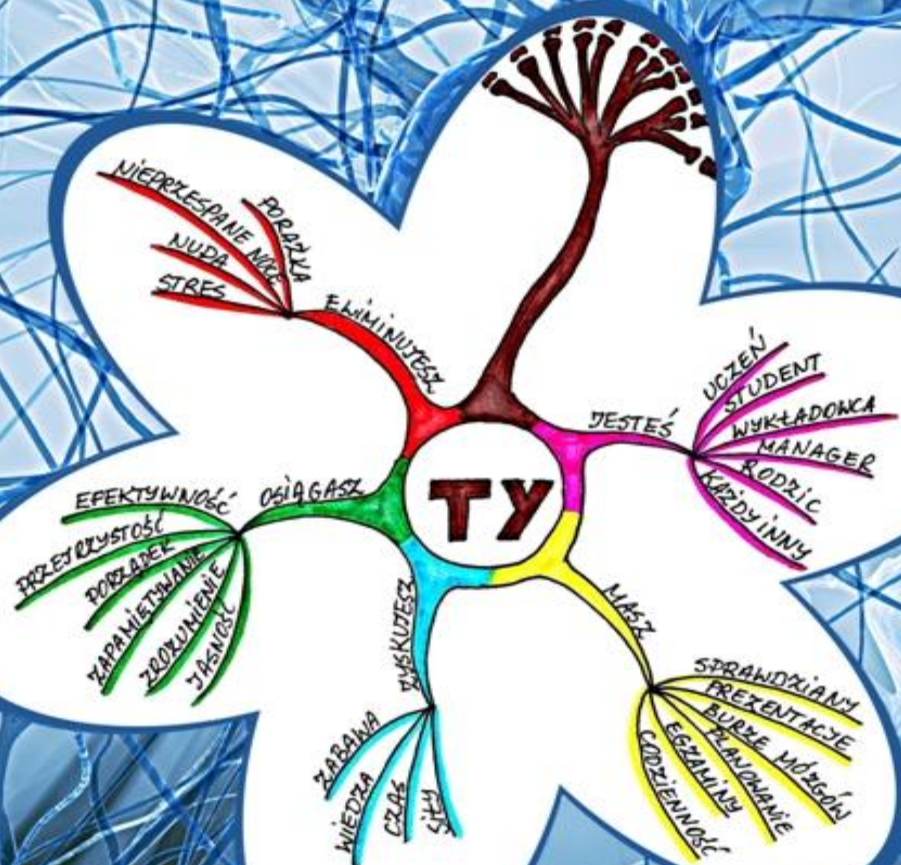


IRENA SIDOR-RANGEŁOW

NAUCZ SIĘ W 7 GODZIN JAK TWORZYĆ MAPY MYŚLI



Irena Sidor-Rangelow

**Naucz się w 7 godzin:
Jak tworzyć
mapy myśli**

**© Copyright by Irena Sidor-Rangelowa,
Anna Gergana Rangelow, Slavcho Rangelov**

Projekt okładki Slavcho Rangelov

ISBN: 978-83-935157-0-7

**Wszelkie prawa zastrzeżone. Rozpowszechnianie i
kopiowanie całości lub części publikacji zabronione
bez pisemnej zgody autora.**

Witaj,

Cieszymy się, że wybrałeś nasz kurs!

Pewnie zrobiłeś to w celu nauczenia się czegoś nowego, przeczytania czegoś interesującego, z czego będziesz miał pożytek. Mamy nadzieję, że spełnimy twoje oczekiwania.

Jeśli nie jesteś pewien, czy dokonałeś trafnego wyboru, niech odpowiemy na kilka pytań, które być może sobie zadajesz:

„Czy ten kurs jest dla mnie?”

