

**Тони Бьюзен**

**Интеллект карты (часть 2)**

**Содержание данного материала защищено авторскими правами.**

**Любые действия, кроме чтения, в отношении него могут быть осуществлены только с согласия правообладателей.**

## ГЛАВА 4

# ПОИСК РЕШЕНИЙ

На определенном этапе вы можете прийти к выводу, что интеллект-карты для вас не работают. Главное — не сдавайтесь! В этой главе вы найдете необходимые решения, включая рекомендации, как задавать правильные вопросы, как справиться с хаосом на странице и почему важно не оставлять попыток вновь и вновь создавать интеллект-карты. Вы поймете, что интеллект-карта всегда поможет вам найти верный путь, от вас требуется лишь настойчивость.

## НАСТОЙЧИВОСТЬ — КЛЮЧ К УСПЕХУ

Законы создания интеллект-карт, опирающиеся на силу ассоциаций и воображения, а также обладающие своей внутренней логикой, — это выражение более общих законов эффективного мышления. Аналогично тому, как ветви интеллект-карты распространяются на новые области, Законы создания интеллект-карты могут быть применены бесконечным множеством способов. Они будут для вас руководством и картой, «соломкой» в случае падения, так что обращайтесь к ним всякий раз, когда вам потребуется ободрение и вдохновение.

Не теряйте присутствия духа, если столкнетесь со сложностями при создании интеллект-карты. Помните, что вы уже проделали огромный путь. Препятствие на вашем пути может просто означать, что вы поднимаетесь на новый уровень. Если вы будете встречать трудности лицом к лицу и выполнять все упражнения, рекомендованные в этой книге, к моменту, когда вы перевернете ее последнюю страницу, вы будете на пути к овладению искусством создания интеллект-карт.

Если у вас возникают сложности, возможно, наступил момент, когда вам нужно прояснить свой подход к созданию

интеллект-карт, а также подход к мышлению. Вероятно, вам будет полезно перечитать [главу 3 «Что не является интеллект-картой»](#). Как оказалось, большинство людей, испытывающих сложности с созданием интеллект-карт, занимаются вовсе не интеллект-картами, а обычными схемами взаимосвязей. В некоторых случаях они забывают использовать разные цвета или ключевые слова.

Часто проблема заключается не в интеллект-карте как таковой, а в страхах человека перед ней. Страх убивает творчество. Если бы вы оказались в лодке в бушующем море, вы бы крепко держали канаты, контролировали штурвал, выбирали направление. Точно так же, если вы обнаружили, что попали в «шторм» при создании интеллект-карты, опирайтесь на уже известные вам Законы.

**Проверьте — а затем еще раз, — что каждая интеллект-карта отвечает Законам создания интеллект-карты.**

Взгляните внимательно на интеллект-карту, которая для вас «не работает». Вернитесь к [Законам создания интеллект-карты в главе 2](#) и изучите их еще раз.

Считайте, что ваша интеллект-карта — это автомобиль на «Формуле-1»: в ходе гонки вы заезжаете на пит-стоп, чтобы механики проверили автомобиль и выпустили его на следующий круг. Точно так же, для эффективного движения вперед, проверьте свою интеллект-карту на соответствие Законам.

Если интеллект-карта кажется вам неправильной, держите под рукой копию Законов создания интеллект-карты, чтобы у вас была возможность обратиться к ним, пока вы будете изучать свою интеллект-карту:

- Работаете ли вы на нелинованном листе бумаги, формата хотя бы А4, расположенном горизонтально?
- Есть ли в центре листа главное изображение, выполненное с использованием хотя бы трех цветов?

- Привлекает ли центральное изображение внимание?
- Если центральное изображение содержит слово, привлекательно ли оно написано?
- Использованы ли разные цвета для основных ветвей?
- Использовано лишь по одному слову на ветвь?
- Рационально ли число дополнительных ветвей, отходящих от основных?
- Использованы ли изображения?

Если на любой из этих вопросов вы дали отрицательный ответ, переделайте свою интеллект-карту, придерживаясь Законов. Высока вероятность, что новый результат будет гораздо лучше.

**Интеллект-карта всегда работает, когда ее сделали правильно.**

## ЗАДАВАЙТЕ ПРАВИЛЬНЫЕ ВОПРОСЫ

Если вы стремитесь достигнуть отличного результата, ставьте правильные вопросы. Задать правильный вопрос — все равно что направить стрелу в «яблочко».

Каждый раз при создании интеллект-карты старательно думайте о вопросе или теме, которые вы хотите проанализировать. Хороший вопрос:

- стимулирует воображение и ассоциации;
- позволяет размышления и оценки, а не односложный ответ «да/нет»;
- стимулирует критическое и аналитическое мышление;
- вносит ясность;
- ставит под сомнение утверждения;
- стимулирует инновационные решения;
- обеспечивает баланс между содержанием (кто? что? когда?) и процессом (как? почему?);
- стимулирует позитивную реакцию.

На плохо сформулированные вопросы вы получите такие же ответы. Во избежание двусмысленности ваш центральный

вопрос должен быть четким и лаконичным. При изучении темы интеллект-карты сосредоточьтесь на ней, как кинооператор с вариообъективом<sup>9</sup>.

### *Составьте интеллект-карту того, что такое хороший вопрос*

Еще раз прочтите предыдущий список. Держите эти пункты в памяти и постарайтесь создать интеллект-карту, которая их охватывает и проясняет суть правильного вопроса.

Помните, что иногда самым серьезным страхом художника бывает страх чистого листа. Тогда главное — сделать первые штрихи. Используйте интеллект-карту, которая поможет вам избавиться от страха выразить свои мысли на бумаге. Сделайте первые штрихи — и продолжайте! Помните: интеллект-карта — это непрерывный процесс, в котором вы задаете вопрос за вопросом.

Взгляните на свою карту. Задайте главный вопрос. В процессе создания интеллект-карты периодически проверяйте, работает ли она, и вносите необходимые коррективы.

## ИСПОЛЬЗУЙТЕ ПРОСТЫЕ, НО ДЕЙСТВЕННЫЕ ОБРАЗЫ

Как и вопрос или тема, которые вы хотите изучить, ваш центральный образ должен быть простым, но эффективным, словно логотип бренда, — только еще более красочным. Пусть ваши линии будут простыми и ясными, при этом не распыляйтесь и не теряйте концентрации.

Постепенно ветви интеллект-карты будут заполняться символами и словами, а сама интеллект-карта занимать все больше места на листе, и это будет свидетельством того удивительного факта, сколько идей способен сгенерировать ваш мозг! Если ваша интеллект-карта стала перегруженной, это

всего лишь сигнал, что вы достигли этапа, когда информацию пора разбить на несколько интеллект-карт, у которых есть все шансы стать самостоятельными интеллект-картами (см. [ниже](#)).

## ОБЕСПЕЧЬТЕ ПРОСТОР ДЛЯ ТВОРЧЕСТВА

Предположим, проблема не в центральном образе. Он вам нравится: он цветной, эффективный и привлекает внимание. Кроме того, он немедленно будит воображение и вызывает множество ассоциаций.

Тогда перейдем к основным ветвям интеллект-карты. Что вы перед собой видите: плодородную долину или хаос колючих зарослей? Вы по-прежнему можете разглядеть «лес за деревьями»?

Ясность — важный элемент интеллект-карты. В отличие от фокуса на асимметрии и пространстве при составлении традиционной японской икебаны, свободное пространство вокруг каждой ветви в интеллект-карте играет не менее важную роль, чем сами ветви.

**Пространство в творчестве помогает определить границы объекта и делает композицию сбалансированной.**

## СМИРИТЕСЬ С НЕАККУРАТНОСТЬЮ

«Неаккуратная» интеллект-карта — это еще не катастрофа. Не стоит заниматься самобичеванием, если так получилось. Как правило, это просто отражение мыслительного процесса. Возможно, вы быстро рисовали, стремясь зафиксировать детали телефонного разговора, или записывали за выступающим? Тогда вы просто старались не упустить нить обсуждения или разговора.

*Несколько слов о неаккуратности*

**Пора переосмыслить определение слова «неаккуратный»!**

Традиционно понятия «аккуратный» и «неаккуратный» применяют люди, использующие линейный тип мышления. Для них «аккуратные» записи — это строки текста на ровных линиях, словно стайка маленьких птиц, сидящих в ряд, тогда как «неаккуратные» записи — это сочетание слов, символов, цифр вперемешку и на разных уровнях.

Найдутся и такие, для кого «неаккуратными» окажутся записи таких гениев, как Леонардо да Винчи и Чарлз Дарвин. Просто настало время переосмыслить определения, которыми мы пользуемся.

**Цветные, «неаккуратные» записи со структурой из ветвей вовсе не являются «неаккуратными» с точки зрения воздействия и влияния!**

Учитывая, что линейные записи практически не вызывают ассоциаций, не указывают на взаимосвязи и исключают из процесса мышления человеческий язык, возникает вопрос: действительно ли стоит продолжать считать их «аккуратными»? Я склонен к мысли, что именно линейные записи вносят неразбериху в мышление, логику, творчество, уверенность и удовольствие от процесса. Более того: по моему мнению, они вносят хаос в саму жизнь!

Если вы считаете, что у вас получилась неаккуратная интеллект-карта, я предлагаю вам взглянуть на это с другой стороны: даже если ваша интеллект-карта заняла все место на листе и ее сложно прочесть, будьте довольны тем, чего вам удалось достигнуть! Пусть эта интеллект-карта не шедевр, но она непременно будет ценным первым наброском для второй интеллект-карты. В конце концов, большинство великих художников делали эскизы, прежде чем создать произведение искусства.

Начиная работу над второй интеллект-картой, еще раз убедитесь, что в организации первого наброска нет ошибок. Возможно, некоторые ассоциации слишком слабые или неверные?

Помните, в [главе 2 Марек Касперски сравнил интеллект-карту с садом?](#) Во второй интеллект-карте удалите все лишние ветви для достижения полной ясности. При необходимости измените основные ветви, чтобы последовательность ваших основных упорядочивающих идей содержала логику и отражала хронологический порядок. Убедитесь, что ветви, которые вы хотите сохранить, на своих местах и выглядят привлекательно, как ветви плодовых деревьев с надежными подпорками. Как только вы удалите избыточную информацию, скорее всего, появятся новые побеги, которые принесут плоды в виде оригинальных идей и ассоциаций.

**Начните создавать интеллект-карту. Как вы можете ее улучшить?**

## МИНИ-ИНТЕЛЛЕКТ-КАРТЫ

В процессе анализа своей интеллект-карты вы можете увидеть, что некоторые вопросы или темы вполне можно выделить в самостоятельные мини-интеллект-карты, особенно если развитие этих идей неоправданно усложнит основную карту. Мини-интеллект-карты окружают основную, как спутники планету. Они раскрывают отдельные вопросы, затронутые в основной интеллект-карте.

Если на листе достаточно места, то одна или две мини-карты могут расположиться рядом с основной. Если места не хватает, выделите для них отдельный лист. Воспринимайте их как детей — не с раздражением, а с поддержкой. Воздержитесь от негативной реакции, а пестуйте и лелейте их.

Мини-интеллект-карты могут оказаться особенно полезным инструментом, если основная карта поднимает больше вопросов, чем дает ответов. Используйте мини-интеллект-карты для анализа любых новых вопросов, а также возникающих противоречивых мыслей. С помощью мини-интеллект-карт можно даже проанализировать два разных подхода к вопросу, что особенно полезно, например, при



написании эссе (см. также [главу 5, — использование интеллект-карт при решении конфликтов](#)).

## ПОВТОРЕНИЕ — МАТЬ УЧЕНИЯ

Может случиться так, что какое-то, казалось бы, неважное слово будет вновь и вновь повторяться на вашей интеллект-карте: то на одной ветви, то на другой. Это не проблема, это достижение.

**Через повторение ключевое слово прочно закрепляется в памяти.**

Слово, появляющееся на разных ветвях, не обязательно ненужное или скучное, как раз наоборот: это лишь усиливает ту идею, которую выражает слово.

Если вы заметите повторяющееся слово, подчеркните его, чтобы выделить. Если оно появляется три раза, обведите его в каждом случае небольшим прямоугольником — это определенно важно. Если слово повторяется больше четырех раз, оно буквально требует вашего внимания! В каждом случае заключите это слово в объемный прямоугольник. Затем соедините прямоугольники, чтобы получился один большой прямоугольник вокруг всей интеллект-карты. Сделайте объемным и его тоже.

Теперь ваша интеллект-карта находится в рамках более широкого контекста, а слово, которое изначально показалось вам незначительным, на самом деле очень важное. В вашем мышлении произошел сдвиг парадигмы. Это означает огромный шаг вперед в изучении данной темы, так как вы пересмотрели свое понимание и подход к вопросу.

Я настоятельно рекомендую сделать повторявшееся слово новой центральной концепцией в следующей интеллект-карте по данной теме.

## КАК БОРОТЬСЯ С НЕОПРЕДЕЛЕННОСТЬЮ

Зачастую сам процесс создания интеллект-карты может привести к принятию конкретного решения, так как появляется разносторонний обзор ситуации. Если интеллект-карта не дала четкого ответа об образе действий, пора подключить интуицию. Подкиньте монету и решите, какой из вариантов действий вы выберете. Прислушайтесь к себе, какие эмоции вызвало у вас это решение — разочарование или радость, а затем, опираясь на собственные ощущения, решите, что же все-таки вы будете делать.

Если вы не можете принять решение, стоит проанализировать свою дилемму еще глубже с помощью дополнительных интеллект-карт и мини-интеллект-карт: не откладывайте принятие решения. Это контрпродуктивно и только лишает энергии, в то время как активные действия наполняют энергией, ведут к получению практического опыта, пусть даже этот опыт не всегда совпадает с ожиданиями. Всегда лучше активно действовать вместо того, чтобы угодить в ловушку инерции.

## НЕ СНИЖАЙТЕ ОБОРОТЫ!

Если вы создали интеллект-карту, которая вам не нравится, не отчаивайтесь!

