



وزارة التعليم العالي والبحث العلمي
جامعة تكريت / كلية التربية للعلوم الانسانية
قسم العلوم التربوية والنفسية
الدراسات الاولى / بكالوريوس

المحاضرة الثامنة: الخرائط الذهنية

المرحلة : الرابعة

مدرس المادة:

ا.د وفاء كنعان خضر

الايمل

wafakanan@tu.edu.iq

الخريطة الذهنية أو الخارطة العقلية) بالإنجليزية (mental map) :

وسيلة تعبيرية عن وجهة النظر الشخصية بشأن العالم الخاص بالأفكار والمخططات بدلا من الاقتصار على الكلمات فقط، حيث تستخدم الفروع والصور والألوان في التعبير عن الفكرة. تستخدم كطريقة من طرق استخدام الذاكرة وتعتمد على الذاكرة البصرية في رسم توضيحي سهل المراجعة والتذكر بقواعد وتعليمات ميسرة. ويدرس هذا الموضوع لتحديد الصفات الذاتية من الجمهور، مثل التفضيل الشخصي والاستخدامات العملية للجغرافيا مثل اتجاهات القيادة. ووسائل الإعلام الجماهيرية لها تأثير مباشر فعليًا على الخريطة الذهنية للشخص بشأن العالم الجغرافي. وفي كثير من الأحيان، ربما تتأثر الأبعاد الجغرافية المتصورة لدولة أجنبية (فيما يتعلق ببلد شخص ما) بشدة بمقدار الوقت والتغطية الإخبارية النسبية التي تقوم بها وسائل الإعلام التي تغطي الأحداث الإخبارية من تلك المنطقة الأجنبية. على سبيل المثال، قد يتصور شخص ما جزيرة صغيرة على أنها بحجم قارة تقريبًا، استنادًا فقط إلى مقدار التغطية الإخبارية التي يتعرض لها بصفة منتظمة.

فالخريطة الذهنية : وسيلة تعبيرية عن وجهة النظر الشخصية بشأن العالم الخاص بالأفكار والمخططات بدلا من الاقتصار على الكلمات فقط، حيث تستخدم الفروع والصور والألوان في التعبير عن الفكرة.

لكن دعنا نخبرك ببعض المعلومات القيّمة فيما يخص مخك...

-المخ لا يشعر بالألم، رغم أن المخ به مركز الشعور بالألم الخاص بجميع أعضاء الجسم.

-المخ لا ينام، بل إنه يصبح أكثر نشاطا أثناء النوم من الاستيقاظ.

-يستطيع المخ أن يخزن كل شيء، كل ما يسمعه ويراه ويقراه ويشعر به ويلمسه و يتنفسه، ولكن المشكلة بعد ذلك تكمن في استدعاء ما تم تخزينه.

-ينقسم المخ إلى نصفين، النصف الأيمن يتحكم في نصف الجسم الأيسر، والنصف الأيسر يتحكم في النصف الأيمن من الجسم.

-يتوقف المخ عن النمو في سن ١٨ سنة.

-إذا فقد المخ الدم من ٨ إلى ١٠ ثواني سوف يفقد الوعي.

-يمكن للمخ أن يعيش إذا انقطع عنه الأكسجين من ٤ إلى ٦ دقائق، بعدها سوف يبدأ في الموت، وإذا تم انقاده بعدها فسوف يكون قد تلفت منه أجزاء.

