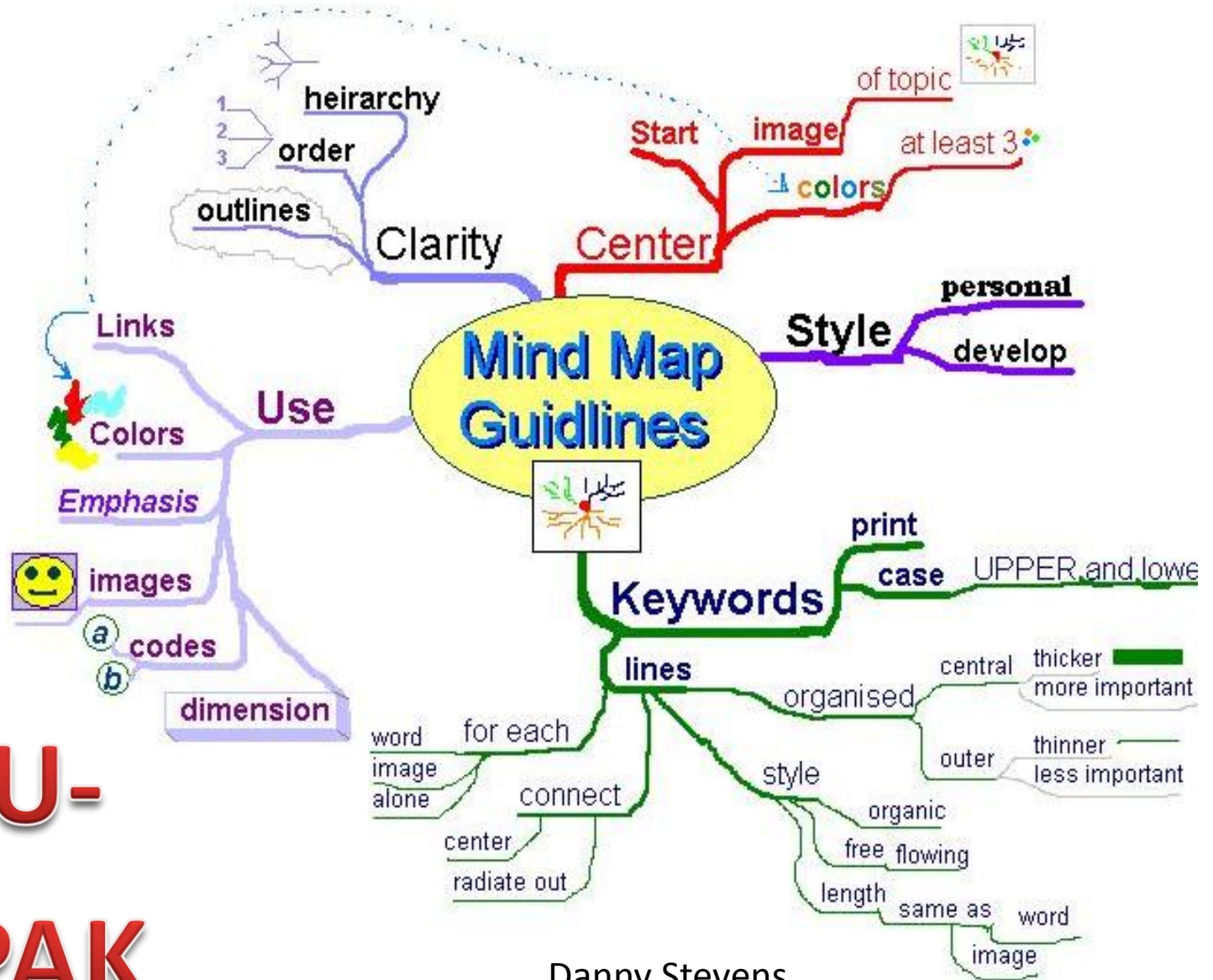


# BURU- MAPAK

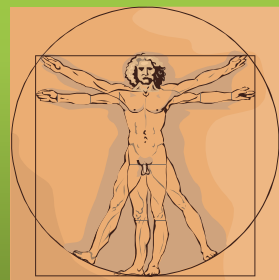


Danny Stevens

# Aurkibidea



# Zer da buru-mapa bat?



Antzinatek erabili izan dira buru-mapen oinarritzko teknikak, hala nola hitzak irudikatzeko marrazkiak erabiltzen zituen idazkera hieroglifikoa eta Greziako sistema mnemoteknikoa. Historiako pertsona nabarmenek, esaterako Leonardo da Vincik, marrazkiak, lerroak eta kodeak erabili zituzten ezagutzak antolatzeke eta bereganatzeko.



