從地圖中認識自己

描述自己成長環境的心智地圖（王俞惠／繪）

在快節奏的現代生活當中，凡事講求效率，為了應付大量資訊所帶來的衝擊，人們必須學習如何在有限的時間裡，找到最有效的閱讀方式，以便進行龐大知識的記憶；此外，在工作職場上，為了避免在錯綜複雜的環境中迷失方向，還必須訓練自己在緊要關頭，頭腦清晰地做出最正確的判斷。這是現代人面對資訊爆炸及多元的現況下，所必須採取的因應之道，雖然百般無奈，但卻又不得不去面對。想要在二十一世紀的舞臺上占有一席之地，且不被時代的洪流所淘汰，就得要去練就自我評量與分析的能力，講得更明白點，就是要對自己進行徹底的心靈體檢。

■ 迎接心智開發時代的來臨

人腦是一套精密的操作系統與資料庫，這是眾所皆知的，根據科學家的研究，即使再聰明絕頂才華洋溢的人，他們的頭腦仍然有許多值得開發的空間；換句話說，大部分人的頭腦通常只發揮了極小部分功能，而且大都只是用來處理日常生活當中的各種狀況；至於一些具有挑戰性的創意思考與聯想問題，人腦被開發的部分卻少得可憐。如果今天有一種方式可以將我們腦中的記憶或思想，藉由紙筆以圖形與線條描繪的方式，有系統的記錄下來，就可以拿來加以分析、修改，甚至於作為研究探討之用；如此一來，視覺化之後的人腦就不再是那麼深奧難懂，人的潛力或許就可以藉此進行更深入的開發。

當社會新鮮人遍尋不著心目中理想的工作，學生擔憂填寫的志願並不符合自己的興趣，人際關係始終無法突破，廣告商品一直找不到產品定位，或者閱讀效率無法提升... 等等，這些尚待解答的種種疑問，似乎經常困擾著我們，也難怪某位潛能開發課程講師在課堂上，經常以嚴肅的口吻直指著學員問“你夠了解自己嗎？”、“你的學習方式究竟正不正確？”、“你是否老是害怕做出錯誤的決定？” ...。為了解答這種種的質疑與憂慮，一套新式的心智檢測與分析方法因應而生。

相信許多人都聽過「心智地圖」（Mind Maps），近十年來它在台灣，無論是在企業組織裡，或者是在學術界當中，的確掀起了一股學習的熱潮。「心智圖法」（Mind Mapping）是腦力開發權威Tony Buzan所倡導，並在1974年出版的「頭腦使用手冊」（Use Your Head）一書當中，正式向世界介紹此一腦力開發的工具。根據研究顯示，我們的左腦主掌理性邏輯思考，著重分析理解；而右腦主掌感性的聯想能力與創造力，並主管長期記憶。Tony Buzan形容我們的大腦是一幅巨大的地圖，地圖當中將大腦區分為「左腦」及「右腦」兩大區塊，並針對左右腦的特性，延伸出各自的潛能。心智圖有極為廣泛的功能，它可以應用在幫助記憶，提高學習績效，強化對於問題思考分析的能力，甚至還可以協助我們強化人際溝通與協調的技巧。

就拿「記憶」這個議題來說吧，有些人經常抱怨讀過的東西，為什麼那麼容易忘記？追究原因，這是因為過去我們過度地使用左腦來思考或是進行判斷的工作，而忽略了右腦聯想能力的開發。其實我們可以嘗試利用視覺符號、線條、色彩等視覺元素的暗示來刺激右腦的運作，幫助進行記憶的工作，尤其在面對某些錯綜複雜的情況時，可以根據事物的特徵、關聯性以及順序，加以聯想，強化記憶。

總而言之，心智地圖是用來協助我們進行「學習」(Learning)與「思考」(Thinking)的一種工具。它的操作手法因主題及目的而異，甚至可以根據個人的特質與專長修正出最佳的表達方式。初學者或許會擔心自己手繪能力並不靈光而難以上手，其實這種顧慮是多餘的，因為心智地圖的最終目標是協助製作者進行學習與思考，它強調溝通與理解，而不是在於技法表現，人人都可以投入學習。至於在工具方面，製作前只須準備簡單的繪圖工具，紙筆並無特別的要求，無論是彩色筆或是色鉛筆，甚至原子筆都可行，最重要的是，在製作心智圖時，必須要有一顆清醒的頭腦以及敞開的心胸，才能正確的將許多的想法分析出來。

