

# Mind Mapping: Kreativer lesen, vernetzt denken, besser verstehen

## Begriff

Mind Mapping ist eine kreative und ganzheitliche Arbeitstechnik, deren Begriff und Methode in den siebziger Jahren von dem Engländer Tony Buzan geprägt wurde. Der Lese-Papst griff dabei auf die neueren Erkenntnisse der Gehirnforschung zurück: Demnach ist die linke Gehirnhälfte für rationales Denken, Logik, Sprache, Zahlen, Linearität und Analyse zuständig, während der rechte Teil Raumwahrnehmung, Fantasie, Farbe, Rhythmus, Gestalt und Dimensionalität steuert.

Mit Mind Mapping entwickelte Buzan eine grafische Technik, die das gesamte

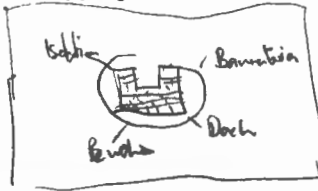
Potenzial Ihres Gehirns freisetzt, weil sie sprachlich-logisches mit intuitiv-bildhaftem Denken verknüpft.

## Anwendungsbereiche

Mind Mapping können Sie in sämtlichen Bereichen einsetzen, in denen es Ihnen wichtig erscheint, schriftliche Aufzeichnungen zu besitzen: Lesen und Auswerten von Fachbüchern und Artikeln, Anfertigung von Notizen oder Sitzungsprotokollen, Wiederholung des Lehrstoffs, Vorbereitung und Stoffsammlung von Aufsätzen und Vorträgen, Gruppenmeetings, Entwickeln von Problemlösungsstrategien, Projektplanung, ...

## SO ERSTELLEN SIE EINE MIND MAP

1. Verwenden Sie einen Bogen unliniertes Papier, mindestens DIN A-4-Größe.
2. Nutzen Sie das Papier im Querformat. Dies beugt linearem Denken vor, hebt die hierarchische oben-unten-Struktur auf und ist damit Ihr erster Schritt zum Querdenken.
3. Der Mittelpunkt des Blattes ist der Brennpunkt. Malen Sie dort ein einprägsames Bild oder eine kleine Skizze hin, die das zu behandelnde Hauptthema charakterisiert, und kreisen Sie die Zeichnung ein. Falls Ihnen ein Bild nicht sinnvoll erscheint, formulieren Sie ein knappes, schlagwortartiges Schlüsselwort, das Sie im 3D-Format in die Blattmitte setzen. Aber bitte nur in Ausnahmefällen, denn in der Regel sagt ein Bild mehr als tausend Worte.
4. Zeichnen Sie von dem zentralen Bild ausgehend für jeden tiefer gehenden Gedanken oder Unterpunkt einen Ast in Form einer Linie.
5. Schreiben Sie auf diese Linie die tiefer gehenden Gedanken und Un-



- Obstgarten
- Zeichen, Schlüsselwörter neu
- Fächer
- Nummerierung

terpunkte als Schlüsselwörter. In großen Buchstaben, denn dies erhöht die Lesbarkeit und Einprägbarkeit.

6. Die Schlüsselwörter sollen kurz, prägnant und für Sie persönlich aussagekräftig sein.
7. Von den eingezeichneten Linien können Äste bzw. Linien ausgehen, auf denen Sie die einzelnen Hauptgedanken weiter untergliedern. Wie bei einem Baum wachsen aus den Ästen Zweige, Blätter, ...
8. Benutzen Sie bei der Erstellung unterschiedliche Farben. Dadurch schaffen Sie mehr Übersicht. Zudem können Sie durch Farben zu-

