CREARE MAPPE MENTALI COME ESERCIZIO DI INTERPRETAZIONE DELL'ARTE

Obiettivo Generale

Lo scopo di questa Scheda Pratica è quello di aiutare le persone a comprendere l'esistenza delle mappe mentali come possibili ausili interpretativi. Le mappe mentali sono strumenti utili che possono essere applicati a diversi argomenti e utilizzati per scopi diversi. Possiamo considerare le mappe mentali come strumenti che ci aiutano a raggiungere un obiettivo.

In questa scheda pratica, potrete:

- ✓ imparare di più sulle mappe mentali in generale;
- ✓ imparare a usare le mappe mentali;
- ✓ imparerete come applicare le mappe mentali all'interpretazione dell'arte e a cosa possono essere utili.

Avrete bisogno di:

- ✓ una visione retrospettiva delle vostre pratiche di insegnamento;
- ✓ un foglio di carta, una penna e la voglia di mettersi in gioco in modo creativo.

Sfide e scenari

Una mappa mentale è uno strumento per il cervello che consente di registrare i pensieri che passano per la testa. Le mappe mentali aiutano a pensare, raccogliere conoscenze, ricordare e sviluppare idee. Molto

Erasmus+

Il presente progetto è finanziato con il sostegno della Commissione europea. L'autore è il solo responsabile di questa pubblicazione (comunicazione) e la Commissione declina ogni responsabilità sull'uso che potrà essere fatto delle informazioni in essa contenute.

probabilmente, vi permetterà di migliorare il vostro modo di pensare.

Le mappe mentali vengono create imitando il processo di pensiero del cervello. Poiché è stato dimostrato che questa tecnica stimola entrambi gli emisferi del cervello, il mind mapping è molto popolare e utilizzato in diversi campi.

Le mappe mentali sono versatili e adattabili, quindi sta a voi creare una mappa mentale che si adatti alle vostre esigenze. Con questa scheda pratica capirete cos'è una mappa mentale e come utilizzarla, soprattutto come esercizio di interpretazione artistica. Abbiamo fornito una panoramica generale su come creare la vostra mappa mentale.

Vantaggi e svantaggi delle mappe mentali

Come ogni concetto, può avere vantaggi e svantaggi, pro e contro.

- antaggi delle mind maps

1. **Coinvolge la mente:** La mappatura mentale è utile perché accende i vostri meccanismi mentali, consentendovi di pensare in modo critico a un argomento centrale e a come le idee sono collegate e connesse. La mappatura mentale è un modo eccellente per sviluppare le capacità analitiche.

2. **Scomposizione di concetti complessi:** Le mappe mentali sono ottime per distillare idee complesse in pezzi più piccoli di informazioni. Poiché le mappe mentali sono incentrate su parole chiave e condensate, aiutano a semplificare i concetti e a concentrarsi sui punti critici.

3. **Migliora la memoria:** La mappatura mentale prevede l'identificazione di un'idea centrale e l'individuazione del modo in cui le idee secondarie si collegano all'idea centrale. Queste connessioni sono illustrate in modo gerarchico e non lineare con l'uso di immagini e colori, che migliorano la capacità del cervello di ricordare le informazioni.

Erasmus+
Il presente progetto è finanziato con il sostegno della Commissione europea. L'autore è il solo responsabile di questa pubblicazione (comunicazione) e la Commissione declina ogni responsabilità sull'uso che potrà essere fatto delle informazioni in essa contenute.

4. **Aumenta la produttività:** Un vantaggio ampiamente riconosciuto delle mappe mentali è che esse rafforzano e aumentano la produttività, consentendo di utilizzare il tempo in modo più significativo. Le persone che usano le mappe mentali per studiare, prendere appunti, gestire progetti e presentazioni spesso attestano che questo strumento li aiuta a prendere il pieno controllo dei compiti e a rimanere altamente organizzati e creativi.