**Настойчивость — ключ к мастерству в создании интеллект-карт. Я всегда призываю: «Пробуйте снова и снова!».**

Любой преподаватель скажет вам это: для достижения мастерства в любом деле нужна настойчивость. Создание интеллект-карт не исключение. Ваше желание продолжать усилится, когда у вас начнут получаться интеллект-карты, которые будут помогать вам принимать решения, избавляться от проблем, а в процессе будут наполнять вас энергией, позволяющей не бросить начатое.

Как я уже не раз говорил, не нужно быть художником, чтобы создавать интеллект-карты: чем больше вы будете практиковаться, тем лучше вы будете становиться, и это неизбежно. Тем не менее, если вы категорически недовольны своими художественными способностями, вам может оказаться полезным компьютерное приложение iMindMap, особенно если совмещать его использование с рисованием от руки. Это приложение автоматически рисует толстые ветви для основных упорядочивающих идей и маленькие дополнительные ветви. Кроме того, оно содержит библиотеку из нескольких тысяч изображений в высоком качестве (подробнее об этом см. [главу 6](#)).

Если при создании интеллект-карты вы столкнулись с проблемой, помните, что это не линейный процесс. Не обязательно биться головой о стену. Можно просто сделать шаг в сторону и пойти другим путем!

### *Как «вернуться в седло»*

Предположим, вас начала страшить сама идея создания интеллект-карты: вам кажется, что вы сделаете все неправильно, что у вас недостаточно хороших идей, что вы не умеете рисовать. В итоге вы разочарованы результатом. В этом случае я рекомендовал бы:

#### **Избавиться от проблем с помощью интеллект-карты!**

Интеллект-карта может быть замечательным ресурсом для проведения самоанализа и для избавления от психологических проблем, таких как тревожность, застенчивость, перфекционизм, апатия и разочарование. Если вам не нравятся интеллект-карты, которые вы создаете, сделайте интеллект-карту, чтобы проанализировать свои ощущения.

Например, можно начать с центрального образа — вы сами, расстроенный и разочарованный. Теперь, не задумываясь, заполняйте интеллект-карту, честно выражая

свои эмоции относительно процесса создания интеллект-карт.

Следующий шаг — сделать этот первый набросок более сбалансированной и аналитической интеллект-картой, с основными упорядочивающими идеями, которые помогут глубже проанализировать ваши эмоции. Например, задумайтесь:

- об истинной природе ваших чувств, есть ли у них подоплека;
- о физических ощущениях от этих эмоций;
- о том, как они влияют на ваше поведение;
- о том, как они влияют на вашу жизнь;
- о других ситуациях, в которых вы испытывали схожие эмоции;
- о прошлых событиях, которые могли быть причиной подобных эмоций;
- о любой посторонней помощи, которая нужна вам, чтобы справиться с этими эмоциями.

Изучите все аспекты своих эмоций, а также практического опыта, который их вызывает или к ним относится. После того как вы это сделаете и поймете, что с вами происходит, вы сможете обуздать свои эмоции и начать получать удовольствие от процесса создания интеллект-карт. Часто достаточно просто записать проблему, чтобы увидеть ее в перспективе.

## КАК РЕШИТЬ ЛЮБУЮ ПРОБЛЕМУ С ПОМОЩЬЮ ИНТЕЛЛЕКТ-КАРТЫ

Случалось ли, что вы не могли уснуть из-за того, что вас мучила какая-то проблема? Чем дольше вы лежали в темноте и тревожились, тем сложнее вам казалась проблема: в голову лезли мысли о новых и новых затруднениях, пока вся ситуация не превращалась в кельтский узел без начала и конца.

Однако на следующее утро, при свете дня, проблема переставала казаться такой уж неразрешимой. Часто все, что нам бывает нужно, — это спокойно подумать. Возможно, нужно просто изложить проблему на бумаге. Чтобы успокоиться и взглянуть на ситуацию в перспективе, создайте ее интеллект-карту.

Начните с центрального образа, который может относиться к конкретной проблеме или в общем виде выражать идею «решения проблемы».

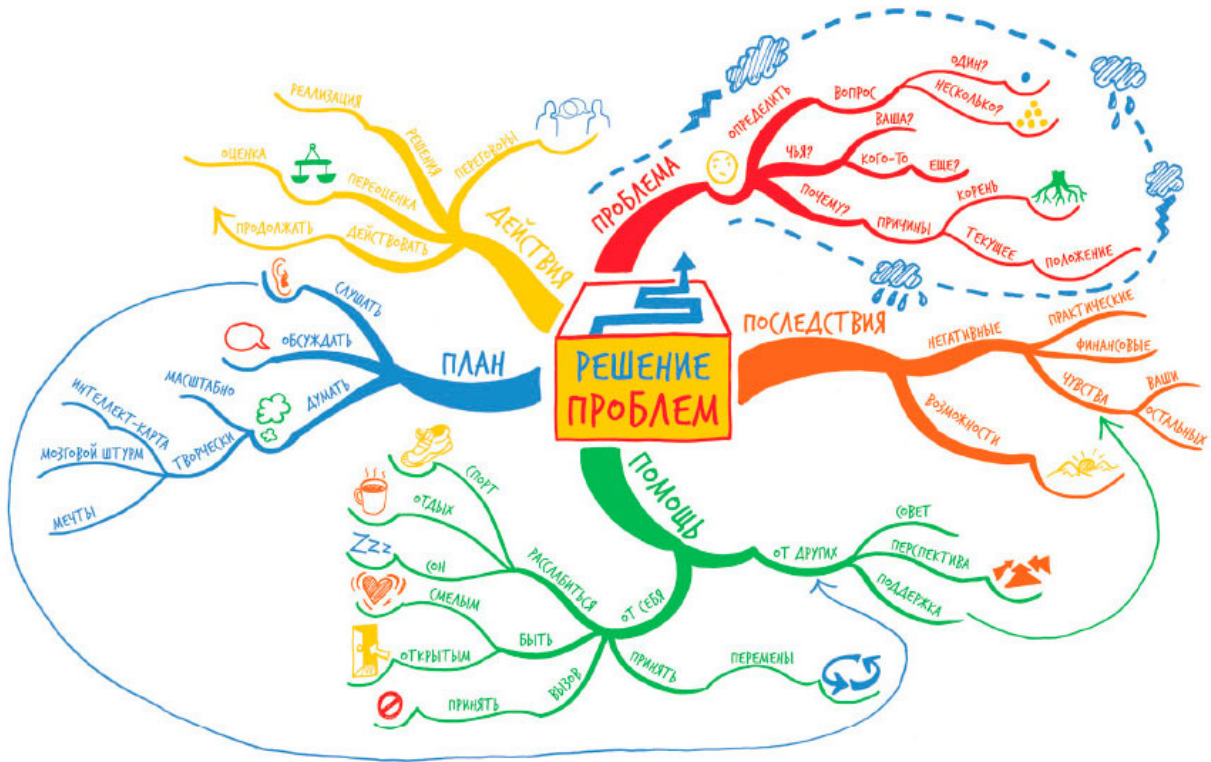
С помощью основных ветвей можно начать с определения проблемы и ее причин, а затем изучить последствия — как отрицательные, так и положительные. Одну из ветвей можно посвятить тому, к кому обратиться за помощью в решении проблемы. Помните, что вы можете полностью контролировать только собственную реакцию на сложную ситуацию: помогите себе сами, это будет не менее важным, чем помощь окружающих. Получившаяся интеллект-карта может стать основой для плана действий, а затем для определения конкретных шагов по решению проблемы.

Не забывайте, что ключевые слова и изображения на интеллект-карте должны быть позитивными и вдохновляющими, чтобы стимулировать радиантное мышление, а не ограничивающее. Не стоит использовать слишком много негативных слов, так как это непродуктивно. Изображения должны вдохновлять вас и служить напоминанием, что необходимо сделать. В примере интеллект-карты на следующей странице пульсирующее сердце символизирует «отвагу», а распахнутая дверь — «открытость». Запомните эти символы, и с помощью обзора в виде интеллект-карты вы скоро найдете путь к решению.

Так как структура интеллект-карты копирует принципы работы мозга и стимулирует его активность, процесс создания этой интеллект-карты поможет активизировать мышление: вместо того чтобы продолжать понапрасну тревожиться или действовать на автопилоте, вы обретете ясность и получите энергию, чтобы бороться и решить проблему. Подойдя

к анализу своих эмоций с этой точки зрения, вполне вероятно, что вы сможете определить те чувства, которые мешали вам наслаждаться жизнью.

**Не замыкайтесь в линейных записях, позвольте интеллект-карте открыть вас для мира!**



## Интеллект-карта для решения проблемы

## Волшебство масштабного мышления

Интеллект-карты помогают находить путь к решению.

Ариф Анис — один из ведущих международных тренеров и автор бестселлеров, который имеет честь работать с руководителями корпораций, главами государств, кинозвездами. Но так было не всегда. Он наглядный пример эффективности интеллект-карт в решении проблем. Когда он был на распутье, именно интеллект-карты помогли ему определиться, чего он хочет добиться в жизни, и с тех пор он постоянно ими пользуется. Сегодня он — успешный

предприниматель и автор книг, полный идей и вдохновляющий всех, с кем он встречается на жизненном пути. Вот его история:

«Как гласит народная мудрость, если ты упорный и удачливый ученик, то не ты находишь учителя, а учитель находит тебя. Так и я познакомился с техникой создания интеллект-карт, когда находился на одном из самых важных своих жизненных перекрестков. Я получил степень по психологии и покинул стены университета с тяжелым сердцем. Я был озадачен, растерян, испуган. Жизнь за пределами кампуса казалась мне пугающей. Что выбрать? Куда податься? Чем заниматься до конца жизни? А если я ошибусь в выборе? Меня сковывал страх неизвестности. У меня было слишком много вариантов выбора, и было сложно провести между ними различия. Казалось, я падаю в бесконечную пропасть. А потом в местном книжном я нашел бестселлеры Тони Бьюзена по технике создания интеллект-карт, и моя жизнь перевернулась.

Я начал рисовать интеллект-карты. Сначала они получались не очень. Но было что-то привлекательное в этих цветах и картинках... Постепенно передо мной начала появляться дорога, и каждый следующий шаг становился все более очевидным. Наконец я смог увидеть целую автомагистраль и куда она меня вела. Ко мне понемногу возвращалась уверенность. У меня появилась миссия: теперь я точно знал, чего хочу от жизни и как это получить. Я увидел картинку целиком во всех оттенках красок. С того момента моя жизнь изменилась.

Когда я оглядываюсь на свой жизненный путь и на поворотные моменты, я понимаю, что со мной всегда были интеллект-карты. Когда я получил первую работу в качестве практического психолога, когда в Пакистане я готовился к сложнейшему экзамену, с помощью которого выбирали лучших из лучших для работы в госаппарате, когда я планировал свою свадьбу или писал свои бестселлеры,

я всегда прибегал к интеллект-картам, которые вносили ясность в процесс и давали результаты.

К собственному изумлению, мне удалось успешно сдать самый сложный в стране экзамен после всего 40 дней подготовки. При этом я знал, что мог бы добиться большего и за меньшее время. Результативность моей работы повысилась в четыре раза, как и мои потенциальные возможности. Я больше не подчинялся обстоятельствам, а точно знал, чего хочу и как этого добиться.

Сегодня я имею честь обучать технике создания интеллект-карт тысячи людей в Пакистане. Среди моих учеников представители самых разных профессий: студенты, интерны, специалисты по маркетингу и по продажам, врачи и многие другие. Эту практику взяли на вооружение в колледжах, университетах, корпорациях. Тысячи людей применяют ее в своих профессиональных областях. Кроме того, интеллект-карты вдохновляют наше подрастающее поколение. Мои сыновья Сарош и Фарикли научились этой технике, когда им было по четыре года, и им сразу же понравился процесс. Сначала они рисовали интеллект-карты для самовыражения и для планирования семейного отдыха. Постепенно они увлеклись, и мы с супругой Узмой находили интеллект-карты повсюду в нашем доме: на стенах, на диванах, даже в туалете. Теперь эта техника является одним из основных инструментов в их арсенале обучения. Более того, интеллект-карты научили их тренировать мыслительный процесс и превращать его в творческие инстинкты.

Горд отметить, что мы — семья создателей интеллект-карт!»



## ГЛАВА 5

# НЕОГРАНИЧЕННЫЕ ВОЗМОЖНОСТИ ПРИМЕНЕНИЯ ИНТЕЛЛЕКТ-КАРТ

В ваших руках — чрезвычайно мощный инструмент мышления, и теперь вы можете вывести его применение на новый уровень. Как вы воспользуетесь интеллект-картами, чтобы сделать лучше свою жизнь и жизни других людей? Здесь вы найдете описание широкого спектра применения этой техники, включая основные области, указанные в [главе 2](#): дом, работа, образование, творчество, здоровье и память.

## ИНСТРУМЕНТЫ ИНТУИТИВНОГО И ЛОГИЧЕСКОГО ПОДХОДОВ

Интеллект-карта работает на уровне нашего внутреннего человеческого языка. Как уже говорилось в [главе 1](#), человек рождается со знанием этого языка: будучи младенцем, он обучается в формате интеллект-карт. А поскольку интеллект-карта основана на нашем интуитивном способе познания мира, вполне естественно, что для нее находится множество вариантов применения, индивидуальных для каждого человека.

**Благодаря неограниченным возможностям применения интеллект-карта развилась до уровня метаязыка, то есть языка для описания языка.**

Этот метаязык обращается как к логической, так и к интуитивной сторонам мышления. Акцент на ассоциации и воображение при создании интеллект-карт привел к тому, что некоторые люди утвердились во мнении, что этот инструмент не подходит для технических областей и рациональных процессов, например для математики. Это неверно.

Мы убедились, что любая интеллект-карта строится на основе логики, в частности логики ассоциаций (см. [главу 3](#)). Она имеет

четкую структуру и подчиняется Законам создания интеллект-карты, которые гарантируют их ясность и полезность. Эти законы устанавливают порядок работы над структурой карты. Более того, если автор интеллект-карты предпочитает придерживаться логического мышления, он может последовательно прорабатывать ассоциации по каждой отдельной ветви, прежде чем переходить к следующей основной ветви на интеллект-карте.