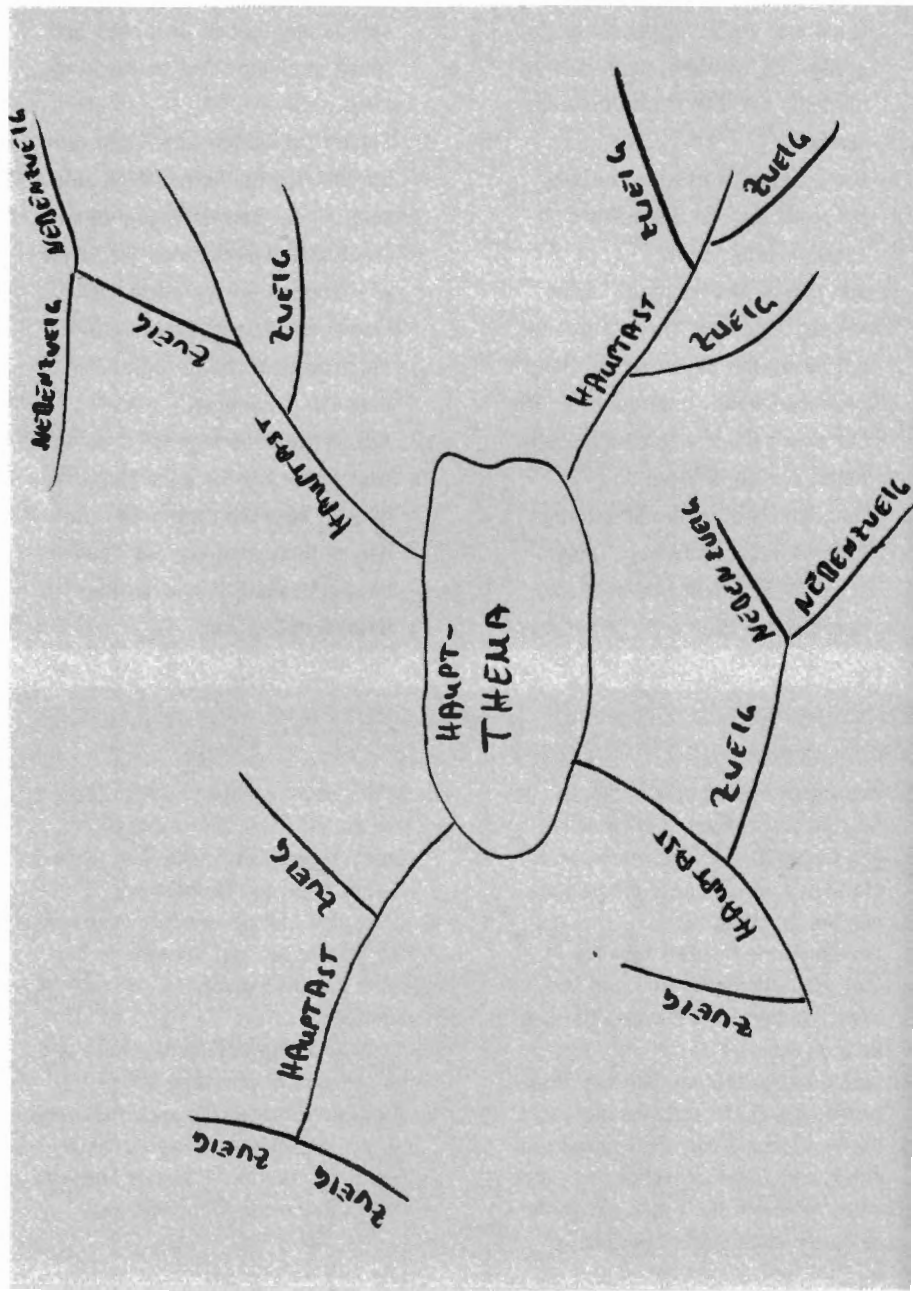
sammgehörende Gedanken und Ideen markieren und deutlich machen.

9. Setzen Sie Zahlen oder Codes ein, um die richtige Reihenfolge aufzuzeigen oder Verbindungen herzustellen. Und verwenden Sie so oft wie möglich Symbole wie Pfeile, Frage- und Ausrufezeichen, um einzelne Bereiche abzugrenzen oder hervorzuheben.
10. Allzu lange Überlegungen, an welcher Stelle Sie die Mind Map ergänzen könnten, stören den Gedankenfluss. Nehmen Sie Umstellungen deshalb lieber in einer Neuzeichnung vor.

## VORTEILE EINER MIND MAP

1. Wer ständig damit beschäftigt ist, Details aufzuschreiben, verliert leicht den Gesamtüberblick. Ihr Geist wird blockiert und vor lauter Bäumen sehen Sie den Wald nicht.
2. Herkömmliche Notizen nehmen oft (zu) große Umfänge an – und schon wieder stehen Sie vor einem riesigen Berg an Arbeit.
3. Durch die Verästelung fällt die Strukturierung und Hierarchisierung leicht.
4. Die Verwendung von Schlüsselwörtern ermöglicht Ihnen schnelles und effizientes Arbeiten und macht das Ausformulieren langer Sätze überflüssig.
5. Schlüsselwörter regen zu Assoziationen an. Mit Mind Maps erfassen Sie Querbezüge viel schneller und leichter als mit linearen Gliederungen.
6. Durch den Einsatz von Farben können Sie Inhalte bewusst vermitteln. Beispiel: Rot als Signalfarbe verdeutlicht Konflikte.
7. Eine Mind Map wächst organisch und ist stets für Erweiterung offen.
8. Mind Maps können Sie auch in Kombination mit anderen Kreativtechniken einsetzen, zum Beispiel zum Sortieren von Brainstorming-Ergebnissen.

## ALLGEMEINER AUFBAU EINER MIND MAP



AUFBAU EINER MIND MAP AM BEISPIEL DES THEMAS  
»AUTO - FLUCH ODER SEGEN?«

