

TRÉNINK MYŠLENÍ

CHARLES PHILLIPS

50 CVIČENÍ, KTERÁ ZMĚNÍ ZPŮSOB
VAŠEHO MYŠLENÍ

VIZUÁLNÍ MYŠLENÍ



The background is a solid pink color with a repeating pattern of dashed circles. The circles are arranged in a grid-like fashion, with some overlapping. The text is centered in the upper half of the image.

TRÉNINK
MYŠLENÍ
VIZUÁLNÍ
MYŠLENÍ

charles phillips

VIZUÁLNÍ MYŠLENÍ

50

cvičení
pro rozvoj

VIZUÁLNÍHO MYŠLENÍ

 GRADA®

Upozornění pro čtenáře a uživatele této knihy

Všechna práva vyhrazena. Žádná část této tištěné či elektronické knihy nesmí být reprodukována a šířena v papírové, elektronické či jiné podobě bez předchozího písemného souhlasu nakladatele. Neoprávněné užití této knihy bude **trestně stíháno**.

Pro Melanii, Jima a Toma

VIZUÁLNÍ MYŠLENÍ

50 cvičení, které změní způsob vašeho myšlení

Charles Phillips

Tato kniha je přeložena z anglického originálu „How to Think: Visual Thinking“ vydaného nakladatelstvím Eddison Sadd Editions Ltd.

Text and puzzles copyright © Bibelot Limited 2009

English edition copyright © Eddison Sadd Editions 2011

Czech edition © Grada Publishing, a.s., 2012

Vydala Grada Publishing, a.s.

U Průhonu 22, 170 00 Praha 7

jako svou 4873. publikaci

První vydání, Praha 2012

Přeložila: Jana Bílková

Odpovědný redaktor: Zdenka Svěráková

Sazba: Lucie Němcová

Vytiskly Tiskárny Havlíčkův Brod, a.s., Husova 1881, Havlíčkův Brod

Počet stran: 96

Publikace z nakladatelství Grada Publishing, a.s. si můžete zakoupit u svého knihkupce nebo objednat v Zákaznickém servisu nakladatelství Grada Publishing, a.s., U Průhonu 22, 170 00 Praha 7, tel.: 234 264 511, fax: 234 264 400, e-mail: obchod@grada.cz, www.grada.cz.

Na Slovensku objednávejte knihy na adrese:

Zásilková služba Grada Slovakia, spol. s r. o., Moskovská 29, 811 08 Bratislava, Slovensko, tel.: 02/556 45 189, fax: 02/556 45 289, e-mail: grada@grada.sk

Pokud máte pocit, že byste nám chtěli sdělit něco ohledně této knihy, napište, prosím, na adresu redakce: koedice@grada.cz.

ISBN 978-80-247-4512-1 (tištěná verze)

ISBN 978-80-247-8215-7 (elektronická verze ve formátu PDF)

ISBN 978-80-247-8216-4 (elektronická verze ve formátu EPUB)

ISBN 978-80-247-8217-1 (elektronická verze ve formátu MOBI)

OBSAH

ÚVOD Jak myslet vizuálně	6
SNADNÁ CVIČENÍ Rozehřívací	11
STŘEDNĚ TĚŽKÁ CVIČENÍ Tréninková	29
TĚŽKÁ CVIČENÍ Náročná	49
SKUTEČNÁ VÝZVA	67
ŘEŠENÍ	73
Literatura	92
Poznámky	93
O autorovi	96

Jak myslet vizuálně

Žijeme ve vizuálním věku. Obrazy v televizi, na internetu a v tisku pronikají do různých kultur, reklam, webových stránek, layouty časopisů a filmové shoty mají dokonalý design, aby nás zaujaly právě vizuálně.

V důsledku toho je mnohem důležitější než kdy předtím rozvíjet svou schopnost vizuálního myšlení. Lidé jsou „vizuálně gramotní“ – jsou zvyklí vnímat pěkné a zajímavé obrázky. Chceme-li zapůsobit na druhé, ať už se jedná o pracovní prezentaci, rozvíjení obchodní myšlenky nebo napsání eseje, musíme znát základy dobré vizuální prezentace.

MOC OBRAZŮ Obrazy jsou jednoduché a mají bezprostřední účinek. Obraz může výstižně a inspirativně vyjádřit komplexní myšlenku. Guru vizuálního myšlení Dan Roam ve své knize *The Back of the Napkin* tvrdí, že na obchodních schůzkách je často efektivnější prezentovat informace nebo sumarizovat diskuse s použitím jednoduchých obrázků než používat grafy nebo hesla. Často je lepší v průběhu schůzky spontánně „vyrukovat“ s takovými obrázky než pouštět pečlivě připravené prezentace.

Můžete si myslet „Ale já neumím kreslit...“ nebo „Asi mi to moc vizuálně nemyslí...“. Nenechte se odradit. Dobře se pracuje i s obrázky schematických figurek, šipkami, rámečky nebo kruhy. Podle Davida Roama je obrázek tím efektivnější, čím je jednodušší – a lidé, kteří zpočátku prohlašují, že neumějí kreslit, často přicházejí s nejužitečnějšími obrázky.