■ 心智地圖也是一種地圖嗎？

嚴格來講，心智地圖是「圖表」(Diagram)應用的延伸。乍看之下，一般心智地圖的長相與傳統手繪地圖的差異並不大，每張心智地圖的支脈，其實都是從一個中心主旨向四周延展開來，並逐漸由粗轉細，主標題與副標題之間都是透過如血管般的路徑串聯而成。根據筆者的觀察，心智地圖雖然非常著重圖像的表達，但是為了確保整體的邏輯性與可閱讀性，文字標題的使用卻是在整個地圖描述過程中，扮演舉足輕重的角色。從美術設計的角度來看，很明顯的，過去在企業界所製作的心智地圖，大多偏重在內容的描述與分析上，視覺美感與裝飾性自然無法與專業插畫地圖相比擬；但是今天若是交由具有設計背景的人來進行設計，結果可能會有更多視覺的趣味與創意。

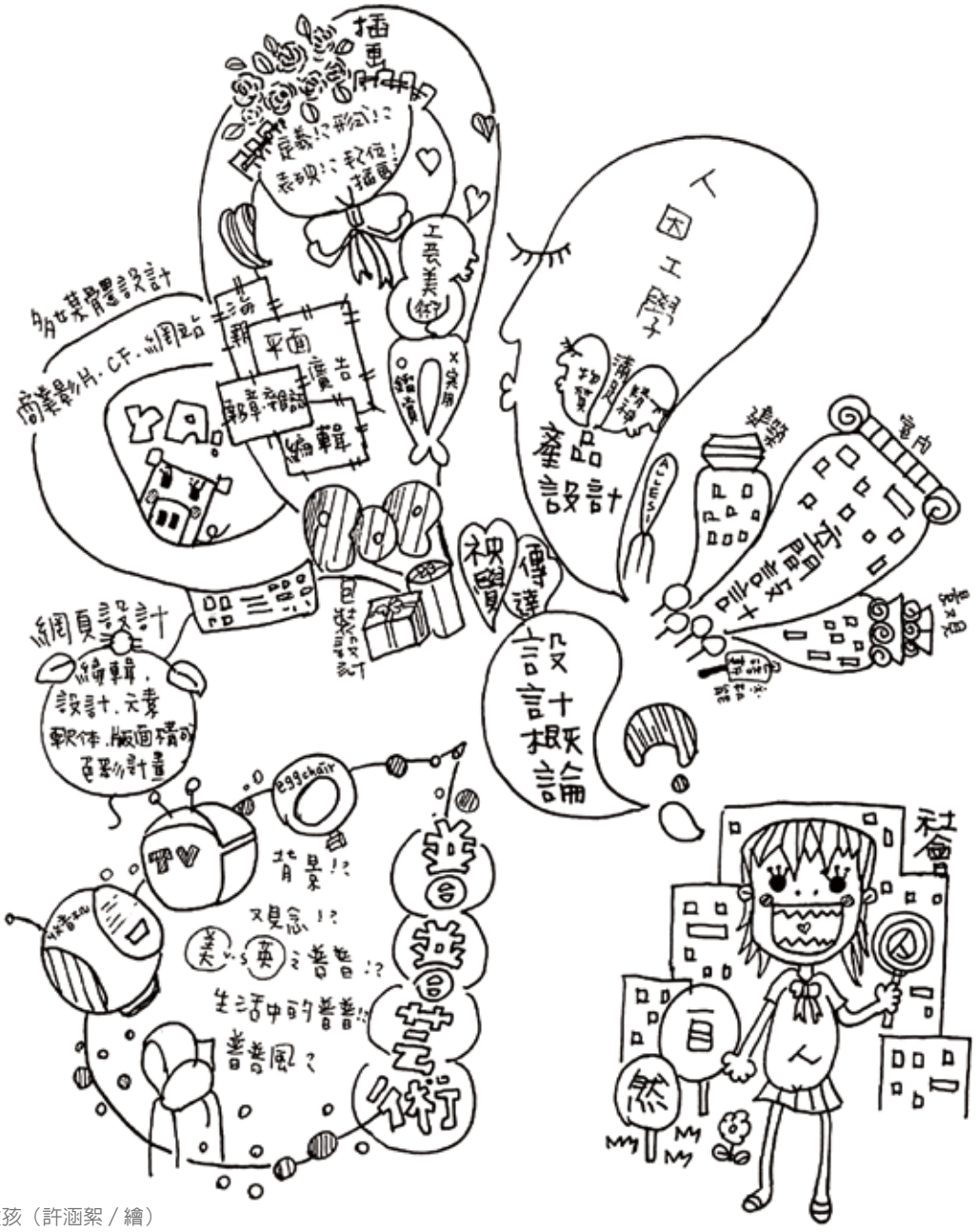
如果一套想法可以藉由心智地圖的繪製，協助製作者找到某些問題的線索，發掘創意延伸的可能性，或者有條不紊的將思緒整理出脈絡，那麼它仍然符合地圖的功能與構成條件，只不過它是從我們的思考過程中轉譯而來，與真實空間的描述較無直接的關聯。