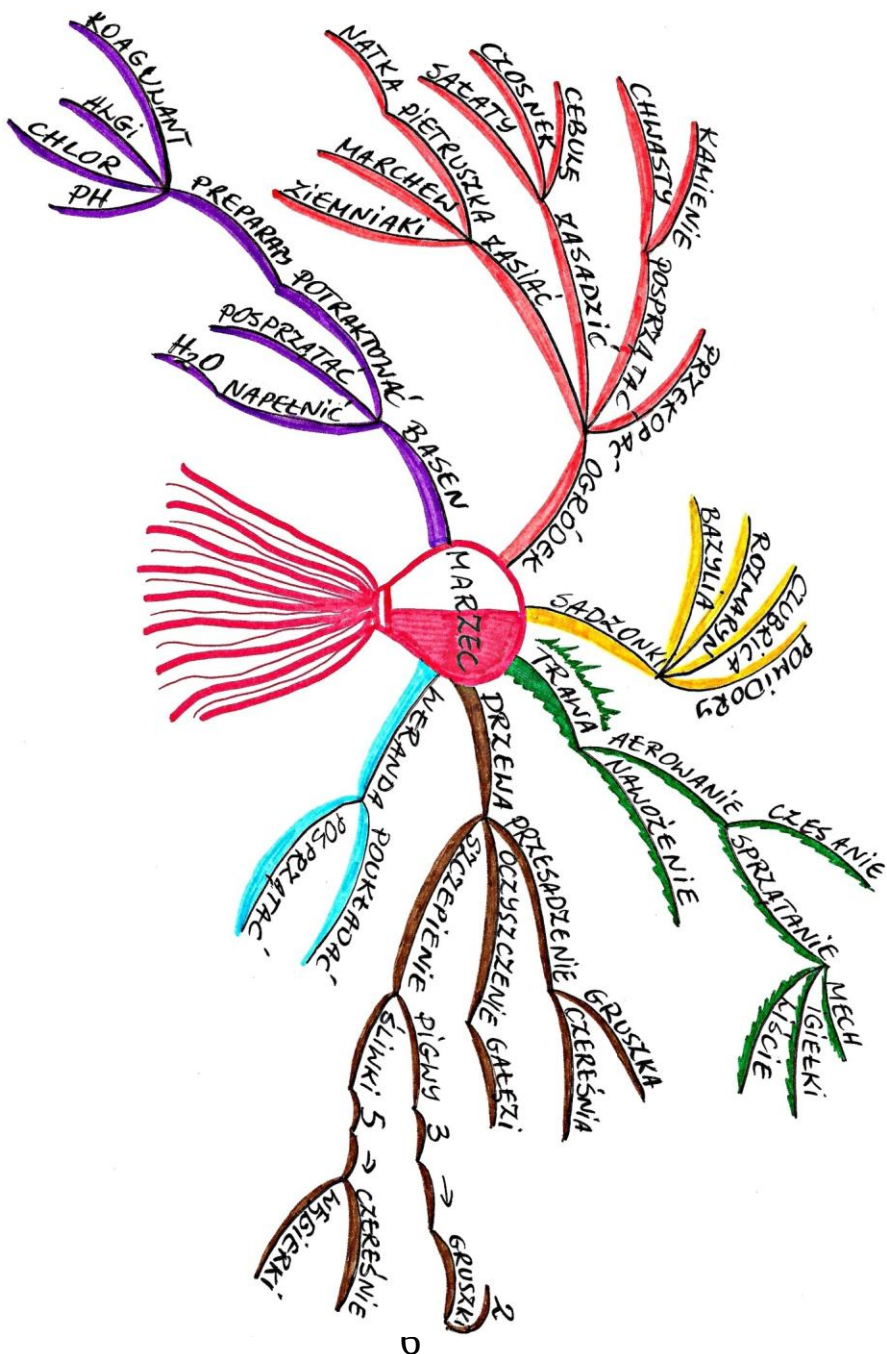
Jest on dla ciebie, jeśli jesteś uczniem, studentem, wykładowcą, managerem, rodzicem lub kimkolwiek, kto chciałby się dowiedzieć jak szybko, jasno i przejrzysto można robić notatki i zapamiętywać to, co jest w nich zapisane. Jeśli jesteś którymś z tych ludzi, wówczas ten kurs jest dla ciebie.

„Po co mi ten kurs?”

