



3.7 Lecke: Mikor és miért működik a gondolattérkép?

A gondolattérkép készítésének alapvetései

Érdeemes ismerni a technikát, mert ...

- a módszer alkalmazásával lényeglátásodat, komplex gondolkodásodat fejlesztheted tovább
- a hosszú távú rögzítéshez szükség van saját alkotó tevékenységedre
- a vizuális memóriádra nagy százalékban érdemes alapoznod: a színes rajzokra, skiccekre jobban emlékszel – főképpen, ha ezekkel kreatív asszociációid alapján te magad bővíted a jegyzeteidet
- a kreatív, szabadon gondolkodó és a teret tudatosan, szabadon felhasználó elme eszköze



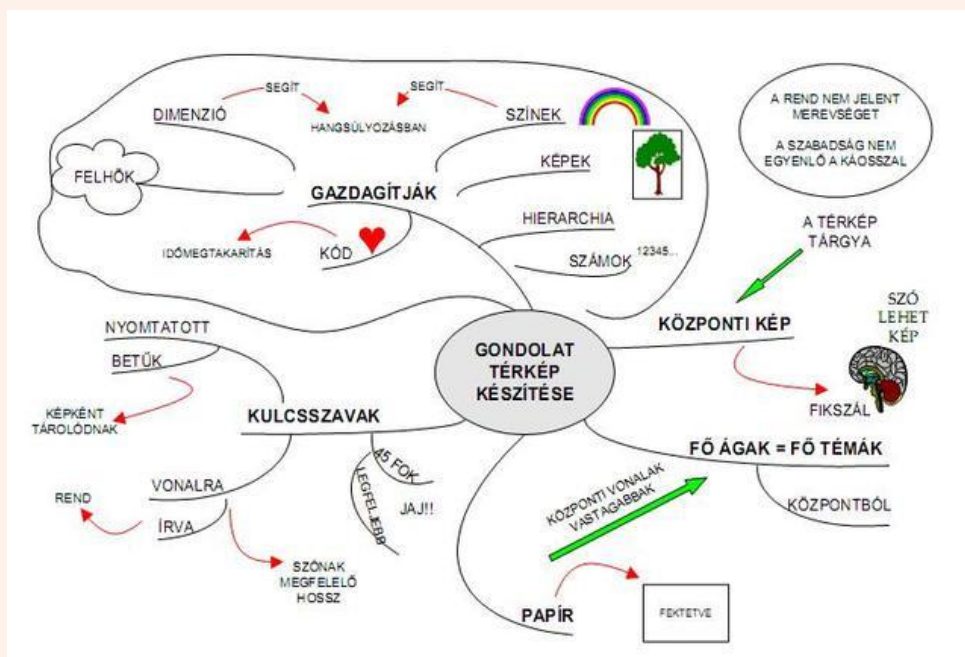
A saját vázlat készítésére egy-egy tudásanyaghoz kapcsolódóan érdemes időt szánni, főképpen, ha a témakör fontos számodra céljaidhoz kapcsolódóan. Ha pedig kevésbé, akkor épp az időgazdálkodásod miatt érdemes a hatékony vázlatkészítéssel gyorsan és eredményesen „letudni” a hozzá kapcsolódó teendőket.

Sokféle grafikus szervezővel találkozhatasz (fürtábra, csillag-ábra, folyamatábrák, táblázatok, diagramok, stb.) és valószínűleg Te magad is alkalmazod már ezeket. A gondolattérkép lényegét tekintve elsősorban abban különbözik ezektől, hogy a benne **nyomtatott nagybetűkkel megjelenített fogalmak** mellett **az egyéni asszociációk alapján rajzok jelzik a már meglévő, korábbi tudásbázishoz való kapcsolódást** a „MI JUT ESZEMBE ERRŐL A FOGALOMRÓL” kérdésre válaszolva. **Tehát, a kulcs ennél a módszernél a szabadasszociációs rajzok, skiccek megjelenítése a vázlatban.**