**Tony Buzan** britainiarrek, hirurogeita hamarreko hamarkadan, buru-mapak zehaztu eta ezagutarazi zituen. Gaur egun, bilakatzen jarraitzen dute, kartografiako, zientzia kognitiboetako edo antropologiako ekarpenei esker.



Ideiak aurkezteko beste modu bat mapa kontzeptualak dira. Horiek ahozkoa soilik dute ardatz, nahiz eta idatzizko ohiko sistema dagoen hedatuen. Sistema horren arabera, ideia nagusia goikaldean idatzi behar da, eta gaiak goitik behera eta ezkerretik eskuinera landu behar dira, hierarkia-ordena bati jarrituz.

# Zer da buru-mapa bat?



Buru-mapek gaitasun bisual handia dute, horiek eraikitzeko irudiak behar baitira. Irudiek eta marrazkiek funtzio mnemoteknikoak dituzte, eta hitzak murrizten dituzte, kontzeptu edo ideia konplexu bat mantenduz eta konexio berriak bultzatuz.

Buru-mapak gomendagarriak dira, gaiaren ikuspegi orokor bat ematen dutelako.

Informazio kantitate handia biltzen dute eskema soil batean, eta kontsultatzeko eta gogoratzeko errazak dira.

Orientazio hobea ematen dute, eta erabakiak hartzea errazten dute, bide berriak erakusten baitituzte.

# Zer da buru-mapa bat?

Buru-mapa bat diagrama bat da, gako-hitz edo ideia nagusi baten inguruan erradialki jarritako hitzak, ideiak, zereginak eta horiekin lotutako beste kontzeptu batzuk irudikatzeko erabiltzen dena.