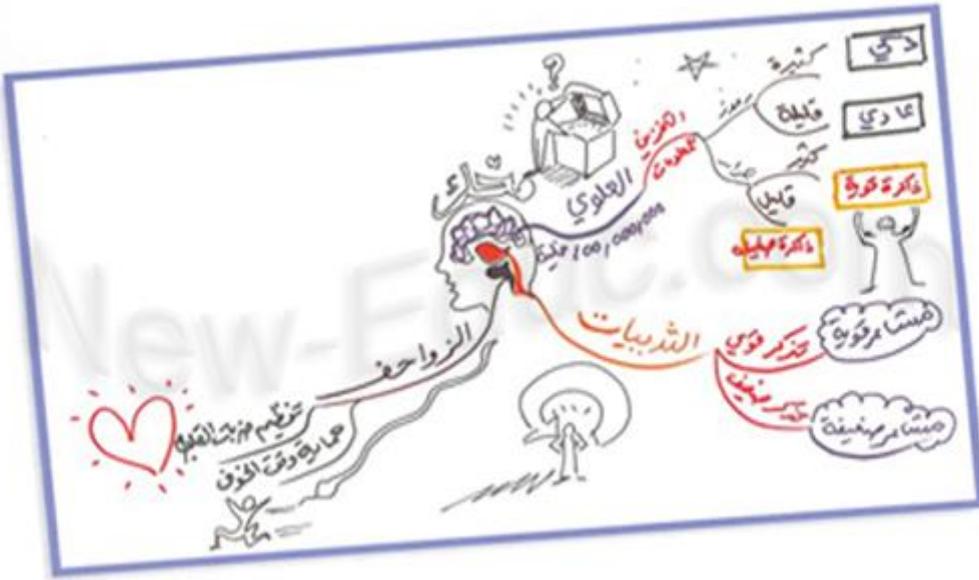
-لا يمكن للمرء أن يدغدغ نفسه لأن المخ يستطيع أن يفرق بين لمسة المرء لجسمه ولمسات الآخرين.

يقول الدكتور نجيب عبدالله الرفاعي في كتابه ” الخريطة الذهنية خطوة ..خطوة ” أن لدى

الشخص ثلاث مخوخة أو ثلاث مخاخ : ١- مخ الزواحف ٢- مخ الثدييات ٣- المخ العلوي.

لكل مخ وظائفه الخاصة به.

خطأ!



يقول توني بوزان: لا أرغب في إجراء جراحة في المخ، بل أريد تعلّم استخدامه فحسب.

والخريطة الذهنية عبارة عن : أدوات فعّالة من أجل تكثيف المعلومات ومعالجتها، ووضع خطّ

للعمل، وبدء مشروعاتٍ جديدة.

الخريطة الذهنية في صورتها البسيطة هي: مخطط بياني معقد، يعكس ترتيب الخلية الدماغية

التي تحتوي على فروع تتشعب من مركزها، وتتطور من خلالها أنماط الترابط.

في منتصف ستينيات القرن الماضي أثبتت الخريطة الذهنية أنها أكثر من مجرد وسيلة ممتازة

لتدوين الملاحظات، فهي أسلوب ملهم وفعّال للغاية من أجل تغذية عقولنا وفكرنا، وقد تطورت

الخريطة الذهنية بصورة سريعة، ويمكن رسمها باليد وفي الحواسيب وعلى الجليد وعلى سفوح

الجبال وفي السماء.

يجب أن نتذكر أن : الخرائط الذهنية تساعدنا في البقاء على المسار الصحيح.

في القرن الحادي والعشرون تُعد الخريطة الذهنية أداة تفكير ثورية، فعند اتقانها ستغيّر حياتك، ستساعدك على معالجة المعلومات، وإيجاد أفكارٍ جديدة، وستعمل على تقوية ذاكرتك، وستحقق لك الفائدة القصوى من فراغك، وتساعدك في تحسين طريقة عملك.

صُممت الخريطة الذهنية في البداية كأحد الأشكال المبتكرة لتدوين الملاحظات الخطية مثل: حضور المحاضرات، الاستماع للمكالمات الهاتفية خلال اجتماعات العمل، إجراء الأبحاث والاستنكار، في التصميم والتخطيط المبتكر.

مُخَك ... عملاق ... نائم...

في مقالتنا هذه سنساعدك على إيقاظه، لقد حان وقت الانطلاق في مغامرة رسم الخرائط الذهنية، واكتشاف القوة الهائلة لمحك...

في الأشكال التالية نوضح الفرق بين:

تدوين الملاحظات التقليدي و رسم الخرائط الذهنية

خطأ!



الفرق بين

رسم الخرائط الذهنية

تدوين الملاحظات التقليدي

متعدد الجوانب

خطي

غني بالألوان

أحادي اللون

كلمات مصحوبة بالصور

قائم على الكلمات

منطق مترابط

منطق مَدُون

خطأ!