### *Интеллект-карта как призыв к действию*

Доминик О'Брайан, любезно написавший предисловие к этой книге, неоднократно выигрывал чемпионаты мира по запоминанию, он также автор бестселлеров по техникам запоминания. Помимо этого, он активно применяет технику создания интеллект-карт и отмечает множество ее преимуществ:

«Для меня интеллект-карта стала отличным способом борьбы с прокрастинацией. Бывает, одна только мысль о новой книге или подготовке курса по улучшению памяти вгоняет в ступор: нужно охватить такой объем информации, что буквально теряешься — с чего же начать?

Тогда я не мешкая беру чистый лист бумаги, размещаю его горизонтально и полностью погружаюсь в свой проект, записывая идеи, которые приходят в голову. Довольно часто первыми оказываются те темы, которые мне обязательно нужно осветить. Таким образом, интеллект-карта позволяет мне расставить приоритеты в каждом проекте.

Мне бывает проще определиться с логической последовательностью подачи информации, когда у меня в буквальном смысле есть картинка перед глазами. Обычно я проделываю этот процесс, когда:

- пишу новую книгу или статью об улучшении памяти;
- готовлюсь к семинару или другому публичному выступлению;
- готовлюсь к важной встрече;
- систематизирую основные детали по новому клиенту;
- пытаюсь разобраться в сложной теме, возможно, методологического или научного характера;

- переезжаю на новое место или планирую поездку;
- определяю приоритеты в списке дел.

Возможно, последний пункт – “определение приоритетов” – является для меня самым важным преимуществом применения интеллект-карт. Бывает, я слишком увязаю в рутине повседневных дел, а интеллект-карта с описанием моих задач позволяет мне увидеть ситуацию в перспективе и напоминает о главных целях.

Иногда технику создания интеллект-карт называют “швейцарским армейским ножом для мозга”. Что ж, по моему личному опыту, лучше и не скажешь!»



Интеллект-карта о преимуществах техники создания интеллект-карт для запоминания от Доминика О'Брайана

Структура интеллект-карты делает ее удобной для анализа вопросов, связанных с систематизацией, и для изучения процессов, например физических, химических, математических. Это отмечал доктор Дилип Абаясекара в [главе 2](#), когда делился своим опытом применения интеллект-карт для работы в лаборатории. Это удобный инструмент для разложения научной проблемы на составные части и общего обзора.

Интеллект-карта может стать прямым стимулом и заставить нас действовать.

Ниже я привожу мою любимую фразу, сказанную шотландским писателем и альпинистом У. Х. Мюрреем, которая подчеркивает,

что все фрагменты головоломки, словно по мановению волшебной палочки, становятся на свои места, как только мы внутренне решаем что-то сделать. Идеальный способ взять на себя это обязательство — составить интеллект-карту:

**Любой инициативе, любому творческому акту присуще одно элементарное свойство. О нем часто забывают, а ведь именно поэтому бесчисленные идеи и великолепные планы гибнут в зародыше. Суть этого свойства в том, что, как только окончательно решишься, Провидение придет тебе на помощь.**

*У. Х. Мюррей. «Шотландская экспедиция в Гималаи»*

## 99 ОБЛАСТЕЙ ПРИМЕНЕНИЯ

Помимо множества историй, которые я получаю от людей, чья жизнь изменилась благодаря технике создания интеллект-карт, тот факт, что в интернете сегодня можно найти миллионы интеллект-карт, свидетельствует о том, что применение этой техники практически ничем не ограничено!

Далее приводится список 99 областей, которые можно изучить с помощью интеллект-карт. Воспользуйтесь этим списком для вдохновения: пусть он станет отправной точкой вашего пути. Я буду рад узнать, какого прогресса вы достигли.

99 областей применения интеллект-карт		
Дом:		
Планирование поездок	Поддержание связей с семьей	Планирование будущего
Благотворительность	Поддержание дружеских связей	Развитие отношений
Выбор имени ребенка	Гармония в браке	Покупки
Выбор домашнего питомца	Переезд в новый дом	Организация семейного ужина
Ведение дневника	Сбор вещей для путешествия	Взвешивание за и против
Работа:		
Рост бизнеса	Постановка целей	Организация идей
Подготовка резюме	Принятие решений	Планирование встреч
Разработка стратегий	Управление	Проведение презентаций

99 областей применения интеллект-карт		
Планирование мероприятий	Управление деловыми контактами	Достижение показателей
Поиск места работы	Управление финансами	Разработка стратегий продаж
Прогнозы на будущее	Протоколирование встреч	Суммирование информации
Повышение по службе	Организация	Анализ команды
Образование:		
Археология	Выбор университета	Объяснение, что такое сверхновая
Астрология	Определения	Объяснение древовидной структуры
Биология	Экономика	География
Ботаника	Инженерно-технические работы	Грамматика
Химия	Объяснение нейрона	История
ИТ	Математика	Обзор
Языки	Медицина	Науки
Юриспруденция	Физика	Школьные проекты
Литература	Математика	Навыки обучения
Составление карты космоса	Политология	Зоология
Творчество:		
Искусство	Декорирование комнаты	Понимание музыки
Сочинение музыки	Архитектура	Поэзия
Эскизное рисование	Драматическое искусство	Понимание концептуального искусства
Искусство создания интеллект-карт	Ландшафтный дизайн	Понимание человеческого языка
Творческое мышление	Выражение мыслей	Написание книги
Здоровье:		
Поиск счастья	Психологическое здоровье	Организация лечения
Комплексное здоровье	Физическое здоровье	Духовность
Планирование жизни	Самоанализ	Понимание страхов
Память:		
Гимнастика для ума	Улучшение радиантного мышления	Обучение техникам запоминания
Усвоение знаний	Составление карт мыслей	Запоминание сюжета
Улучшение памяти	Ведение записей	Понимание текста

*Тренировка по созданию интеллект-карты*

Это упражнение направлено на закрепление у вас в памяти основных элементов техники создания интеллект-карты для формирования навыка, который стал бы для вас второй натурой.

Упражнение состоит из четырех этапов. Задача создания первой «быстрой» интеллект-карты — освободить мышление от ограничений саморедактирования, чтобы стимулировать динамичную кривую роста. Постепенно вы начнете тратить на работу над интеллект-картой все больше времени, вплоть до 20 минут, и когда ваш мозг действительно усвоит, что такое интеллект-карта, он освободится для выражения идей и мыслей. Аналогично бегуну, который поймал свой темп, мозг начнет «дышать» гораздо свободнее и легче и станет продуктивнее.

Приступим.

**Прочитайте список** из [99 областей применения интеллект-карт](#).

**Выберите одну из тем** и составьте по ней интеллект-карту. Этот набросок не должен занять у вас больше пяти минут. Смысл в том, чтобы освободить сознание подобно тому, как художники делают серию быстрых набросков, прежде чем приступить к завершению шедевра.

**После небольшой паузы выберите новую тему** из другой категории (например, если до этого была категория «Образование», измените категорию на «Дом»). Работа над следующей интеллект-картой должна занять у вас 10 минут.

**Повторите процесс с третьей темой** из новой категории. В этот раз потратьте на работу над картой 15 минут.

**Выберите четвертую тему** из одной из оставшихся категорий. Составьте интеллект-карту за 20 минут.

**Сравните число деталей и оригинальность четырех интеллект-карт** по мере их прогресса от одного этапа к другому. Представьте, сколько вы могли бы создать, если бы на работу над интеллект-картой по поиску решений у вас имелся бы целый час.

**Еще раз внимательно взгляните на все четыре интеллект-карты.** Какая из них кажется вам наиболее привлекательной?

Почему?

**По возможности доработайте интеллект-карту**, которая привлекает вас больше всего, или создайте на ее основе другую интеллект-карту на ту же тему.

## ПРОДВИНУТОЕ ПРИМЕНЕНИЕ ИНТЕЛЛЕКТ-КАРТ: ДОМ

Оставшаяся часть главы будет посвящена примерам того, как можно поднять использование интеллект-карт на новый уровень и применять их для управления сложными ситуациями, а также для изучения более масштабной картины того, чего вы хотите добиться во всех областях жизни.

### ПЛАНИРОВАНИЕ С ПОМОЩЬЮ ИНТЕЛЛЕКТ-КАРТЫ

С помощью интеллект-карты можно сделать гораздо больше, чем просто получить обзор предстоящих событий будущей недели. Интеллект-карта может стать эффективным инструментом ежедневного планирования. С ее помощью можно расставлять приоритеты и контролировать собственное время, сохраняя баланс между работой и личной жизнью. Вместо того чтобы становиться рабом графика задач, составленного не вами и не в ваших интересах, интеллект-карта как инструмент ежедневного планирования в буквальном смысле наполнит ваши дни яркими красками!

Моя персональная интеллект-карта для ежедневного планирования полна картинками, кодами, разными цветами, ключевыми словами и символами. Наиболее важная тема дня всегда вдохновляет на выбор центрального образа. Как правило, я использую пять основных ветвей: «утро», «обед», «время после обеда», «вечер», «разное». Иногда эти основные ветви или относящиеся к ним события могут стать основой для пяти отдельных мини-интеллект-карт, вращающихся вокруг центральной интеллект-карты, как спутники вокруг планеты.

Центральная интеллект-карта связана с рисунком часов в верхнем левом углу страницы (как описано в [упражнении ниже](#)).

Картинки, символы и коды располагаются во временных интервалах, обозначенных на часах, благодаря чему я сразу вижу, какие задачи мне предстоит решить в ближайшее время. В отличие от традиционного, линейного ежедневника, в котором обычно время представлено с 8 часов утра до 18 часов, на моей интеллект-карте представлен интервал в 24 часа. Мне удобно начинать отсчет с полуночи, потому что, как и многие другие люди творчества, я обнаружил, что в это время мозг работает очень продуктивно. Например, в период с полуночи до трех часов ночи я могу сконцентрироваться на планировании нового проекта, написании текстов, создании интеллект-карт или решении проблем.

Изображения в моей интеллект-карте для ежедневного планирования, в свою очередь, связаны с моим графиком на месяц, так что оба эти инструмента работают в связке, как шестеренки механизма. В моем графике на месяц — ключевые слова и изображения, относящиеся к наиболее важным событиям предстоящего месяца, а также текущая деятельность, которая доставляет мне радость, например, бег, гребля, чтение лекций.

Оба моих графика дополняют друг друга: обзор предстоящих событий на месяц активизирует мою память относительно событий дня, а события дня напоминают о том, что запланировано в течение месяца. Каждый раз, когда я листаю свой ежедневник, я словно вижу кадры из фильма своей жизни.

До того как я изобрел технику создания интеллект-карт и начал пользоваться объединенным ежедневником и графиком на месяц, из памяти ускользали воспоминания о целых периодах моей жизни. Сегодня благодаря интеллект-картам я всегда могу освежить свои воспоминания, и я не собираюсь бросать эту технику! Надеюсь, что вы также оцените многочисленные преимущества, которые вам может дать техника создания интеллект-карт!

Помимо визуального представления своего графика на неделю, можно использовать интеллект-карту для планирования на год. В этом случае основные ветви могут представлять каждый месяц года, а дополнительные ветви обозначать наиболее важные события этого месяца. Это эффективный способ планирования



важных мероприятий, например свадьбы, поездок и путешествий, вечеринок. Я пользуюсь этим инструментом, чтобы в предстоящем году установить разумный баланс между работой, путешествиями, написанием текстов и свободным временем.

### *Час за часом*

Составьте интеллект-карту для планирования задач на сегодня.

**Начните с того, что нарисуйте часы** в верхнем левом углу страницы. Разделите циферблат на 24 сегмента.

**Заполните сегменты часов** соответствующими ключевыми словами, изображениями и кодами, разбивая интервалы времени на блоки.

**Что самое важное, что вам нужно сделать сегодня?** Это может стать центральным образом. Ниже часов нарисуйте центральный образ, оставляя вокруг него достаточно места.

**Теперь займитесь основными ветвями.** Они будут представлять главные темы дня. Используйте для них разные цвета. Нарисуйте дополнительные ветви.

**Соедините основные и дополнительные ветви с часами** с помощью стрелок, чтобы они гармонично дополняли друг друга.

**Есть ли события или задачи,** требующие создания отдельных мини-интеллект-карт вокруг центральной карты?

**После завершения работы** проанализируйте, какие перспективы открывает перед вами интеллект-карта с точки зрения использования вашего времени.

## ПРОДВИНУТОЕ ПРИМЕНЕНИЕ ИНТЕЛЛЕКТ-КАРТ: РАБОТА

Бизнес-сообщество приняло технику создания интеллект-карт с огромным энтузиазмом. В некоторых случаях это привело к сомнительному результату: как мы помним из главы 3, многие диаграммы, претендующие называться интеллект-картами, на самом деле имеют к ним отдаленное отношение. Тем не менее при следовании Законам создания интеллект-карт этот

инструмент помогает добиться впечатляющих результатов. Области их применения безграничны: исследование проектов, создание презентаций, подготовка годовых отчетов, управление временем, проведение мозговых штурмов, ведение переговоров, стратегическое мышление.

Если поднять эту технику на ступеньку выше, интеллект-карты можно использовать для масштабного планирования видения компании или для разрешения споров внутри компании (см. [ниже](#)). На персональном уровне они могут помочь решить, какую карьеру выбрать, а также составить план, как продвинуться по карьерной лестнице.

## ПРИНЯТИЕ РЕШЕНИЙ

В [главе 4](#) были даны рекомендации, как справиться с неопределенностью относительно результатов интеллект-карты. Далее мы увидим, что интеллект-карты могут оказаться весьма полезны в самом процессе принятия решений, наглядно демонстрируя за и против каждой конкретной ситуации. Конечно, этот навык пригодится в любой сфере жизни, но, вероятно, наиболее ценен он именно в профессиональной деятельности.

