

Strumenti di preparazione

1 Costruire una mappa mentale

Introduzione

Come Napoleone prima di una battaglia, dovrai prepararti in modo strategico per uscire vittorioso e soddisfatto da questa prova. Il primo strumento che dovrai imparare a utilizzare è la **mappa mentale** perché con questo strumento collegherai e ricorderai più facilmente gli argomenti scelti.

Che cosa è la mappa mentale?

È un **organizzatore grafico** che facilita la comprensione, la riflessione, la rielaborazione e lo studio, perché ti fa vedere in modo ordinato e sistemato, in una sola pagina, tutti gli argomenti che dovrai esporre all'esame orale. Una mappa mentale combina **parole e immagini** secondo **una struttura gerarchica ed associativa**, perciò ti sarà di grande aiuto, perché ti farà risparmiare tempo nel ripasso e ti darà tanta sicurezza durante il colloquio. "Gerarchica" significa che le tue idee e i tuoi concetti devono avere un ordine di priorità, cioè saranno sistemati dal più importante al meno significativo, rispetto al tema centrale.

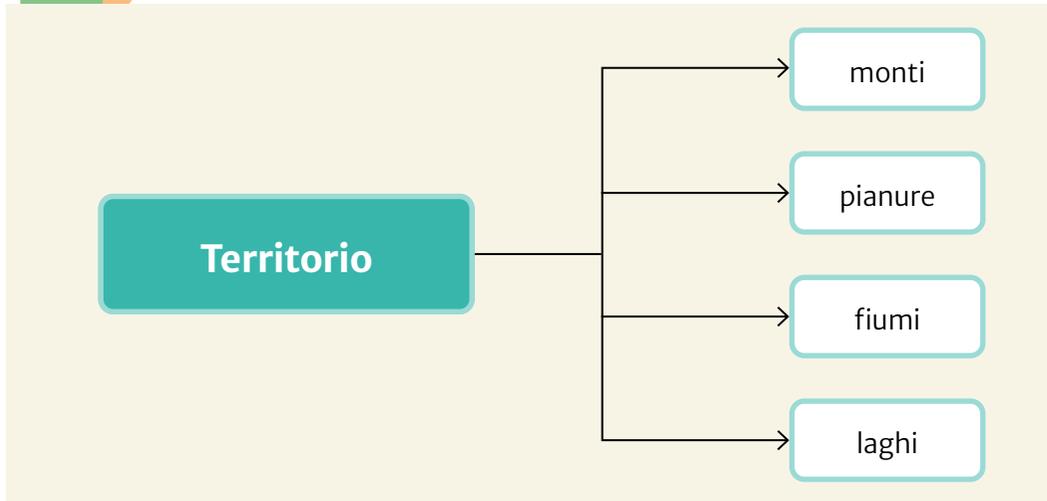
La composizione è **radiale**, a raggiera, per cui il concetto principale è posto al centro e l'andamento delle tue idee deve andare dal generale al particolare.

Come si fa una mappa mentale?

