

Inhalt



Regeln



6 Kurzregeln



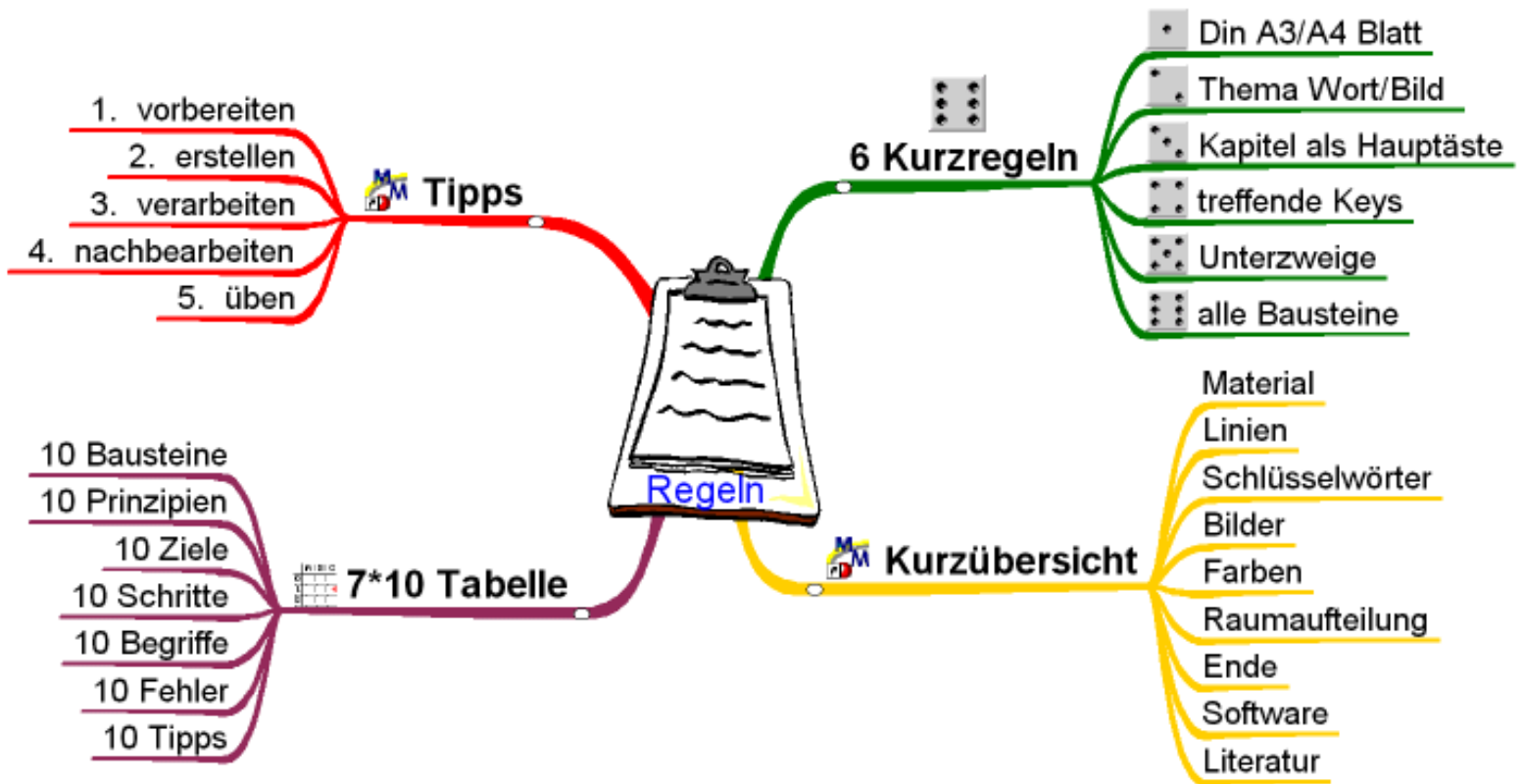
Kurzübersicht



7*10 Tabelle



Tipps





Beim Mind Mapping gibt es eigentlich nur einige einfache Regeln, die sich mit wenigen Sätzen formulieren lassen. Anschließend könn(t)en Sie gleich loslegen. Doch grau ist alle Theorie! Und durch die Praxis nicht zu ersetzen. Denn die Umsetzung des Gelernten ist nicht so einfach! Zumal, wenn Sie hohe Ansprüche an sich selbst stellen! Deshalb erhalten Sie hier eine Zusammenfassung der wichtigsten Regeln in Form einer Mind Map und einer übersichtlichen Tabelle. Beide können Sie ausdrucken und sich während des Mind Mapping an die Seite legen. Für Fortgeschrittene gibt es dann noch die Tipps-Mind Map.











