. C. 80, 81
Tinsley, Dr. Marion 192-3
Toi, Henry 200
toplantılar 149-154
Başkanlık 154
Bilgisayarlı Zihin Haritaları 174, 183
Gruplar 150-3
Büyük toplantılar 154
toplantılarda bireysel beyin fırtınası 151
Torrance, E. Paul 93, 207

uyku hastalığı 19-20
word belgeleri 182
'yapılacaklar' listesi 89
yapı
ve hafıza 88
ve Zihin Haritası 60
yaratıcı düşünme 90, 93-7
özellikleri 93
paradigma değişimi 96-7
yaratıcılık
ve çağrışım 64-5
ve renkler 61, 64
ve bilgisayarlı Zihin Haritaları 183
ve vurgu 59-63
ve Zihin Haritaları 32, 33, 55
ve resimler 46
ve hızlı Zihin Haritaları 69-70
Yayılan Düşünme 3, 31, 204
Beyin Yıldızları 192-3
tanımı 25
ve dâhiler 13
kuluçka 96
ve anahtar kelime çağrışımları 37
ve sağ/sol yarım küre 41
yansıma 25-6
yeniden yapılandırma
ve yaratıcı düşünme 95
ve grup Zihin Haritaları 152
ve kişisel analiz 120, 126
yıllık planlar 130-1
yıllık Zihin Haritaları 122
YouTube 48, 190

zaman ve Zihin Haritaları 25
zaman yönetimi ve günlükler 129-38
zaman kısıtlaması ve makale yazımı 39
Zander, Benjamin 96-7
Zihin Haritalama'nın 3 Kuralı 58-9
Zihin Haritalama Kuralları 60
Zihin Haritaları 3
doğuşu 10
özellikleri 31-2
tanımı 31-4
dört tehlikeli alan 70-5
tam 56-7
kullanım kılavuzu 58-75
Zihin Haritaları'nın geleceği
Beyin Yıldızları 192-3
Bilgisayarlı Zihin Haritaları 188-90
Zihinsel Okuryazar bireyler 196-8
özel eğitim 194-6
öğretim 193
Zihin Haritası şablonları
ders notları 112-13
anlaşmalar 184
performans değerlendirmeleri 187, 188
Zihinsel engeller 55
Zihinsel Okuryazarlık 13, 196-200

TONY BUZAN ve BARRY BUZAN

YARATICILIĞINIZI ORTAYA ÇIKARIR
HAFIZANIZI GÜÇLENDİRİR
HAYATINIZI DEĞİŞTİRİR

Hafızanızı, yaratıcılığınızı, konsantrasyonunuzu artırmak, konuşma yeteneğinizi, düşünme becerilerinizi geliştirmek ve kıvrak bir zekâya sahip olmak ister misiniz? **Zihin Haritaları** dünyada milyonlarca insanın yaşamını değiştiren, devrimsel nitelikteki not alma ve planlama sistemini sunuyor.

Zihin Haritaları yaşamınızı kolaylaştırır:

- Her şeyi daha kolay hatırlamanızı,
- Parlak fikirler üretmenizi,
- Sunum ya da raporlarınızı rahatlıkla hazırlamanızı,
- Tartışmalarda insanları ustaca ikna etmenizi,
- Kişisel hedeflerinizi planlamanızı,
- Hayatınızın kontrolünü ele almanızı sağlar.

Zihin Haritaları eğitim ve iş yaşamında fırtına etkisi yaratmış, dünya genelinde 250 milyondan fazla insanın kullandığı çığır açan not alma tekniği ile 'beynin isviçre çakısı' olarak adlandırılmıştır.

Tamamıyla renkli basılmış olan bu kitap, sizlere beyninizin en son biyo-bilgisayar temel işlevsel ilkelerini sunmaktadır.

Ayrıca beyin gücünüzü en üst seviyeye çıkarmanıza yardımcı olduğu gibi çeşitli özelliklerde büyüleyici alıştırmalar, bolca orijinal zihin haritası ve ilham verici fotoğrafla teknik olarak birçok açıklamayı da içerir.

Tony Buzan, **Zihin Haritaları**'nın mucidi, beyin ve öğrenme konularında dünyanın önde gelen otoritelerinden biridir. Kitapları yüzden fazla ülkede büyük başarılara ulaşmış ve 30 dile çevrilmiştir. **Tony Buzan**, dünyanın her yerinde konferanslar vermekte, sayısız çokuluslu şirkete ve hükûmete danışmanlık yapmaktadır. Aynı zamanda Beyin Vakfı Başkanı, Beyin Yardımsevenler Vakfı, Dünya Hafıza Şampiyonası ile Dünya Beyin Şampiyonası'nın da kurucusudur.

Barry Buzan, London School of Economics'te Uluslararası İlişkiler profesörüdür. Başarılı bir konuşmacı ve yazar olmakla birlikte uluslararası sistem yapısı ile tarih konusunda uzmandır. Kariyeri boyunca **Zihin Haritaları**'nı kullanmıştır. 1981'den beri erkek kardeşi **Tony Buzan**'la birlikte **Zihin Haritaları**'nın geliştirilmesi ile ilgilenmektedir.

ALFA

ISBN: 978-605-106-298-3