

*Посвящаю эту книгу супруге Виктории и сыну Ивану,
рождение которого вдохновило меня на создание
моей первой книги о майнд-менеджменте*

ПРИЛОЖЕНИЯ

300

ПОСЛЕСЛОВИЕ Корпоративное будущее майнд-менеджмента

295



Глава 7 Настройте ваш личный тайм-менеджмент

254



Глава 6 Учитесь эффективнее и быстрее

224



Глава 5 Сделайте свои выступления понятными и наглядными

192



Глава 4 Пишите понятно и быстро

154



**СЛОВА
БЛАГОДАРНОСТИ**

6



ПРЕДИСЛОВИЕ

8

МАЙНД-МЕНЕДЖМЕНТ

**Решение
бизнес-задач
с помощью
интеллект-карт**



**Глава 1
Майнд-менеджмент:
эволюция вашего
мышления**

12



**Глава 2
Решайте
успешно проблемы
и нестандартные
задачи**

52



**Глава 3
Превратите
хаос информации
в наглядную
структуру
и действуйте**

96

Слова благодарности

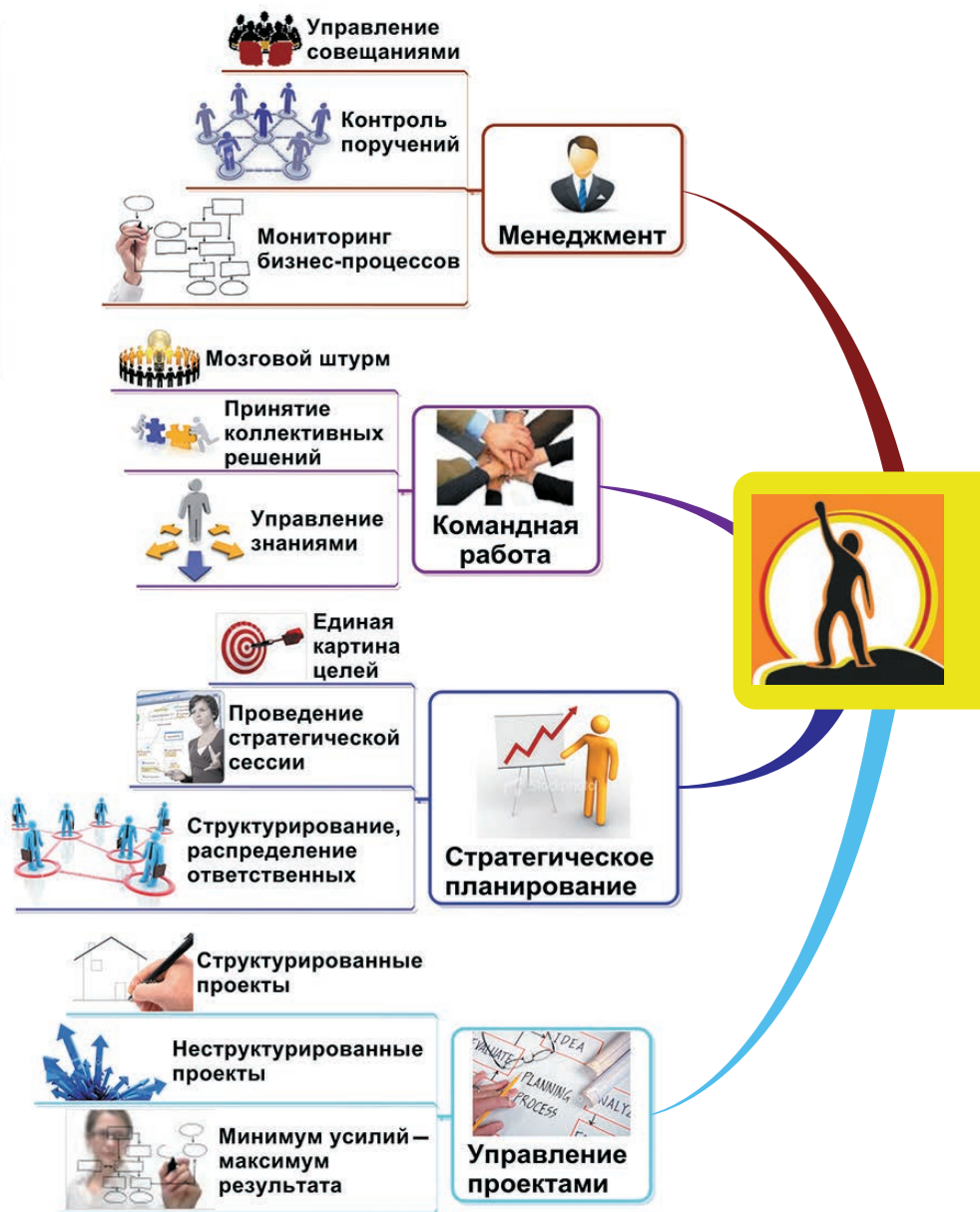
Огромную благодарность за помощь во время работы над книгой выражаю:

- моему учителю и научному редактору этой книги Глебу Алексеевичу Архангельскому:
 - за постоянную и искреннюю поддержку;
 - за громадный опыт, которым он щедро со мной делился;
 - за ценные замечания и конструктивную критику моей майнд-менеджерской фантазии;
 - за искреннюю веру в идеалы тайм-менеджмента, продолжающую «обацилливать» тысячи клиентов компании «Организация Времени»;
- моему партнеру в жизни и бизнесе Бехтеревой Виктории за важные замечания, создание единого стиля книги, всестороннюю поддержку в течение нашей совместной жизни и за то, что когда-то она первой из окружающих меня людей задала мне вопрос, чего же я хочу от этой жизни, таким образом, что мне захотелось на него ответить;
- генеральному директору компании Ahacoaching Йерре Ламбертсу и бизнес-консультанту Юриану Люккену, нашим голландским партнерам по визуализации информации, открывшим нам глаза на богатые корпоративные возможности применения Mind Manager, благодаря которым я стал первым сертифицированным специалистом Mind Manager в России;
- моим бывшим коллегам по компании «Организация Времени» Васильеву Максиму, Борознову Олегу и Ласая Анастасии за поддержку и энтузиазм в деле распространения идей майнд-менеджмента;
- Виктории Пахтусовой, Елене Петровой и Инне Чечиковой за то, что когда-то сделали из меня профессионального бизнес-тренера и заставили поверить в свои возможности;
- Юлии Стратейчук, оказавшей неоценимую помощь в подготовке седьмого издания этой книги;

- клиентам компании «Организация Времени» и «Правила Игры», ставшим первопроходцами в деле внедрения идей майнд-менеджмента в корпоративные умы компаний России:
 - Аввакумовой Светлане, менеджеру проектов, ТНК-ВР;
 - Башкееву Алексею, руководителю проектов, Яндекс;
 - Варгасу Андрею, начальнику финансово-экономического управления, Социальный городской банк;
 - Витязеву Всеволоду, Силантьеву Василию, Головачеву Степану, Кулакову Владимиру, менеджерам проектов, ОАО «СвязьИнтерк»;
 - Вировцу Юрию и Жукову Михаилу, руководителям Headhunter.ru;
 - Гашникову Олегу Николаевичу, руководителю дирекции ДТА, ОАО «СвязьИнтерк»;
 - Гусеву Денису и Алексею Павлову, «Спутник-ISIC»;
 - Кирпичеву Константину, вольному программисту;
 - Ладаеву Дмитрию, директору по продажам ТЭК, KraftWay;
 - Лебединскому Сергею Михайловичу, заместителю генерального директора, ОАО «СвязьИнтерк»;
 - Линецкому Юрию, заместителю директора департамента внутреннего обучения и развития, ErgoLife;
 - Мирохину Юрию Валентиновичу, руководителю отдела маркетинга, «ЗебраТелеком»;
 - Никонову Валентину, к. э. н., международному аудитор ISO/IEC 9001:2008, ISO/IEC 27001:2005, Project Management Professional IPMA, генеральному директору консалтинговой компании «Траектория роста»;
 - Новиковой Александре Сергеевне, заместителю директора по страхованию жизни, РГС-Жизнь, Хабаровск;
 - Обидину Алексею Владимировичу, генеральному директору ОАО «СвязьИнтерк»;
 - Славиной Оксане, коммерческому директору, «Энергия роста»;
 - Соколову Антону, коммерческому директору, Adidas;
 - Хапачеву Борису и Гарифуллину Марату, Horus Capital;
 - Шалаеву Валерию, генеральному директору, Акрон

и другим членам майнд-менеджерского и тайм-менеджерского сообщества, принимающим участие в проектах компании «Организация Времени» и «Правила Игры».