Regeln



6 Kurzregeln

-  1. DIN A3/A4 Blatt
-  2. Thema Wort/Bild
-  3. dicke Hauptäste
-  4. treffendes Wort
-  5. Linien ans Ende
-  6. alle Bausteine



Kurzübersicht



7*10 Tabelle



Tipps

Regeln-Kurzbeschreibung



Kurzfassung der Regeln




Legen Sie das **unlinierte DIN A3(4)-Zeichenblatt im Querformat** vor sich hin.




Malen (und schreiben) Sie das Thema zur Inspiration in die **Mitte des Blattes**.



Zeichnen Sie **ausgehend vom Thema für jeden Hauptgedanken eine** (leicht gebogene)  Linie, die zum Ende hin annähernd waagrecht verlaufen sollte.




Formulieren Sie jeden Gedanken als **treffendes Schlüsselwort(reihe)**, das Sie **in Druckbuchstaben auf die Linie schreiben**. Das  Schlüsselwort sollte immer mit der Linie abschließen.




Untergeordnete Gedanken schreiben Sie bitte auf **Linien**, die Sie **immer an das Ende** des Vorgängers anfügen. Fügen Sie wie bei einem Puzzle an x-beliebiger Stelle **weitere farbige Linien** samt passendem Schlüsselwort hinzu. Die Begriffe sollten von innen nach außen immer spezieller und konkreter werden.



Achten Sie auf das Einbinden geeigneter **farbiger**  Bilder, Symbole, Codes, Zahlen und **gerichteten Verbindungspfeile**..

Behalten Sie dabei die  Gestaltungsmittel,  Grundsätze und den zeitlichen  Ablauf im Sinn, **vermeiden Sie Fehler** und verfolgen Sie Ihre **Ziele**.



Legen Sie sich dazu als Gedächtnisstütze den Ausdruck  Die 7*10 Regeln beim MindMapping an die Seite.