الفرق بين

رسم الخرائط الذهنية

تدوين الملاحظات التقليدي

متعدد الأبعاد

متسلسل

إبداعي

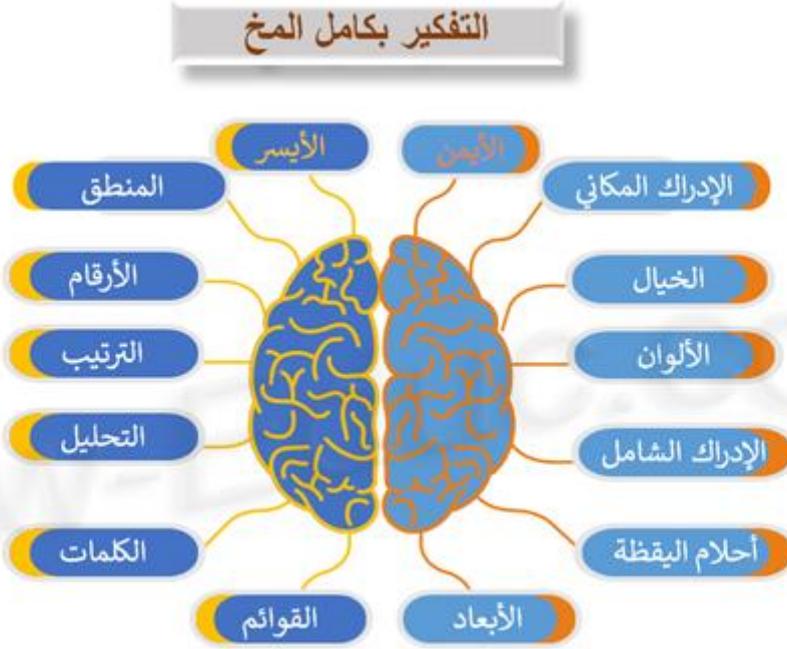
مقيد

تحليلي

غير منتظم

إن التفكير يكون بكامل المخ بجانبه الأيمن والأيسر.

خطأ!



كيفية رسم خريطة ذهنية ؟

خطأ!



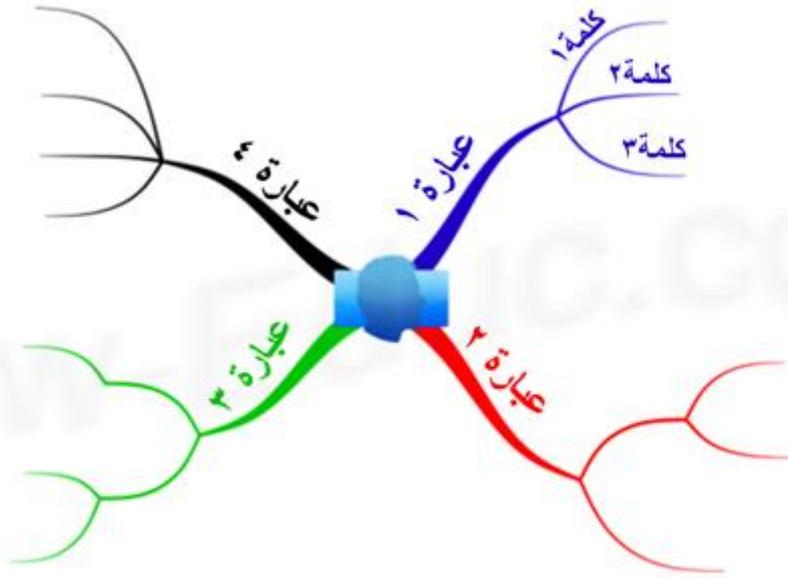
إعداد وتقديم للمربي/عبدالمعطي صالح العبدالله

@abdulalimsalh

الخراطة الذهبية... فوني بوزان

تتمتع الخريطة الذهنية الجيدة بثلاث مواصفات رئيسية:
صورة مركزية . فروع سميكة . صورة أو كلمة واحدة رئيسية.

خطأ!