5. **Facile da rivedere:** Le mappe mentali sono strutturate in modo tale che un argomento centrale sia collegato a diverse sotto-idee correlate tramite rami. Questo approccio facilita la scansione e una rapida panoramica di una mappa mentale. A differenza della tradizionale scrittura lineare degli appunti, in cui è necessario leggere riga per riga, è possibile scansionare facilmente una mappa mentale e identificare le parole chiave centrali e secondarie per conoscere l'obiettivo di una mappa mentale.

- Svantaggi delle mind maps

1. **Creare confusione:** Le mappe mentali prevedono l'identificazione di connessioni significative tra idee e concetti. Durante la mappatura mentale si possono generare molte idee e, se non si prende in mano il processo, si può arrivare a una mappa mentale eccessivamente grande e popolata. La lettura di mappe mentali così mal costruite può creare molta confusione.

2. **Richiede tempo:** Di solito si tratta di persone che sono alle prime armi con le mappe mentali. Quando si crea una mappa mentale per la prima volta, può richiedere un certo sforzo e un grande dispendio di tempo quando si fa brainstorming e si cerca di creare associazioni tra le idee. Tuttavia, con il tempo, man mano che si procede con la mappatura mentale, si prende confidenza con le cose e si elaborano le mappe mentali in meno tempo.

Erasmus+
Il presente progetto è finanziato con il sostegno della Commissione europea. L'autore è il solo responsabile di questa pubblicazione (comunicazione) e la Commissione declina ogni responsabilità sull'uso che potrà essere fatto delle informazioni in essa contenute.

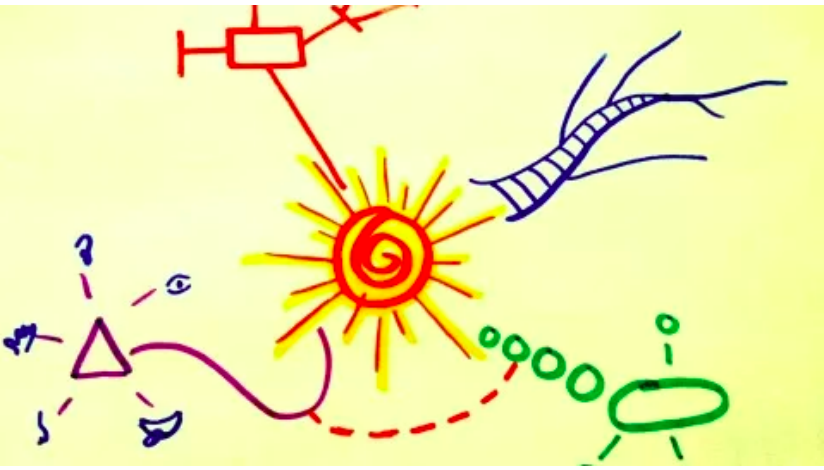
3. **Limitazione dello spazio:** Di solito si applica alle mappe mentali disegnate manualmente su carta. Quando si cerca di generare più connessioni al punto centrale di una mappa mentale, si creano più rami e sottorami e la mappa diventa più lunga. Se si usa un foglio A4 e si disegna a mano, può occupare molto spazio. Tuttavia, con un software di mappatura mentale, potete prendere in mano il diagramma e la tela.

Adattamento

In che modo le mappe mentali possono aiutare a esplorare un concetto?

Quando si ha una nuova idea o si vuole approfondire un concetto (ad esempio nell'arte), una mappa mentale è di solito il modo migliore per completare un pensiero e creare ordine.

Questi metodi pittorici per registrare le conoscenze e modellare i sistemi hanno una lunga storia nell'apprendimento, nel brainstorming, nella memoria, nel pensiero visivo e nella risoluzione dei problemi da parte di educatori, ingegneri, psicologi e altri. Alcuni dei primi esempi di registrazione grafica furono sviluppati da Porfirio di Tiro, un noto pensatore del III secolo, quando visualizzò graficamente le categorie concettuali di Aristotele.