Inhalt





Regeln


6 Kurzregeln

Kurzübersicht


 Material


 Linien


 Schlüsselwörter


 Bilder

 Farben

 Raumaufteilung

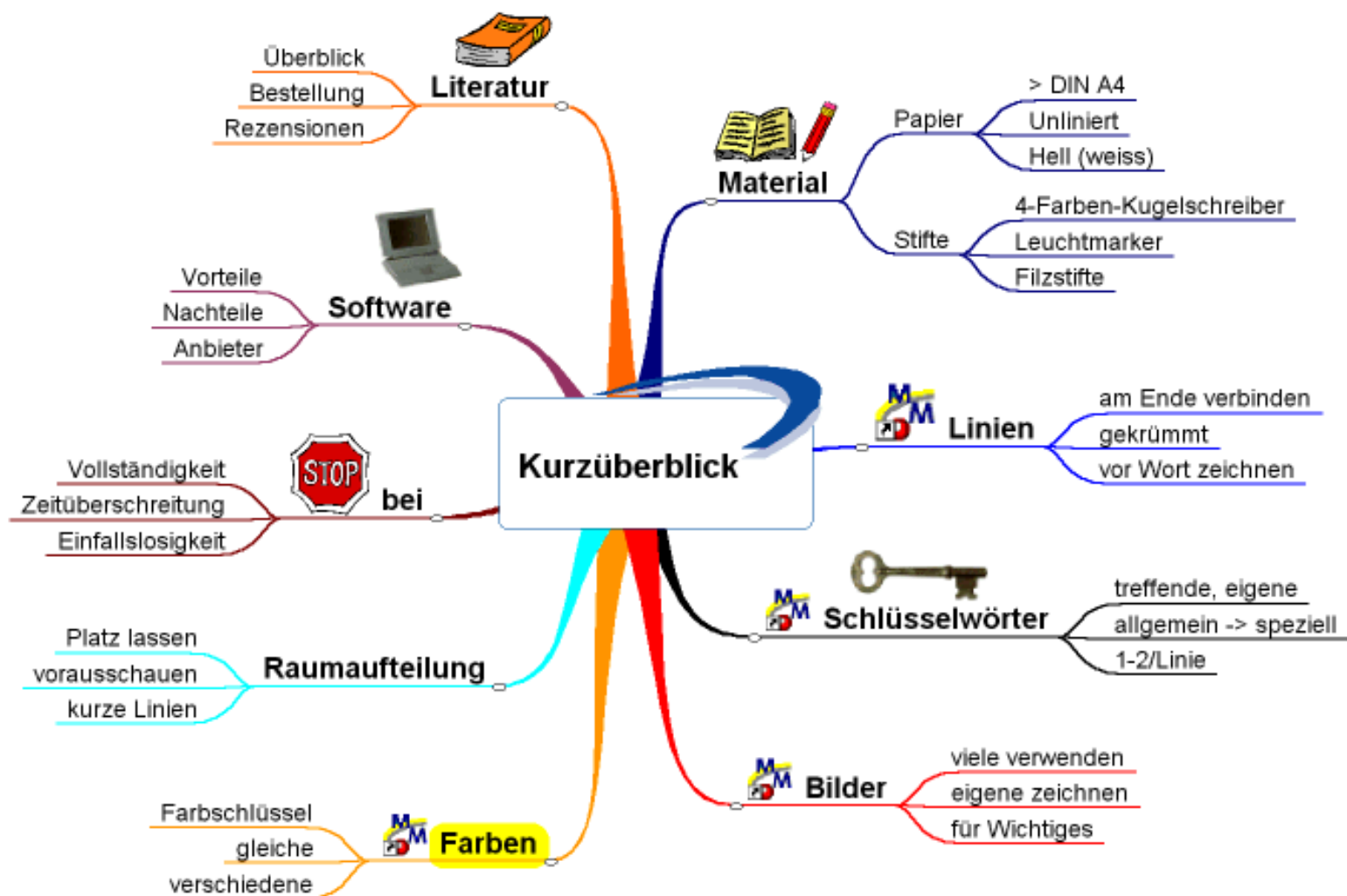
 Ende

 Software

 Literatur

7*10 Tabelle

Tipps





1. Material

was brauchen Sie für das Mind Mapping?

Eigentlich nur einen Stift und ein Blatt Papier. Für eine Blitz-MM mag das genügen. Kreative Höchstleistungen werden Sie damit allerdings nicht erzielen. Selbst wenn Sie ein **ausreichend großes unliniertes Blatt im Querformat** verwenden., das Ihnen genügend Raum und Freiheit für Ihre Gedanken lässt. Als unverzichtbar erweisen sich **Farbstifte – und Marker in verschiedenen Farben und Stärken**, mit denen Sie Akzente setzen können. Unterwegs können Sie sich auch mit einem **4-Farben-Kugelschreiber** behelfen.

2. Linien

Beim MindMapping am PC brauchen Sie sich um die Linien weiter nicht zu kümmern. Das Program ordnet die Linien immer wieder neu für Sie. Auf dem Papier müssen Sie sich dagegen **Verlauf und Lage gut überlegen**. Zumal Sie zur Förderung der Denkflüssigkeit **immer die Linie vor dem Schlüsselwort** festhalten sollten

3. Schlüsselwort.

Damit ein Schlüssel(wort) seinen Zweck erfüllt muss es **genau zum Thema und Ihrem Wortschatz passen**. Nur dann eröffnet es Ihnen bei Bedarf die dahinter verborgenen Gedanken und Inhalte. Da jedes Wort für sich allein eine Vielzahl von Assoziationen birgt, sollten Sie **nur eines auf jede Linie schreiben**. Und nur in Ausnahmefällen zwei. Beispielsweise um einen zusammenhängenden Begriff zu bilden oder um die Verständlichkeit der Mind Map zu verbessern. Sie sollten den Ehrgeiz entwickeln **mit wenigen Worten auszukommen** und diese **logisch anordnen**. Dazu sollten die Wörter **von der Mitte nach außen vom allgemeinen zum speziellen** bzw. vom Umfassenden zur Einzelheit verlaufen.

4. Bilder

Bilder sind das Wesentliche und Besondere an der Mind Mapping-Notiztechnik. Sie wecken und fördern eine Vielzahl geistiger Fähigkeiten. Vor allem **Handzeichnungen** hinterlassen einen tiefen und bleibenden Eindruck. Um Ihre visuelle Wahrnehmung zu schulen, sollten Sie **viele Bilder in Ihre Mind Map integrieren**. Die damit veranschaulichten Hauptgedanken prägen Sie sich so gut ein. Und nebenbei verbessern Sie Ihre künstlerischen Fähigkeiten und Ihre Wahrnehmung.

5. Farben

Die Zeiten des s/w-(Fern-)Sehens sind (hoffentlich auch für Sie) vorbei. Mit **gleichen Farben** können Sie Verbindungen, Zusammengehörigkeit und Parallelen deutlich machen, mit **unterschiedlichen Farben** Gegensätze und Trennungen. Hierbei ist die Farbe nicht nur Geschmackssache. Mit der **passenden Farbe** können Sie Art und Stellenwert der Information deutlich machen. Beispielsweise blau für Definitionen und rot für Wichtiges.

