



MAPPE MENTALI

Presentazione di
Tito Livio Mongelli

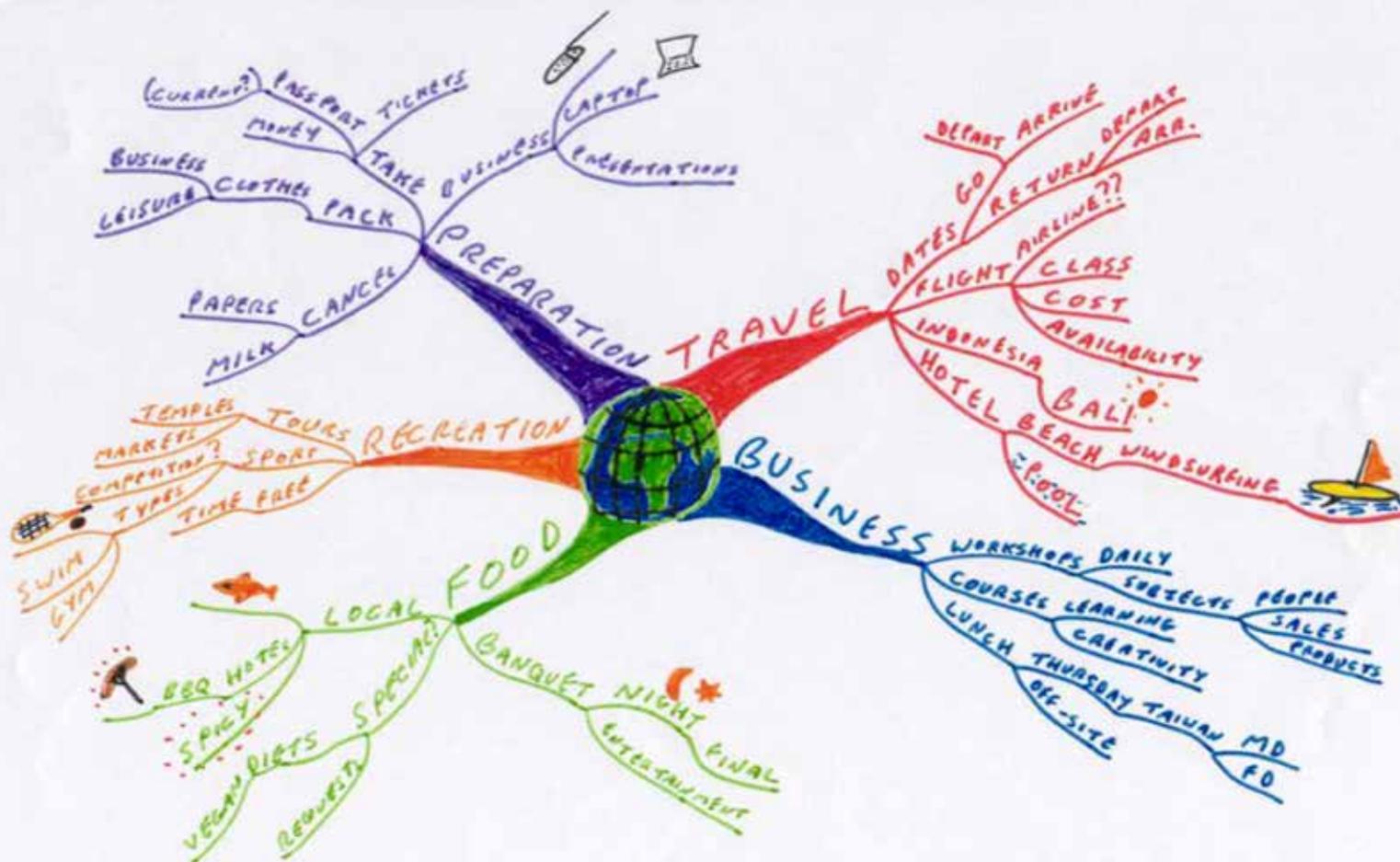


Una mappa mentale è un diagramma utilizzato per delineare visivamente informazioni.

