

英国《独立报》评选的十大学习训练推荐读物之一



东尼·博赞
思维导图系列
MIND MAP

东尼·博赞专门写给孩子们的思维导图训练书
适合每个正在上小学或初中的小读者



思维导图

学习力训练

Mind Maps® for Kids

An Introduction

The Shortcut to Success at School

(英) 东尼·博赞◎著 刘艳◎译



由最简单思维导图入手，讲授各门课程的学习与应试技巧
全面训练孩子们的思维方式，大步提升综合学习竞争力



化学工业出版社



全彩
少儿版

思维导图

Mind Maps[®] for Kids

An Introduction
The Shortcut to Success at School

学习力训练

(英) 东尼·博赞◎著 刘艳◎译



化学工业出版社

· 北京 ·

图书在版编目 (CIP) 数据

思维导图 (全彩少儿版) : 学习力训练 / (英) 东尼·博赞 (Tony Buzan) 著; 刘艳译.

—北京: 化学工业出版社, 2018.4

思维导图 (全彩少儿版)

书名原文: Mind Maps for Kids: An Introduction The Shortcut to Success at School

ISBN 978-7-122-30716-3

I. ①思… II. ①东… ②刘… III. ①学习能力—能力的培养—少儿读物
IV. ①G442-49

中国版本图书馆CIP数据核字 (2017) 第243680号

Mind Maps for Kids: An Introduction The Shortcut to Success at School, 1st edition by Tony Buzan
ISBN 978-0-00-715133-2

Copyright© 2003 by Tony Buzan. All rights reserved.

Published by arrangement with Thorsons

Authorized translation from the English language edition published by Thorsons.

本书中文简体字版由Tony Buzan授权上海慧志文化传播有限公司, 由上海慧志文化传播有限公司转授权于化学工业出版社独家出版发行。

本版本仅限在中国内地 (不包括中国台湾地区和香港、澳门特别行政区) 销售, 不得销往中国以外的其他地区。


未经许可, 不得以任何方式复制或抄袭本书的任何部分, 违者必究。

北京市版权局著作权合同登记号: 01-2017-7646

责任编辑: 王冬军 张丽丽

封面设计: 李 一

责任校对: 宋 夏

装帧设计:  TOPTREE
ctstoptree.com

出版发行: 化学工业出版社 (北京市东城区青年湖南街13号 邮政编码100011)

印 装: 鸿博昊天科技有限公司

787mm×1092mm 1/16 印张7³/₄ 字数120千字

2018年4月北京第1版第2次印刷

购书咨询: 010-64518888 (传真: 010-64519686)

售后服务: 010-64518899

网 址: <http://www.cip.com.cn>

凡购买本书, 如有缺损质量问题, 本社销售中心负责调换。

定 价: 49.00元

版权所有 违者必究

写在前面的话

这本书献给全世界的所有孩子：献给他们所拥有的惊人的思维力以及无限的创造力。

特别要对在本书写作过程中提供帮助的“思维导图小作者”表示感谢：埃德蒙·特里维廉 - 约翰逊、亚历山大·基恩、亚历克斯·布兰迪斯、迈克尔·柯林斯，以及来自苏格兰（Berryhill School in Scotland）、美国（Willow Run School in Detroit）、新加坡（Singapore's Learning and Thinking Schools）、澳大利亚（Seabrook Primary School in Australia）的各所学校的孩子们。最后，要把感谢献给世界各地所有的思维导图小读者们！

东尼·博赞致

家庭作业！唉，又是家庭作业！当做家庭作业的时候，你是不是也和我一样，找了一大堆借口，原因只有一个——不想做作业！你跟好朋友打电话聊天，你看电视、看杂志、玩电脑游戏，可是等到时间消磨完了，你还是不想做作业。于是只能拖到明天……我猜，这时你肯定连连点头地说：“对呀、对呀，就是这样，你说的一点也没错！”

你是不是也和我一样，总是在为小测验和考试发愁呢？

你是不是也和我一样，总是梦想着有一种魔法工具，能够让家庭作业变得简单，能够帮助自己逢考必过，获得高分，让老师惊讶、同学羡慕，让大家都目瞪口呆呢？那么，你想不想拥有一个神奇的秘方，能够让你在十亿分之一秒内轻松搞定作业，然后你可支配的自由时间就变得无限多，哦不，比无限多还要多？

假如……

我曾经在世界各地做调查研究，希望发现大脑的奇妙之处，了解大脑工作的原理，看看大脑究竟如何运转才能更好地为我们效劳。最后，我终于找到了。准确来说，是我自己发明了这个神奇的秘方，它就是思维导图！