A gondolattérkép felépítése és jellemzői az alábbiakban foglalhatók össze:

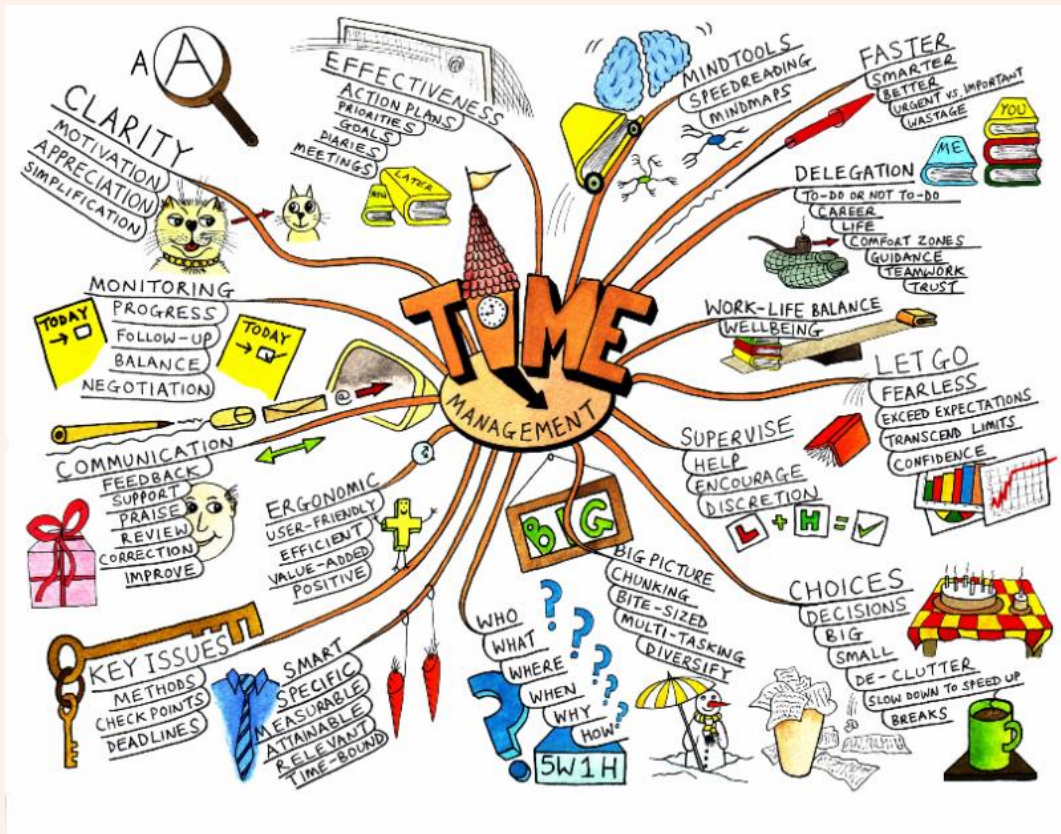
1. Tárnya egy központi képben kristályosodik ki.
2. Segítségével a téma szemléletesen strukturálható.
3. A fő témák a központból ágaznak ki.
4. Az ágak tartalmaznak egy nyomtatott betűvel írt kulcsszót. A fő ágakhoz kapcsolódnak az alárendelt információk kisebb elágazásokon.
5. Az ágak egy csomópontokkal kapcsolódó szerkezetet alkotnak.
6. Gazdagítható színekkel, képekkel, kódokkal, dimenziókkal, hogy érdekesebb, színesebb, személyesebb és vizuálisan emlékezetes lehessen.

Most nézd meg az alábbi ábrán, hogy hogy mennyivel érthetőbb és megjegyezhetőbb, ha ezt a listát gondolattérképen ábrázoljuk:



1. ábra: A gondolattérkép készítés gondolattérképe (Oroszlány, 2003)

Forrás: Oroszlány Péter (2015). *Tanulásmódszertan*; Bővített kiadás középiskolásoknak; Budapest, Metódustan Kiadó.