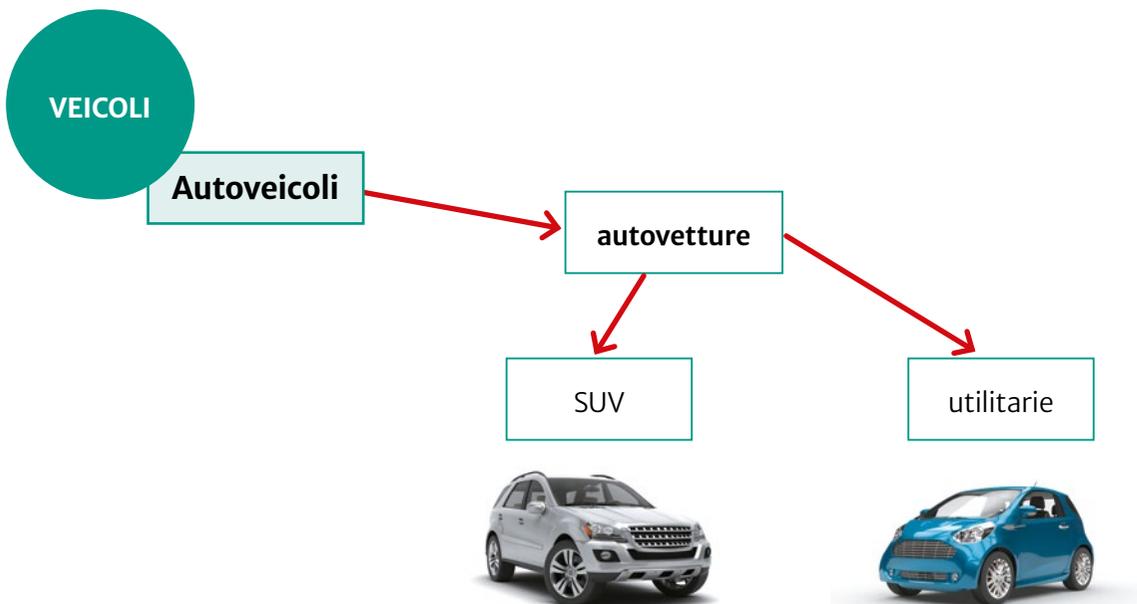
Operazioni fondamentali che devi compiere per realizzare la tua mappa mentale sono: **gerarchizzare** e **categorizzare**, ossia identificare, raggruppare e ordinare le tue idee, i concetti chiave a partire dai quali impostare tanti altri concetti.

Se, per esempio, vuoi utilizzare una mappa mentale per lo studio di un argomento di geografia, i concetti di "fiume, lago, monti, ecc." possono essere inclusi in una categoria superiore che è "territorio".

Creare categorie significa, infatti, raggruppare assieme elementi (persone, oggetti, concetti, attività, ecc.) che hanno degli elementi comuni.

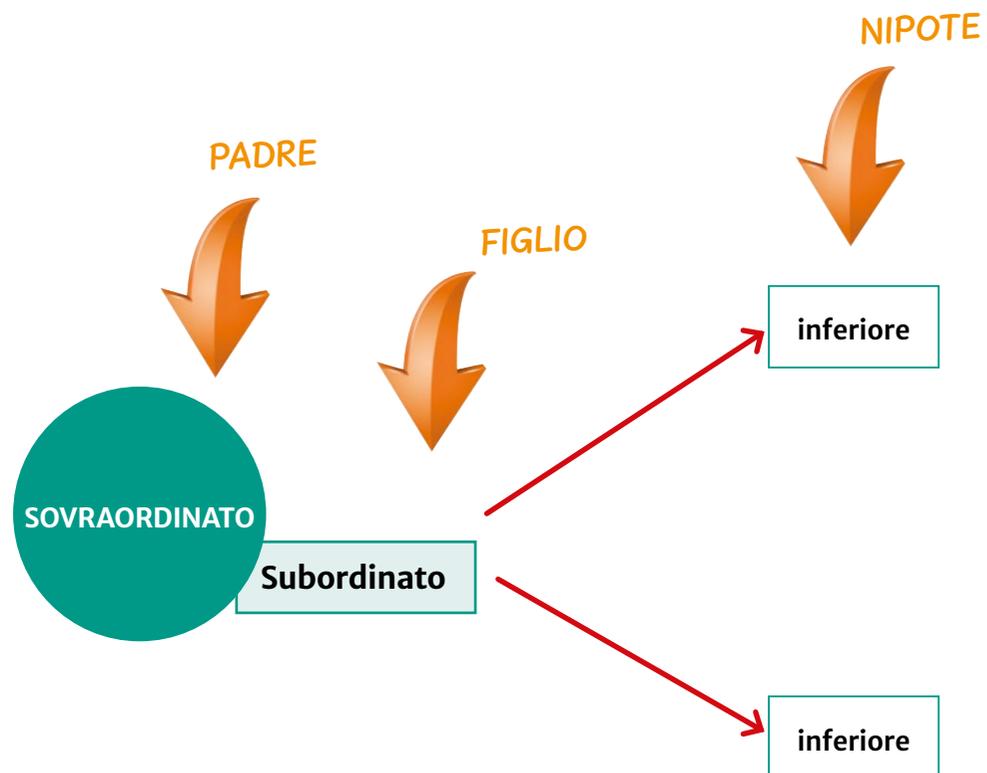


E ancora, riprendendo un esempio di Tony Buzan, che è l'ideatore delle mappe mentali: *“Il termine veicoli comprende una vasta gamma di categorie, una delle quali è autoveicoli. Questa a sua volta genera una serie di sottocategorie, una delle quali è autovetture che a sua volta comprende diverse categorie (ad esempio i SUV, le utilitarie) che possono essere suddivise in vari modelli”*.