Предисловие



УСПЕВАЙТЕ МЫСЛИТЬ

МАЙНД-МЕНЕДЖМЕНТ: ОБЛАСТИ ПРИМЕНЕНИЯ

Структурирование информации



Структура файлов



Обзор сайта



Запоминание/понимание



Написание текстов



Письмо



Статья



Книга



Обучение и презентации



Подготовка



Проведение



Конспектирование



Тайм-менеджмент



Планирование



Целеполагание



Принятие личных решений



Вспомните, читатель, как часто вы предаетесь такой популярной медитативной практике, как «созерцание чистого Word-файла с мигающим курсором»? Рискну предположить, что вам, как и многим, хорошо знакомо ощущение творческого ступора, когда вожаемая музыка так и не приходит, а статья, бизнес-план, служебная записка, план проекта... так и остаются несделанными. Моя практика показывает, что в неэффективной интеллектуальной работе кроются колоссальные резервы времени.

Сложно сейчас найти человека, который бы ничего не слышал про интеллект-карты, также называемые mind maps, «карты мозга», «карты ума». Однако мало кто знает, что это не только способ развития творческого мышления, но и эффективная технология решения бизнес-задач, которую используют многие крупнейшие западные компании, а в последние годы и наиболее передовые российские.

Майнд-менеджмент — направление в тайм-менеджменте, отвечающее за повышение эффективности личной и корпоративной деятельности с помощью интеллект-карт. Автор книги — создатель и пропагандист этого направления, первый в России сертифицированный тренер Mind Manager, руководитель проектов внедрения технологий майнд-менеджмента в российских компаниях.

Владеете ли вы бизнесом или управляете им; пишете новый регламент или защищаете диссертацию; планируете сложный проект или разрабатываете концепцию нового бренда; проводите совещания или готовите презентации — технологии майнд-менеджмента радикально облегчат ваш труд, сделают его более приятным и эффективным. Прочитав эту книгу, вы сможете эффективнее учиться, увереннее решать проблемы и нестандартные задачи, быстрее писать любые тексты и готовить презентации, лучше управлять проектами и главное — получать гораздо большее удовольствие от своей работы!

Читайте, применяйте, успевайте мыслить и жить!

*Глеб Архангельский,
генеральный директор компании «Организация Времени»*

P.S. Область применения технологий майнд-менеджмента настолько обширна, что описание этого заняло бы у меня несколько страниц и сделало бы предисловие недопустимо большим. Мне проще продемонстрировать вам бизнес-пользу майнд-менеджмента в виде интеллект-карты — см. предыдущий разворот этой книги!

10



Краткие итоги главы 1

9



**Майнд-менеджмент в действии!
Как снизить затраты в период кризиса?**

8



Определение майнд-менеджмента

7



**Алгоритм майнд-менеджмента в действии!
Как отдыхать и восстанавливать энергию**

6



Алгоритм майнд-менеджмента



МАЙНД-МЕНЕДЖМЕНТ: ЭВОЛЮЦИЯ ВАШЕГО МЫШЛЕНИЯ

ГЛАВА 1 МАЙНД-МЕНЕДЖМЕНТ: ЭВОЛЮЦИЯ ВАШЕГО МЫШЛЕНИЯ

1



**История появления
интеллект-карт**

2



**Правила построения
интеллект-карт**

3



**Майнд-менеджмент.
Урок 1. Как рисовать
интеллект-карты**

4



**Принцип первый.
Включите оба
полушария своего
головного мозга!**

5



**Принцип второй.
Ассоциативность
(образность)
мышления**

В этой главе вы:

- узнаете историю появления интеллект-карт;
- научитесь правильно строить интеллект-карты;
- познакомитесь с основными принципами работы интеллект-карт;
- познакомитесь с возможностями технологий майнд-менеджмента для повышения эффективности вашей работы.

«Мы живем в век информации». Это утверждение мы слышим всюду все чаще и чаще, и оно уже набило многим оскомину. Большинство людей уже не обращают на него никакого внимания. Кроме тех, кто **действительно понимает**, насколько серьезно обстоят дела.

Количество офисных сотрудников растет. Представители бизнеса, начиная с металлургических заводов и заканчивая консалтинговыми компаниями, обмениваются отчетами, письмами, коммерческими предложениями. Все участвуют в презентациях, совещаниях, конференциях, готовят и проводят их. Все большее число компаний переходят к проектной системе управления как более эффективной, где чуть ли не каждый сотрудник становится руководителем проекта. Обмен информацией становится с каждым годом все интенсивнее. По данным исследователей, количество электронной информации, получаемой среднестатистическим офисным сотрудником, удваивается раз в 2–3 года! Но есть ли у нас время обращать на это внимание?

