

# Informationen managen mit der Mind Mapping-Methode

## Wie Ihre Notizen denken lernen

W. Neise, Cuxhaven

**Täglich stürzen unzählige Informationen auf uns ein. Notizen, die Sie während einer Mitarbeiterbesprechung, eines Telefonats oder bei einem wichtigen Kundenbesuch gemacht haben, müssen dauerhaft und nachvollziehbar dokumentiert werden. Damit Sie alle diese wichtigen Informationen nicht vergessen, möchten wir ein sehr interessantes Hilfsmittel vorstellen, das Ihnen bei der täglichen Arbeit helfen wird.**

Mind Mapping ist eine relativ neue Arbeitsmethode, die vielseitig eingesetzt werden. Sie bietet gegenüber der allgemein verbreiteten Methode der linearen Aufzeichnung viele Vorteile. Mind Mapping kann Ihnen dabei helfen, Ihre Gedanken zu ordnen, Ihre Vorstellungskraft und Kreativität zu vergrößern und Ihre Merkfähigkeit zu steigern.

### Linear versus Mind Mapping

Schon ca. 500 v. Chr. lehrte der griechische Lyriker Simonides eine überaus effektive und verblüffende Methode, Informationen im Gehirn zu speichern und später wieder abzurufen, die seine Rhetorik-Schüler befähigten, ohne Zuhilfenahme eines Manuskriptes lange Reden und Vorträge zu halten. Unter seiner Anleitung übten seine Schüler, alle Elemente und Inhalte ihres Vortrages in Vorstellungsbildern umzusetzen und diese im Geist an den Säulen eines ihnen gut bekannte Tempels zu platzieren. Auf diese Weise konnten sie später während der Rede im Geiste im Tempel „umherwandern“ und alle Elemente ihres Vortrages nacheinander abrufen. Die Methode hatte vor allem den Vorteil, dass Simonides und seine Schüler die einzelnen Themen ihres Vortrages in jeder beliebigen Reihenfolge abhandeln konnten. Es war ihnen sogar möglich, einzelne Aspekte genauer zu betrachten oder bestimmte Einzelheiten neu zu kombinieren. Was wir aus dieser Geschichte von vor mehr als 2000 Jahren ablesen können, ist die Tatsache, dass sich Begriffe oder Namen, die mit einer räumlichen Struktur oder einem Bild assoziiert sind, leichter wieder aus dem Gedächtnis abrufen lassen. Genau dies nutzt die Mind Mapping Methode. Sie kombiniert außerdem in einzig-

artiger Weise die unterschiedlichen Fähigkeiten und Funktionen der beiden Gehirnhälften. Die Wissenschaft hat bei der Erforschung der Vorgänge im menschlichen Gehirn entscheidende Fortschritte gemacht und herausgefunden, dass die beiden Gehirnhälften unterschiedliche Fähigkeiten besitzen und unterschiedliche Aufgaben wahrnehmen (Tafel 1).

### Balance zwischen beiden Gehirnhälften

In den meisten technologisch orientierten westlichen Ländern werden die Fähigkeiten der linken Gehirnhälfte eindeutig höher bewertet als die Fähigkeiten der rechten Hemisphäre. Unser Gehirn kann jedoch nur dann optimale Leistungen erzielen, wenn beide Gehirnhälften kooperativ zusammenarbeiten.

Die meisten Menschen lernen bereits in der Schule, ihre gesprochenen und geschriebenen Gedanken auf lineare Art anzuordnen, bei der Vorbereitung von Reden und Vor-

trägen streng chronologisch vorzugehen und in strukturierten Abläufen zu denken. Dies sind alles Fähigkeiten, die wir mit der linken Gehirnhälfte leisten. Für kreative Leistungen werden aber die Aktivitäten der rechten Gehirnhälfte, ihre Fähigkeit zur Synthese benötigt. So ist Mind Mapping nicht nur eine vorteilhafte Arbeitsmethode, sondern ein besonderes Gehirntaining.

Es gibt noch einen weiteren entscheidenden Vorteil der Mind Mapping Methode: Wenn unser Gehirn sich mit einem Problem oder einer Aufgabe beschäftigt, fallen uns so schnell so viele Gedanken, Bilder und Assoziationen ein, dass es unmöglich ist, sie alle zu erfassen oder gar noch aufzuschreiben. Allein der Versuch, dies zu tun, bremst und behindert den kreativen Gedankenfluss, weil dieser eben nicht aus logisch sortierten, aufeinander folgenden, komplexen Formulierungen, sondern „nur“ aus Stichworten und assoziierten Bildern besteht. Mind Mapping orientiert sich, anders als die herkömmliche Methode, an dieser vielschichtigen und nicht linearen Arbeitsweise des Gehirns. Mit Mind Mapping werden die wichtigsten unserer Gedanken in Form von Schlüsselwörtern in einer die Arbeitsweise des Gehirns unterstützenden und anregenden Form angeordnet und strukturiert.