VŠICHNI UMÍME MYSLET VIZUÁLNĚ Všichni jsme se narodili s darem vizuální inteligence – vzpomeňte si například na bujné obrazy našich nočních můr nebo denního snění. A většinu z nás v předškolním věku bavilo malovat, kreslit nebo modelovat. Bohužel však mnozí z nás zjišťují, že v průběhu let se naše přirozená schopnost myslet vizuálně vytrácí – mimo jiné i proto, že vzdělávací systém se zaměřuje na slova a čísla. Všichni však můžeme

naše vizuální myšlení revitalizovat – a nemusíme být přirozeně nadanými umělci.

KAŽDODENNÍ VIZUÁLNÍ MYŠLENÍ Nabízí se nám spousta příležitostí, jak si každodenně procvičovat vizuální myšlení. Zavřete oči a zkuste si představit uspořádání vašeho obývacího pokoje nebo plán vašeho ideálního domu. Představte si, že máte vyrazit na cestu – jak byste postupovali, abyste naložili zavazadla do kufru auta?

Když přemýšlíte o nějakém problému, zavřete oči a soustředte se na své obrazné představy a schematické vyjádření myšlenek. Pokud chcete shrnout informace nebo představit plán kolegům, zkuste to načrtnout.

MOZEK A VIZUÁLNÍ MYŠLENÍ Na vizuálním myšlení se podílí zhruba polovina mozku. Vizuální informace vnímaná zrakem je zpracována v okcipitálním (nebo vizuálním) kortexu v zadním mozku a potom přechází do několika dalších částí mozku, kde je informace zanalyzována.

Mnohé z týchž oblastí mozku, které používáme na zpracování toho, co vidíme kolem sebe, se používá i na znovuvybavení toho, co jsme viděli, a na představy týkající se budoucnosti. Jedna z klíčových úloh vizuálního myšlení je vizualizace. Vizualizaci můžete použít na koncentraci, zklidnění nebo podporu kreativity – nebo třeba budete mít chuť představovat si pro sebe nějaké lepší místo v budoucnosti.

POSILUJTE SVŮJ VÝKON Současně s rozvojem vizuálního myšlení se bude zlepšovat i vaše komunikace a možná vám to pomůže získat zaměstnání nebo zlepšit své perspektivy v současné práci. Úkoly založené na vizuálním myšlení se běžně používají v psychometrickém testování uchazečů o zaměstnání a v assessmentu. Kromě toho – uchopení problému pomocí vizuálního myšlení vám může ušetřit spoustu času – ve všech oblastech vašeho života.

Hlavalamy a cvičení v této knize rozvíjejí vaši schopnost vizualizovat komplexní tvary a vzorce. Jestliže se naučíte převést nápady do

obrazů, budete schopni využívat moci vizuálního myšlení každý den.

ÚKOLY V TÉTO KNIZE Najdete zde tři úrovně úkolů – u každé je stanoven časový limit, do kdy byste měli úkol zvládnout. Tyto limity na vás budou vyvíjet mírný tlak – neboť často nám to myslí lépe, když si stanovujeme cíle, jako například časové hranice. Netrapte se ale těmito limity – jsou to jenom odhady. Pokud tedy zjistíte, že potřebujete víc času než je „ideál“, zůstaňte v klidu.

Některé úkoly mají dál v knize podobnou verzi, abyste si je ještě víc procvičili. Pokud máte pocit, že byste potřebovali pomoc, u každého cvičení najdete TIP, který vám poradí, JAK NA TO, a na konci knihy najdete prostor na poznámky, kde si můžete zapsat své myšlenky a postřehy. Jak budete postupovat v knize, dospějete ke speciálnímu úkolu, na kterém uplatníte a procvičíte si nově získané dovednosti vizuálního myšlení. Během navrhovaného časového limitu 10–15 minut máte možnost zvážit a promyslet řadu problémů, najít souvislosti a třeba si do vymezeného prostoru nakreslit pomocná schémata.

Jak se budou vaše dovednosti postupně rozvíjet, zjistíte, že efekt se bude rychle projevovat i v dalších oblastech vašeho života – dokážete se lépe zaměřit na detaily, budete umět rozlišit vzorce a přitažlivě i pregnantně prezentovat myšlenky. A to se pozitivně projeví ve spoustě oblastí. Takže, dívejte se kolem sebe, začněte „myslet vizuálně“ a pusťte se do toho!

ÚROVNĚ OBTÍŽNOSTI	ČASOVÝ LIMIT
SNADNÉ = ROZEHRÁVACÍ	1–3 MINUTY
STŘEDNĚ TĚŽKÉ = TRÉNINKOVÉ	4–6 MINUT
TĚŽKÉ = OBTÍŽNĚJŠÍ	7–8 MINUT
ČASOVĚ NÁROČNÉ	8+ MINUT
VÝZVA	10–15 MINUT



50

cvičení

pro rozvoj

VIZUÁLNÍHO MYŠLENÍ

Zapamatujte si

Dobře si úkol prohlédněte

Všímejte si **detailů**

Nezapomeňte na **větší obrázek**

Vnímejte **souvislosti**,

vzorce a analogie

– a tak budete myslet **VIZUÁLNĚ**