无论是在平时的写作，还是在解决各类问题上，思维导图都曾给予我很多帮助。有了它，我的生活变得非常轻松，我的事业也变得更加成功。我相信这个神奇的秘方能够像帮助我一样帮助到你。到目前为止，思维导图已经在全世界范围内帮助数百万的学生实现了“少做作业，成绩飞跃”的梦想，看吧，它一定能让你梦想成真的！

在这本书中，我会告诉你的是，通过几支彩笔，加上你的大脑，就能够让你拥有一个神奇的、无所不能的课堂秘方！

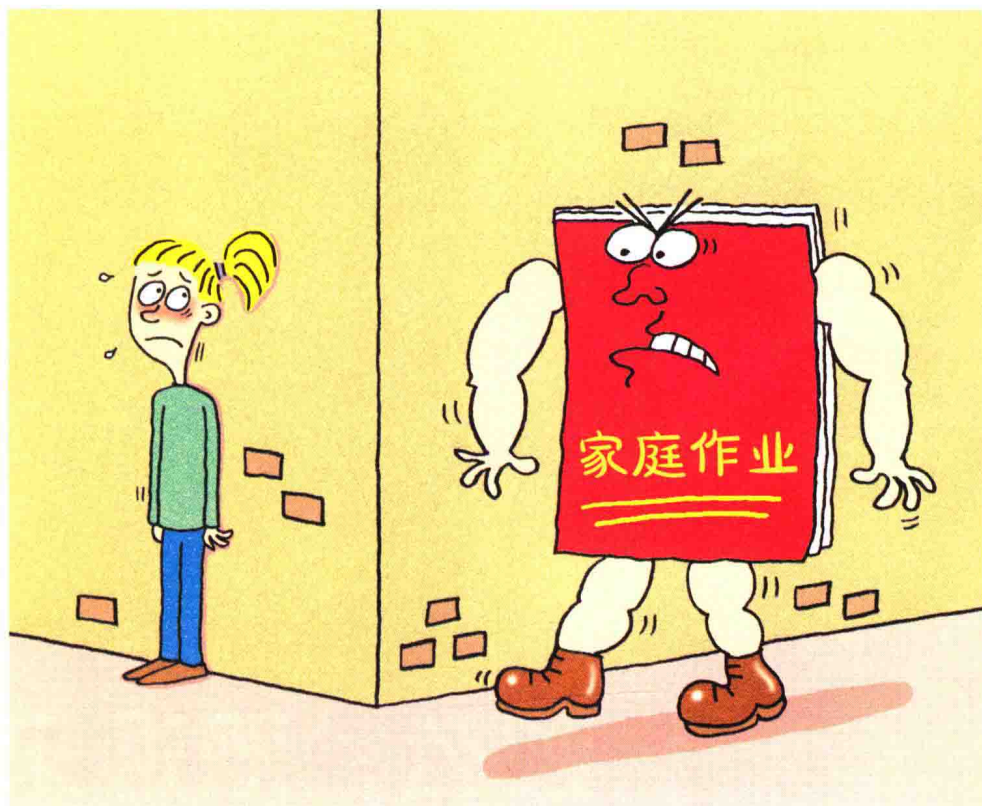
小读者信

我听到你在心里嘀咕：“我要怎么做才能得到这个神奇的秘方呢？我铅笔盒里面的彩笔好像没有那么强大的力量。”