I concetti così categorizzati vengono posizionati sui rami della mappa a partire dal centro secondo la struttura gerarchica, dal generale al particolare e secondo una relazione e un ordine che possiamo definire “padre-figlio-nipote”, ossia concetto sovraordinato-subordinato-inferiore.

GERARCHIA DEI CONCETTI



Altra caratteristica delle mappe mentali è l'uso di **immagini, colori, simboli, codici** che **stimolano il processo creativo e la memorizzazione**.

In particolare dovrai utilizzare:

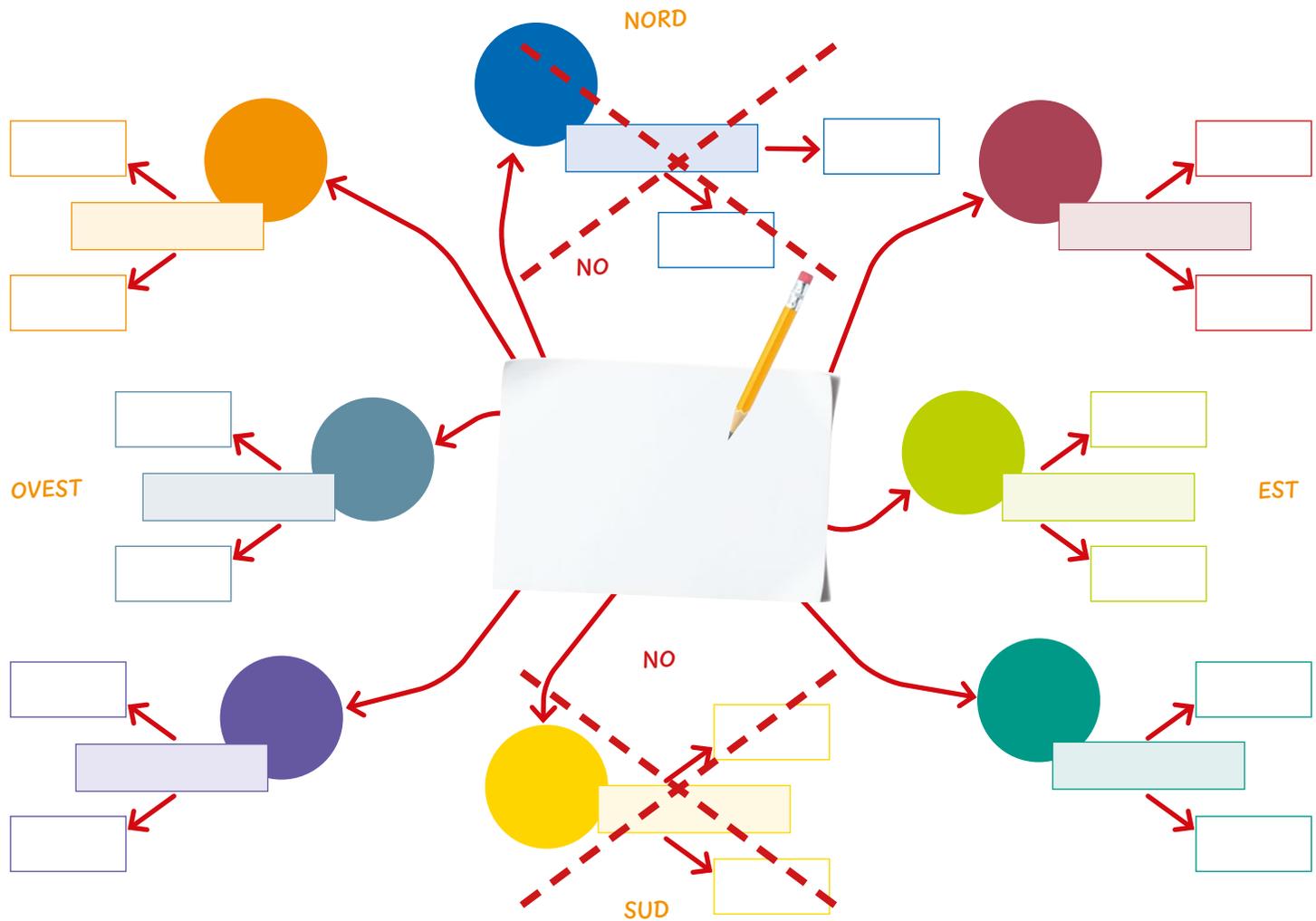
- **immagini (visual)** attraenti, simpatiche, piacevoli, tridimensionali, che richiamino alla mente le tue idee;
- **colori** vivaci o contrastanti per attirare l'attenzione.