Una mappa mentale è spesso creata intorno a una sola parola o a un testo, posto al centro, a cui si aggiungono le idee associate, parole e concetti.

Categorie principali si irradiano da un nodo centrale, e le categorie minori sono sottorami di rami più grandi.

Le mappa mentale per preparare un viaggio di lavoro

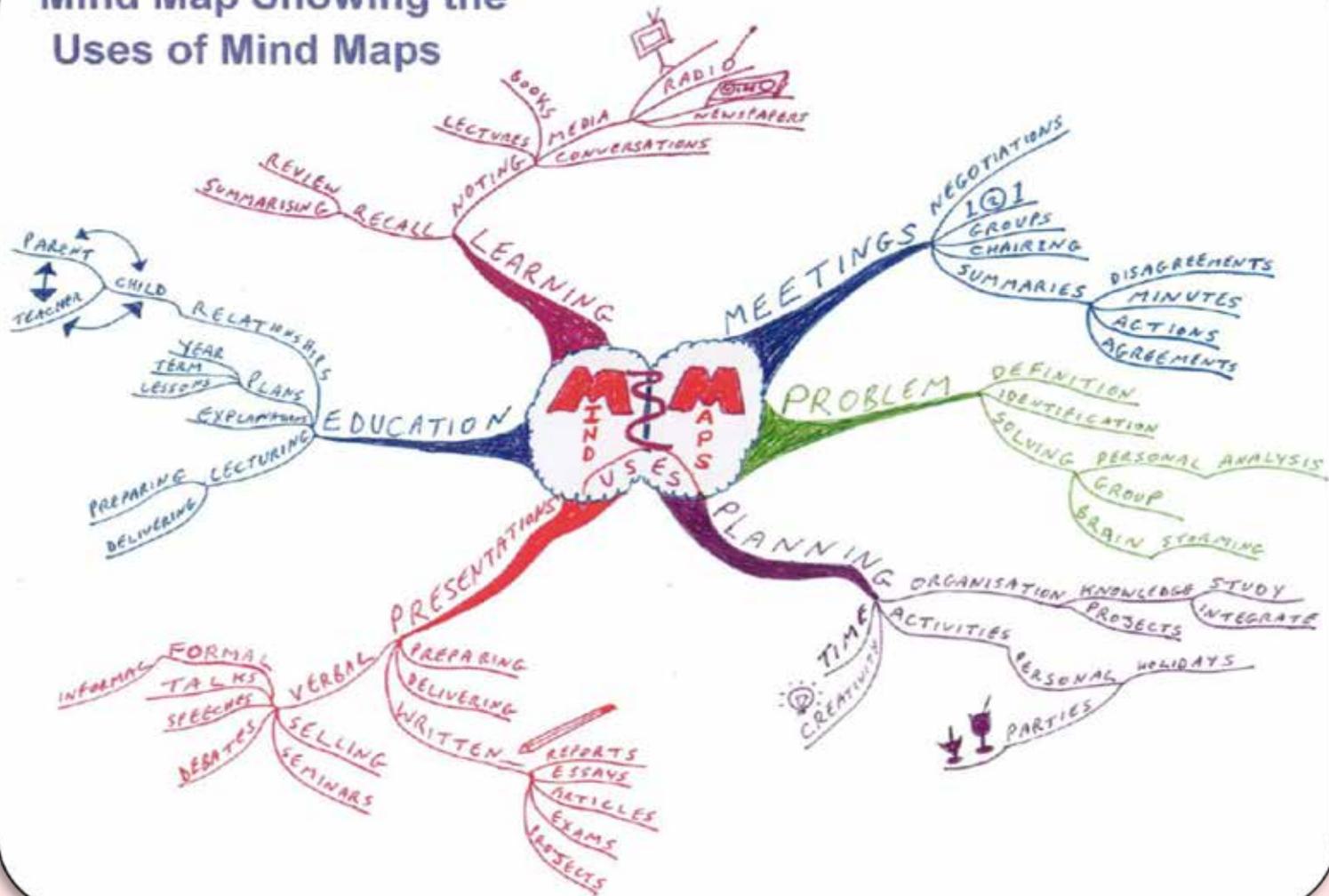




Le categorie possono rappresentare parole, idee, attività o altri elementi relativi a una parola chiave o una idea centrale.