■ 一次期末的隨堂測驗

筆者曾經在學校開了「設計概論」的課程。顧名思義，這是一門涵蓋面相當廣的基礎理論課程，從視覺傳達設計、空間設計到產品設計都是課堂上教授的範圍。在僅有一學期寶貴的授課時間裡，每堂課同學們都得聚精會神的猛抄筆記，同時為了達到知識完全吸收的目的，課餘時間還得上網或是到圖書館蒐集資料。為了想要了解同學們是否在一學期內，已經對於設計產業有初步的認識與觀念的建立，筆者突發奇想，出了一套期末隨堂測驗的試題，並在考前一周預先公布，要求同學針對該學期課堂上所學以及對設計領域的認知，以導覽地圖設計方式，"畫"出設計概論這門課所涵蓋的內容。過去筆者心中一直認為，設計科系的同學圖像思考的能力普遍比較發達，許多原本以文字為主的學理課程，如果將其主題或內容，應用圖像予以轉換的話，或許更容易幫助理解、強化記憶吧！

在正式考試的時間□，筆者除了要求同學攜帶指定的繪圖工具外，平時所做的筆記也允許帶入教室，以供隨時查閱之需；除此之外，更重要的是，地圖的構成一定要有創意而且有趣，並且能夠符合"導覽"的功能性。

這次的隨堂測驗讓我見識到了大學一年級新生的創作實力與想像力，大部分同學的確在一星期的準備時間□，重新溫習了整個課程的架構與內容，並用心設計出頗具創意的導覽地圖。部分作品當中，可以清楚的看到課程的整體脈絡與架構，每個曾經探討過的主題，逐一轉化成一個個具體的圖像；至於地圖選定的題材更是包羅萬象，以下挑選其中幾張個人認為不錯的作品與大家分享：



吹泡泡的女孩（許涵絮 / 繪）

◆ 作品一　吹泡泡的女孩

由於設計涵蓋的範圍相當的廣泛，如果以「人」(Man)、「自然」(Nature)和「社會」(Society)為構成世界的三要素，那麼設計可分為「產品設計」、「空間設計」與「視覺傳達設計」三大領域。作品中的小女孩便是將人、自然與社會作為出發點，並且以「設計概論」為中心，向四周吹出許多的肥皂泡泡，泡泡中詳細地描繪出課堂中曾經上過的幾個重要單元，並以簡單的文字補充說明，畫面充滿了卡通化的趣味性，並且清楚的交待了課程架構。