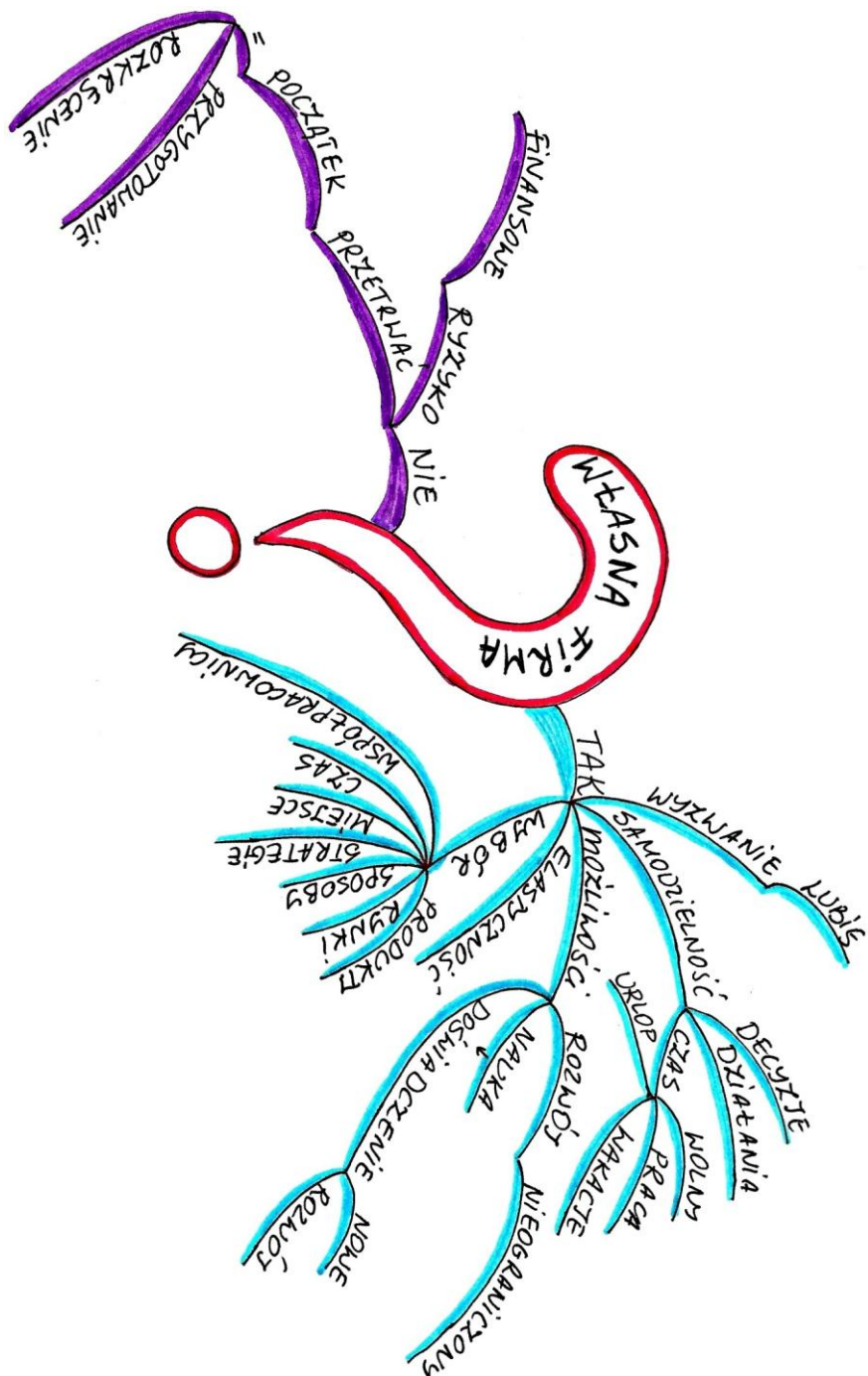
Będzie ci bardzo pożyteczny, jeśli czekają cię klasówki, prezentacje, egzaminy, matura, kierowanie burzą mózgów, planowanie w pracy lub w codziennym życiu (remonty, wszelakie obowiązki, podróże, budowa domu, wiele innych). Ten kurs może się przydać nie tylko tobie, ale również twoim bliskim - każdy musi planować, organizować, notować i każdy może do tych celów wykorzystać mapy myśli. **Oto kilka przykładów:**