2. ábra: Az időszervezés gondolattérképe

Instrukciók gondolattérkép készítéshez a hatékonyság jegyében:

1. **Hosszú oldalára fektetve legyen a papír/füzet előtted** – a vizuális mezőnek ez felel meg leginkább, az állított lap a listázásos jegyzetelésnek és megjegyzéseknek való!
2. **A központi kép hordozza a fő témát** – automatikusan fixál a szem és az agy a központra, figyelmet kelt. A témakört, de egy szót is lehet asszociált képben ábrázolni.
3. **A nagyobb ágak** a központba kapcsolódnak és **a témakör nagyobb témaegységeit** jelzik.
4. Lehetőleg csak **egy kulcsszó kerüljön egy vonalra** – szabaddá teszi a további asszociációkat és nem folyik egybe a sok szó.
5. **Nyomatott betűket használj** – a nyomtatott betű könnyebben tárolódik képként, ez segíti a vizuális rögzítést!



6. Ne legyenek nagyon ferdén a szavak, ábrák (max. 45 fok) – a könnyebb olvashatóságért.
7. A központi vonalak vastagabbak legyenek (ha később kiderül, hogy valami fontos és a perifériára került, vastagítva kiemelhető)
8. **Határok ölelhetik körül a nagyobb** ágakat, mint nagyobb **témaegységeket** – formájuk emlékeztető lehet
9. **HASZNÁLJ MINÉL TÖBB SZÍNT ÉS SZABADASSZOCIÁCIÓS KÉPET A FOGALMAKHOZ!**
A képek, skiccek tiszták és egyértelműek legyenek számodra.
10. A változó nagyságok és dimenziók is segítik a hangsúlyozást.
11. A szervezett és megfelelő térközök teszik átláthatóvá, érthetővé a „térképet”.
12. **A kódok (betű, szín, szám) időmegtakarítást jelentenek, a nyilak vezetnek a szemet, irányt adnak a gondolatoknak.**
13. A hierarchikus elrendezés logikai rendet teremt.
14. Számokat is érdemes alkalmazni, ha sorba kell a témát rendezni.

KLICK

A GONDOLATTÉRKÉP KÉSZÍTÉSÉNEK LÉNYEGI ÖSSZEGZÉSÉRŐL VIDEO

Példa 1: verbális/fonetikus alliterációra egy szó rögzítése esetében: curtain – jelentése függöny:



Példa 2. vizuális asszociációra:



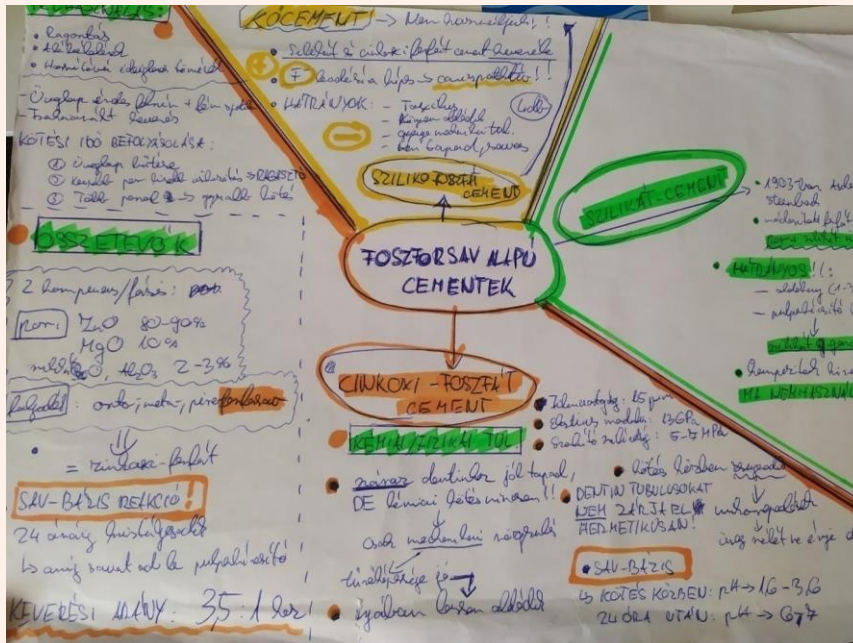
Részlet egy hallgatói önreflexióból. Itt a gondolatkép által kínált térbeli strukturálást, színek, jelölések tudatos alkalmazására látunk példát.

