

考试与思维导图

坚持-热爱-专注 ◇

1 思维导图也可以搞定考试

1.1 我的经历

结果

借助思维导图的复习, 顺利通过考试

方法

提炼梳理-结构化要点-联想记忆

1.2 思维导图

适合记忆

大脑特点:

- 更喜欢记忆简洁的信息
- 习惯性将不完整信息补全
- 丰富的颜色图画促进记忆

信息整合

- 提取关键词, 促进主动思考
- 联想整合, 加入自己的理解

因为思维导图是由关键字的形式呈现的, 我们会有一种想要去把各个知识点给补充完整的冲动, 正是这样的冲动, 促进我们建立大脑中的记忆链接。

其次是因为, 作图的过程就是“信息整合”的过程。

在我们制作思维导图的过程中, 一方面要对关键词进行提取, 这就需要在总结的过程中需要不断向自己提问, 化被动吸收为主动思考。另一方面要进行整合联想, 在新旧知识之间建立联系, 加入自己的理解。

相对于干巴巴的纯文字笔记, 这种思考、分析、理解的过程, 可以有效促进主动学习, 非常适合进行信息整合和记录笔记的场景。

2 如何制作知识点思维导图

信息类型

- 具体信息: 历史政治这类以记忆为主的知识 (适合制作思维导图记忆)
- 抽象信息: 数学物理这类理解计算为主的知识

抓住重点

- 有参考: 按老师归纳的重点章节和知识点整理复习
- 无参考: 分析真题出题位置和频率, 找到考试重点

并不是要把整本书的内容都做到图中, 我们记忆的目的是为了考试得分, 在时间有限的情况下, 我们要先抓住重点、易考点的记忆。剩下的特别细碎的知识点, 推荐大家用碎片时间反复记忆。

教科书里的内容结构性是非常强的, 给我们制图带来了很大方便, 主要就是分清主次顺序, 使用关键词去概括知识点的主要内容。

也因此, 选择关键词很重要, 太长了不便于记忆, 不合理又不方便后续我们联想书中内容。我们要注意以下几点:

- 首先是抓住词性, 名词为主, 动词次之, 辅以必要的修饰词。简单来说, 只要不影响意思, 修饰词、连接词和部分名词动词都可以删除。
- 其次是控制字数, 思维导图的关键字由二到五个字最好, 概括知识点的时候可以用短句, 但一般也不要超过十个字。
- 最后就是使用具有明确含义的词, 能够让你联想到特定场景/语句的词, 方便后续记忆与答题。

3 怎么用思维导图信息答题

记忆与展开

1. 主动回忆

- 课文读很多遍, 不如尝试被一遍效果好
- 根据导图内容, 回忆知识点, 尝试记忆
- 回忆不起来的, 回到书中位置进行复习

2. 考试答题

- 脑海中建立思维导图的整体框架
- 看到题目 → 联想知识点 → 在导图的位置 → 想到了顺着分支往下走

打印记忆

• 导图设置:

1. 字体大小 20 以上
2. 结构控制: 竖版 (portrait) 就尽量向下做, 横版

(landscape) 就尽量向两边发散

- PDF 导出

3.1 如何展开被压缩的信息

有人可能会有疑惑，把信息压缩了，那我到考试的时候写论述题怎么展开呢？

第一是思维补全。人类在阅读不完整的内容时，大脑会不自觉的补充信息进去。正是这样的冲动帮助我们答题。

第二是主动回忆。小时候有这样的经历，课文读了很多遍，不如尝试背一遍来的效果好，这是主动回忆的力量。我们用思维导图记忆就是用的这个方法。

所以，在之后的复习过程中，我是这样运用思维导图的：

- 首先，根据图中的内容，不断去回忆书中的知识点，尝试用自己的话把它说下来。
- 对于实在回忆不起来的内容，就去书上看一下。慢慢地随着熟练，脑海中对于这张图就越来越清晰，直到能回忆起大部分导图信息，顺着导图的连接线就能想到下面的内容。

这就是我后来考试背诵时的状态：考场上看到题，立刻联想知识点 → 在思维导图的哪个位置 → 想到了接着顺着分支往下走，所有的知识点就被顺藤摸瓜了。