„Długa i mroźna zima znudziła się nam wszystkim. W końcu, gdy nadszedł miesiąc marzec, pojawiła się nadzieja na rozruszanie się daleko od pieców i kaloryferów: posprzątać wokół domu, uporządkować ogródek, drzewa, trawniki. Kiedy śnieg

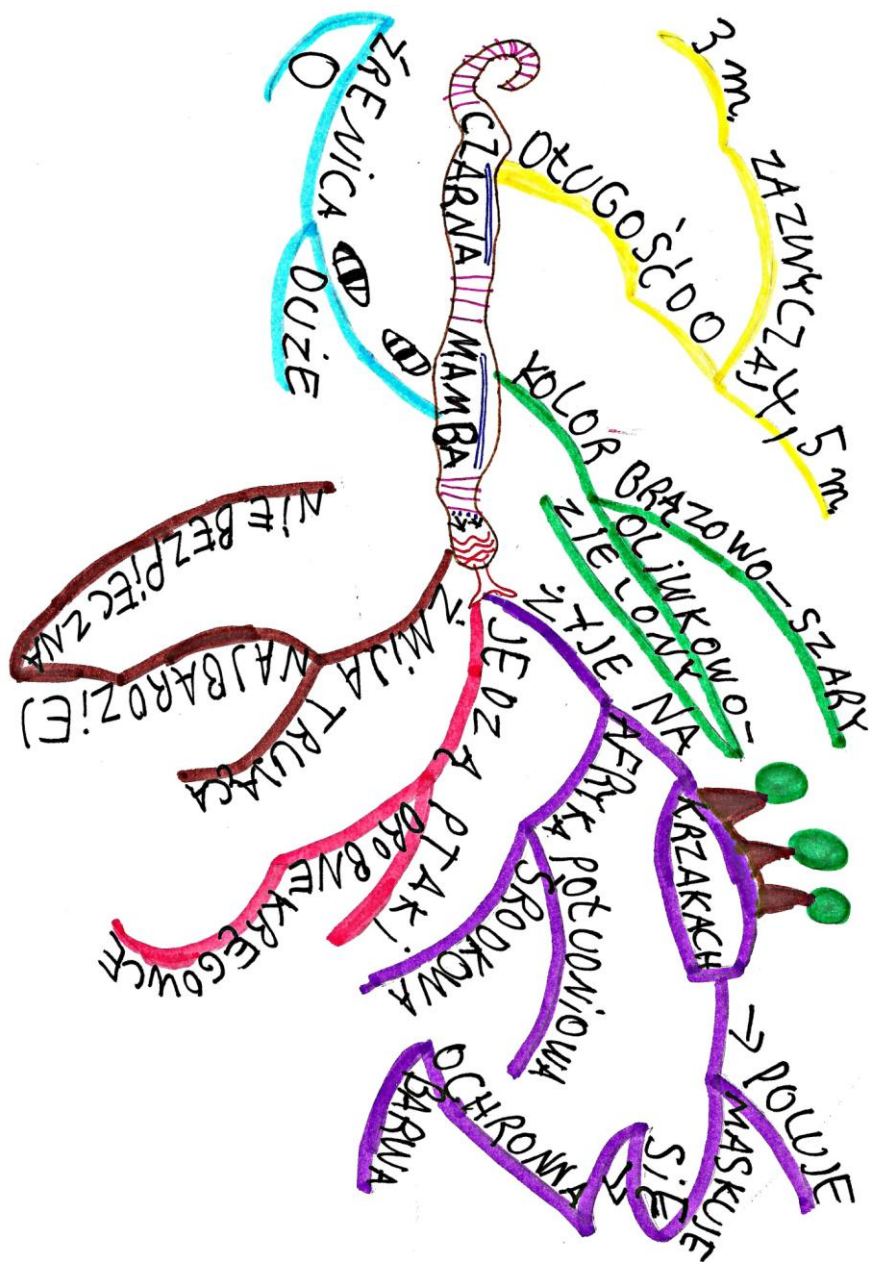
się stopił, spojrzałam na zewnątrz i zobaczyłam, jak wiele pracy nas czeka. Nawet trochę pożałowałam, że zima się skończyła. Ale niezależnie od tego, czy jest nam smutno lub wesoło, czas płynie i staramy się go wypełnić jakąś pracą. Dlatego też postanowiłam przeznaczyć marzec na generalne porządki w podwórku. Zrobiłam mapę myśli do tego projektu. Zapisałam w niej wszystko, co miałam ochotę, by było wykonane w ramach tego miesiąca. A u jego końca sprawdzę, czy sprostaliśmy wszystkim zadaniom.”