Quali sono le regole delle mappe mentali?

La creazione delle mappe mentali segue delle indicazioni, delle regole che, però, non devono vincolare la tua libertà mentale, la capacità creativa e lo stile personale.

Le principali **regole** sono:

1. prendi un **foglio bianco** (A4), senza né righe né quadretti, e posizionalo in **orizzontale**, così avrai più spazio per disegnare la mappa. Immagina che il foglio abbia un orientamento (nord, sud, est e ovest): evita di tracciare rami a nord e a sud mantenendo le linee più orizzontali possibile. Ciò perché non bisogna girare il foglio durante la lettura della mappa;



2. non usare subito i colori, ma crea la mappa inizialmente **a matita** per avere maggiore libertà di cancellare e di modificare la scrittura;
3. **scrivi al centro l'argomento** da sviluppare utilizzando parole ed immagini. L'uso di queste ultime genera numerose associazioni ed è molto efficace come aiuto per la memoria;
4. partendo dal centro, traccia i **rami** su cui scrivere **singole parole chiave**;
5. non utilizzare verbi ma solo concetti;
6. procedi sempre **in senso orario**: la mappa mentale si costruisce e si legge sempre in senso orario, ha uno *start* (punto di partenza) che è posto al **centro**;

7. occorre sempre partire per la costruzione e la lettura dal ramo in alto a destra;
8. i rami devono essere curvi, naturali e non dritti, lunghi quanto la parola che scriverai sopra;
9. i rami principali, su cui vengono posizionate le parole più importanti che guidano lo sviluppo dell'argomento, necessitano di enfasi ed è preferibile scrivere i concetti utilizzando il carattere maiuscolo;
10. usa variazioni di dimensioni nello scrivere, nella linea e nelle immagini, enfatizzando i caratteri. Questo è un modo per evidenziare l'importanza dei concetti;
11. crea enfasi, cioè dà particolare rilievo ai concetti attraverso:
 - l'uso di **immagini** in tutta la mappa mentale che siano evocative in modo da aiutare il richiamo delle informazioni e delle conoscenze;
 - l'utilizzo di **colori brillanti e vivaci**, che sollecitano i processi associativi, aiutano la memorizzazione e supportano la creatività.

Quali errori dovrai evitare?

Fai attenzione alle seguenti indicazioni, che ti eviteranno di commettere errori nella tua mappa mentale.

- Non cominciare la mappa partendo da sinistra;
- non scrivere sui rami intere frasi partendo dall'idea che proposizioni complete siano più significative;
- non scrivere mai sotto il ramo;
- non scrivere mai in verticale (la mappa risulta poco leggibile);
- non realizzare rami dritti, devi farli curvi;
- non utilizzare elenchi.

Quale può essere il percorso di costruzione della mappa mentale?