哈哈，相信与你并肩作战的大脑，它可以做到！

让我们拭目以待吧……

东尼·博赞



目录

东尼·博赞致小读者信 / VI

第一章 认识思维导图

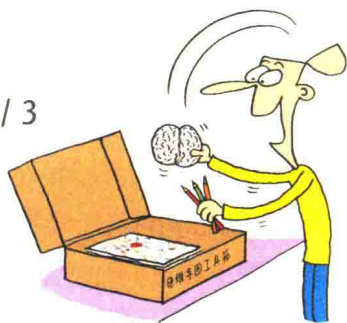
什么是思维导图 / 2

为什么思维导图这么好用 / 3

如何绘制思维导图 / 8

思维导图工具箱 / 9

你的第一幅思维导图 / 10

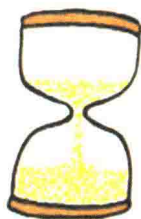


第二章 思维导图的作用

日常记忆 / 16

记笔记 / 18

想出金点子 / 25



第三章 思维导图与学科学习

语文（写作） / 32

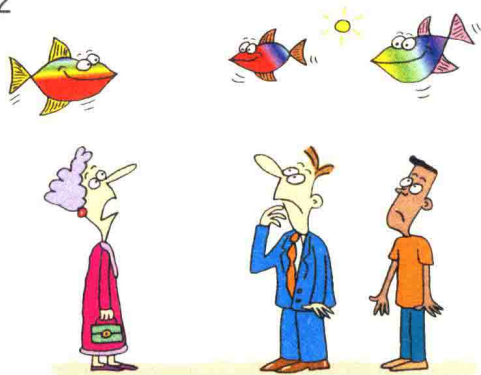
历史 / 42

数学 / 50

科学 / 56

地理 / 62

英语 / 72



第四章 思维导图与轻松考试

考试游戏 / 80

填鸭式学习 / 81

应对考试本身 / 84



第五章 思维导图与乐趣生活

策划聚会 / 88

整理卧室 / 92

假期计划 / 96

梦想商店 / 100

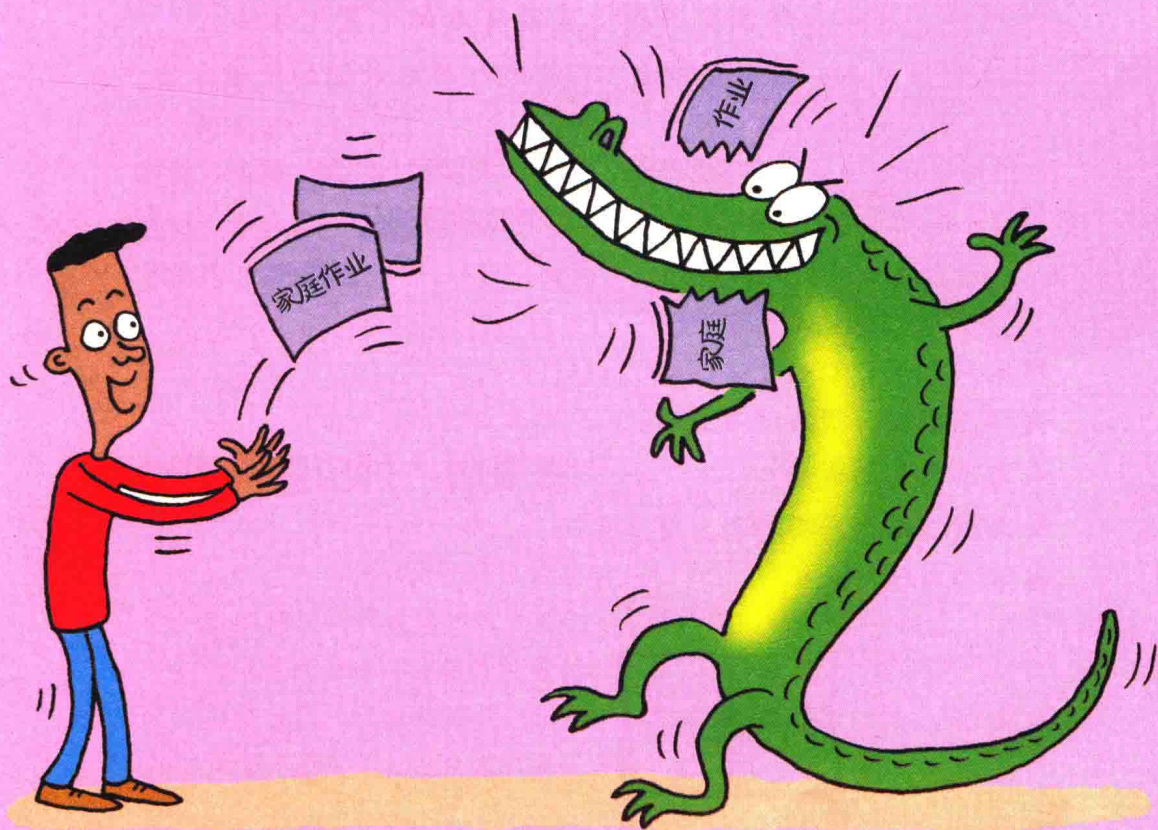
学习写信（英文信） / 104

来一场思维导图式的旅行吧 / 112



思维导图永相伴

想象一个魔力的公式，可以帮助你快速启动所有学习课题
并完美搞定；



想象一种神秘的方法，可以帮你很快
想出金点子，轻松解决问题并高效记忆。

思维导图的美妙世界！

什么是思维导图

- ★ 思维导图是一种快速整理和激发大脑信息的简单方法。
- ★ 思维导图是一种全新高效的学习方法和复习方法。
- ★ 思维导图是一种图文并茂、生动有趣的记笔记方法。
- ★ 思维导图是一种激发创意，有效制订学习计划的优质方法。