Fonte: *Pensiero radioso: Mappa mentale della tua strada verso il successo e l'emancipazione, di Brenton Harris*, CourseMarks.[1]

[1] https://coursemarks.com/course/radiant-thinking-mind-map-your-way-to-success-empowerment/

Erasmus+
Il presente progetto è finanziato con il sostegno della Commissione europea. L'autore è il solo responsabile di questa pubblicazione (comunicazione) e la Commissione declina ogni responsabilità sull'uso che potrà essere fatto delle informazioni in essa contenute.

Una mappa mentale è un'utile tecnica organizzativa che prevede la creazione di un diagramma visivo per catturare e strutturare informazioni, idee o concetti.

Considerate una mappa mentale come un modo più interessante di fare brainstorming. Piuttosto che il metodo tradizionale di prendere appunti per generare e organizzare le idee, una mappa mentale è un metodo grafico per disporre le idee e organizzare le informazioni in modo facile da ricordare.

Una mappa mentale è gerarchica e mostra le relazioni tra i pezzi dell'insieme. Spesso viene creata intorno a un singolo concetto, disegnato come un'immagine al centro di una pagina bianca, a cui vengono aggiunte rappresentazioni associate di idee come immagini, parole e parti di parole. Le mappe mentali differiscono dalle mappe concettuali in quanto si basano su una gerarchia radiale (struttura ad albero) che denota le relazioni con un concetto centrale.

Quando si crea una mappa mentale, bisogna tenere a mente gli elementi chiave che rendono una mappa mentale efficace. Questi elementi sono i seguenti:

- Un'**idea principale/centrale**: È il motivo principale di una mappa mentale. L'idea centrale rappresenta l'argomento principale su cui ci si vuole concentrare quando si crea una mappa mentale.

- **Rami:** Sono le sotto-idee o le informazioni che derivano dall'idea centrale. I rami sono solitamente ordinati in diversi livelli. Le sottoidee che si diramano direttamente dall'idea centrale sono note come associazioni di primo livello. Altri rami vengono creati per catturare informazioni e aggiungere ulteriori dettagli.

- **Parole chiave:** Nelle mappe mentali, le informazioni vengono semplificate, condensate e catturate in parole chiave. Le parole chiave rappresentano l'idea alla base di ogni ramo della mappa mentale.

Erasmus+
Il presente progetto è finanziato con il sostegno della Commissione europea. L'autore è il solo responsabile di questa pubblicazione (comunicazione) e la Commissione declina ogni responsabilità sull'uso che potrà essere fatto delle informazioni in essa contenute.

- **Colore:** ogni connessione in una mappa mentale è rappresentata con un colore correlato, il che consente un facile richiamo della memoria.
- **Immagini:** Per illustrare le connessioni in una mappa mentale si utilizzano elementi visivi e immagini.

Come si disegna una mappa mentale?

Prima di tutto, potete decidere se volete disegnare su carta o in digitale.

In secondo luogo, dovete individuare l'idea centrale, il soggetto della vostra mappa mentale. Perché state creando una mappa mentale? Rispondere a questa domanda vi aiuterà a definire l'idea centrale della mappa mentale che volete disegnare. Una volta determinata l'idea centrale, al centro della tela da disegno, disegnate un'immagine che rappresenti l'idea centrale della vostra mappa mentale. Inoltre, al centro della tela, scrivete la parola chiave che meglio descrive l'idea centrale.

Successivamente, bisogna determinare le principali sotto-idee che hanno un impatto diretto sull'idea/concetto centrale. Si tratta delle cosiddette "connessioni di primo livello". Sono le idee/concetti direttamente collegati all'idea centrale.

Poi, bisogna tracciare altre connessioni. Analizzate le connessioni di primo livello e proponete delle sotto-idee che possono essere derivate da ciascuno dei rami di primo livello. Questi nuovi rami sono le connessioni di secondo livello e derivano da ciascuno dei rami principali. Rappresentate i rami di secondo livello con colori diversi, immagini appropriate e parole chiave.

Mind maps per l'interpretazione dell'arte:

Poiché è stata progettata per l'interpretazione artistica, al posto delle parole si possono usare immagini o ritagli di dipinti.