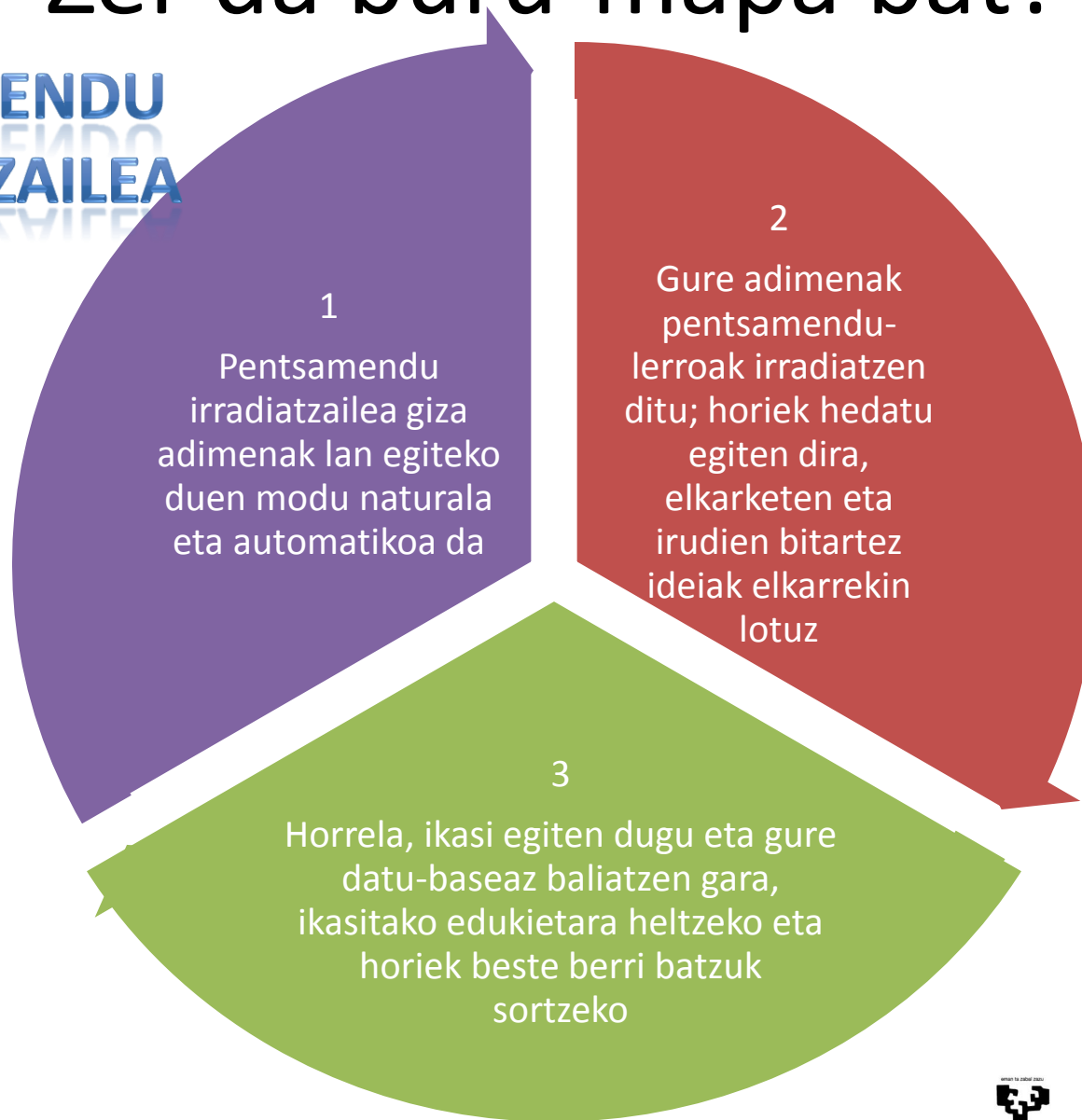
Ideiak sortzeko, ikusteko, egituratzeko eta sailkatzeko erabiltzen da.

Arazoak aztertzen, planifikatzen, antolatzen eta ebazten laguntzen du, baita erabakiak hartzen eta idazten ere.

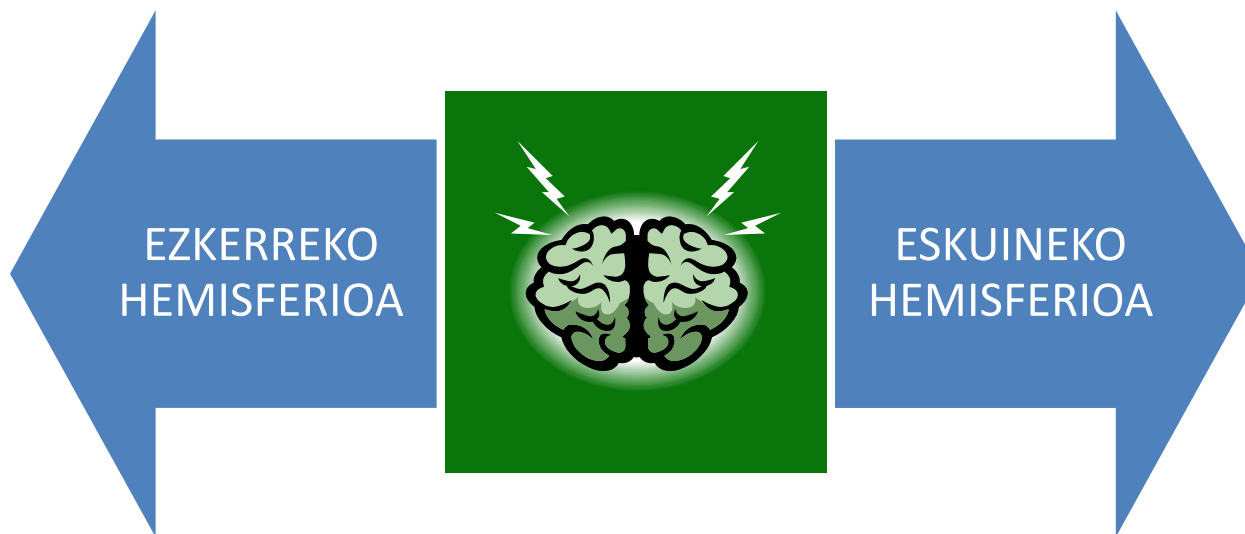
Gure garunaren funtzionamenduan oinarritzen da, bi hemisferioen erabilera orekatuan eta pentsamendu irradiatzailean.