Mappe mentali possono essere disegnate a mano, come "appunti" nel corso di una conferenza o una riunione, o preparate prima della lezione.

Mind Map Showing the Uses of Mind Maps





Il termine "mappa mentale" è stato reso popolare da Tony Buzan autore di testi di psicologia e personaggio televisivo inglese.

Ha usato le mappe mentali come un sistema mnemonico più che come un "percorso per aiutare la creatività"



Buzan suggerisce le seguenti linee guida per la creazione di mappe mentali:

- 1** Iniziare al centro con l'immagine del tema, utilizzando almeno 3 colori.
- 2** Utilizzare immagini, simboli, codici e dimensioni in tutta la vostra mappa mentale.
- 3** Selezionare le parole chiave e stamparle o scriverle utilizzando maiuscole o minuscole.
- 4** Ogni parola / immagine è meglio sia sola e su una propria riga.
- 5** Le linee devono essere collegate, partendo dall'immagine centrale. Le linee centrali sono più spesse, e si assottigliano allontanandosi dal centro.

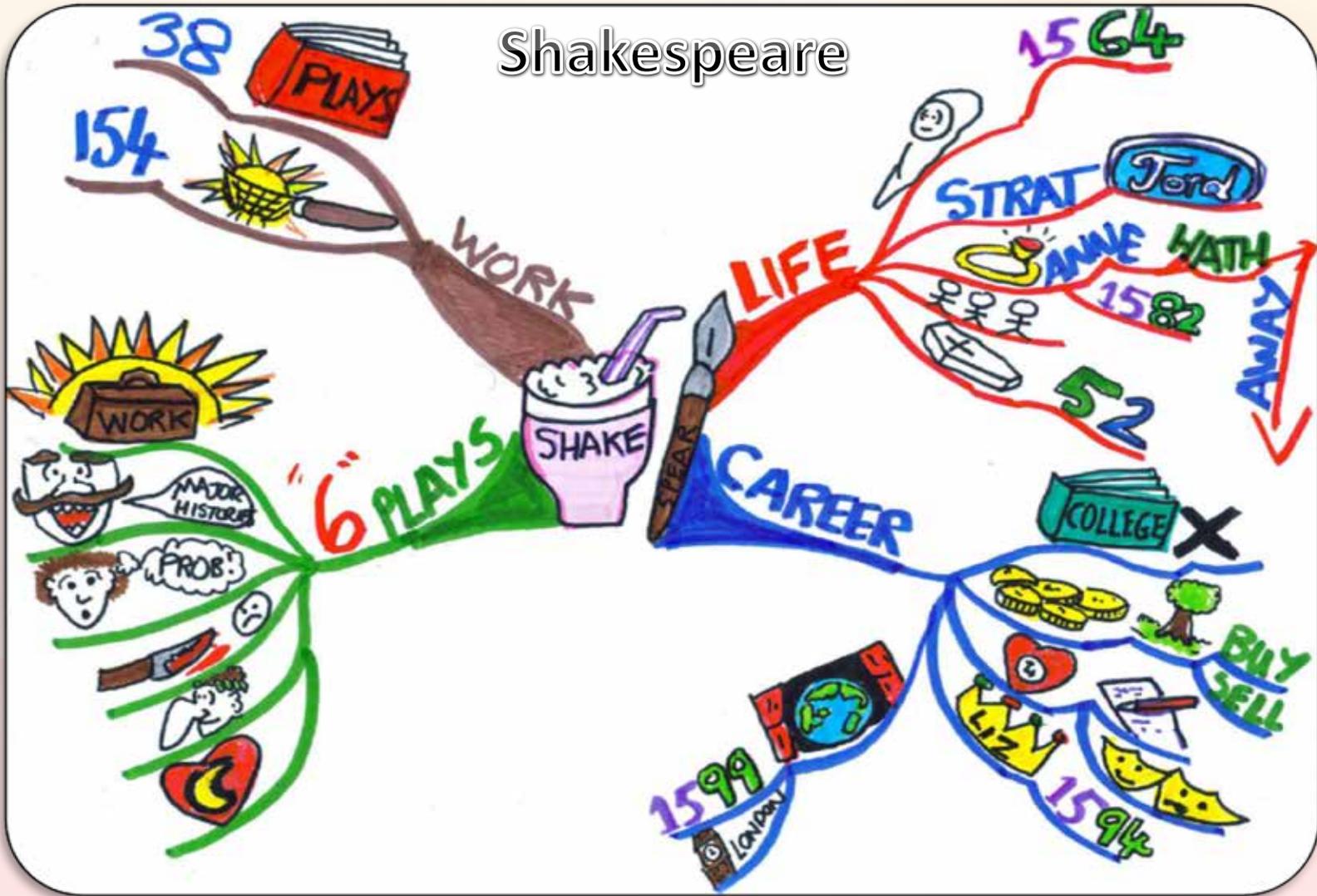


- ⑥ **Rendere le linee della stessa lunghezza della parola/immagine che supportano.**
- ⑦ **Utilizzare più colori in tutta la mappa mentale, per la stimolazione visuale e anche per raggruppare argomenti simili.**
- ⑧ **Sviluppare il proprio stile personale di mappatura mentale.**
- ⑨ **Utilizzare enfasi ed evidenziare associazioni nella vostra mappa mentale.**
- ⑩ **Conservare chiara la mappa mentale utilizzando gerarchia radiale, ordine numerico o contorni per raggruppare i tuoi rami.**



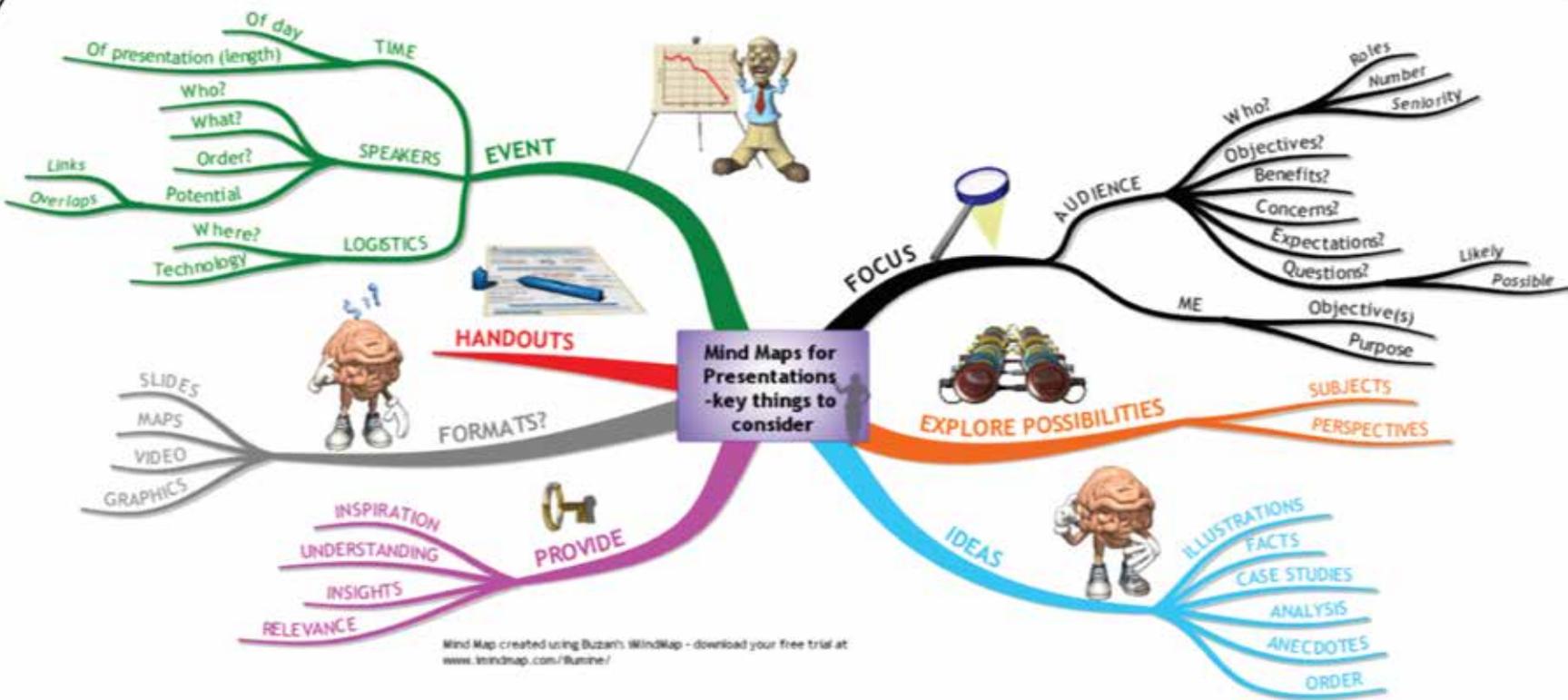
Questo elenco è di per sé più conciso di una versione in prosa delle stesse informazioni e la mappa mentale di queste linee guida è di per sé destinata ad essere memorizzata più facilmente e consultata più velocemente.