Если 15 лет назад рабочий стол менеджера был завален кучей бумаг и документов, так как они были основным источником получения необходимой информации, то сейчас там может находиться только компьютер. Однако это несколько не уменьшило стресс от работы с информацией, потому что, стоит менеджеру открыть компьютер, как на него обрушивается огромный поток сообщений, документов, задач и планов, что часто превращает рабочий день в хаос.

Как успешно справляться с потоком поступающей информации? Как тратить на обработку, анализ и принятие решения по полученной информации минимум времени и сил? Как превратить умение быстро и эффективно обрабатывать поступающую информацию (и принимать на ее основе правильные решения) в свое главное конкурентное преимущество в век агрессивно атакующей нас со всех сторон информации?

Ответ на эти вопросы дают современные технологии майнд-менеджмента, которые начали набирать популярность в современном мире в 70-е годы XX века.

1



История появления интеллект-карт

Все началось с публикации книги Тони Бьюзена «Работай головой» (1974). Тогда-то технология интеллект-карт и стала быстро набирать

популярность, доказывая свою применимость на практике для решения самых разнообразных интеллектуальных задач.

Однажды второкурсник Тони Бьюзен искал в университетской библиотеке книги об эффективном использовании способностей мозга. Ему предстояло справиться с огромным количеством учебного материала, и он хотел узнать, как такие функции мозга, как запоминание, восприятие и анализ, могут быть наилучшим образом использованы в учебном процессе. Ему посоветовали обратиться в отдел медицинской литературы. В ответ на слова о том, что он не хочет делать операции на мозге, а только хочет научиться правильно его использовать, библиотекарьша сказала, что таких книг не существует. Это и стало толчком для Бьюзена. Он все-таки пошел в отдел медицинской литературы, нашел книги по физиологии мозга (в том числе советского ученого Александра Романовича Лурия) и использовал новые знания для создания своего метода интеллект-карт.

Он достиг потрясающих результатов, став одним из лучших студентов. Тони Бьюзен превратил процесс обучения в увлекательное и, что главное, очень эффективное занятие. Потом он стал факультативно заниматься с неуспевающими школьниками, которых все считали безнадежными, и с каждым из них достиг потрясающих результатов. Один из таких школьников воскликнул: «Я не был неспособным к учению — у меня просто не было настоящего учения!»*

Тони Бьюзен вспомнил про Ньютона, Эйнштейна, Эдисона, которые в школе перебивались с двойки на тройку, и задал важные вопросы: «Умеем ли мы учиться? Правильно ли мы используем свой мозг?» Применяв свой метод на практике, автор решил, что его можно эффективно использовать в любой интеллектуальной деятельности, а особенно в бизнесе. Ведь что такое бизнес, как не способность быстро собрать из разных источников и проанализировать информацию (о конкурентах, потребностях клиента, о поставщиках, о рынке, о ценах, тенденциях, прогнозах и др.), принять на ее основе быстрое и правильное решение и потом обеспечить его выполнение? Так родилась книга «Работай головой». В ней Бьюзен популярно описал метод интеллект-карт. В его основу он положил основные принципы работы человеческого мозга, объяснил, что мы используем наш биологический компьютер под названием «мозг» неэффективно, и предложил способ повысить эту эффективность.

Интеллект-карты стали успешно применяться во многих областях интеллектуальной работы. С распространением компьютеров стали появляться первые программы для их построения в электронном виде, что

* Бьюзен Т. и Б. Супермышление. — Минск: Попурри, 2003. — С. 11.

открыло дополнительные возможности для корпоративного применения и решения бизнес-задач. Творческие способности людей, применявших этот метод, стали раскрываться сильнее, что неизбежно повысило их результативность. Интеллект-карты стали основным инструментом выполнения задач для многих работников интеллектуального труда, в том числе теперь — и в России.

2



Правила построения интеллект-карт

Удобнее всего объяснить правила построения интеллект-карт с помощью... самой интеллект-карты (см. рис. 1.1).

Прокомментируем представленные правила более подробно.

1. Главное!