تُبنى الخريطة الذهنية الجيدة بسبع خطوات رئيسية:

خطوة ٠١ ضع قطعة الورقة أمامك بشكل عرضي

خطوة ٠٢ اختر لونًا وارسم فرعًا سميًا يتفرع من الصورة

خطوة ٠٣ صنّف الفرع بكلمة واحدة

خطوة ٠٤ ارسم براعم على المستوى الثاني نابعة من الفرع الرئيس

خطوة ٠٥ اختر لونًا آخر وارسم فرعًا رئيسيًا ثانيًا يتفرع من الصورة المركزية

خطوة ٠٦ بعد الفروع الرئيسة تحرك بحرية متنقلًا من فرعٍ لآخر مع إضافة فروع ثانوية جديدة

خطوة ٠٧ إذا أردت أضف أسهمًا، وخطوطًا منحنية، ووصلات بين الفروع الرئيسة حتى تعزز

من الصلات بينها.

فكّر وكن مختلفًا

أغمض عينيك ... خذ نفساً عميقاً ... شغّل حاسوبك الحيوي

الخارق في مخك.... ركّز بعمق أكبر

تخيل كلمة أناس

. ما الذي أعطاه لك حاسوبك الخارق؟

. ما المدة التي استغرقها حاسوبك الخارق للبيانات؟

. ما الارتباطات التي قدمها لك؟

. ما الذي خطر ببالك أيضًا؟

. ما هي الألوان التي ارتبطت بهذه الكلمة؟

. هل جعلتك هذه الكلمة تفكر في أي شيء آخر؟

مثل: اللمس، المذاق، الرائحة، الموقع، حدث ما، شخص ما، يوم ما،...

تفكيرك يشع مثل زهرة الهندباء

خطأ!



تحاكي الخريطة الذهنية ذلك العدد الهائل من التشابكات والاتصالات الموجودة في خلايا مخنا، ومن ثم هي تعكس الطريقة التي خلقنا الله بها و نترابط من خلالها. والعالم الطبيعي يشبهنا فهو يتغير ويتجدد باستمرار ويتمتع بهيكل تواصل يعكس هيكل تواصلنا. لذلك فإن الخرائط الذهنية:

هي أداة تفكير تعتمد على إلهام هذه الهياكل الطبيعية وفعاليتها، وصفاتها العضوية متجسدة في طبيعة الخطوط المنحنية لفروعها وهي تروق للمخ أكثر من الخطوط المستقيمة.

. ترتبط الألوان بالجانب الأيمن من المخ.

. ترتبط الكلمات بالجانب الأيسر من المخ.

. خليط من الألوان والكلمات يحفز جانبي المخ.

خطأ!



إعداد وتقديم للمربي/عبدالمعطي صالح العبدالله

@abdulalimsalh

الخرائط الذهنية... فني برزان

. استخدام الألوان يجذب الانتباه، ويثير الحافز، ويزيد المعالجة العقلية، ويحسن الإدراك، ويشجع

التواصل الحيوي، ويزيد من تخزين الصور.

أما فيما يتعلق بالصور:

المخ يعالج المرئيات بصورة أسرع، فالصور تحفز الخيال وتكونغ نية بالارتباطات، و تتجاوز

حدود التواصل الشفوي، و تحقق التناغم بين الجانبين الأيسر والأيمن من المخ، كما أنها تستغل

مهارات القشرة الدماغية الأخرى مثل : الشكل والخط والأبعاد... وقد ثبتت المقولة " الصورة بـ

١٠٠٠ كلمة"

أما الكلمات في الخريطة الذهنية:

تستخدم الخريطة الذهنية الأصلية كلمات مفردة على فروعها، وذلك لأن الكلمة بمفردها أكثر وقعًا وتأثيرًا من العبارة على المخ، مما سيؤدي إلى توليد أفكار جديدة، على نقيض العبارة فهي ذات كيان ثابت متمسكة بمعناها المركب.

وإذا كنت مضطرًا فحاول أن تجزأ العبارة إلى كلمات مفردة، مع وضع كل كلمة على فرع من الفروع ولتكن فرعًا ثانوية.

نبذة تاريخية عن التفكير الذي تستند إليه الخرائط الذهنية منذ قديم الأزل

. رسوم الكهوف.

. الكتابة المسمارية.