Erasmus+
Il presente progetto è finanziato con il sostegno della Commissione europea. L'autore è il solo responsabile di questa pubblicazione (comunicazione) e la Commissione declina ogni responsabilità sull'uso che potrà essere fatto delle informazioni in essa contenute.

Le mappe mentali sono fondamentali come esercizio per l'interpretazione dell'arte: possono essere utilizzate per stimolare la creatività, il brainstorming, l'organizzazione, la definizione delle priorità, il richiamo alla memoria e la risoluzione dei problemi. L'interpretazione nell'arte si riferisce all'attribuzione di un significato a un'opera, e può essere complicata e confusa quando si usano solo parole. Ecco perché le mappe mentali possono essere uno strumento decisivo per superare questi problemi. Ora potete provare a creare la vostra mappa mentale: un esercizio interessante da fare è prendere una foto, un dipinto, un'opera d'arte a vostro piacimento e iniziare un esercizio di mappatura mentale. Avete solo bisogno di una penna, di matite colorate e di un grande foglio di carta. Avete bisogno di almeno un'ora e mezza, per seguire il processo creativo senza pressione. Alla fine, avrete una mappa concettuale che vi aiuterà a visualizzare e interpretare meglio le opere d'arte.

Esempi pratici e spunti di riflessione

Il modo migliore per imparare e familiarizzare con le mappe mentali è quello di cimentarsi nella loro realizzazione. Se chiedete a Tony Buzan, autore e consulente educativo inglese che ha reso popolare la tecnica delle mappe mentali, vi farà notare che il modello del Pensiero Radioso riprende l'architettura naturale del cervello umano. Invoca sia il lato destro che quello sinistro del cervello. Ebbene, l'utilizzo di un modello che ricorda da vicino l'architettura naturale può migliorare notevolmente le prestazioni mentali.

Prima attività:

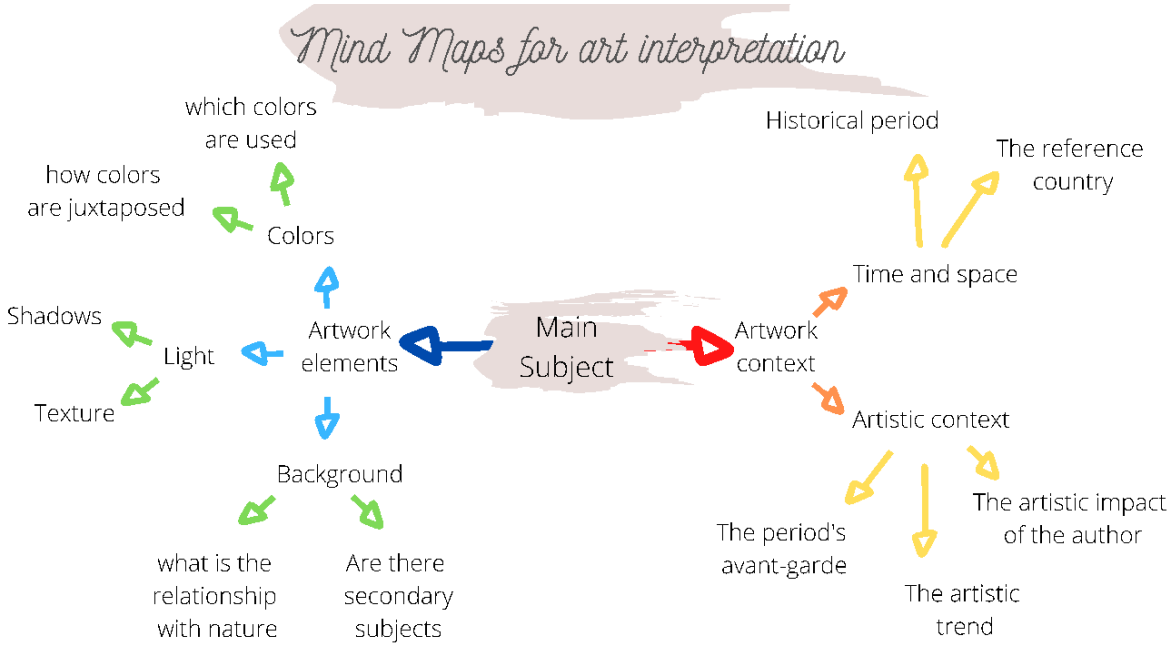
Ora vedremo insieme come potrebbe apparire una mappa mentale per l'interpretazione dell'arte. Questa attività può essere svolta da soli.