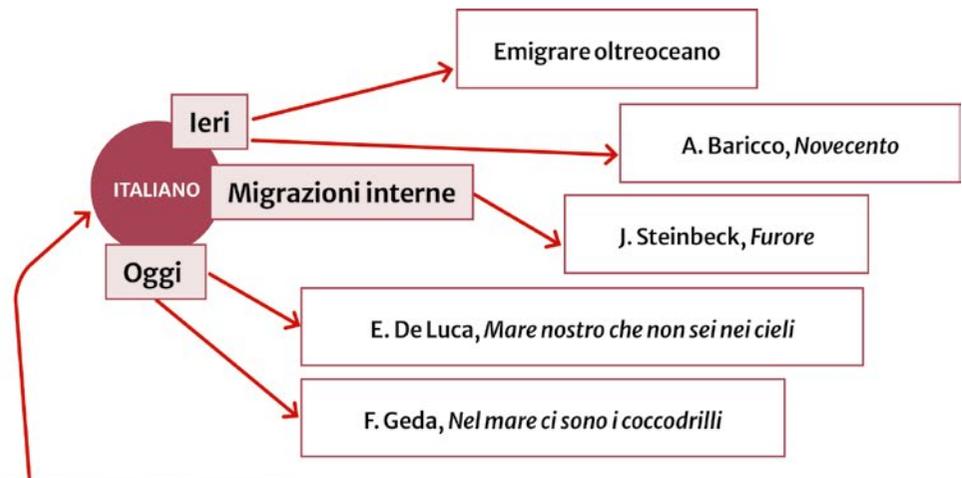
Adesso seguici. Ti spiegheremo con degli esempi come creare il percorso del colloquio orale. È solo un esempio ma, una volta che ti sarai impadronito della tecnica, potrai creare la mappa mentale dell'argomento che hai scelto di discutere all'esame.

Ipotizziamo che tu abbia particolarmente a cuore il tema delle "migrazioni". Disponi al centro del tuo foglio bianco il concetto "Migrazioni" e l'immagine che nella tua logica associativa lo rappresenta.

EMIGRAZIONE E IMMIGRAZIONE STORIA E ATTUALITÀ



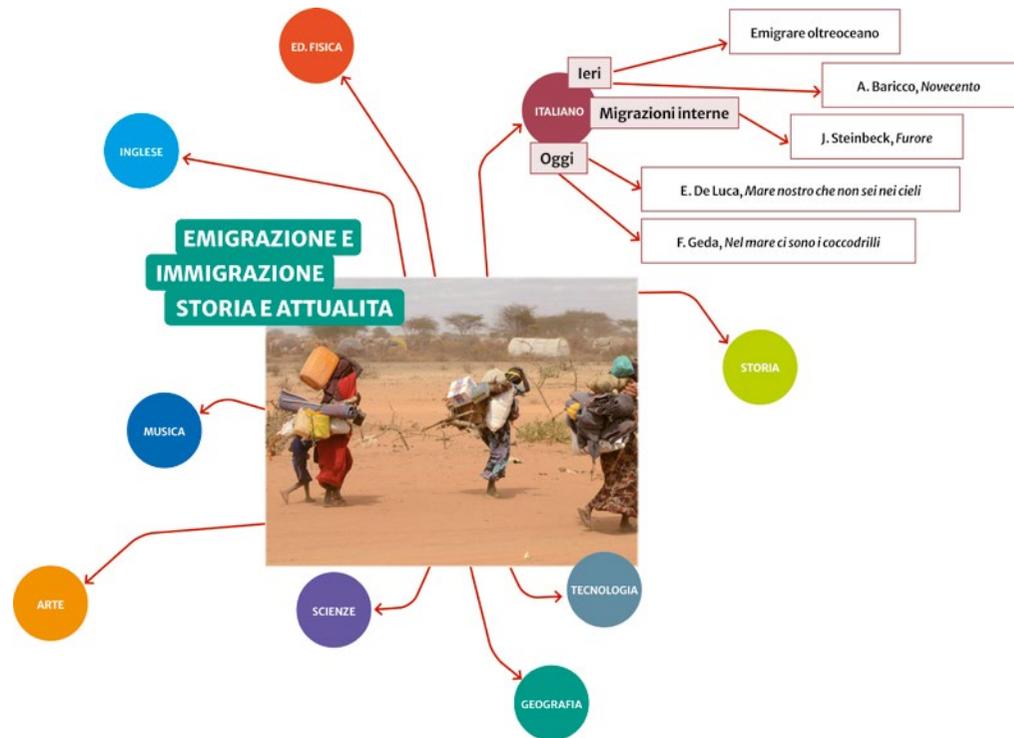
Dall'argomento centrale iniziamo a disegnare il primo ramo, partendo da destra. Sul ramo posizioniamo la materia "Italiano" (ramo-padre) e gli argomenti studiati che hanno collegamenti con la tematica centrale. Su ogni ramo figlio-nipote posizioniamo i concetti sempre più specifici. Nell'elaborare la mappa cerchiamo di associare quanti più concetti specifici ci portano all'approfondimento di ciascun argomento.