### Schlüsselwörter

Die meisten Menschen haben das Problem, dass sie in ihren linearen Aufzeichnungen viel zu viele Wörter aufschreiben. Das kostet nicht nur Zeit und Mühe, sondern ist sehr unübersichtlich. Es erfordert darüber hinaus viel mehr Zeit, die gemachten Notizen zu überarbeiten bzw. etwas zu ergänzen. Der Gebrauch von Schlüsselwörtern spielt deshalb eine entscheidende Rolle bei

**Tafel 1 Die beiden Gehirnhälften des Menschen nehmen unterschiedliche Aufgaben wahr. Jede für sich steuert eine andere Art der Informationsaufnahme**

#### Aufgaben der linken Gehirnhälfte

- Digitales Denken
- Sprache
- Lesen
- Intellekt und Logik
- Fakten, Mathematik
- Zeit, Planung, Messen
- Erfassen von Details
- Verbale Kommunikation
- Gedächtnis für Wörter und Sprache
- Kritik, Analyse
- Gesellschaftliche Regeln und Normen
- Koordination der rechten Körperhälfte

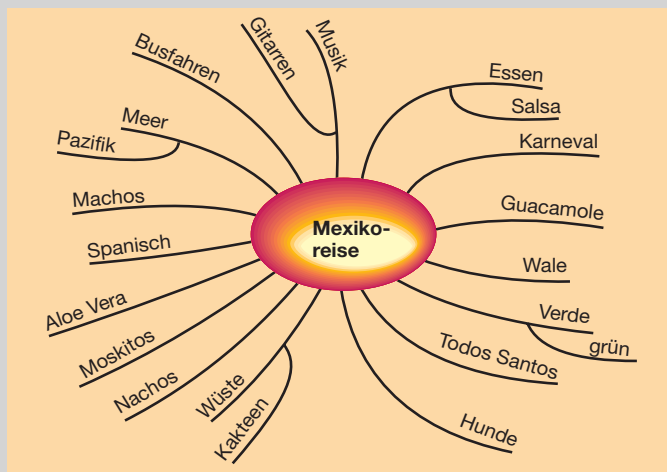
#### Aufgaben der rechten Gehirnhälfte

- Analoges Denken
- Verarbeiten von Bildern, Assoziationen
- Metapher, Poesie und Mythen
- Visuelles Denken
- Intuition
- Räumliches Denken, Überblick
- Unterscheidung von Form und Farbe
- Ganzheitliche Erfahrungen
- Körpersprache, Rhythmus
- Synthese
- Unterscheidung von Mustern Dimensionen
- Gedächtnis für Personen und Erlebnisse
- Koordination der linken Körperhälfte

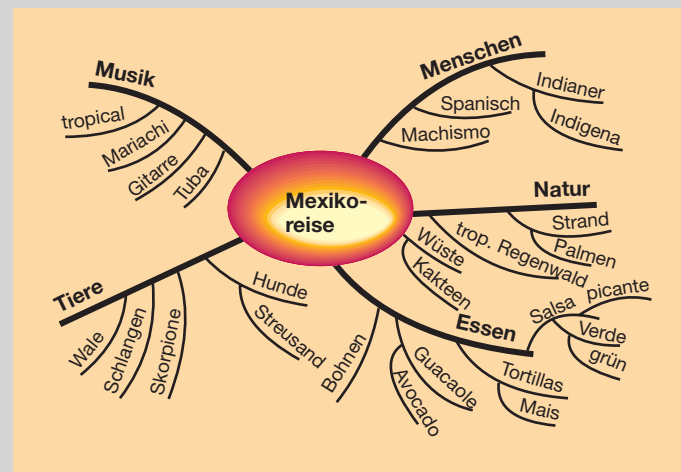
#### Autor

Werner Neise, Elektromeister und Betriebswirt des Handwerks, Cuxhaven.





❶ Erster Schritt beim Mind Mapping: Notieren Sie jeden Begriff, der Ihnen zu einem Thema einfällt, als Stichwort auf einen Ast



❷ An den Stichwörtern nehmen Sie in einem zweiten Schritt weitere Verzweigungen vor und strukturieren so Ihr Thema

der Anwendung der Mind Mapping Methode. Sie werden mit der Zeit feststellen, dass Sie nur jeweils wenige Wörter brauchen, um sich zu erinnern.

Das Schlüsselwort soll Ihnen im wahrsten Sinne des Wortes als „Schlüssel“ dienen, und zwar als Schlüssel zu Ihrer Erinnerung, zu den in Ihrem Gehirn gespeicherten Informationen. Das Schlüsselwort sollte Ihnen im günstigsten Fall sogar noch Jahre später den ganzen Kontext entschlüsseln können.

### Wortarten für Schlüsselwörter

Doch wie findet man die richtigen Schlüsselwörter? Zunächst einmal müssen Sie sich bewusst machen, welche Wortarten sich als Schlüsselwörter eignen.