Решения, ведущие к простому ответу «да/нет», обычно называют диадными (от латинского *dyas*, то есть «два»). Чтобы принять диадное решение с помощью интеллект-карты, начните, как обычно, с центрального образа и используйте воображение, ассоциации и интуицию, чтобы нарисовать основные ветви, обозначающие наиболее важные вопросы, которые вы хотите проанализировать.

Когда вы создаете интеллект-карту, чтобы принять решение, обратите внимание, что цвета и картинки, которые вы используете для разных ветвей, могут послужить для вас сигналами от подсознания: возможно, вы неосознанно выберете любимый цвет для обозначения преимуществ, а цвет, который вам не нравится, — для обозначения отрицательных сторон.

После завершения работы над интеллект-картой, посвященной конкретной дилемме, задумайтесь над следующими вопросами:

- Какие чувства вызвала у вас работа над интеллект-картой? Возникли ли у вас особенно сильные эмоции, когда вы работали над какой-нибудь из ветвей? Или вам было все равно?
- Возникло ли у вас ощущение озарения на каком-нибудь этапе работы? Почувствовали ли вы, что знаете, как поступить, даже не закончив работу над интеллект-картой?
- Присвойте каждому ключевому слову на обеих сторонах интеллект-карты число от 1 до 100, чтобы это число отражало важность данного слова. Суммируйте числа на стороне «да» и на стороне «нет». Какой результат получился больше? «Побеждает» число, которое больше. Однако прислушайтесь к себе: какие эмоции у вас вызывает этот результат?
- Если вы по-прежнему в нерешительности, возьмите тайм-аут. Отвлекитесь и не думайте о решении.
- Если описанные выше шаги не помогли принять решение, еще раз вернитесь к [главе 4](#), в которой говорится, что делать с неопределенностью.

Идет ли речь о ремонте в спальне, переезде в новый дом, о курсе лечения, который предложил врач, о новом месте работы, интеллект-карты могут стать надежными помощниками, помогая принимать большие и маленькие жизненные решения с полным самообладанием.

## ИНТЕЛЛЕКТ-КАРТЫ И ИСКУССТВО РАЗРЕШЕНИЯ КОНФЛИКТОВ

Интеллект-карты обычно создают индивидуально, и они представляют собой высокоперсонализированную технику мышления. Тем не менее они могут стать эффективным инструментом коллективной работы. На этом более продвинутом уровне интеллект-карта способна стать весьма полезным способом проанализировать чужую точку зрения по сравнению со своей, найти точки соприкосновения и разрешить спор.

**Прежде чем пытаться создавать совместную интеллект-карту для разрешения спора, вы должны отточить свое практическое умение в применении этой техники и убедиться, что Законы создания интеллект-карты стали для вас автоматическим навыком!**

Таким образом, прежде чем давать наставления кому-то еще, вы будете абсолютно уверены в том, что сами все делаете правильно.

Есть два возможных подхода к использованию интеллект-карт для разрешения конфликтов. В первом случае группа, состоящая из двух или нескольких человек, совместно работает над одной интеллект-картой, по очереди добавляя ветви, анализируя ассоциации и обсуждая подход. Во втором случае стороны конфликта работают над отдельными интеллект-картами, которые они затем сравнивают и обсуждают. По моему опыту, оптимальным образом действий будет сначала обозначить проблемы, а затем воспользоваться этими подходами, придерживаясь позитивного мышления. В таком случае вероятность достигнуть согласия и не скатиться в спираль негативного мышления намного выше.

Какой бы подход вы ни выбрали, важно придерживаться следующих принципов: позволить высказаться всем, выражать свое мнение честно и открыто, уважать мнения всех участников независимо от того, разделяете вы их или нет. Если обсуждение становится излишне эмоциональным, сделайте паузу. После возобновления обсуждения постарайтесь сконцентрироваться исключительно на фактах, представленных в интеллект-карте (или картах), не поддавайтесь соблазну критиковать или переходить на личности.

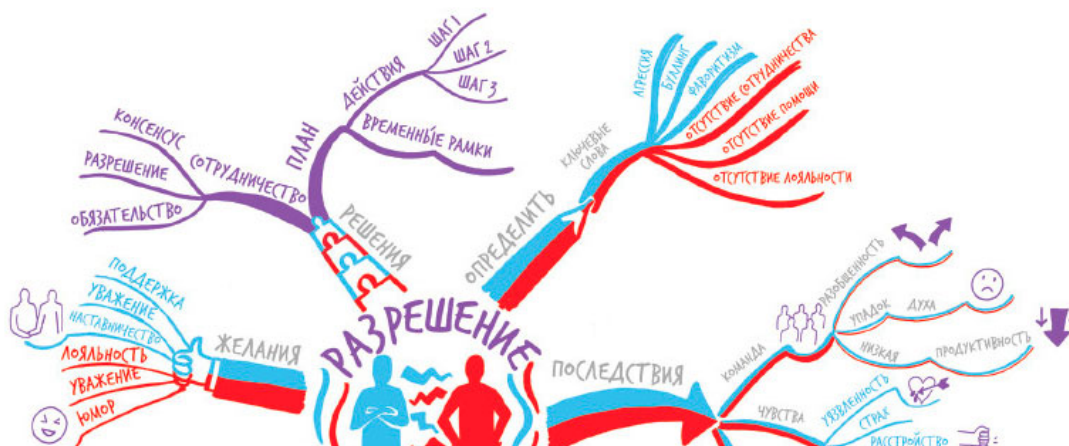
Как показано в примере на следующей странице, начать создание интеллект-карты для разрешения конфликта можно с определения ситуации. Возможно, каждый из участников предложит ключевые слова, которые помогут понять, как он видит происходящее. Следующая ветвь может отражать последствия этой ситуации, как положительные, так и отрицательные, в том числе влияние на команду и на чувства

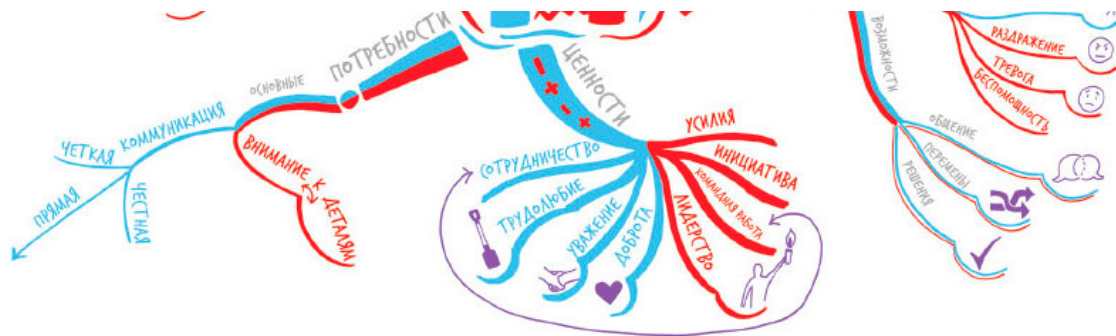
отдельных участников. Далее вы можете высказать, какие, по вашему мнению, нужны шаги для ее разрешения, а также чего вы хотите (что нужно и что вы хотите не обязательно должны совпадать). Наконец, интеллект-карта поможет проанализировать решения, возникшие в ходе обсуждения.

После завершения обмена мнениями позитивный шаг будет в том, чтобы создать совместную интеллект-карту на основе выработанных решений. Возможный подход проиллюстрирован на следующей странице: два участника используют каждый свой цвет (синий и красный), чтобы подчеркнуть свои чувства и идеи, вместо того чтобы рисовать отдельным цветом каждую ветвь, что более традиционно для интеллект-карт. Там, где участники сходятся во мнениях, использованы оба цвета, третий цвет (фиолетовый) обозначает совместно достигнутое решение.

## РАБОТАТЬ, ЧТОБЫ ЖИТЬ; ЖИТЬ, ЧТОБЫ РАБОТАТЬ

Думаю, я могу считать себя человеком, у которого лучшая в мире работа: я общаюсь с потрясающими людьми, путешествую по всему миру, делюсь своим энтузиазмом относительно интеллект-карт, имею возможность лично наблюдать, как эта техника в корне меняет жизни людей. Это удивительно! У взрослых людей работе посвящена значительная часть жизни. А потому, мне кажется, чрезвычайно важно найти ту работу, которая наполнена для вас смыслом и позволяет реализовать свой потенциал. В этом вам тоже могут помочь интеллект-карты, как показывает история Маниша Датта.





**Интеллект-карта для разрешения конфликта**

### *Смелость уйти в самостоятельное плавание*

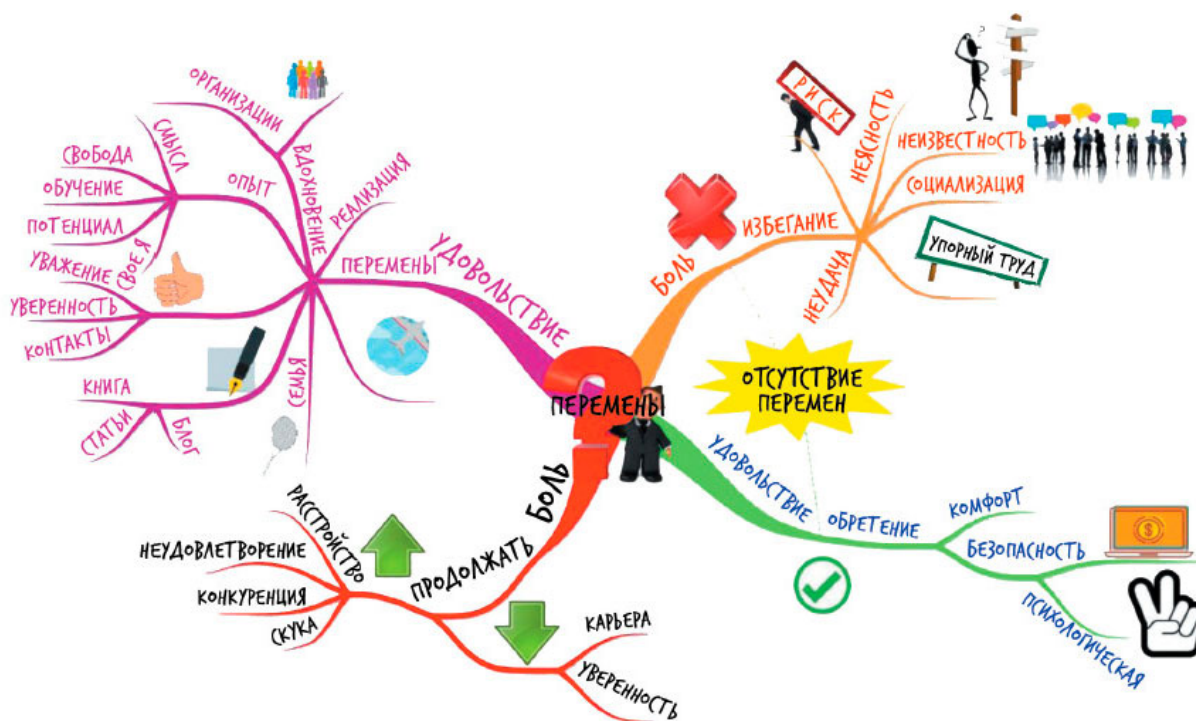
Маниш Датт — успешный автор книг, оратор и тренер. Он работал в Дели инженером-химиком, когда осознал, что должен кардинально изменить свою жизнь, если хочет заниматься тем, что ему действительно нравится. Вот его история.

«В любой компании есть молчаливая масса сотрудников, которые тешат себя надеждой, что когда-нибудь откроют собственное дело, но у которых так и не хватает энергии заставить себя сделать шаг к мечте. Когда-то и я был частью этой массы. Когда я познакомился с техникой создания интеллект-карт, она увлекла меня настолько, что я всерьез задумался об увольнении с работы, чтобы заниматься только этим. За плечами у меня были два десятка лет работы по найму и полное отсутствие предпринимательского опыта, так что у меня имелась порция сомнений и страхов, и это решение далось мне очень нелегко.



Все изменилось в одни выходные, когда я решил создать интеллект-карту на тему моей ситуации. Я нарисовал простенькую интеллект-карту с четырьмя ветвями, как показано на рисунке на следующей странице.

На первых двух ветвях (справа) я попытался проанализировать, каких неприятностей я пытался избежать, стремясь оставить все как есть, и какую радость мне принесет то, что я продолжу работать на прежнем месте. На третьей ветви я указал боль, которую я испытаю, продолжив работать на прежнем месте. Наконец, на последней ветви я указал, какие преимущества получу, если стану консультантом по технике создания интеллект-карт и буду работать на себя.



Интеллект-карта от Маниша Датта на тему ситуации с работой

Эта интеллект-карта, особенно последняя ветвь, на которой отразились все мои радостные эмоции, придала мне необходимую смелость, чтобы перестать откладывать и отправиться в самостоятельное плавание. Так что уже в понедельник я подал заявление об увольнении, и моя жизнь встала на новые рельсы. Я счастлив и ни разу не пожалел

о своем решении: я действительно испытал весь спектр эмоций, которые отразил в интеллект-карте. Если вы оказались перед похожим выбором, настоятельно рекомендую вам попробовать создать похожую карту».

Сегодня Маниш Датт — успешный тренер по технике создания интеллект-карт, автор книг, включая бестселлер «Техника создания интеллект-карт для эффективного управления проектами» (Mind Maps for Effective Project Management), который можно найти на полках библиотеки престижной Гарвардской школы бизнеса.

### *Разработка видения компании*

В 2015 году доктор Манаэль Табет, арабский ученый и математик, была занесена в Книгу рекордов Гиннеса: она за 30 минут обучила 1350 студентов создавать интеллект-карты. Кроме того, она создала Суперинтеллект-карту, которая неимоверно поразила меня, когда я, чтобы ее увидеть, специально отправился в Дубай. Манаэль рассказала мне, что после мирового рекорда к ней обратился Абдулхамид Джума, глава организационного комитета Международного кинофестиваля в Дубае (DIFF). Он предложил ей амбициозную задачу: создать интеллект-карту, которая бы отражала операционную деятельность Международного кинофестиваля в Дубае, его охват и международное позиционирование. Помимо этого, Абдулхамид попросил Манаэль пригласить меня поставить автограф на этой интеллект-карте после ее завершения.