Shakespeare





Le Mappe mentali hanno molte applicazioni in situazioni educative e di business, tra cui il notetaking e il brainstorming (le idee vanno inserite nella mappa radialmente attorno al nodo centrale, senza assegnare loro priorità e il loro raggruppamento e l'organizzazione gerarchica deve avvenire in fasi successive).



Mind Map created using Buzan's MindMap - download your free trial at www.mindmap.com/



Le mappe mentali possono essere utilizzate per:

- **problem solving**
- **rappresentazioni di strutture / rapporti**
- **raggruppare informazioni in modo conciso e facilmente memorizzabile**
- **team building o attività sinergiche**
- **migliorare il morale nell'ambiente lavorativo**



Le Mappe mentali hanno una struttura Associativo/gerarchica.

Siamo in grado di creare due tipi di connessioni:

- gerarchica, come i rami di un albero, connessione di ciascun elemento con quello precedente;
- associativa, collegando elementi che sono in punti differenti della mappa.

È anche possibile trasformare la mappa mentale in un "percorso creativo" che divide la mappa in "nuvole".

We use this Mind Map® on several of our courses. The tutor does a short verbal presentation which the delegates then Mind Map.



© Illumine Training
This Mind Map can be reproduced for educational purposes. permission should be sought regarding all other reproduction from info@illumine.co.uk Mind Map® created using Buzan's iMindMap Software (www.illuminesoftware.co.uk). Mind Map® and Mind Maps® are registered trademarks of the Buzan Organisation.

