



# ÇEVLIK İLKOKULU

PROJE ADI: MÜLTECİ  
ENTEGRASYONU İÇİN YABANCI  
DÜŞMANLIĞI VE AKRAN  
ZORBALIĞI İLE MÜCADELE

ZIHİN HARİTALAMA

Zihin haritalama, beyinde bilgi akışını sağlayıp bilginin etkin bir şekilde aktarılması amacıyla kullanılan oldukça etkili bir metottur. Beyinde işlenen fikirleri tam anlamıyla “aktaran” bir [not alma aracı](#) olarak görülebilir. Çeşitli zihin haritalama teknikleri olmasının yanı sıra, hepsinin bir ortak noktası vardır: **Merkezden yayılan** ve basit, beyin dostu kavramlardan oluşan çizgiler, semboller, kelimeler, renk ve görüntüler kullanan doğal bir organizasyon yapısına sahiptirler.

Zihin haritaları, tekdüze bilgilerden oluşan uzun bir listeyi, beynin doğal işleyiş biçimine uygun olarak çalışan; renkli, akılda kalıcı ve son derece düzenli bir şemaya dönüştürür

## Zihin Haritası Nedir?

Bir zihin haritasını anlamamanın en basit yolu, onu bir **şehir haritasına** benzetmektir. Şehir merkezi, ana fikri temsil eder; merkezden giden ana yollar, düşünce sürecinizdeki anahtar düşünceleri temsil eder; tali yollar ise ikincil düşüncelerinizi temsil eder. Özel görüntüler veya şekiller ise, özel ilgi alanları ve özgün fikirleri temsil edebilir.

Aslında zihin haritası, beynin dinamik potansiyelinin kilidini açmak için **evrensel bir anahtar** kullanarak, düşünceleri güçlü birer grafik işlem haline getirip fikirlerin işlenebilirliğini kolaylaştıran, kendi doğal düşüncelerimizin bir aynasıdır.

Zihin haritası yönteminin bilinen en iyi yönlerinden biri, insan beynine, herhangi bir zamanda akla gelen fikirleri derhal “klasörleyebilme” yeteneği kazandırmasıdır. Akla gelen sırada düşünmek zorunda kalmak ve beyin kapasitesini kısıtlamak yerine, zihin haritası tekniğiyle tüm fikirler gerektiği zaman kullanılmak üzere yerlerini alırlar.

# Zihin Haritası Nasıl Yapılır?

- Ana fikir, konu veya odak, merkezi bir görüntüye yerleştirilir.
- Ana temalar merkezi görüntüden dallar olarak yayılır.
- Şubeler, ilgili satırda çizilmiş bir anahtar görüntü veya anahtar kelime içerir.



- Daha az önem taşıyan konular, ilgili dalın dalları olarak temsil edilir, yani dallara bağılı bir düğüm yapısı oluşturulur.



# Zihin Haritaları Hangi Amaçlarla Kullanılır?

- Kişisel (günlük/haftalık/aylık) planlamalarda,
- Ders çalışırken not almada,
- Problemler için alternatif çözüm arayışlarında,
- Kitap-makale özetleri çıkarmada,
- Yeni fikirler üretmede.

## Zihin Haritasının Yararları Nelerdir?

- [Resim ve şekilli](#) not tutma metotlarıyla öğrenmeyi eğlenceli hale getirir.
- Haritayı çıkarırken bilgi ve fikirlerin daha çok özümsemesi sağlanır ve konsantrasyonu artırır.
- Klasik ve uzun notların askine, edinilen bilginin tekrarını ve hatırlamayı kolaylaştırır.
- Daha az zamanda daha çok iş yapmayı sağlar.

- Hafıza ve hayal gücünü geliştirir.
- Yaratıcı düşünmeyi tetikler.

## Zihin Haritası Örneđi

- Bir tema düşünün ve bunu sayfanın ortasına yazın.
- Ana fikrinizin alt temalarını belirleyin ve merkezden onlara birer dal çizin.
- Oluşturduğunuz her bir alt tema için en az iki ana nokta düşünün ve bunlar arasında da dallar oluşturun (çizdiğiniz her dal sonunda, haritanız örümcek ağı gibi görünmeye başlayacak).

- Çok kısa ifadeler ve hatta tek kelimeler kullandığınızdan emin olun.
- Düşünceyi çağırarak veya mesajı daha akılda kalıcı kılmak için resimler ekleyin.

Son olarak, sadece bir kalem ve bir kağıtla zihin haritalamak kesinlikle mümkün olsa da, teknoloji çağının nimetlerinden yararlanıp kendinize zaman kazandırmak isterseniz, düşüncelerinizi düzenlemenize ve daha sonra bunları kolayca okunabilen, sıralı bir listeye otomatik olarak aktarmanıza yardımcı olacak harika **zihin haritalama yazılımı programlarının** da mevcut olduğunu unutmayın.



# KAYNAKÇA:

<https://www.egitimpedia.com/zihin-haritasi-nedir/>

<http://www.mindmapping.com/>

<https://imindmap.com/articles/why-mind-mapping-works/>