„Każdy człowiek, w pewnym momencie, musi podjąć decyzję odnośnie tego, co będzie robił w życiu. Ja zdobyłam swoje wykształcenie - zostałam psychologiem. Dwójka moich dzieci podrosła - jedno chodzi do szkoły, drugie - do przedszkola. Zadałam sobie pytanie: „a co ze mną powinno się dalej stać?” Miałam wybór: poszukać gdzieś pracy, albo założyć własną firmę. Znalazłam wiele przyczyn, aby nie wybrać pierwszego wariantu i skierowałam się w stronę drugiego, ale i tam nie wszystko mi się wydawało jasne i łatwe. Wprost nie miałam pojęcia, co przedsięwziąć. Wówczas postanowiłam zrobić mapę myśli i zapisać w niej wszystko, co uzasadnia lub zaprzecza podjęciu decyzji o stworzeniu firmy. Kiedy zrobiłam mapę, zobaczyłam, że uzasadnień jest więcej i są one bardzo znaczące dla mnie. W ich świetle zbladło wszystko to, co wcześniej mnie niepokoiło. Stworzyłam własną firmę i odczuwam dużą satysfakcję z tego, co robię.”



Dzieci także mają różne zadania do rozwiązania. Zwykle są one związane z ich obowiązkami szkolnymi i lekcjami. Nasza ośmioletnia Victoria z wielką przyjemnością pozowała do zdjęć do tego kursu. Pewnego dnia musiała przygotować do szkoły informację o czarnej mambie i postanowiła wykonać mapę myśli na ten temat. Zobacz, jak ją zrobiła! Nawet jeśli znajdziesz w jej mapie jakieś błędy albo niedoskonałości, to zrobiła ona najwyższej jakości opisanie czarnej mamby.



„Naucz się w siedem godzin: Jak tworzyć mapy myśli” znajdzie zastosowanie we wszystkich sferach twojego życia. Wykorzystując mapy myśli:

- **osiągniesz swoje cele za cenę mniejszego wysiłku i w krótszym czasie;**
- **będziesz rozumiał i zapamiętywał ważne informacje;**
- **wyeliminujesz stres, bezsenne noce i porażki.**

Mapy myśli posiadają wyjątkową jasność i porządek, co prowadzi do maksymalnej przejrzystości zawierającej się w nich informacji. Mapy myśli są najefektywniejszym, ze wszystkich znanych ludziom, sposobem na prowadzenie notatek.

Kurs ten jest w formie książki, która składa się z siedmiu części. Możesz ją przeczytać za jednym razem, ale czytając codziennie po jednej części - w ciągu tygodnia niezauważalnie przejdiesz przez cały kurs. Oznacza to, że każdego dnia będziesz zaangażowany tym zajęciem w ciągu najwyżej jednej godziny. Dlatego też kolejne rozdziały nazwaliśmy: „Godzina I”, „Godzina II” itd. Poza tym, będziesz uczestniczył w kursie nie opuszczając swojego pokoju - siedząc na ulubionym krześle, w domowym ubraniu, o wygodnej dla ciebie porze.

Podczas każdego kursu jest normalne, by jego uczestnicy zadawali pytania, dzielili się pomysłami, rozmawiali. Dlatego będziemy oczekiwać, byś do nas pisał i jesteśmy gotowi odpowiadać na twoje pytania. Pisz do nas na adres:

sidor_rangelova@abv.bg

A teraz: przyjemnego czytania i powodzenia! Pewni jesteśmy, że wspaniale dasz sobie radę i dobrze będziesz się bawił!

Irena Sidor-Rangelow

Anna Gergana Rangelow

Slavcho Rangelov

Przez chwilę byliśmy tutaj we troje. Teraz ja - Irena - będę „trzymać pióro”. Gergana i Slavcho będą niedaleko, ponieważ bez nich i ich pomocy nie byłoby możliwe, abym kontynuowała.