**Доктор Табет изучает черновик интеллект-карты DIFF**

На протяжении трех дней Манаэль обучала команду менеджеров кинофестиваля технике создания интеллект-карт, совместно с ними собирала и сопоставляла данные. Ни одна организация раньше не предпринимала попыток реализовать подобный проект. По вполне понятным причинам некоторые члены команды изначально скептически отнеслись к этой идее — для них это было лишь разноцветным хаосом непонятных закорючек. Они не могли поверить, что эта техника способна помочь им улучшить творческое мышление, память и сам процесс мышления. Однако через три дня они изменили свое мнение. Манаэль и ее команда целый день провели за наброском интеллект-карты, который они делали вручную. Результат превзошел все ожидания. Интеллект-карта Международного кинофестиваля в Дубае получилась сложной, целостной, практической и полностью отвечала всем Законам создания интеллект-карты. Она обеспечивала комплексный обзор всего предприятия на тот момент времени, при этом выделяла области потенциального развития и расширения, что делало ее идеальным инструментом видения того, как достигнуть успеха в будущем.



**Для меня было честью и удовольствием оставить свой автограф на интеллект-карте DIFF**

Манаэль вспоминает, что в процессе работы у нее так болели плечи, что она буквально ощущала себя Микеланджело, расписывающим своды Сикстинской капеллы! Я честно признался, что для меня большая честь поставить свой автограф на этом шедевре. Чем дольше я смотрел на эту интеллект-карту, тем более потрясающей она мне казалась. Насколько мне известно, это была первая интеллект-карта, рассматривавшая тему как на микро-, так и на макроуровне, представлявшая прошлое и подчеркивавшая будущее.

## **ПРОДВИНУТОЕ ПРИМЕНЕНИЕ ИНТЕЛЛЕКТ-КАРТ: ОБРАЗОВАНИЕ**

В главе 2 я объяснял, что интеллект-карты подобны оружию в битве против невежества, усиливающему процесс мышления. Планируете ли вы выступление, готовите презентацию или пишете эссе, техника создания интеллект-карт является отличным способом упорядочить и выразить свои мысли. Использовать интеллект-карты можно для изучения иностранных языков, для продвинутого конспектирования, для уточнения готовых работ, а также для написания эссе и для исследовательских проектов. Если перед вами стоит образовательная цель, применение интеллект-карт поможет ее достигнуть. Реймонд Кин — офицер ордена Британской империи, английский гроссмейстер, шахматный обозреватель газеты The Times и журнала Spectator и самый плодотворный шахматный литератор. [Ниже](#) представлена интеллект-карта, с помощью которой он объясняет историю современной игры в шахматы.

## УЧИТЕСЬ КАК НОСИТЕЛЬ ЯЗЫКА

Благодаря использованию разных цветов и изображений процесс создания интеллект-карты освобождает мышление, как птицу из клетки, позволяя свободно летать в области идей и ассоциаций. Это одна из причин, почему интеллект-карта является эффективным инструментом для изучения второго языка. Приходилось ли вам в школе заучивать наизусть скучные, монохромные списки иностранных слов? Стоит ли удивляться, что многие считают себя неспособными к языкам. В отличие от линейных обучающих методов и колонок слов, создание интеллект-карты — отличный способ выучить новые иностранные слова.

Преимуществом интеллект-карты перед другими обучающими методами является то, что она сама — продукт человеческого языка (см. [главу 1](#)): интеллект-карта на интуитивном уровне преодолевает разделение, чтобы создать связи между отдельными категориями. При изучении иностранного языка с помощью интеллект-карт может использоваться метод чанкинга для объединения взаимосвязанной информации в запоминающиеся

блоки, что копирует способ обработки информации головным мозгом.

### *Тест на запоминание слов*

Ниже приводятся несколько шведских слов и их эквиваленты на русском языке. Они даны в формате списка, который так любят учителя по всему миру. Ваша задача — если вы решите выполнить это упражнение — в том, чтобы составить интеллект-карту на основе этих слов. Используйте разные цвета, символы и, при необходимости, чанкинг.

manniska  
man  
kvinna  
barn  
hund  
valp  
katt  
kattunge  
fagel  
fisk

человек  
мужчина  
женщина  
ребенок  
собака  
щенок  
кошка  
котенок  
птица  
рыба

После создания интеллект-карты уделите не менее 20 минут ее изучению и запоминанию информации.

Когда сочтете, что готовы, закройте интеллект-карту и список слов (не подсматривайте!). Ответьте на следующие пять вопросов:

Как по-шведски «человек»?

Kattunge соотносится с katt как [-----] с hund?

Как переводится шведское слово kvinna?

Где можно встретить fagel — в небе или в море?

Как по-шведски «ребенок»?

### *Инструмент мышления для достижения целей*

Внимательно посмотрите на интеллект-карту ниже. Что вы можете о ней сказать?



Интеллект-карта на тему истории развития шахмат от Реймонда Кина

Ее автор – гроссмейстер Реймонд Кин, а сама интеллект-карта представляет историю развития шахмат. Она начинается с игр в древнем городе Ур, рассматривает арабскую игру шатрандж (предшественницу шахмат), отмечает изменения игры в эпоху Возрождения и завершается испанским влиянием, в результате которого игра приобрела привычный нам вид.

Статья, на основе которой сделана эта интеллект-карта, содержит более 1000 слов, она охватывает исторический период длиной 5000 лет, но благодаря структуре интеллект-карты всю информацию можно охватить взглядом. Вот что говорит сам Реймонд Кин:

«При подготовке выступления или при написании статьи интеллект-карта дает два преимущества: благодаря разветвленной структуре у автора постоянно возникают новые, более глубокие мысли, при этом ключевые слова и центральный



образ гарантируют, что в обилии мыслей и текста не потеряется ни одна главная идея.

В этом отношении интеллект-карта особенно полезна. Слушатели заранее видят структуру и ключевые пункты, без необходимости листать страницы. Так как вы работаете с одним листом, вы можете рассказать слушателям о плане выступления, а затем переходить от пункта к пункту. С линейными записями есть вероятность закончить выступление там, где заканчиваются записи, и этот момент зачастую определяется хронологией, а не смыслом.

Важно, что выступающий полностью контролирует тему: ключевые слова стимулируют живой рассказ и экспромт вместо сухого перечисления фактов, которые определяются скорее датами, а не содержанием (например, лектор рассказывает биографию знаменитого человека с момента его рождения и до смерти). Если лектор не владеет темой, линейные записи только усугубляют ситуацию. При написании статьи или публичном выступлении интеллект-карта выполняет роль штурмана, прокладывающего путь в бурном океане информации».

## ПРОДВИНУТОЕ ПРИМЕНЕНИЕ ИНТЕЛЛЕКТ-КАРТ: ТВОРЧЕСТВО

Если вы выполняли упражнения, предложенные в книге, и рисовали интеллект-карты по ним, надеюсь, к этому моменту вы уже поняли, что творческое мышление заложено в вас от природы: задействовав силу ассоциаций и воображения, вы создаете уникальные персональные интеллект-карты, отражающие ваш мыслительный процесс. Мне довелось видеть немало интеллект-карт, которые сами по себе были настоящим произведением искусства, с удивительными цветами и необычными образами. Независимо от того, попадает ли интеллект-карта в эту категорию, она способна вдохновить на создание шедевра. Например, с ее помощью можно создать

скульптуру, составить план музыкального произведения, найти вдохновение для написания стихов или прозы.

## ПИШИТЕ КАК ПОЭТ

Возможно, вы убеждены, что поэзия — удел немногих избранных. Однако с помощью интеллект-карты вас тоже может посетить муза. Поэзия — одна из движущих сил моей жизни. В [главе 2](#) я предлагал вам запомнить лимерик Эдварда Лира. Сейчас я приглашаю вас написать собственное стихотворение. Но сначала хочу поделиться с вами коротким стихотворением собственного сочинения, в котором поток воображения течет подобно ветвям интеллект-карты:

**Счастливый воробей  
Делает сальто,  
Жухлый осенний лист  
Трепещет  
В порыве весеннего  
Ветра.**

Как вы сами видите, это очень короткое стихотворение, своей простотой скорее напоминающее хокку, хотя формально его структура не соответствует японскому трехстишию. Я поделился этим стихотворением с вами, чтобы показать, что необязательно выбирать грандиозную тему или сложную рифму, чтобы написать стихотворение, которое для вас важно. Следуйте инструкциям ниже и дайте слово поэту внутри вас!

### *Встреча с музой*

Следующее упражнение поможет вам написать собственное стихотворение. Для начала выберите одно из следующих случайных слов:

**роза, зима, вода, мост, облако, падение, сон, загадка, контакт,  
лист, стекло, нож, песок, веревка, прикосновение, мышь,  
сэндвич, любовь, мех, мечта**

Нарисуйте интеллект-карту о выбранном вами слове. Нарисуйте как можно больше ветвей и дополнительных ветвей разного порядка, чтобы они заняли всю страницу. Используйте разные цвета, коды, соединительные стрелки.

**Какие ветви** выделяются больше всего?

**Какие образы** привлекают взгляд и будят воображение?

**Какие взаимосвязи** больше всего привлекают внимание?

**Используйте эти ключевые моменты** как основу для короткого стихотворения.

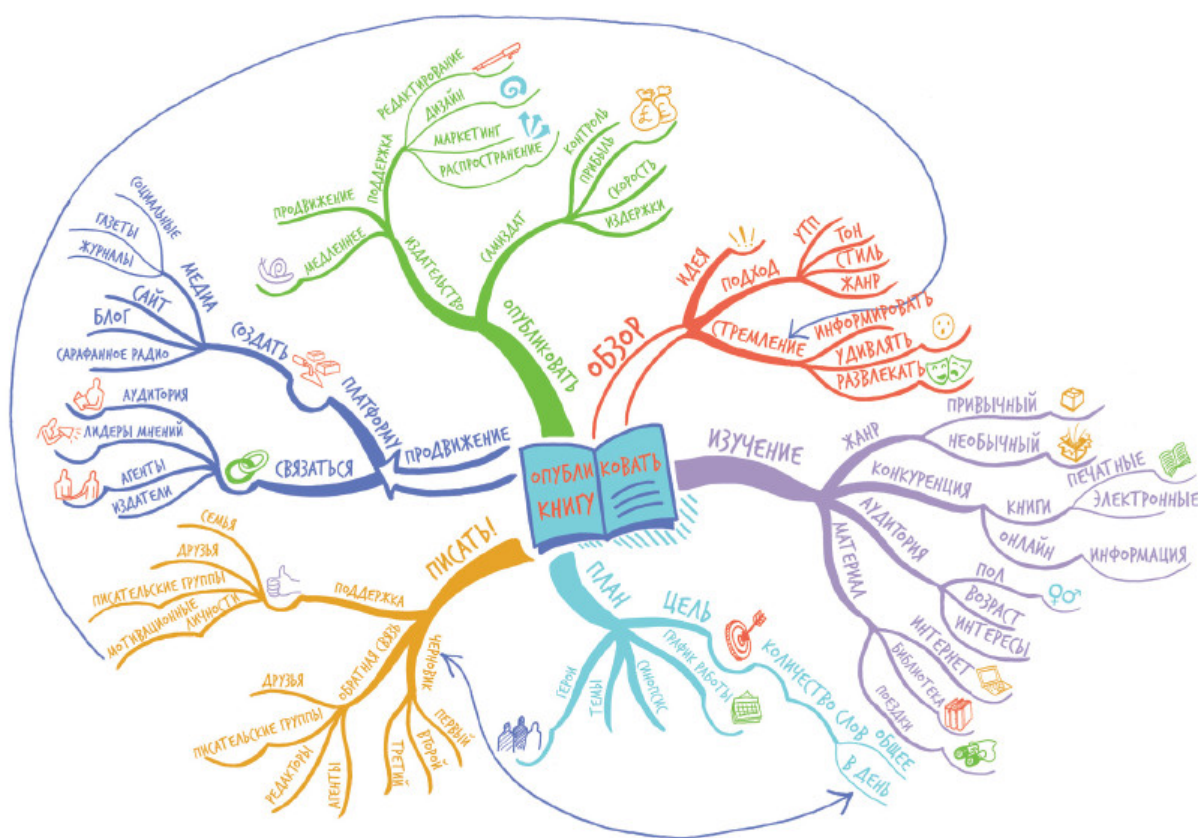
## ОПУБЛИКУЙТЕ СВОЮ КНИГУ!

Вероятно, вы заметили, что многие мои единомышленники по технике создания интеллект-карт стали популярными авторами. Если вы задумывались о том, чтобы написать книгу, воспользуйтесь интеллект-картой для планирования рабочего процесса. Сегодня, если вы хотите, чтобы ваша книга пополнила список бестселлеров, нужно позаботиться не только о качестве ее содержания. С помощью основных и дополнительных ветвей проанализируйте следующие аспекты:

- Концепция книги: главная идея, ваш подход к ее выражению и каких целей вы хотите добиться. Вы хотите, чтобы ваша книга информировала, удивляла и/или развлекала?
- Что вам нужно изучить до начала работы: выбранный жанр, рынок (проанализировать конкурентов), читательскую аудиторию (например, возраст и пол), а также информацию, необходимую для самого текста.
- Ваш план относительно элементов книги: например (если вы пишете художественное произведение), сюжетная линия, главные герои и темы, а также ваш график работы над текстом и объем будущего произведения.
- Сам процесс написания произведения, включая план, когда будет готов рабочий вариант рукописи, а также что будет для вас мотивацией и от кого вы сможете получить обратную связь.



- Как вы будете продвигать свою книгу и себя как автора, включая способы связи с вашей читательской аудиторией, создание платформы для продвижения, например через социальные сети, личный блог, сайт в интернете.
- Наконец, решите, последуете ли вы традиционным путем для опубликования книги и постараетесь найти издательство для сотрудничества или попробуете опубликовать книгу самостоятельно. Взвесьте такие факторы, как издержки, прибыль, скорость, поддержка, творческая свобода.