- 1.1. **Начинайте с центра.** В центре находится самая главная мысль, цель построения интеллект-карты. Начинайте с главной мысли — и у вас появятся новые идеи, чем ее дополнить.
- 1.2. **Читайте по часовой стрелке, начиная с правого верхнего угла.** Информация считывается по кругу, начиная с центра карты и продолжая с правого верхнего угла и далее по часовой стрелке. Это правило принято для чтения всех интеллект-карт. Если вы задаете другую последовательность, обозначайте очередность чтения порядковыми цифрами.
- 1.3. **Используйте разные цвета!** В выбираемых нами цветах всегда больше смысла, чем может показаться. Цвет мы воспринимаем мгновенно, а на восприятие текста нужно время. Разные цвета могут по-разному восприниматься и имеют разное значение в разных культурах и у разных людей. Более подробно об этом рассказано ниже.
- 1.4. **Экспериментируйте всегда!** В течение своей практики автор видел множество интеллект-карт. И у каждой из этих карт был свой неповторимый индивидуальный стиль. Так как мышление каждого человека уникально, то и карта как результат мышления тоже оказывается уникальной и неповторимой.

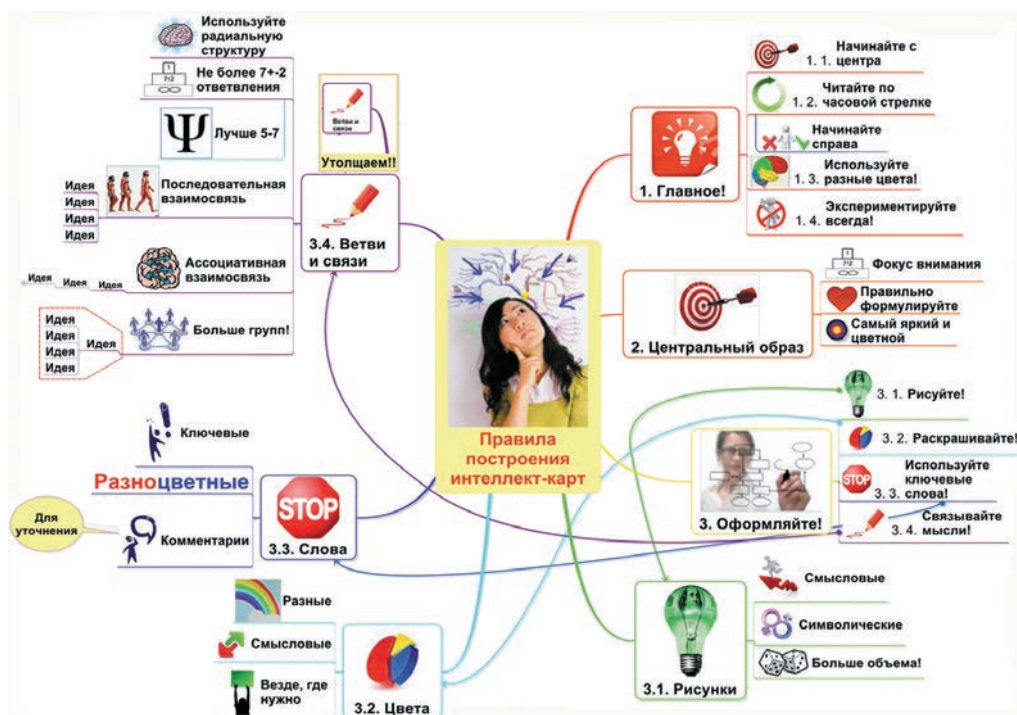


Рис. 1.1. Правила построения интеллект-карт

Не бойтесь экспериментировать, пробовать, искать и находить лучшие способы представления информации, максимально подходящие именно для вас.

2. Центральный образ

Одним из ключевых понятий в составлении интеллект-карт является центральный образ. Без него невозможно создание ключевых ассоциаций, из которых и будет построена интеллект-карта. Центральный образ должен быть для вас самым ярким объектом, потому что он будет являться вашим центром внимания, основной целью создания интеллект-карты. Для этого максимально четко ставьте задачу, используйте наиболее «цепляющие», вдохновляющие вас в данный момент цвета и рисунки.

3. Оформляйте!

3.1. Рисуйте! Если вы сомневаетесь, стоит рисовать или нет, то выбор очевиден — рисуйте! Зрительный образ запоминается

Конец ознакомительного фрагмента.

Приобрести книгу можно

в интернет-магазине

«Электронный универс»

e-Univers.ru