



ZAKŁADKI

OBRAZKOWE

Anna Brzezińska

Beata Działa

Zakładkowa Metoda Zapamiętywania

- Zakładki obrazkowe to specjalnie skonstruowane, stałe pamięciowe obrazy-klucze, z którymi można połączyć, skojarzyć dowolną zapamiętywaną informację.

Zakładki obrazkowe

- W systemie zakładek obrazkowych, albo “cyfropodobnych” liczba, jej kształt (lub symbolika) się nie zmienia.
- Zmieniają się informacje które mamy do zapamiętania.
- System ten jest łatwy i obejmuje tylko liczby od 1 do 10.

Zakładki obrazkowe

- Korzystają z pamięci i twórczej wyobraźni. Dokonywanie połączeń poprzez skojarzenia oraz praca wyobraźni.
- Z systemu zakładek można korzystać do końca życia, bo są wprowadzone na stałe do naszej pamięci.
- Stworzone są dzięki współpracy lewej i prawej półkuli mózgu.
- Zakładki obrazkowe to “narzędzia” pamięci krótkoterminowej, umożliwiające zapamiętanie tego, co chcesz na nie dłużej niż parę godzin.

Budowanie

- Aby zbudować system zakładek obrazkowych wymyślasz po prostu słowa-obrazy, które przypomną ci cyfry / liczby od 1 do 10, z racji podobieństwa kształtu lub symboliki. Np. dla większości ludzi takim pamięciowym obrazem-kluczem dla cyfry 2 jest łabędź, ponieważ cyfra 2 przypomina łabędzia, a więc jakby

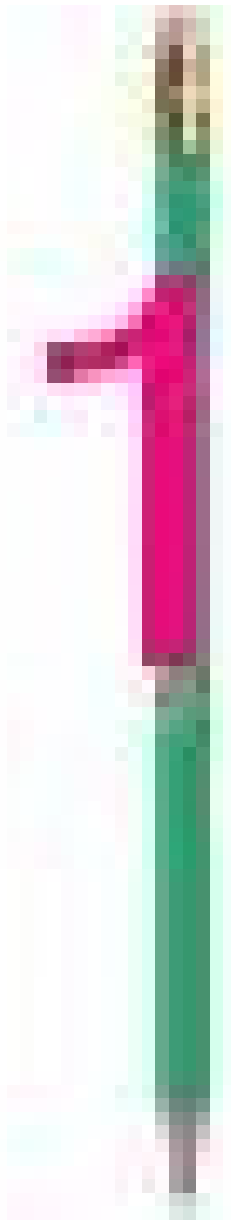
elegancka, “ożywiona”

wersja cyfry 2



- 1 - pędzel, kij, ołówek, pióro, słomka, świeca, drzewo
- 2 - łabędź, kaczka, gęś
- 3 - serce, piersi, podwójna broda, koniczyna
- 4 - maszt, statek, jacht, stół, krzesło
- 5 - hak, kobieta w ciąży, bęben, cymbały
- 6 - bomba, słoń, kij golfowy, wiśnia, rura
- 7 - klif, chorągiewka, kosa, dziób statku
- 8 - bałwan, klepsydra, krągła kobieta, okulary
- 9 - balon na kijku, rakietka tenisowa, kijanka, fajka
- 10 - zestaw do golfa, Flip i Flap, komplet do baseballu
















































Ćwiczenie

- 1. symfonia
- 2. modlitwa
- 3. arbuż
- 4. wulkan
- 5. motocykl
- 6. promień słońca
- 7. szarlotka
- 8. kwiaty
- 9. statek kosmiczny
- 10. łan zboża

- Symfonia. Zobacz skrzypków grających przy pomocy słomek zamiast smyków, itp. Skojarzenia mogą być różne, ale niech będą “żywe”.
- Modlitwa. Utał się mylący pogląd, że pojęcia abstrakcyjne trudno zapamiętać. Ale - do czego pewnie sam już doszedłeś - nie wtedy, kiedy stosuje się właściwą technikę pamięciową. Wystarczy “zobaczyć” tę abstrakcję w konkretnej formie. Możesz np. wyobrazić sobie dziewczynkę modlącą się o łabędzia

- Arbuzy. Wyobraź sobie że z arbuza zamiast soku leci potok koniczyny.
- Wulkan. Obserwujesz erupcję ogromnego podwodnego wulkanu z pokładu jachtu. Czerwone języki lawy i pióropusze kamieni, popiołu i pary wręcz unoszą twój jacht z wody. Albo zmniejsz ten wulkan i postaw go na krześle, na którym masz zamiar usiąść (poczułbyś skutki na pewno!). Albo zobacz gigantyczny stół, którym zatykasz krater dymiącego wulkanu.
- Motocykl. Zobacz siedzącą okrakiem na motocyklu ogromną kobietę w ciąży.

- Promienie słońca mogą wybiegać ze słońca, albo wyrzucasz w górę kij golfowy, który zaplątuje się w promienie słońca i odlatuje w niebo, albo promień słońca pada jak wiązka laserowa na wiśnię, która urasta do gigantycznych rozmiarów tuż przed twymi oczami. Wgryzasz się w pyszny owoc, wysysasz miąższ.
- Szarlotka. Wielki, skalisty klif tak naprawdę uformowany jest z szarlotki albo dziób statku rozbija się o wielką szarlotkę jak o skałę, albo chorągiewkami ozdabiasz wielką szarlotkę, wbijasz w nią cały las chorągiewek.
- Kwiaty. Twój bałwan może być przystrojony w przepiękne różowe kwiaty albo w klepsydrze przesypuje się nie piasek, ale miliony drobniutkich kwiatków.

- 
- Statek kosmiczny. Pomniejsz statek kosmiczny i kaź mu latać wewnątrz balonu na patyku, albo niech ta rakietka opuszcza atmosferę ziemską z wielką fajką w miejsce silnika.
 - Łan zboża. Grasz w baseballa na wielkich polach zbóź albo Flip i Flap wyczyniają swoje numery stojąc po pas w zbożu.