Osservate l'opera d'arte che avete scelto. Cosa vedete? Qual è il soggetto? Di solito si tratta di qualcosa in primo piano, centrale o che attira l'attenzione. Questa sarà la vostra idea centrale. L'interpretazione è qualcosa di più della descrizione, che implica la spiegazione del motivo per cui certi elementi sono presenti in un'opera, quali sono i valori a cui servono, ecc. Quindi, per trovare

Erasmus+
Il presente progetto è finanziato con il sostegno della Commissione europea. L'autore è il solo responsabile di questa pubblicazione (comunicazione) e la Commissione declina ogni responsabilità sull'uso che potrà essere fatto delle informazioni in essa contenute.

le nostre connessioni di primo livello, dobbiamo osservare l'opera d'arte e, partendo semplicemente dal nostro soggetto, tracciare delle linee verso altri concetti, che saranno aspetti generali che vanno a comporre le opere d'arte; qualcosa di specifico delle opere d'arte, cioè i colori, la luce, altri soggetti secondari, lo sfondo; poi qualcosa che ci aiuti a interpretare l'opera situandola nello spazio e nel tempo, cioè il periodo storico, il luogo, la corrente artistica e il ruolo dell'autore del periodo.

Ecco un esempio di come potrebbe apparire, non esitate a inserire colori, disegni e dettagli dell'immagine.



Cercate di completare con ciò che si vede e interpretare l'arte con mappe mentali!

Seconda attività:

Un altro esercizio proposto è qualcosa da fare in gruppo o almeno con due partecipanti.

Vengono create due squadre. Una squadra disegna una mappa mentale da un'opera d'arte, poi la mostra all'altra squadra, senza dire il quadro di riferimento. La seconda squadra ha un tempo limite entro il quale deve

Erasmus+
Il presente progetto è finanziato con il sostegno della Commissione europea. L'autore è il solo responsabile di questa pubblicazione (comunicazione) e la Commissione declina ogni responsabilità sull'uso che potrà essere fatto delle informazioni in essa contenute.

scoprire l'opera di riferimento delle mappe mentali. Per farlo, può porre all'altra squadra delle domande alle quali può rispondere solo "sì" o "no".

In qualche modo, in questo modo vince anche la prima squadra, perché significa che ha creato una mappa mentale comprensibile ed efficace.

Erasmus+

Il presente progetto è finanziato con il sostegno della Commissione europea. L'autore è il solo responsabile di questa pubblicazione (comunicazione) e la Commissione declina ogni responsabilità sull'uso che potrà essere fatto delle informazioni in essa contenute.

Risorse aggiuntive

C'è molta scienza dietro la creazione di una mappa mentale. Per saperne di più, è necessario consultare il cervello di Tony Buzan. Tony Buzan è l'inventore delle Mappe Mentali e una delle massime autorità mondiali in materia di cervello e apprendimento. "*È in questi abbracci scintillanti e incessanti che gli infiniti schemi, le infinite Mappe della vostra mente, vengono creati, nutriti e fatti crescere. Il Pensiero radioso riflette la vostra struttura e i vostri processi interni. La Mappa Mentale è lo specchio esterno del vostro Pensiero Radioso e vi permette di accedere a questa vasta centrale di pensiero.* "

— Tony and Barry Buzan, (January 31, 2022). Retrieved from: The Mind Map Book: How to Use Radiant Thinking to Maximize Your Brain's Untapped Potential

Ecco alcuni siti dove potete provare a creare le vostre mappe mentali in digitale:

- https://miro.com/mind-map/
- https://workspace.google.com/marketplace/app/mind_maps/1052793396 96?hl=it
- https://www.mindmup.com/