. الكتابة الهيروغليفية.

. الكتابة اليونانية القديمة.

. خرائط تشارلز داروين.

. مخطط الشجرة.

. رسومات ليوناردو دافنشي.

. مخططات ريتشارد فاينمان.

تعد الخرائط الذهنية : الأداة المثالية للقرن الـ ٢١ الذي تسوده العولمة، لأنها تجمع بين الصور والكلمات وتعكس طرق عمل المخ البشري خلال جمعها بين المدخلات المنطقية والإبداعية.

ماذا تفيدك الخريطة الذهنية ؟

. تُمدك بالوضوح ولمحة عامة عن الموضوع.

. تعطيك المعلومات التي تحتاجها في التخطيط.

. تمنحك رؤية كاملة للموقف.

. تعمل بمثابة مخزن عملاق للمعلومات.

. تنشط مخيلتك.

. تحفزك على إيجاد حلول إبداعية.

. تمنحك شعور بالبهجة بمجرد النظر إليها.

. تشعرك بالأمان.

مميزات الخرائط الذهنية

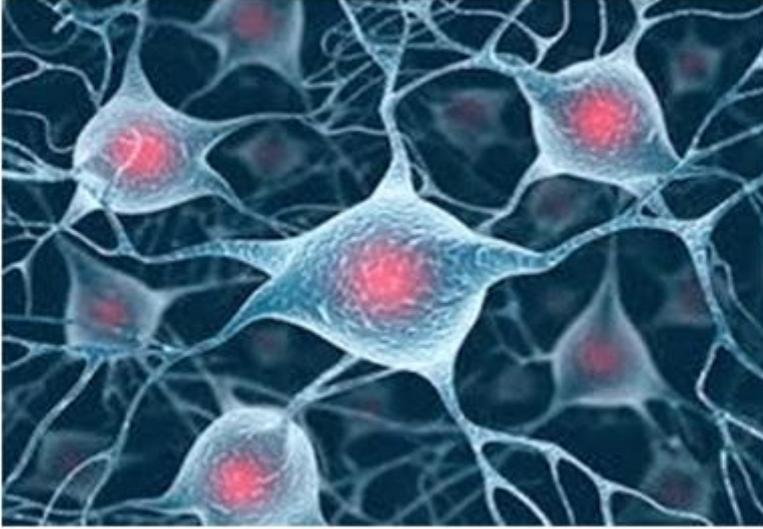
التفكير، التعلّم، التركيز، التنظيم، التخطيط، التواصل، التحدث، التوجيه، التدريب، التفاوض.

الخرائط الذهنية والمخ:

خطأ!



شبكة المخ



تشبه الخريطة الذهنية شبكة المخ، غصون وتشابكات خلايا المخ تتجمع لتكوين شكل يشبه

خريطة ذهنية داخلية، تعمل على فهم الموقف، وتمكّن من الاحتفاظ بالمعلومات واستعادتها في

وقتٍ لاحقٍ مثلما تبدو خلايا المخ لانهائية، فكذلك الخريطة الذهنية هي: أداة تفكير تتمتع بقدرة على التمدد إلى ما لانهاية.

والعلاقة بين الخرائط الذهنية والذاكرة تم إثباتها بالفعل من الناحية العملية من خلال ورقة بحثية طرحها العالم "إتش.توي" في المؤتمر العالمي حول التفكير في كوالا لامبور في عام ٢٠٠٩ هي:

أن رسم الخرائط الذهنية يمكن أن يساعد الأطفال على تذكر الكلمات بفعالية أكبر من استخدام القوائم مع تحسينات في الذاكرة تصل إلى ٢٢% وبالمثل أظهرت الدراسة التي أجراها كل من "باول فاراند" و"فرزانه حسين" و " إيند هينسي" عام ٢٠٠٢ هي:

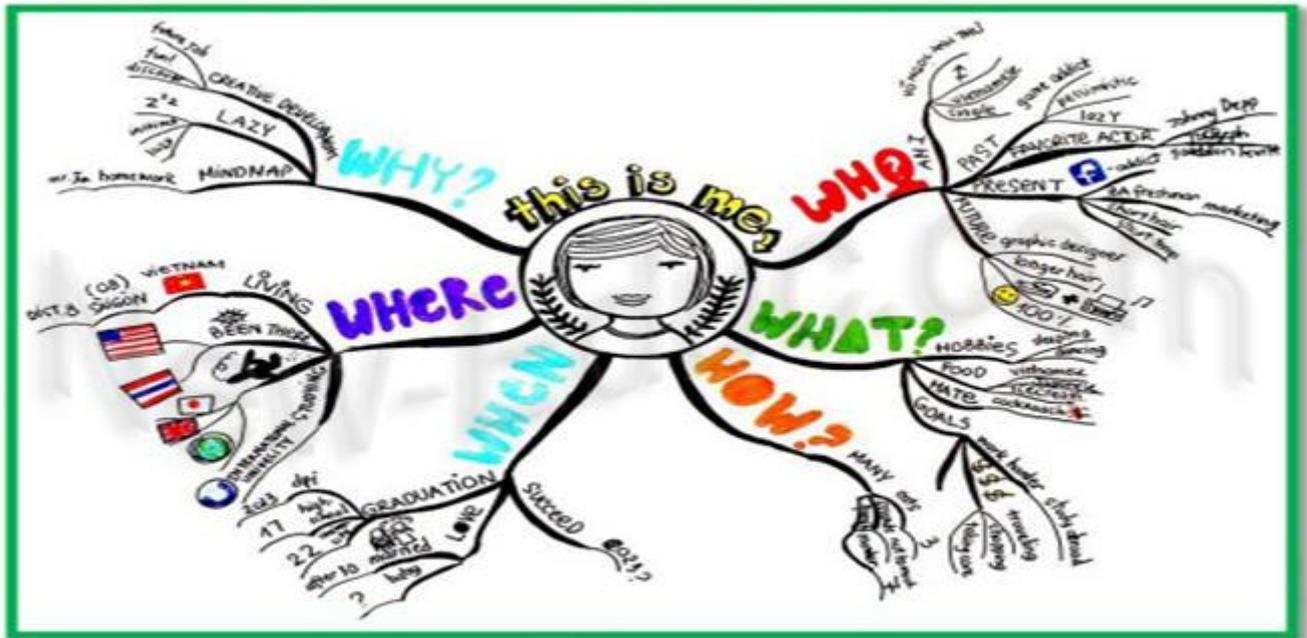
أنه كيف حسن رسم الخرائط الذهنية الذاكرة طويلة المدى المتعلقة بالمعلومات الوقائية لدى المشاركين بنسبة تصل إلى ١٠%

وفيما يلي أمثلة لخرائط ذهنية تجمع قدر المستطاع جميع مات كلمنا عنه باختصارٍ شديد:

خطأ!



خطأ!



فوائد الخرائط الذهنية في المجال التعليمي تحديداً

١. تُسهم في القدرة على حفظ المعلومات بدرجة تصل أحياناً إلى ما نسبته الـ ١٠٠% بإذن الله تعالى.

٢. تُساعد على ترتيب الأفكار وتزيد من سرعة التعلّم.

٣. كون الخريطة الذهنية تستخدم الصور بكثرة وحسب المقولة "الصورة بـ ١٠٠٠ كلمة" فهي تُقلّل من الكلمات المستخدمة في عرض الدر ، فتساعدُ في شدة التركيز، وتُسهّل فهمهُ بوضوحٍ من قِبَل المتعلمين.



٤. تساعد في تقوية التركيز Concentrate

٥. تُسهم في القدرة على استرجاع المعلومات المحفوظة بدقة وسرعة عالية.

٦. التنظيم.

ختامًا ما أردت إيصاله في هذه المحاضرة المختصرة هو أن:

الخرائط الذهنية ضرورية في الحياة اليومية وتطبيقاتها الرئيسة في:

المنزل والعمل وفي التعليم ومن أجل الإبداع والرفاهية والتذكر وتُزيد من سعادتك وإنتاجيتك وتُعد مصدر إحساسٍ بالرضا، وعلينا أن نفرّق بين الخرائط الذهنية والخرائط المفاهيمية والخرائط المعرفية.