Интеллект-карта подготовки книги к публикации

## ПРИМЕНЯЙТЕ ПРИНЦИПЫ ДИЗАЙН-МЫШЛЕНИЯ

Дизайн-мышление (*англ.* design thinking) — методология решения инженерных, деловых и прочих задач, основывающаяся на творческом, а не на аналитическом подходе. В последние годы популярность этой методологии как практического и творческого

инструмента мышления неуклонно растет. Обычно выделяют следующие этапы дизайн-мышления (которые могут немного варьироваться):

**Определение проблемы: изучить мнения других людей.**

**Исследование: выделить закономерности.**

**Формирование идей: выработать принципы.**

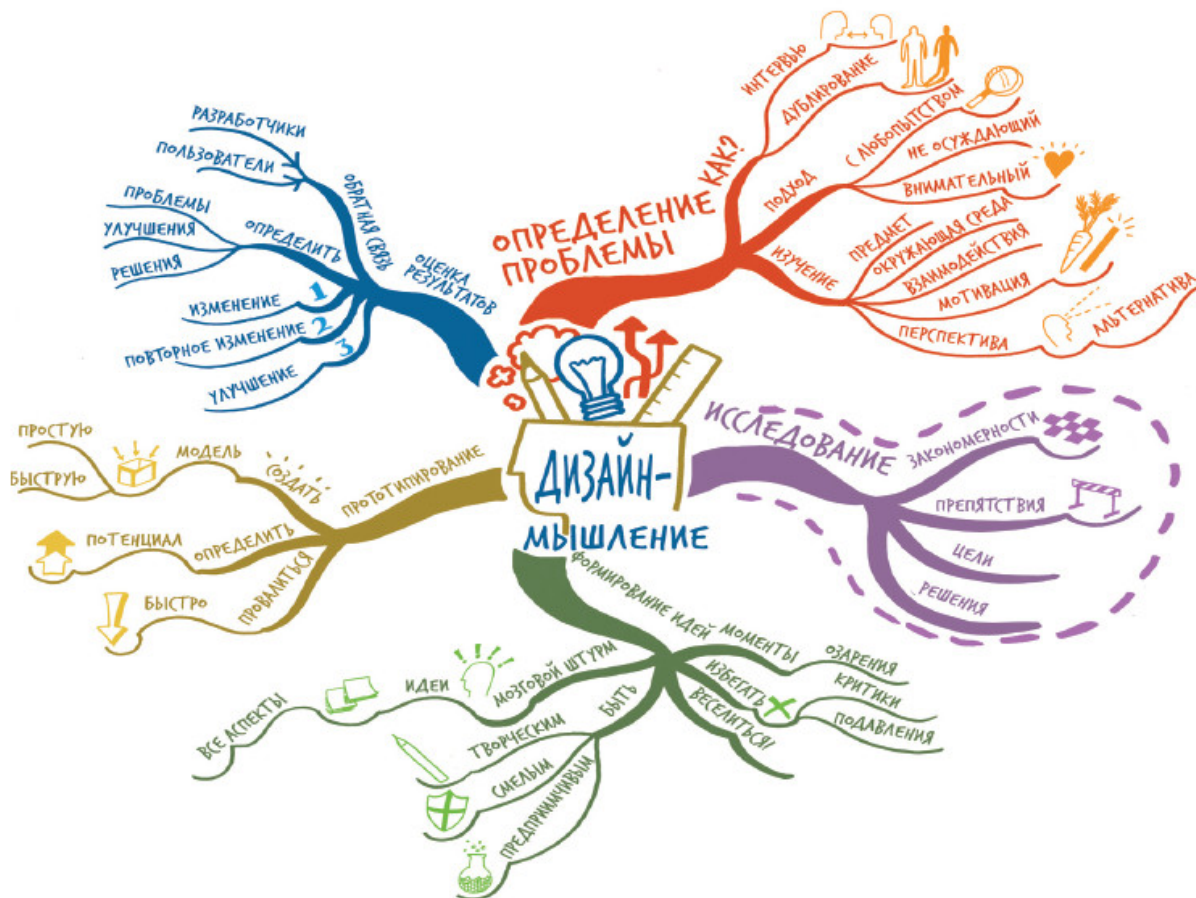
**Прототипирование: создать первый вариант.**

**Оценка результатов: внести нужные коррективы.**

Дизайн-мышление применимо к системам, процессам, протоколам и обслуживанию клиентов. Оно сосредоточено не просто на решении проблем. Это ориентированный на действия процесс, который сконцентрирован на поиске желаемого результата и учитывает эмоции людей. Помимо этого, он опирается на логику, воображение и интуицию. (Ничего не напоминает?)

Суть дизайн-мышления в том, чтобы генерировать идеи, пока не наступит озарение и не станет ясен дальнейший алгоритм действий. Поскольку дизайн-мышление должно делать все наглядным, одним из основных его инструментов является процесс рисования для проработки идей, обмена мнениями, диалога и коммуникации. Интеллект-карта на следующей странице изучает применение основных принципов дизайн-мышления.

Поэтому не стоит удивляться, что техника создания интеллект-карт активно применяется в дизайн-мышлении. В конце концов, суть интеллект-карты в визуальном представлении множества тех идей, которые были сгенерированы на основе воображения и ассоциаций. Интеллект-карта — это процесс мышления, облеченный в визуальную форму. Интеллект-карты и мини-интеллект-карты можно использовать на любом этапе процесса дизайн-мышления — от зарождения идеи до практической ее реализации, и в любой сфере — от создания плана сада до планирования расширения бизнеса и до представления своей идеальной жизни.



Интеллект-карта для применения принципов дизайн-мышления

## ПРОДВИНУТОЕ ПРИМЕНЕНИЕ ИНТЕЛЛЕКТ-КАРТ: ЗДОРОВЬЕ

Мы уже видели в [главе 2](#), что интеллект-карта может стать для вас личным тренером и помочь составить план тренировок или придерживаться здоровой диеты.

Помимо того, что интеллект-карта может помочь поддерживать общий уровень здоровья, эту технику можно эффективно применять при ряде заболеваний, таких как дислексия и аутизм. Люди с расстройством аутистического спектра обычно обладают хорошими визуальными навыками. Это означает, что дети с таким диагнозом лучше обучаются с помощью визуальных методов.

Интеллект-карта, помимо того, что она визуальна, стимулирует подход «обучение через практику». Она предлагает обзор темы, а также выделяет взаимосвязи между разными ее аспектами, благодаря чему информация представлена упорядоченно и ученикам с аутическим расстройством легче ее запомнить.

У людей с дислексией возникают сложности с запоминанием информации, концентрацией, систематизацией информации, поэтому интеллект-карта становится для них эффективным способом организации и усвоения информации.

Людям, страдающим от депрессии или чувствующим, что они утратили мотивацию, интеллект-карта поможет выделить симптомы, выбрать техники и стратегии, как справиться со своим состоянием, а также проанализировать полезную медицинскую информацию о биологических причинах своего состояния.

Из диагностического инструмента она превращается в план действий. Когда стресс ведет к ухудшению памяти, утрате гибкости мышления и попаданию в нисходящую спираль страха, интеллект-карты способны снизить уровень стресса.

Когда психологическое давление снижается, организм реагирует снижением физических симптомов стресса, что ведет к повышению продуктивности и улучшению психологического и физического состояния.

### *История Кейт Своффер*

Когда в возрасте 49 лет Кейт Своффер был поставлен диагноз «деменция», врачи советовали ей уволиться с работы, привести в порядок дела и наслаждаться тем временем, которое ей осталось. Десять лет спустя она получила две степени бакалавра, степень магистра и сейчас получает степень PhD.

Сегодня Кейт – поэт и автор, чьи произведения публикуют, а также признанный на международном уровне спикер, вдохновляющий миллионы людей, страдающих деменцией. В 2017 году она была признана «австралийцем года» в Южной Австралии и продолжает ездить по всему миру в рамках собственной кампании.

Кейт пропагандирует немедикаментозные методы лечения, и техника создания интеллект-карт занимает не последнее место в ее арсенале борьбы с болезнями. С этой техникой ее познакомил сотрудник Университета Южной Австралии в 2007 году. В своем блоге Кейт рассказывает, что ее качество жизни было бы совсем другим без интеллект-карт, «так как они представляют все визуально, предлагая другой способ взаимодействия с окружающим миром». Ее история – лишь один из примеров, как интеллект-карты способны помочь таким мужественным и целеустремленным людям, как Кейт, жить полной жизнью, невзирая на такой диагноз, как деменция.

С помощью интеллект-карт можно улучшить общее понимание своего состояния, а затем составить эффективный план лечения. Так, если вы создаете интеллект-карту для управления тревожностью, начните с центрального образа, описывающего ваши чувства, а потом нарисуйте основные и дополнительные ветви, относящиеся к:

- вещам, вызывающим у вас тревожность;
- тому, как чувство тревожности влияет на вашу жизнь;
- контрпродуктивным вещам или вещам, усиливающим вашу тревожность;
- тому, что помогает вам справляться с тревожностью;
- поддержке от семьи, друзей и профессионалов.

Интеллект-карты будут полезны и для людей, осуществляющих уход за больными. Например, они могут содержать информацию о важных аспектах жизни пациента, о его привычном образе жизни, о важных событиях или людях в жизни пациента. Помимо социальной функции, интеллект-карты можно использовать для согласования деталей плана лечения или ухода за пациентом.

## БОРЬБА С ДЕМЕНЦИЕЙ

Будучи одним из наиболее эффективных инструментов хранения информации, интеллект-карта способна выйти на передовую в борьбе с такими тяжелыми состояниями, как, например,

деменция. Использовать интеллект-карты могут как пациенты, так и люди, осуществляющие уход за ними.

В 2010 году американскому исследователю и психологу Джорджу Хуба был поставлен диагноз: неизлечимое ранее нейродегенеративное заболевание и деменция. По прогнозам врачей, жить ему оставалось совсем немного. Год спустя он уволился с работы, где оценивал качество программ медико-социальной помощи. При этом у него даже в мыслях не было сдаться и покорно ждать своего последнего часа. Вместо этого он направил свой профессиональный опыт на изучение визуальных методов мышления, актуальных для людей с угнетением когнитивных функций, которые стремятся минимизировать влияние заболевания на свое будущее.

Вскоре доктор Хуба обнаружил, что майнд-мэппинг представляет собой очень эффективный и недорогой способ, с помощью которого можно упорядочить и организовать повседневную жизнь и воспоминания, принимать решения и планировать будущие события. Благодаря отсутствию сложных синтаксических структур и необходимости заучивать что-то наизусть интеллект-карта является привлекательным инструментом для мозга. Сегодня Джордж Хуба ведет интереснейший блог «Моя жизнь как непрерывный когнитивный и медицинский эксперимент», у него огромное число подписчиков в Twitter, кроме того, он опубликовал небольшую книгу «Интеллект-карты, когнитивное нарушение и деменция» (Mind Mapping, Cognitive Impairment and Dementia (Huba's Bolero)). Он стал пионером в применении интеллект-карт как инструмента для нейтрализации последствий нарушений когнитивных функций.

Для пациентов с деменцией интеллект-карты являются визуальным инструментом мышления для записи воспоминаний, организации повседневной жизни и планирования будущего. Их можно использовать, например, для выбора питания и одежды, для напоминания о приеме лекарств, в качестве ежедневников и инструмента долгосрочного планирования. Интеллект-карта поможет пациентам с деменцией не забыть о медицинских процедурах и о посетителях. Некоторым людям с деменцией легче



выражать свои мысли и эмоции посредством изображений и скетчей, чем слов, тогда интеллект-карта становится эффективным инструментом коммуникации и помогает им общаться с близкими и людьми, которые за ними ухаживают.

**Интеллект-карты помогают пациентам с деменцией и тем, кто за ними ухаживает, вести максимально возможную полноценную жизнь.**

## ПРОДВИНУТОЕ ПРИМЕНЕНИЕ ИНТЕЛЛЕКТ-КАРТ: ПАМЯТЬ

В 1991 году мы вместе в Реем Кином организовали первый чемпионат мира по запоминанию World Memory Championship. Это событие шло отдельно от чемпионата мира по созданию интеллект-карт World Mind Mapping Championship, но тоже относилось к области интеллектуальных видов спорта. Для меня это стало частью моей жизненной миссии по продвижению и повышению глобальной интеллектуальной грамотности. Сегодня география участников этих чемпионатов охватывает весь мир. Для этих чемпионатов нет культурных границ. Чемпионат включает соревнования по десяти разным дисциплинам, в ходе которых участники должны запомнить как можно больше информации за ограниченное время, например последовательность карт в колоде или длинную последовательность двузначных чисел.

Чемпион мира по запоминанию Доминик О'Брайан попал в Книгу рекордов Гиннесса, когда 1 мая 2002 года воспроизвел случайную последовательность из 2808 игровых карт после того, как увидел каждую карту всего один раз. Как он уже говорил [ранее в этой главе](#), интеллект-карты составляют неотъемлемую часть его профессионального арсенала.

Мы уже знаем, как использовать интеллект-карты для запоминания информации. При этом интеллект-карта сама по себе может стать эффективным инструментом по тренировке памяти.

## ИНТЕЛЛЕКТ-КАРТА ПРОЦЕССА СОЗДАНИЯ ИНТЕЛЛЕКТ-КАРТЫ

Эта удивительная интеллект-карта относится к самому процессу создания интеллект-карт. Ее автор — китайка Лю Янь. С ее помощью Лю Янь получила заслуженную золотую медаль на чемпионате мира по созданию интеллект-карт World Mind Mapping Championship в 2016 году. В качестве центрального образа Лю Янь выбрала меня. Она нарисовала ветви, отображающие основные аспекты процесса, такие как методология, области применения, способы, посредством которых создается интеллект-карта, такие как рисование, применение 3D и Законов создания интеллект-карты (см. [главу 2](#)). Получившаяся интеллект-карта полна воображения, остроумия, цветов, ее приятно держать в руках. Она не лишена юмора, благодаря чему проще запомнить информацию.