一幅完整的思维导图由中心图像、线条、关键词、图像、颜色、结构六大核心要素组成，可谓简单易行。它可以帮助孩子们：

- ★ 提高记忆力；
- ★ 激发创意；
- ★ 节省时间，提高学习效率；
- ★ 取得更好的成绩；
- ★ 理清思路，发挥特长，有序生活；
- ★ 获得更多乐趣！



为什么思维导图这么好用

不妨试想一下，全世界的学生最喜欢用哪个词来形容记笔记这件事情？

恭喜你，答对了：无聊！想知道这是为什么吗？让我们一起来做下面的小测试吧。



当你记笔记时，你是否

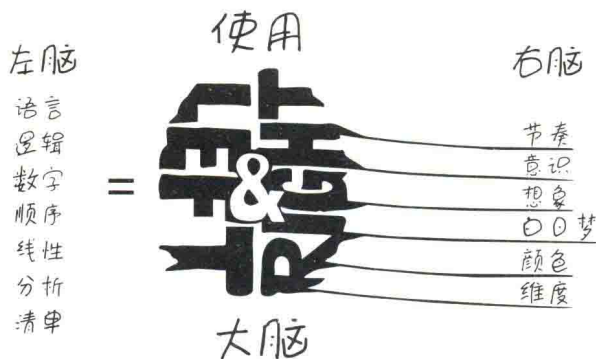
- | | |
|--------------------------|-------|
| ① 一行一行地记录所学要点？ | 是 / 否 |
| ② 仅使用一种颜色的笔书写——尤其是黑色或蓝色？ | 是 / 否 |
| ③ 在笔记中罗列出很多的条目？ | 是 / 否 |
| ④ 发现很多内容都挤成一团，不能一眼找出重点？ | 是 / 否 |
| ⑤ 发现每页笔记看起来都差不多？ | 是 / 否 |

如果你所选的答案大多数为“是”的话，就证明你也是这世界上大多数学生中的一个。和他们一样，你也觉得记笔记是件非常无聊的事情！

让我们看一看，大脑究竟需要什么样的
信息输入才能让记笔记变得具有吸引力吧！

左右脑功能

现在，让我们看一看大脑中左右区域的功能。当你在记笔记或做作业时，你通常爱用左脑还是右脑呢？



答案显而易见，是“左脑”。原因可能是：

- ★ 你使用带横格线的本子；
- ★ 你一条一条地按列表形式记笔记；
- ★ 你的笔记主要内容以文字为主；
- ★ 你用数字来标明所记内容的顺序；
- ★ 你希望有逻辑、有条理地记笔记；
- ★ 你希望笔记内容像教室里的课桌一样整齐划一地按线条排列；
- ★ 当你拼命想记住笔记内容时，和大多数学生一样，你希望记住词语和数字本身。

而以上这些都是左脑的功能。由此可见，在使用传统方式记笔记的过程中，你只用到了神奇大脑潜能的一半。

请注意——

思维导图可以帮助你专注于主题和细节，能够充分调动左右脑的功能，最终让你变得爱上学习，学而不厌！

图像的力量

你的大脑是基于色彩和图像来进行思考的——我可以证明这一点。

比如我说“你的房子”，这时，你的脑海中会出现什么？你的大脑是不是正像电脑一样渐渐“描绘出”这个词：先“画”一条地平线，然后熟悉的房子“图像”出现其中——它由砖瓦构成，带着一扇门和几扇窗？

明白我的意思了吗？你的大脑中首先映出的是有色彩的“房子”的图像，而不是写在一张纸上的“房子”这个词语。

因此，你的大脑是基于图像来思考和记忆的，而且你会发现这是多么的自然和简单，就像你相册里的照片，书籍和杂志中的图片一样，很容易勾起回忆。因此，如果你想要记住“你的房子”这个概念，或者其他所有的概念，最好的方法就是给它们画图。

假如你正在搬家，但你却很不开心。因为你非常喜欢以前的房子并希望能永远记住它，而此时你担心很久之后会忘掉它的样子。这时，如果采用传统的记笔记方式，你可能会把每个房间都清楚地列出来，就像这样：