# Zer da buru-mapa bat?

## PENTSAMENDU IRRADIATZAILEA



# Zer da buru-mapa bat?



Gure garuna funtzio desberdinak dituzten bi hemisferiotan banatuta dago.

## EZKERREKO HEMISFERIOA

Ahozkoa  
Tenporala  
Arrazionala  
Analitikoa

## ESKUINEKO HEMISFERIOA

Bisuala  
Espaziala  
Intuitiboa  
Sortzailea

# Zer da buru-mapa bat?

Eskuarki, pertsona bakoitzean hemisferio bat izaten da nagusi.

Ezkerreko hemisferioak, edo arrazionalak, errealitatea zatika aztertuz funtzionatzen du.

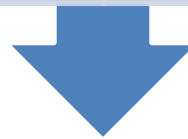
Eskuineko hemisferioak errealitatea osoa baten gisa hautematen funtzionatzen du.



Gure buru-prozesuen errendimendurik handiena bi hemisferioen artean oreka dagoenean lortzen da.

Kontrolik gabeko sormena alferrikakoa izan daiteke.

Gehiegizko arrazionalitateak egoera berrietara egokitzeko ezgaitu gaitzake.



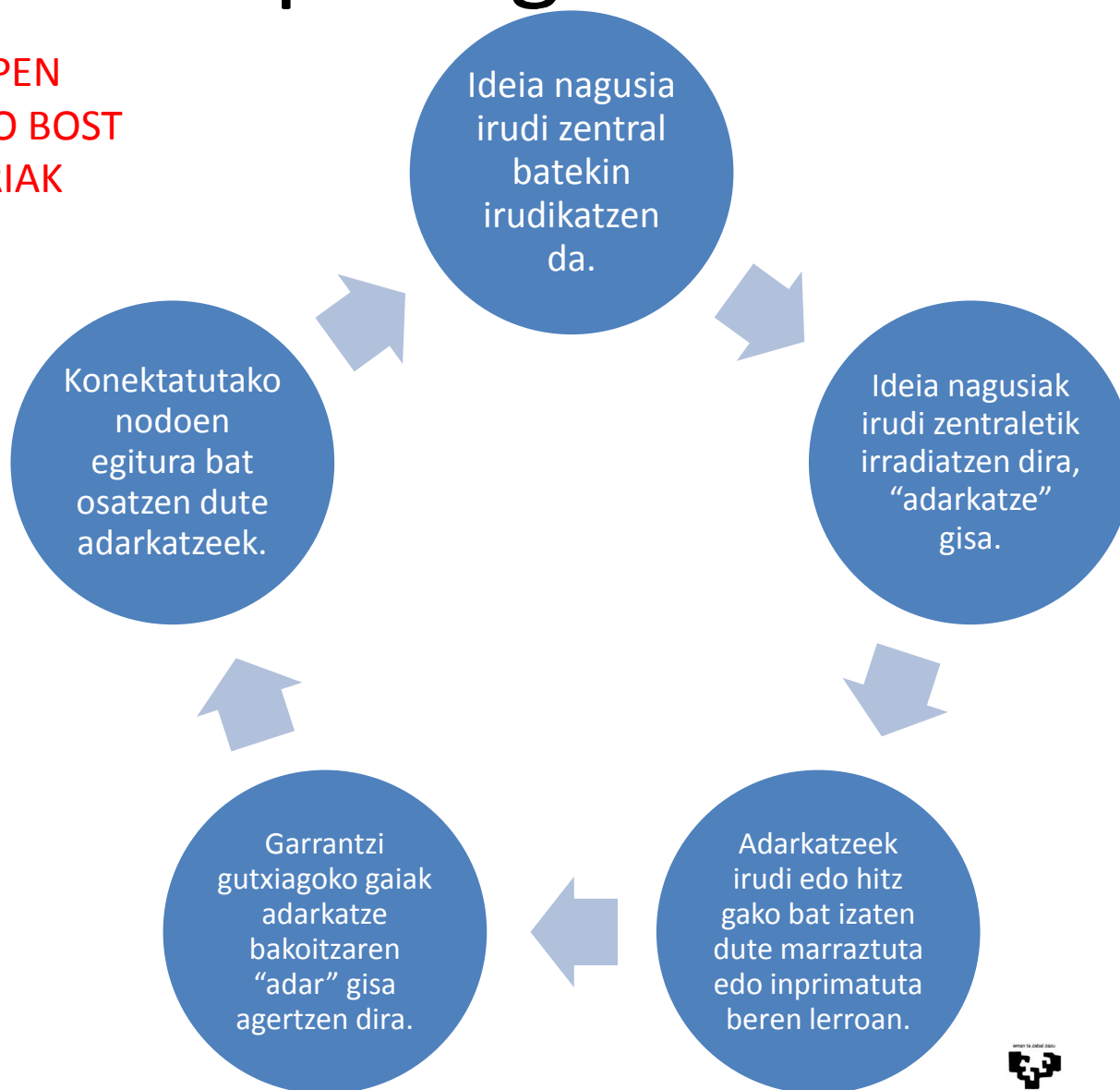
Guztiok ditugu bi hemisferioen ezaugarri diren gaitasunak, eta horiek garatu egin ditzakegu teknika egokien bidez:

**BURU-MAPAK**



# Buru-mapak egiteko metodoak

BURU-MAPEN  
FUNTSEZKO BOST  
EZAUGARRIAK



# Buru-mapak egiteko metodoa

Beharrezkoak diren tresnak:

- Orri txuri bat.
- Arkatz markatzaileak edo koloretako arkatzak.

Idea nagusi bat identifikatuko dugu:

- Arrakasta bizitzan.

- Idea hori irudikatzen duen irudia marratzuko dugu erdian.
- Idea nagusia idatziko dugu.



# Buru-mapak egiteko metodoa

Inguruan, ideia horri lotutako kontzeptuak idatziko ditugu, koloretako lerroz lotuko ditugu eta koloretako marrazkiak gehituko ditugu:

- OSASUNA
- FAMILIA
- NORBERE HAZKUNDEA
- GIZARTE-LANA
- ASKATASUN EKONOMIKOA

Kontzeptu bakoitzak beste ideia batzuk sortzen ditu inguruan, eta horiek ere idatzi egingo ditugu:

- OSASUNA:
- Elikadura ona
- Ariketa fisikoa
- Bizioak saihestea
- Azterketa medikoa

Hauekin jarraituko dugu:

- FAMILIA, NORBERE HAZKUNDEA, ETAB.
- Buru-mapa handitzeko, adarkatze berriak sortzen jarraitu genezake, alderdi zehatzagoekin, mugarik gabe.