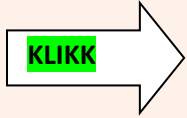
...”Az elmúlt hetekben megpróbáltam beépíteni azokat az elemeket a tanulási módszerembe, amit tanultunk órákon. A Cornell-féle technika nagyon jól bevált, igaz csak akkor, amikor van annyi időm az anyagra, hogy ezt

¹ Kép forrása: „andibarta” munkája, <https://www.idokep.hu/keptar/album/Friss/kep/611370>

² Videó forrása: <https://zanza.tv/testnevel-es-sport/tanulasmodszertan/gondolataink-terkepe?fbclid=IwAR1lv-TjHsla6jzbZH3GluRELKH58z1vNXfx6KZMBHDBpF7NLNc6PBFpEQ>

tudjam alkalmazni. Az egyik kedvenc technikám viszont a gondolat térkép lett, mivel le tudtam rajzolni ezzel egy olyan előadást, amit borzasztó nehéz volt megérteni, de ezzel sikerült. A meditációs gyakorlatokat gyakran szoktam itthon végezni kikapcsolódásként, mindazonáltal a labdás feladat is még mindig az egyik kedvencem. Nagyon jól ki tudja kapcsolni az elmémet, olyankor, amikor erre van szükségem (ez általában sokszor van). Egyre könnyebben megy, lassan már 3 labdával is! Végül és nem utolsósorban néha használok az olvasós programot is bár erre kevesebb időt fordítottam eddig, viszont a jövőben megpróbálom többet használni.”...





*Digitális gondolttérkép alkalmazások is elérhetők,
pl.:*
<https://bubbl.us/>

**További 9 weboldal gondolattérkép
készítéséhez digitális eszközökkel**

***Próbáld ki MOST, keresd meg és gyakorold a tanulandó témaköröidhez leginkább
illeszkedő technikát.***

- Szerezz be színes lapokat (A3, A4), filceket, postiteket!
- Az első gondolattérkép elkészítését lehetőleg kisebb témán, pl. egy előadáshoz tartozó ismeretanyag feldolgozásán kezd!
- Teszteld a tudásodat a gondolattérképpel feldolgozott témában!
- Integráld az időtükör és a memóriafogas (későbbi fejezet) technikákkal!
- Fogadd el, hogy az első egy-két gondolattérkép elkészítése időigényes, de a technika hatékonysága hosszú távon megéri a befektetést!



EFOP-3.4.3 -16-2016-00014 projekt

Marunák Mária

Hatékony tanulás I. e-learning kurzus

SZTE Egyetemi Életvezetési Tanácsadó Központ

<http://www.eletv.u-szeged.hu/>

Jelen tananyag a Szegedi Tudományegyetemen készült az Európai Unió támogatásával.

Projekt azonosító: EFOP-3.4.3-16-2016-00014

Szegedi Tudományegyetem
Cím: 6720 Szeged, Dugonics tér 13.
www.u-szeged.hu
www.szechenyi2020.hu

SZÉCHENYI 2020



MAGYARORSZÁG
KORMÁNYA

Európai Unió
Európai Szociális
Alap



BEFEKTETÉS A JÖVŐBE