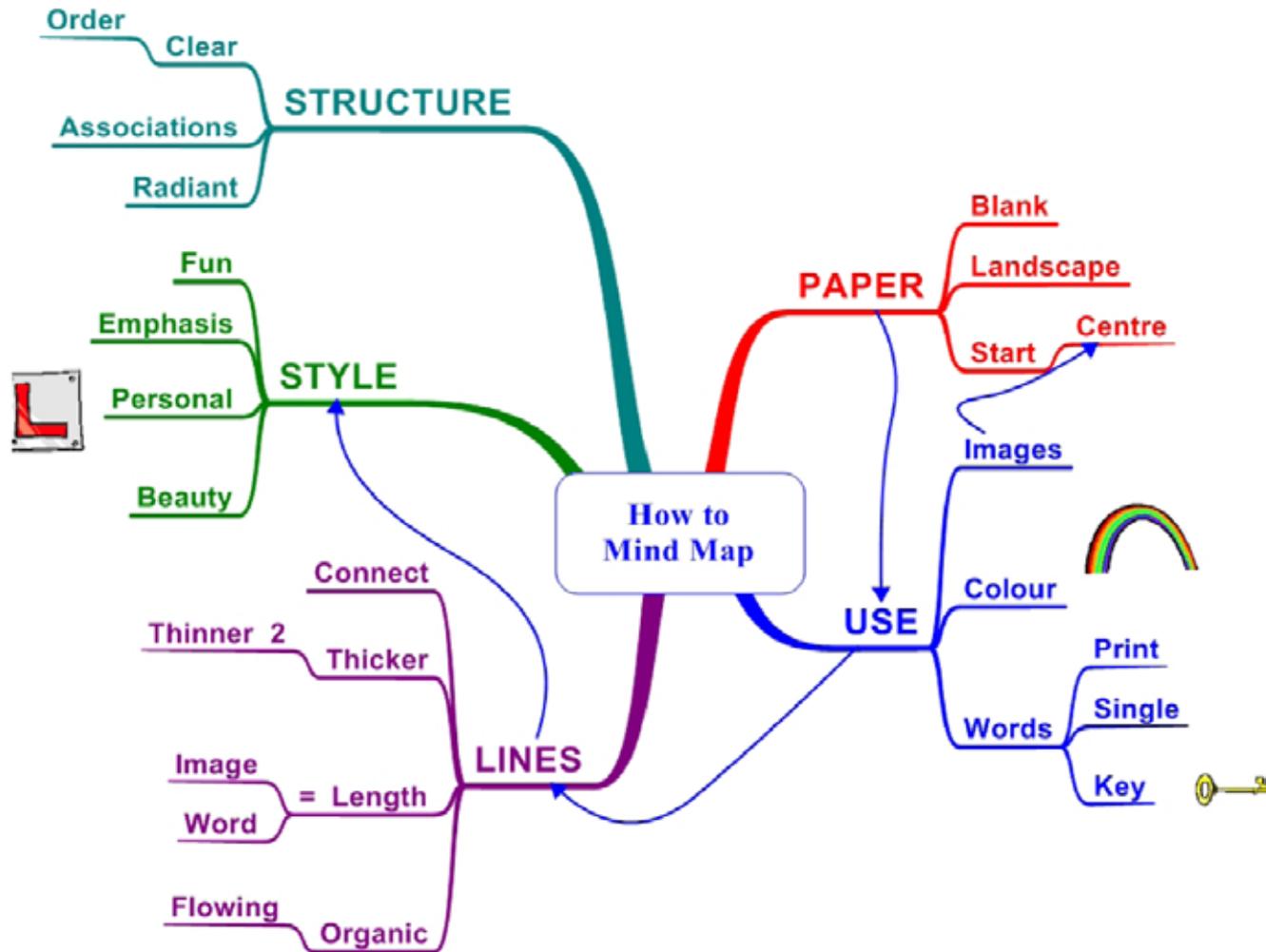


Le Mappe mentali sono molto utili nel brainstorming di gruppo, per definire gli obiettivi strategici, per disegnare un progetto, per preparare una riunione.



Un software di mappatura mentale può essere utilizzato per organizzare grandi quantità di informazioni, poichè unisce l'organizzazione spaziale e la strutturazione gerarchica dinamica.

I pacchetti software possono estendere il concetto di Mappatura Mentale, permettendo alle persone di mappare non solo pensieri ed idee ma anche le informazioni contenute sui loro computer e su internet, inserendo nella mappa fogli di calcolo, documenti, link a siti internet, immagini e filmati.





Grazie per la vostra attenzione

Tito Livio Mongelli