- Substantive: Sie benennen Dinge und tragen die Information im Text.
- Verben: Sie benennen Aktivitäten, Dinge, die passieren oder das, was jemand tut.
- Adjektive: Sie beschreiben Dinge. Sie sind an Substantive gebunden und modifizieren deren Bedeutung, indem sie sie beschreiben und begrenzen.

Von den drei genannten Wortarten sind die Substantive diejenigen, die den größten Informationsgehalt haben und sich daher am besten als Schlüsselwörter eignen.

### Regeln und Tipps

Wenn Sie mit Mind Maps arbeiten wollen, beachten Sie einige grundsätzliche Regeln:

- Hauptwörter (Substantive) verwenden in Druckbuchstaben schreiben
- für die Hauptsätze immer Großbuchstaben verwenden
- immer in der Mitte des Blattes beginnen
- pro Linie immer nur ein Wort schreiben
- Farben benutzen
- Bilder und Symbole verwenden
- Zeichen und Pfeile einsetzen
- wichtige Elemente hervorheben
- gesamte Vorstellungskraft gebrauchen.

### So gehen Sie praktisch vor

**1.Schritt:** Legen Sie sich ein Blatt Papier quer vor sich hin. Schreiben Sie das Wort oder den Begriff in die Mitte des Blattes.

**2.Schritt:** Nehmen Sie sich 10 Minuten Zeit für eine freie Assoziation. Das bedeutet, dass Sie alles, was Ihnen zu diesem Begriff einfällt, frei und ohne es zu bewerten aufschreiben. Zeichnen Sie für jeden Gedanken ein Hauptwort an einen Ast (Bild ❶).

**3.Schritt:** Nach Ihrer Assoziationsphase suchen Sie aus allen Wörtern, die Sie notiert haben, vier bis sechs Oberbegriffe heraus. Erstellen Sie nun ein neues Mind Map aus den gewonnen Hauptbegriffen (Bild ❷).

**4.Schritt:** Wenn Sie möchten, können Sie jetzt zur besseren Übersichtlichkeit Farben in das Mind Map einbringen, um die Strukturen besser voneinander anzuheben. Durch Bilder oder dreidimensionale Darstellungen lassen sich wichtige Bereiche hervorheben. Mit Pfeilen und Hinweiszeichen lassen sich Bezüge auf, z.B. Fotos, Landkarten Zeichnungen, die Sie nicht im Mind Map haben wollen, einfügen.

### Einsatzgebiete für die Mind Mapping-Methode

Die Mind Mapping Methode ist in den verschiedensten Bereichen, sowohl in privaten aber auch im betrieblichen Bereich eines Handwerksbetriebes sehr gut anwendbar. Drei Bereiche sollen an dieser Stelle näher betrachtet werden.

#### Projekte

Welche Methode wir für die Planung und Abwicklung eines Projektes einsetzen, richtet sich vor allem nach dem Umfang des Projektes, aber auch nach unseren Vorkenntnissen, unseren Erfahrungen und Planungsgewohnheiten. Mind Mapping bietet auch hier entscheidende Vorteile gegenüber anderen Methoden.

### Problemlösungen

Gerade bei der Anwendung der EKS-Strategie für das Herausfinden der eigenen Stärken, das Herausarbeiten des geeigneten Geschäftsfeldes oder der erfolgversprechendsten Zielgruppenanalyse bietet die Mind Mapping Methode ideale Voraussetzungen. Denn beide Gehirnhälften, die analytische und die kreative Seite, können ausreichend eingesetzt werden, um die besten Lösungsansätze an das Tageslicht zu bringen.

Mind Mapping kann hier entlasten und unsere festgefahrenen Gedankengänge durch ein methodisches „Brainstorming“ aufbrechen.

Dabei kann man so vorgehen, dass man zunächst alle Ideen ungeordnet und unstrukturiert auf ein Blatt Papier schreibt und erst nach dem Brainstorming zu einem Mind Map strukturiert.

### Zeitplanung

Um ein bestimmtes Ziel zu erreichen oder einfach nur, um die Arbeitszeit besser nutzen zu können, ist es sinnvoll seine Zeit zu planen. Das Mind Map hilft Ihnen, Wichtiges von Unwichtigem zu unterscheiden. Durch das Mind Map sind alle wichtigen Daten und Fakten übersichtlich angeordnet, Veränderungen können sofort nachgetragen werden.

### Fazit

Üben Sie sich in der Methode, indem Sie jetzt sofort eine persönliche Aufgabenstellung erledigen. Es macht sehr viel mehr Sinn, wenn Sie die Mind Mapping-Methode sofort in Ihrer betrieblichen Praxis einsetzen.

Auch hier gilt der bekannte Spruch: Es ist noch kein Meister vom Himmel gefallen und nur durch ständige Übung erreichen Sie eine gewisse Perfektion. Und glauben Sie mir – es macht Spaß.