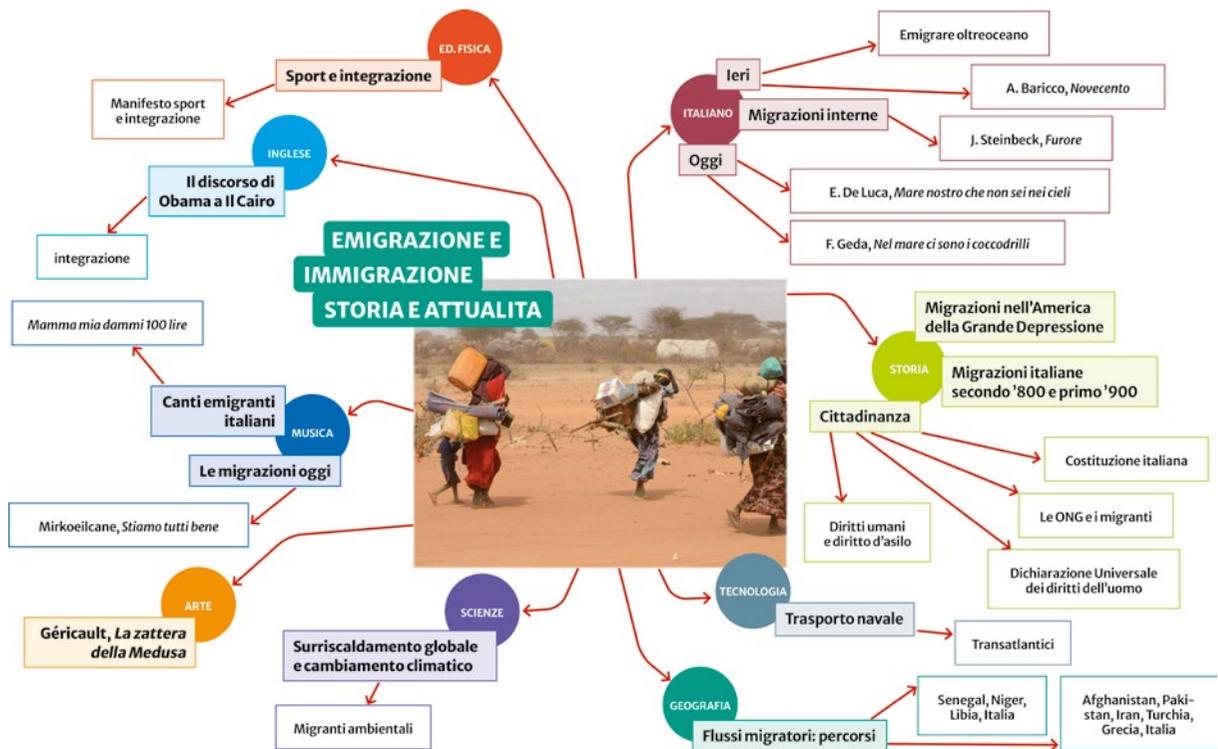
EMIGRAZIONE E IMMIGRAZIONE STORIA E ATTUALITÀ



Inseriamo successivamente le altre materie in modo radiale e in senso orario.



Procediamo con l'associare concetti e idee anche per le altre discipline. Al termine la nostra mappa risulterà così.



Una volta terminato l'inserimento di idee e concetti, dobbiamo completare ed arricchire la nostra mappa mentale con le immagini che riteniamo significative e utili per aiutare la memoria.



Adesso che la mappa mentale è finita, siamo pronti per il ripasso!

Attenzione: la mappa mentale dell'esempio è realizzata con un software specifico. Tu puoi tranquillamente comporla a matita e poi ripassarla con i colori.

BUON LAVORO!