# 思维导图简介

又叫心智图。

——是放射性思考的具体化表达，是简单而高效的总结方法。

## 目的：

### 认识自己

解剖自己，调节自己的注意力、记忆力、表达能力。

在大二的时候，学校给学生开职业生涯规划课，其中谈得最多的就是认识自己。但是没有一个人谈到了具体的该如何认识自己。他们所说的东西听起来很有道理，但事实是没有任何操作性。过一段时间也许都没有人记得他们说过了什么。

其实判断我们有没有真正学会一个知识很简单，就是看它能否在我们思维中自然的表达。

### 个人数据库

我们知道放射性思考是人类大脑的自然思考方式，每一种进入大脑的资料，不论是感觉、记忆或是想法——包括文字、数字、符码、食物、香气、线条、颜色、意象、节奏、音符等，都可以成为一个思考中心，并由此中心向外发散出成千上万的关节点。这些关节的连结可以视为你的记忆，也就是你的个人数据库。

人类是健忘的，从一出生即开始记住，然后遗忘这些庞大且复杂的数据。思维导图是一种方法，将数据依据彼此间的关联性分层分类管理，使资料的储存、管理及应用更有系统化，从而增加第二次思维的效率。

## 收藏：

把握整体：鼓励人们发挥创造力，将各种零散的智慧、资源等融会贯通成为一个系统。

## 整理：

1. 问题导向：所有的内容应该注明，是为了解决什么问题而存在的。
2. 导图要符合人脑的特点：偏爱图形、偏爱简洁（关键词）、偏爱结构化。

## 背诵：

重复是记忆的最好方法。

1. 要慢下来，注重过程，减轻思维负担。
2. 要专注于眼前，不要多个思维中心点展开。
3. 复习并合理的更新。

最重要的东西依然是从生活当中获得的细节，活得慢一点，把每个细节思考清楚，日积月累，就是巨大的财富。

## 分享：

让自己的只是活动起来，变成自己的财富，给自己带来名誉和认同。

## 使用中的优点缺点：

思维导图的缺点是耦合度高，赶不上变化，很少用。

文件管理的缺点是不好消化吸收。

与文件系统结合使访问更便捷，应用云存储技术保证安全性。