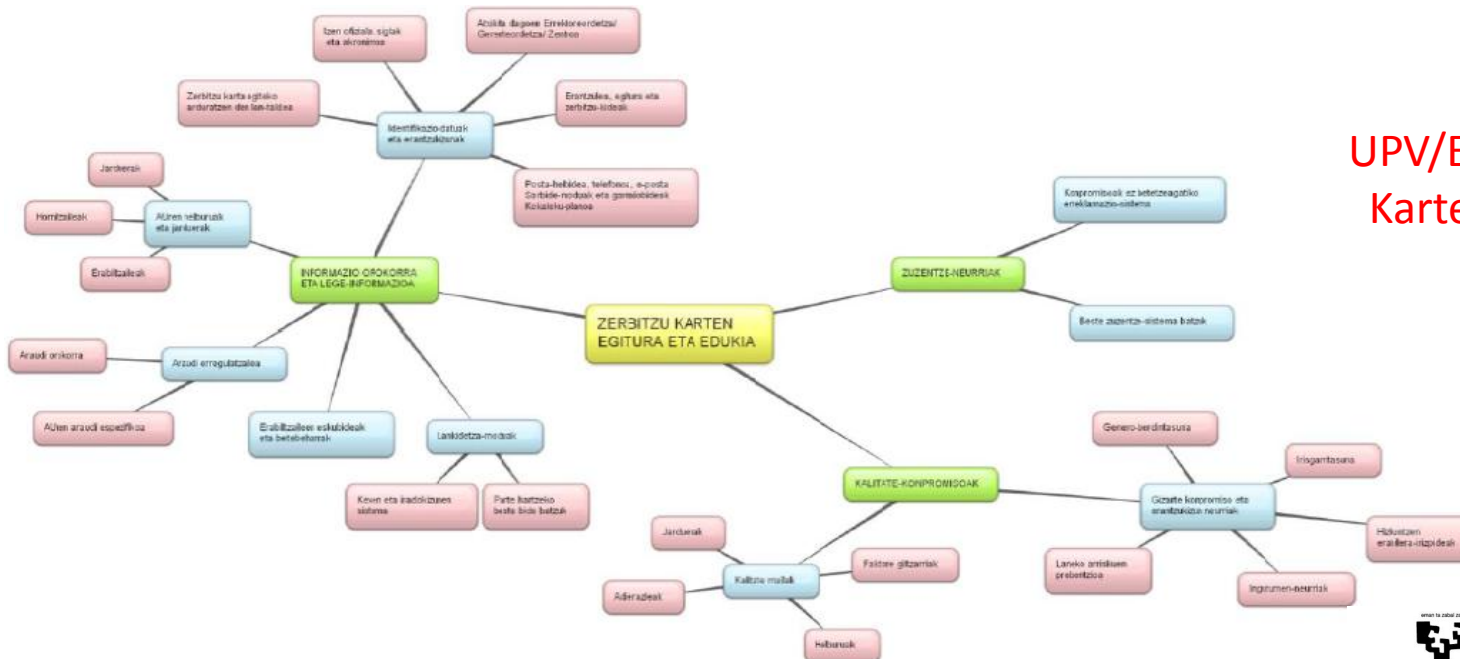


[http://www.trabajo.com.mx/ejemplo\\_de\\_un\\_mapa\\_mental.htm](http://www.trabajo.com.mx/ejemplo_de_un_mapa_mental.htm)

# Buru-mapak egiteko metodoa

Geroz eta enpresa eta erakunde gehiagok erabiltzen dituzte buru-mapak:

- Bileretan erabiltzen dira, oso bisualak direlako eta bizkor sortzen direlako; hortaz, oharrak hartzea eta ideiak idaztea errazten dute.
- Ikuspegi orokorra ematen dute, eta erabakiak hartzea errazten dute.
- Ohiko lanak gauzatzeko denbora aurrezten dute.
- Ideia eta estrategia sortzaileak sortzea sustatzen dute.
- Proiektuak planifikatzen eta kudeatzen laguntzen dute: baliabideak izendatzea, lanak banatzea, epeak zehaztea, arazoak konpontzea eta prozesuak birdefinitzea.



UPV/EHUko Zerbitzu Karten buru-mapa

# Tresna informatikoak

Buru-mapak sortzeko hainbat aplikazio informatiko daude, doakoak zein ordaindu beharrekoak.

Banaka:

- Freemind, MindGenius, Xmind, PersonalBrain

Taldean:

- Bubble.us, Mindmeister, Wisemapping, Mind42, Mindomo

Hau gomendatzen dugu: <http://cursomapasmentales.igipuzkoa.net/>



**EUSKAMPUS**  
Nazioarteko Bikaintasun Campusa  
Campus de Excelencia Internacional