妈妈爸爸的卧室	客厅
我的卧室	厨房
客房	卫生间

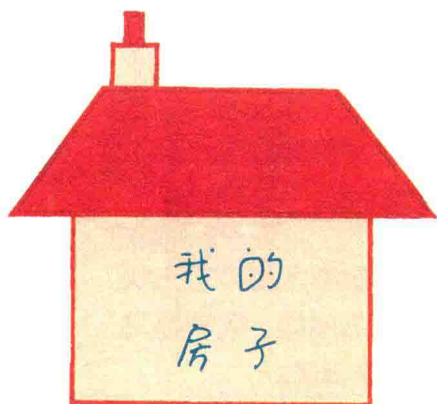
换作以前，你一定会按照列表的形式来记住这些词语，然后在大脑中存储它们。而现在，当你知道了大脑是基于图像和颜色来记忆的之后，你完全可以选择使用一种效果更佳的方法来发挥大脑的功能。



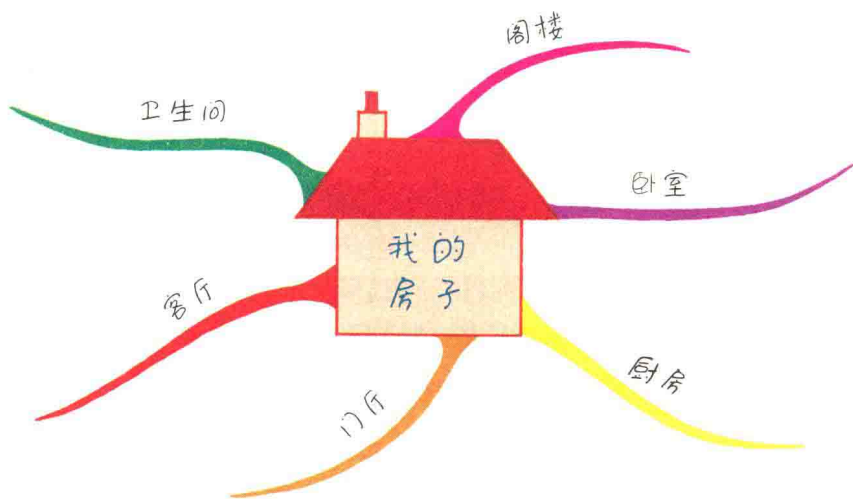
体验思维导图的时刻到了！

思维导图“我的房子”

像我们刚才看到的那样，记住你的房子的最好办法是先把它画下来，就像这样。



为了记住房子里的每个房间，你可以使用不同颜色的彩笔，在房子四周发散出不同的线条，以此来代表不同的房间。你可以使用黄色彩笔标注这是厨房，也可以使用红色彩笔标注这是客厅，等等。



你用什么颜色来代表不同的房间，这并没有太大影响。颜色只是用来区分不同的房间，让你的笔记更加有趣，更容易记忆。

为了使得每一条大纲主干代表的意义更明确，你随后可以给它们贴上不同的标签（分别在线条上写上房间的名称）。当然，你也可以额外为每个房间配上图——如果时间足够，这更有助于记忆。



现在，
你已经绘制好了一幅最基本的思维导图！

如何绘制思维导图

绘制思维导图很简单，你只需要掌握五个简单的步骤：

1. 准备好一张空白的纸和一些彩笔，确保这张纸横放。

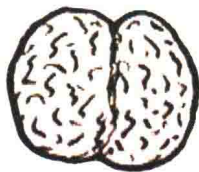


2. 在纸张中央的位置画一个中心图像，这个中心图像代表了你所要描述的主题，即整幅思维导图的主要内容。



3. 由中心图像出发，绘制出由粗到细的线条，这些线条向四周发散，每一条都代表了一个与中心主题紧密相关的内容。由中心图像发散出的线条是最主要的内容，我们称之为“大纲主干”。

4. 给每一条大纲主干命名。如果可以，也请分别给它们配上相应的图像语言——在这个过程中，大脑同时充分调动了左右脑。因为思维导图中的词语都很关键，所以将这些词语写在线条上，就像传统记笔记时画的下划线一样，这样做就更突显了词语的重要性。



5. 从每一条大纲主干入手，你可以开始绘制其他连接线，这些线条散开就像树的枝干一样。可以给这些内容加上你自己的想法，额外延伸的分支用来展示细节的内容。

思维导图工具箱

思维导图工具箱很简单。它非常小，你可以随身携带它到任何地方。事实上，只需要很少的一些工具，就可以绘制出你的第一幅思维导图：

- ★ 纸
- ★ 彩笔
- ★ 你的大脑



使用思维导图

——挽救一棵大树！（环保效应）