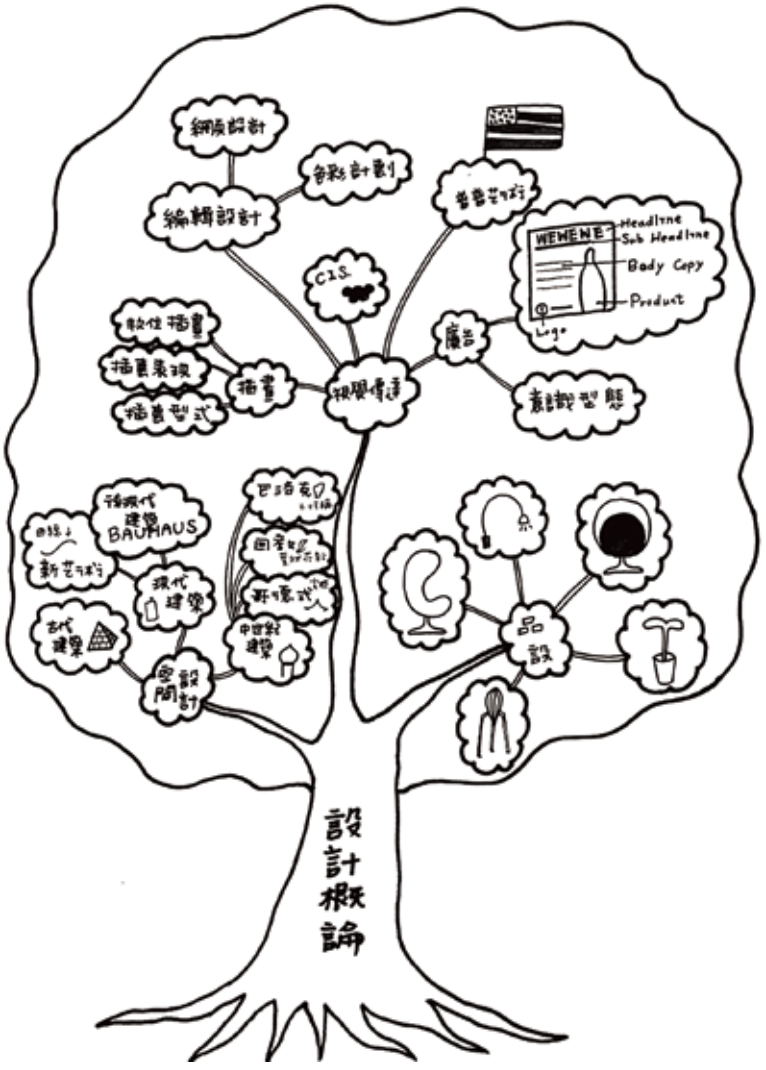
公寓春光（游雅婷 / 繪）

◆ 作品二　公寓春光

設計是用來改善生活與美化生活的創造活動，完美的設計可以使生活過得更安逸、更美好。設計與生活有著極為密切的關係，不論食、衣、住、行、育、樂等各方面，都需要透過卓越的智慧和設計創造，不但講求經濟性，還要合理運用資源，以達到盡善盡美的境界。本作品呈現傳統公寓的巷弄間左鄰右舍互動的場景。兩旁的住戶趁著晴朗的天氣，紛紛把家裡剛洗好的衣褲，晾曬在串連兩棟公寓之間的繩子上，形成萬國旗的熱鬧景象。懸掛在繩子上的衣褲，有大有小，代表課程的內容與重點。左上角晾衣服的家庭主婦是起點，晾衣繩呈之字形由上而下，正好把上課的進度以線性描述的方式，生動的描述出來，生活化的手法，十分具有創意。這張作品簡單隨性的筆觸，卻道出同學對於知識的渴望與滿心的期待。

◆ 作品三　智慧樹

知識是人類智慧的養分，藉由教育與生活體驗的過程，讓人們的思想日漸茁壯，這就像是從前電視廣告所描述的，孩子在充足營養的灌溉下，有一天就會像大樹般長得高又壯。學校的設計教育是一種扎根的動作，老師們將自己的親身經驗與理論基礎結合，透過教學過程灌輸給莘莘學子，就像是農夫施肥灌溉一般，期望學生有天能夠在設計的領域中開花結果。這件作品非常簡單明瞭的傳達了這個概念，由於設計初學者必須了解整個設計產業的輪廓，而「設計概論」有如樹幹般，可以提供他們設計相關的養分，而從這樹幹所分枝出來的脈絡，是它所探討的主題，條理分明，清楚的詮釋整體的架構與內容。



智慧樹（劉昱蘭 / 繪）

■ 小結

從事設計工作是一條漫長的旅程，相關領域的專業知識更是無遠弗屆，需要透過漫長時間的養成，一步一腳印，用心去觀察與體認，才能夠逐漸領悟其中的奧妙。而設計科系的同學就像是一位進行長途旅行的背包客，在廣大的領域裡，親身體驗設計世界所帶來的驚喜，並將沿途所拾獲的寶貴知識，蒐集到隨身行囊之中。