### *От слов к делу*

Благодаря следующему упражнению вы сможете понять, как техника создания интеллект-карт поможет вам быстрее читать, улучшит навыки понимания, поможет эффективно вести записи и сделать обзор того, что вы прочитали, а также запомнить эту информацию.

- Выберите любую книгу с вашей книжной полки и откройте ее наугад.
- Читайте, пока не дойдете до следующей главы или части. Еще раз бегло пройдитесь по прочитанному, чтобы составить общее представление о содержании.
- Сделайте черновик интеллект-карты.
- При необходимости освежите в памяти этапы создания интеллект-карты ([глава 1](#)) и Законы создания интеллект-карты ([глава 2](#)).
- Еще раз просмотрите текст в поисках деталей и дополните интеллект-карту. Убедитесь, что не упустили ничего важного.
- Закройте книгу.



- Опираясь только на интеллект-карту, постарайтесь запомнить информацию максимально подробно.

Большинство людей считает, что ведение записей в процессе чтения только удлиняет процесс. С интеллект-картой все наоборот: когда в интеллект-карте выделены ключевые слова из текста, система «глаза — мозг» будет, подобно детективу, искать ключевые элементы содержания, в результате будет немедленно формироваться сеть ассоциаций, благодаря чему вы быстрее придете к пониманию. По мере улучшения интеллект-карты вы будете улучшать свое понимание.

### *Создание волшебства*

Когда Лю Янь выиграла чемпионат мира по созданию интеллект-карт в 2016 году, ее работа произвела на меня неизгладимое впечатление. В условиях ограниченного времени и в крайне напряженной обстановке ей удалось создать то, что иначе как шедевром и не назовешь. Помню, тогда я сказал присутствовавшим: «Неважно, из Китая вы или из любой другой страны, учитесь технике создания интеллект-карт у мисс Лю. Она, несомненно, один из лидеров в этой области!». Вот история Лю Янь, рассказанная ею самой:

«Меня зовут Лю Янь, я из Пекина. Я изучала технику создания интеллект-карт в Китае с 2009 года. Эта техника заинтересовала меня с того момента, когда я впервые прочитала книгу Тони Бьюзена. В возрасте 23 лет я возглавила процесс создания гигантской интеллект-карты (площадью 600 кв. м) на одной из гор Байюньшань недалеко от Гуанчжоу во время 19-го чемпионата мира по созданию интеллект-карт в 2009 году.

Я впервые увидела Тони Бьюзена в 2011 году, когда он выступал с лекцией. Я была среди зрителей. Когда он завершил выступление, мне, несмотря на протесты организаторов, удалось подойти к самой сцене со своей интеллект-картой в руках. Мистер Бьюзен не только выслушал меня, но даже терпеливо дал советы по улучшению моей интеллект-карты. Это стало для меня поворотным моментом,

когда я окончательно решила, чем хочу заниматься профессионально и чему посвятить всю жизнь — продвижению этой удивительной техники и обучению ей других людей.

Так что в августе 2014 года я отправилась в Англию, чтобы научиться этой технике у самого мистера Бьюзена, и стала первой сертифицированной женщиной-наставником по технике создания интеллект-карт в Китае. На настоящий момент я обучила более 60 000 человек! Самой младшей моей ученице было всего шесть лет. После моих разъяснений она смогла сделать интеллект-карту замечательной речи, которую произнесла со сцены. Благодаря технике создания интеллект-карт многим из моих учеников удалось повысить продуктивность и стать более эффективными в работе.



Интеллект-карта процесса создания интеллект-карты от Лю Янь

В 2015 году я и еще 81 мой ученик составили план и нарисовали гигантскую интеллект-карту площадью 120 кв. м, которая стала самой большой интеллект-картой в Китае на тот момент. Мне не терпелось поделиться фотографией этой карты с мистером Бьюзен. Увидев нашу работу, мистер Бьюзен дал ей очень высокую оценку, написав мне в ответ: “Беспрецедентно!”.

Год спустя, в августе 2016 года, я побила этот рекорд: мы со 189 студентами составили интеллект-карту площадью 216 кв. м за 2 часа 20 минут. Темой интеллект-карты была традиционная культура Китая. Эту интеллект-карту опубликовали на сайте People’s Daily.

Я со своими студентами продолжала создавать гигантские интеллект-карты. В том числе в 2017 году мы нарисовали интеллект-карту, посвященную самому Китаю, где 34 его провинции были отдельными единицами. Эта карта символизировала попытку объединить культуры Востока и Запада. Сегодня в Китае технику создания интеллект-карт используют как инструмент обучения во многих начальных и средних школах. Кроме того, она стала необходимым навыком для сотрудников многих крупных корпораций. Я хочу внести свою лепту в обучение следующих поколений китайцев этой замечательной технике. Сейчас я в процессе публикации двух книг по теме интеллект-карт: одна будет введением в технику создания интеллект-карт, а во второй я анализирую, как соотносится эта техника с древними принципами Дао дэ цзин<sup>10</sup>.

12 декабря 2016 года я приняла участие в чемпионате мира по созданию интеллект-карт в Сингапуре. В ходе напряженной конкурентной борьбы (у нас были три серьезных испытания за день) я поставила рекорд, набрав 92,5 очка за скоростное чтение журнальных статей и представление прочитанной информации в формате интеллект-карты. По двум другим испытаниям я тоже поставила новые рекорды, справившись с каждым в среднем за полчаса. Когда Тони Бьюзен объявил: «Золотая медаль чемпионата мира по созданию интеллект-карт вручается Лю Янь», я разрыдалась. Этот приз – самая высокая

оценка, которую я когда-либо надеялась получить, как для меня, так и для моих учеников.

Я мечтаю помочь овладеть этой удивительной техникой как можно большему числу людей. Я намерена посвятить этому свою жизнь, и будущее кажется мне потрясающим!»

Надеюсь, теперь вы заинтересовались теми возможностями, которые интеллект-карты способны дать вам во всех аспектах жизни. От скромных рисунков на листе формата А4 до гигантских интеллект-карт, покрывающих склоны гор, применение техники создания интеллект-карт поистине не имеет границ.

## ГЛАВА 6

# БУДУЩЕЕ ИНТЕЛЛЕКТ-КАРТ

Какое будущее уготовано интеллект-картам? Эта глава посвящена анализу перспектив техники создания интеллект-карт в цифровую эпоху и ее потенциальной взаимосвязи с искусственным интеллектом. Мы попробуем взглянуть на будущее интеллект-карт и на то, как они могут помочь вам облегчить жизнь.

## ЧТО ДАЛЬШЕ?

Интеллект-карта эволюционирует. Это неудивительно, так как интеллект-карта отражает процессы мышления в мозге человека, а мозг подчиняется принципам эволюции.

В главе 1 мы видели, как интеллект-карта вписывается в траекторию истории, занимая законное место в череде событий, запущенной удивительными отметками, которые неизвестные художники каменного века оставили несколько тысячелетий назад. Сегодня мы можем воплотить интеллект-карты, биологически существующие внутри нас в виде нейронных связей. Посредством рисования, письма и системы знаков интеллект-карта, возникшая в мозге, стала частью окружающего мира.

В реалиях современной эпохи баланс все больше смещается в сторону того, что создано на компьютере, а не руками человека, а ученые исследуют способы, какое влияние развитие современных технологий может оказать на человеческое сознание и процессы мышления.

Мне не терпится узнать, что уготовано нам в будущем, а также понять, какую роль техника создания интеллект-карт будет играть в мире, где человеческий интеллект вступит в борьбу с последствиями искусственного интеллекта.

## ЦИФРОВАЯ ЭПОХА

Трудно поверить, что прошло уже больше десяти лет с тех пор, как я начал сотрудничество с Крисом Гриффитсом для разработки первого эффективного программного обеспечения для создания цифровых интеллект-карт. Крис — талантливый предприниматель. Свою первую компанию он продал в возрасте 26 лет. Он основал компанию Open Genius, которая и разработала технологию iMindMap. Сегодня этой технологией пользуется более миллиона людей по всему миру. Подчиняясь Законам создания интеллект-карты, мы с Крисом разработали программное обеспечение, отражающее органическую природу головного мозга и способы взаимодействий наших мыслительных процессов.

К сожалению, многие другие приложения и пакеты программ, которые претендуют на то, чтобы называться инструментами создания интеллект-карт, нарушают почти все Законы их создания. Часто приложения составляют концепт-планы, в которых, например, применение цвета является дополнительной опцией, есть несколько «центральных» идей, а ряд слов или фраз по ошибке заключены в рамки и размещены вдоль ветвей. В подобных диаграммах ветви не всегда соединяются, различаются или организованы иерархически.

Всегда стоит проверять и сравнивать матрицу Законов создания интеллект-карты и мини-матрицы программ, предназначенных для этой же цели. Если они не совпадают, программа не создаст истинную интеллект-карту. Как мы видели, Законы создания интеллект-карт основаны на рациональных психологических принципах, это означает, что чем сильнее от них отклониться, тем менее эффективной будет полученная диаграмма.

## ПРЕИМУЩЕСТВА ЦИФРОВОГО СОЗДАНИЯ ИНТЕЛЛЕКТ-КАРТЫ

За счет следования Законам создания интеллект-карты программа iMindMap генерирует истинные интеллект-карты, благодаря чему стимулирует необходимые условия для качественного мышления, творчества и хорошего запоминания.

Эта программа доказала свою эффективность при проведении мозговых штурмов, переговоров, при протоколировании рабочих встреч, создании хороших презентаций и при разработке стратегии.

Среди преимуществ компьютерных интеллект-карт:

- их можно редактировать, где необходимо;
- их можно сохранять в цифровом формате;
- их четкая графика означает, что они легко читаются;
- их можно привязать к другим мультимедийным инструментам;
- с их помощью можно провести анализ процесса (например, возвращаясь к отдельным этапам);
- их просто генерировать с помощью предоставленного набора инструментов для рисования и иконок.

Одно из неоспоримых преимуществ цифровых интеллект-карт — это, конечно, скорость и простота, с которыми аккуратными и полезными документами можно делиться с коллегами. А также возможность оставлять комментарии, где это возможно, что стимулирует взаимодействие между командами.

## КУДА ДАЛЬШЕ?

Подобно своей бумажной предшественнице, iMindMap со временем и появлением новых технологий продолжает эволюционировать. Тем не менее, несмотря на прогресс, достигнутый за последние годы, я убежден, что мы еще в самом начале пути цифрового развития интеллект-карт.

## ЗАКОНЫ РОБОТОТЕХНИКИ VS ЗАКОНЫ СОЗДАНИЯ ИНТЕЛЛЕКТ-КАРТ

В 1950 году американский фантаст Айзек Азимов опубликовал сборник коротких рассказов «Я, робот». В рассказе «Хоровод» он сформулировал «Три закона робототехники»: 1. Робот не может причинить вред человеку или своим бездействием допустить, чтобы человеку был причинен вред. 2. Робот должен повиноваться всем приказам, которые дает человек, кроме тех случаев, когда эти приказы противоречат первому закону. 3. Робот должен заботиться о своей безопасности в той мере, в которой это не противоречит первому или второму законам.

Сегодня находятся люди, ратующие за то, чтобы в той или иной форме внедрить законы робототехники: разработать что-то вроде Десяти заповедей для искусственного интеллекта, если можно так сказать. На первый взгляд, подобные опасения не лишены оснований: в июне 2017 года Ахмед Эльгаммал, Бингчен Ли, Мохамед Элхосейни и Мариан Маззон, исследователи Лаборатории искусств и искусственного интеллекта (ИИ) Рутгерского университета, опубликовали научную работу, в которой поделились весьма неоднозначным открытием. Команда исследователей провела эксперимент, в ходе которого новая вычислительная система создавала абсолютно новые произведения искусства. Затем эти произведения были представлены на ярмарке-выставке современного искусства Art Basel — 2016. Многим посетителям они понравились гораздо больше, чем экспонаты, сделанные руками человека!

Возможно, это и так, но я уверен, что пройдет еще немало времени, прежде чем все то, что говорят об ИИ, воплотится в реальности. Я более склонен согласиться с наблюдениями профессора Гари Маркуса, американского психолога, чьи работы посвящены изучению языка, биологии и сознания. В статье в газете New York Times от 29 июля 2017 года «Искусственный интеллект забуксовал. Как придать ему ускорение» (Artificial Intelligence Is Stuck. Here's How to Move It Forward) он отмечает, что системы ИИ застряли на одном месте в реальном мире. Он утверждает, что необходимо разработать новую парадигму ИИ, в которой знания, полученные «сверху вниз» и «снизу вверх»,



были бы равноценными. По его определению, знания, полученные «снизу вверх», — это исходная информация, которую человек получает от органов чувств. Тогда как знания, полученные «сверху вниз», представляют собой когнитивные модели устройства мира. В настоящий момент ИИ преимущественно работает с первой категорией знаний, а не с сенсорными стимулами. Гари Маркус убежден, что требуется интегрировать обе категории знаний, чтобы системы ИИ стали чем-то большим, чем пассивными хранилищами информации. Современные компьютеры не осознают, что они делают. Они лишены осознанности, так что они способны ровно настолько, насколько профессиональны создавшие их программисты. На момент написания этой книги у компьютеров отсутствовала когнитивная осознанность.

Я уже упоминал ранее, что мне безумно интересно, какое будущее уготовано интеллект-картам. В то время как многие убеждены, что мир будет поработен искусственным интеллектом и нас ждет восстание машин (вспомните все эти фильмы типа «Терминатора»), я глубоко сомневаюсь, что роботы смогут хотя бы приблизиться к прекрасной, органической сложности человеческого мозга. Мы уже разработали эффективное ПО для создания интеллект-карт, которое можно применять для подготовки потрясающих презентаций, но мы еще очень далеки от создания ИИ, который самостоятельно мог бы строить интеллект-карты, используя ассоциации и воображение, не говоря уже о том, чтобы осознавать, чем именно он занимается. Сегодня даже «суперроботы» не обладают способностью выделять различия или просто попадают в тупик, когда не видят следующего шага!

Вместо того чтобы придумывать новые законы робототехники, я предпочел бы увидеть развитие ИИ, способного осознанно овладеть Законами создания интеллект-карты, так как я считаю это по-настоящему сложной задачей, и если с ней удастся справиться, это будет настоящим достижением. Как мы видели, за счет использования воображения, логики, ассоциаций и индивидуального

восприятия окружающего мира. Законы создания интеллект-карты неизменно переплетены с фундаментальными принципами хорошего мышления. Хотя мы уже разработали iMindMap, которая будет продолжать совершенствоваться, мне еще не встречался робот, который смог бы создать интеллект-карту без участия человека.

**Я искренне убежден, что способность создать интеллект-карту можно считать безоговорочным доказательством разумности робота.**

## ПРОВОКАЦИОННЫЙ РАЗГОВОР

Беседы с польским мастером создания интеллект-карт Марек Касперски всегда наполняют меня восторгом перед безграничными возможностями этого потрясающего инструмента мышления. Недавно мы беседовали с ним о цифровых интеллект-картах и искусственном интеллекте, и Марек весьма меня удивил.

«Когда я впервые воспользовался iMindMap, программа мне понравилась, но показалась неполноценной, — признался он. — С принципами все в порядке, но сама программа — двухмерная, очень плоская. В реальном мире не так уж много плоских вещей, в основном все трехмерное».

Я понимал, о чем он.

Марек продолжил: «Я начал представлять себе центральный образ, который захватывает сознание. Это трехмерный объект, я могу вращать его и рассматривать под разными углами. Затем я представил себе основные ветви, отходящие от центрального образа, как побеги, но не плоские, как в iMindMap, а трехмерные. Так что мне хотелось бы получить компьютерную программу, где интеллект-карту можно создавать в формате 3D и вращать в разные стороны. Если бы это можно было делать, она напоминала бы удивительную трехмерную партию в шахматы, которую разыгрывал Спок в «Звездном пути».

Марек продолжил делиться со мной мыслями относительно преимуществ разработки полностью 3D-программы для создания интеллект-карт. Этой программой можно было бы пользоваться на компьютере и планшете и вращать интеллект-карту одним касанием пальца. Это помогло бы понять пространственный потенциал интеллект-карты со всеми ее разными ветвями, плавающими в объемной сфере с обзором в 360°.

Сейчас мы находимся в процессе усовершенствования 3DiMindMap, и ее возможности будут безграничными.

Сам искусственный интеллект часто воспринимают как игру чисел, очень больших чисел. Даже обычная партия в шахматы может включать до  $10^{70}$  возможных ходов (это цифра 1 с 70 нулями). Поэтому у корпорации IBM ушло несколько десятилетий и несколько миллиардов долларов на то, чтобы создать суперкомпьютер Deep Blue, который в 1997 году выиграл партию в шахматы у чемпиона мира, гроссмейстера Гарри Каспарова.

Еще одним крепким орешком для ИИ стала настольная логическая игра го. Многие специалисты по робототехнике сомневались, что ИИ удастся овладеть искусством этой игры, так как в ней может быть до  $10^{170}$  возможных ходов. Ее сложность беспрецедентна. Однако британский исследователь искусственного интеллекта Демис Хассабис решил справиться с этой задачей. Демис Хассабис не только исследователь, нейроученый и разработчик компьютерных игр, но также активный пользователь техники создания интеллект-карт и дважды победитель мультидисциплинарного соревнования по интеллектуальному спорту Decamentathlon.

Кроме того, он основатель компании DeepMind, миссия которой расширять горизонты технологий ИИ. И хотя потребовалось время и поддержка интернет-гиганта Google, DeepMind преуспела в разработке программы ИИ AlphaGo, которая в 2014 году одержала победу в игре го над чемпионом мира по этой игре.

После того как ИИ взял верх над двумя ведущими мастерами в области интеллектуального спорта, слышались голоса, что недалек тот день, когда компьютер превзойдет человека. Однако давайте на минуту задумаемся об этих логических играх. Основные ветви интеллект-карты расходятся от центра. От каждой основной ветви отходят дополнительные ветви, а от них — еще больше ветвей следующего порядка... Внимание, вопрос: сколько ветвей теоретически могут отходить от одной любой ветви? Как вы понимаете, это число стремится к бесконечности. Даже в двухмерном формате потенциальный размах любой интеллект-карты неисчисляем.

Таким образом, вместо того чтобы развивать программное обеспечение для создания интеллект-карт, на ситуацию можно взглянуть под другим углом: использовать цифровые технологии для улучшения параметров интеллект-карт, чтобы увеличить потенциал самого ИИ.

В беседе с Марексом я рассказал ему о своем видении будущего этой техники и о планах объявить о призе в несколько миллионов долларов за разработку нового ПО с элементами искусственного интеллекта — подобно тому, как были объявлены денежные награды за разработку искусственного интеллекта в областях интеллектуального спорта, например в шахматах.

При финансовой поддержке пионеров в области ИИ, аналогично тому, как суперкомпьютер Deep Blue был создан корпорацией IBM, а компанию DeepMind поддержал интернет-гигант Google, этот приз предназначался создателям первой программы ИИ или суперкомпьютера, который оказался бы способен самостоятельно сгенерировать интеллект-карту, отвечающую всем Законам создания интеллект-карты.

Помимо этого, программа должна быть в состоянии совершенствоваться в технике создания интеллект-карт, подобно тому, как совершенствуют ее на практике люди. Вот что еще должна уметь делать эта прорывная программа:

- создавать сотни интеллект-карт разных форм, используя разные изображения;

- понимать интеллект-карту, которую она создает;
- демонстрировать свою способность мыслить;
- передавать идеи, выраженные в интеллект-карте, с помощью других языков или с использованием других слов, чтобы доносить информацию так же, как человек, составляющий интеллект-карту;
- выражать идеи, представленные в интеллект-карте, через искусство, скульптуру или музыку, аналогично тому, как люди могут использовать интеллект-карты как инструмент вдохновения для своих творческих достижений.

Выслушав это, Марек улыбнулся и напомнил мне, что на данном этапе развития ИИ даже самый сложный робот преимущественно является устройством, подражающим другим вещам так, чтобы убедить всех, что он мыслит самостоятельно, хотя на самом деле это не так. Это просто механизм, обрабатывающий бинарный код: единицы и нули, «да» и «нет», одно или другое. Этот механизм не думает: он проводит расчеты и реагирует, но не думает. Плюс ко всему, он не чувствует.

Я полностью разделял точку зрения Марека. Я напомнил, что после проигрыша суперкомпьютеру Гарри Каспаров сказал, что разочарован даже не проигрышем, ему невероятно жаль, что бедная машина, победившая чемпиона мира по шахматам, понятия не имела, что делает, и даже не знает, что одержала победу.

Точно так же она не могла сделать того, чем занялся после матча гроссмейстер: суперкомпьютер Deep Blue не мог насладиться вкусной едой, прислушаться к окружающему миру, смеяться, плакать, вспоминать и при этом держать в памяти все ходы партии. В отличие от гроссмейстера, машина не проживала каждую миллисекунду этого матча.

В таких условиях очевидно, что человеческий фактор останется основным компонентом техники создания интеллект-карт в обозримом будущем. Но представьте, как было бы чудесно, если бы эту технику можно было использовать для

практического развития ИИ, как средство расширить его возможности, бросить вызов, улучшить. А если эта техника может сделать это для ИИ, представьте, как она может помочь вам улучшить свою жизнь. Будучи человеком, вы — супербиокомпьютер, и ваш потенциал безграничен.

## ВАШЕ БУДУЩЕЕ

После выхода в свет моей первой книги «Подумайте как следует» (Use Your Head), которую опубликовало Би-би-си, меня пригласили в офис издательства. Редактор встретил меня растерянной улыбкой: «Должен признаться, вашу книгу буквально сметают с полок. Она продается лучше всех других наших книг. И не только продается: в нашем офисе экземпляры словно растворяются в воздухе, как только прибывают со склада!».

Я рассмеялся. Мне была очень приятна мысль, что книгу быстро раскупают, а сотрудники издательства берут домой экземпляры, чтобы узнать, как улучшить процесс мышления и реализовать свой потенциал.

К сожалению, за многие годы я сталкивался и с неправильным применением этой техники. Наблюдать за тем, как извращаются принципы моей техники, было все равно что ехать в экипаже, который захватили разбойники с большой дороги, а потом видеть, что они закапывают в землю драгоценное сокровище, которое никому больше не сможет принести пользы.

Моя самая важная цель — и один из мотивирующих факторов для написания этой книги — сделать так, чтобы целостность этого поразительного инструмента мышления не была утеряна или дискредитирована, чтобы он продолжал помогать миллионам людей по всему миру сегодня и в будущем. Всю свою сознательную жизнь я посвятил обучению технике создания интеллект-карт. Я хочу, чтобы эта книга показала читателям, что такое интеллект-карта, как она развивалась и как она может помочь каждому из них

индивидуально. Эта книга должна подтвердить тот факт, что у Законов создания интеллект-карты есть конкретная цель и они придуманы не просто так, а представляют собой неотъемлемую часть качественного процесса мышления.

Какими бы ни были ваши обстоятельства, проблемы, надежды и амбиции, в этой книге вы найдете техники и рекомендации, которые помогут вам овладеть искусством создания интеллект-карт. Я глубоко убежден, что после того, как вы выполните упражнения и продолжите совершенствоваться самостоятельно, вам удастся улучшить и качество вашей жизни в целом.

Поднимитесь на новый уровень уже сейчас, создав интеллект-карту «Измени свою жизнь». При создании этой интеллект-карты используйте все навыки, которые вы уже приобрели, чтобы выйти за границы текущих обстоятельств, рассказать о своих мечтах и открыть новые, удивительные способы их воплощения. Как только вы начнете это делать, ничто не сможет вас остановить...

Мне остается лишь пожелать вам успеха и счастья, поскольку вы теперь вооружены самым мощным инструментом мышления в мире, он придаст вам сил.

**Добро пожаловать в глобальную семью создателей  
интеллект-карт!**

# ИСТОЧНИКИ

**Тони Бьюзен — автор техники создания интеллект-карт**  
[www.tonybuzan.com](http://www.tonybuzan.com)

Добро пожаловать в мир Тони Бьюзена. Тони Бьюзен — автор техники создания интеллект-карт, самого эффективного инструмента мышления нашего времени. Узнайте больше о Тони Бьюзене, а также о трансформирующей силе интеллект-карт, памяти и скорочтения, помимо других полезных ресурсов.

**iMindMap**  
[www.imindmap.com](http://www.imindmap.com)

iMindMap — первая программа для создания интеллект-карт, проведения мозговых штурмов и планирования проектов. Она обеспечивает творческую работу в пяти режимах, включая Fast Capture View, Brainstorm View, Mind Map View и Time Map View, что помогает формулировать, систематизировать, развивать и реализовывать ваши идеи. Это ПО применяется многими ведущими мировыми компаниями, в том числе Disney, BBC, NASA, Intel и Microsoft.

**World Memory Championships**  
[www.worldmemorychampionships.com](http://www.worldmemorychampionships.com)

Первый чемпионат мира по запоминанию World Memory Championship был проведен в 1991 году по инициативе Тони Бьюзена и Реймонда Кина. Это международные соревнования в области интеллектуального спорта, которые проходят по десяти дисциплинам, связанным с запоминанием.

**World Mind Mapping Council**  
[www.worldmindmappingcouncil.com](http://www.worldmindmappingcouncil.com)

Всемирный совет по технике создания интеллект-карт основан Тони Бьюзеном и Филом Чамберсом. Его деятельность направлена на продвижение обучения технике создания интеллект-карт во всем мире, а также на повышение глобальной грамотности.



## СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ

Collins, Allan M. and M. Ross Quillian “Retrieval Time From Semantic Memory”, in *Journal of Verbal Learning and Verbal Behavior*, Elsevier, volume 8, 1969.

Elgammal, Ahmed, Bingchen Liu, Mohamed Elhoseiny, and Marian Mazzone, “CAN: Creative Adversarial Networks, Generating “Art” by Learning About Styles and Deviating from Style Norms” (доступно онлайн), June 2017.

Farrand, Paul, Fearzana Hussain and Enid Hennessy, “The Efficacy of the “Mind Map” Study Technique” (доступно онлайн), 2002.

Haber, Ralph, “How We Remember What We See”, *Scientific American*, May 1970.

Huba, George, Mind Mapping, Cognitive Impairment, and Dementia (Huba’s Bolero) (доступно онлайн), 2015.

Marcus, Gary, “Artificial Intelligence is Stuck. Here’s How to Move It Forward”, *New York Times*, July 29, 2017.

Restorff, Hedwig von, “The Effects of Field Formation in the Trace Field”, 1933.

Toi, H., “Research on How Mind Map Improves Memory”, научная работа, представленная на Международной конференции по мышлению, Куала-Лумпур, 2009 г.

## БЛАГОДАРНОСТИ

Издатель выражает благодарность Сью Ласеллес за неоценимую помощь в подготовке этой книги.

Издатель выражает благодарность следующим людям и фотобиблиотекам за разрешение использовать их материалы. Были приложены все усилия для сохранения авторских прав, но если мы кого-то не указали, мы приносим извинения и, если мы получим соответствующую информацию, то внесем исправления в будущие издания. Все интеллект-карты остаются собственностью их авторов: Shutterstock; Alamy; интеллект-карта Марека Касперски; интеллект-карта Филадельфия Чамберса; интеллект-карта Ричарда Лина; интеллект-карта Доминика О'Брайана; интеллект-карта Маниш Датт; Манаэль Табет; интеллект-карта Реймонда Кина; интеллект-карта Лю Янь.

## ПРИМЕЧАНИЯ

[9.](#) Вариообъектив — объектив кинокамеры, способный плавно менять фокусное расстояние, сохраняя резкость изображения.

[10.](#) Дао дэ цзин — основополагающий источник учения и один из выдающихся памятников китайской мысли, оказавший большое влияние на культуру Китая и всего мира.