6. Raumaufteilung

Wie groß das Blatt Papier auch ist, der Platz darauf ist begrenzt. Und so müssen Sie ggf. mit dem Raum sparsam umgehen. **Ziehen Sie die Linien nicht länger als nötig**. Und **überlegen Sie vorab Länge und Verlauf der Linie**. Damit die Übersichtlichkeit nicht verloren geht oder Sie in eine Sackgasse geraten. Pflastern die Map auch nicht mit Linien und Wörtern zu, sondern **lassen Sie immer auch Platz für Bilder und Symbole!**

7. Ende wann ?

Eine Mind Map ist zwar nie fertig, irgendwann aber müssen Sie sie wenigstens vorläufig abschließen. Wenn z.B. der zuvor **gestellte Wecker** klingelt. Oder **wenn Sie überzeugt sind alle wesentlichen Informationen festgehalten zu haben** oder **wenn Ihnen nichts mehr einfallen will**.

8. Software

Es gibt mittlerweile viele gute Mind Mapping-Programme. Der Funktionsumfang nimmt ständig zu und die Bedienung wird immer einfacher und komfortabler. Bedeutet das den Tod des Papier-Mind Mapping? Nein! Bessere Qualität und Flexibilität sprechen zwar für den PC, aber auf dem Papier haben Sie einen besseren Überblick, sind schneller und schulen sich zudem im Zeichnen. Eine Möglichkeit ist für die schnelle Stoffsammlung unterwegs und zur Überarbeitung auf Papier zurückzugreifen. Die überarbeitete Version und Dokumentation werden Sie dann aber auf den PC übertragen. Besonders wenn Sie die Map präsentieren oder an andere weitergeben wollen.



9. Literatur

Eine ausgezeichnete **Literaturzusammenstellung** mit vielen **ausführlichen Rezensionen** und **Buchbewertungen** hilft ihnen bei der Wahl der **für Sie und Ihre Zwecke passenden Mind Mapping-Literatur**. Die Bücher können Sie auch gleich **online bestellen**.



Inhalt



Regeln



6 Kurzregeln



Kurzübersicht



7*10 Tabelle



10 Bausteine



10 Prinzipien



10 Ziele



10 Schritte



10 Begriffe



10 Fehler



10 Tipps



Tipps

10 Bausteine

Achten Sie bitte auf die Einbeziehung aller zur Verfügung stehender Bauteile. Das gilt insbesondere für farbige Bilder, Zahlen, Verbindungspfeile, Rahmen und Tabellen.

10 Prinzipien

Wichtiger als Regeln sind Grundsätze. Sie fahren gut, wenn Sie sich von den 10 [Prinzipien](#) leiten lassen, von denen Leserlichkeit, Anschaulichkeit und Offenheit hervorzuheben sind.

10 Ziele!

Das wichtigste sowohl im Leben als auch beim Mind Mapping ist sich Ziele zu ersetzen und sie zu verfolgen, um sie letztendlich zu erreichen. Aber welche Ziele sollten Sie beim Mind Mapping anstreben? In der dritten Spalte der Tabelle finden Sie 10 fundamentale Ziele, wobei die höherstehenden die größte Priorität und den meisten gedanklichen Platz einnehmen sollten. Beispielsweise ist das Erreichen von persönlichen und fachlichen Zielen vorrangig gegenüber dem Erledigen einer einzelnen Aufgabe. Und was nützt das angeeignete Wissen, das nicht bewahrt, weitergegeben und umgesetzt wird? Echtes Wissen basiert auf einem tiefen Verständnis der Sache und den Zusammenhängen, sowie einer kreativen thematischen Auseinandersetzung. Alles wird durch das Mind Mapping gefördert, das Sie mit jedem Mal mehr vervollkommen können.

10 Schritte

Schritt für Schritt vervollständigen Sie die Mind Map. Aber mit dem letzten Strich sind Sie noch lange nicht fertig. Ohne eine Wiederholung, praktische Umsetzung und sorgfältigen Prüfung werden Sie kaum dauerhaften Erfolg verbuchen können.

10 Begriffe

Die Mind Map lässt sich gut mit einem wachsenden **Baum** aus der Vogelperspektive vergleichen.

10 Fehler

Unwissenheit, mangelnde Routine und eingefleischte Eigenarten sind Ursachen für immer wieder zu beobachtende Fehler, die Sie vermeiden, wenn Sie sich Zeit für eine saubere klare Struktur und eine fantasievolle bunte Gestaltung nehmen.

10 Tipps

Zu guter letzt noch 10 Topp-Tipps, die wir Ihnen auf den Weg zum Super Mind Mapper mitgeben wollen. Vergessen Sie nicht zu visualisieren, zu assoziieren und zu memorieren!





Inhalt




Regeln


 6 Kurzregeln


  Kurzübersicht


  7*10 Tabelle


Tipps

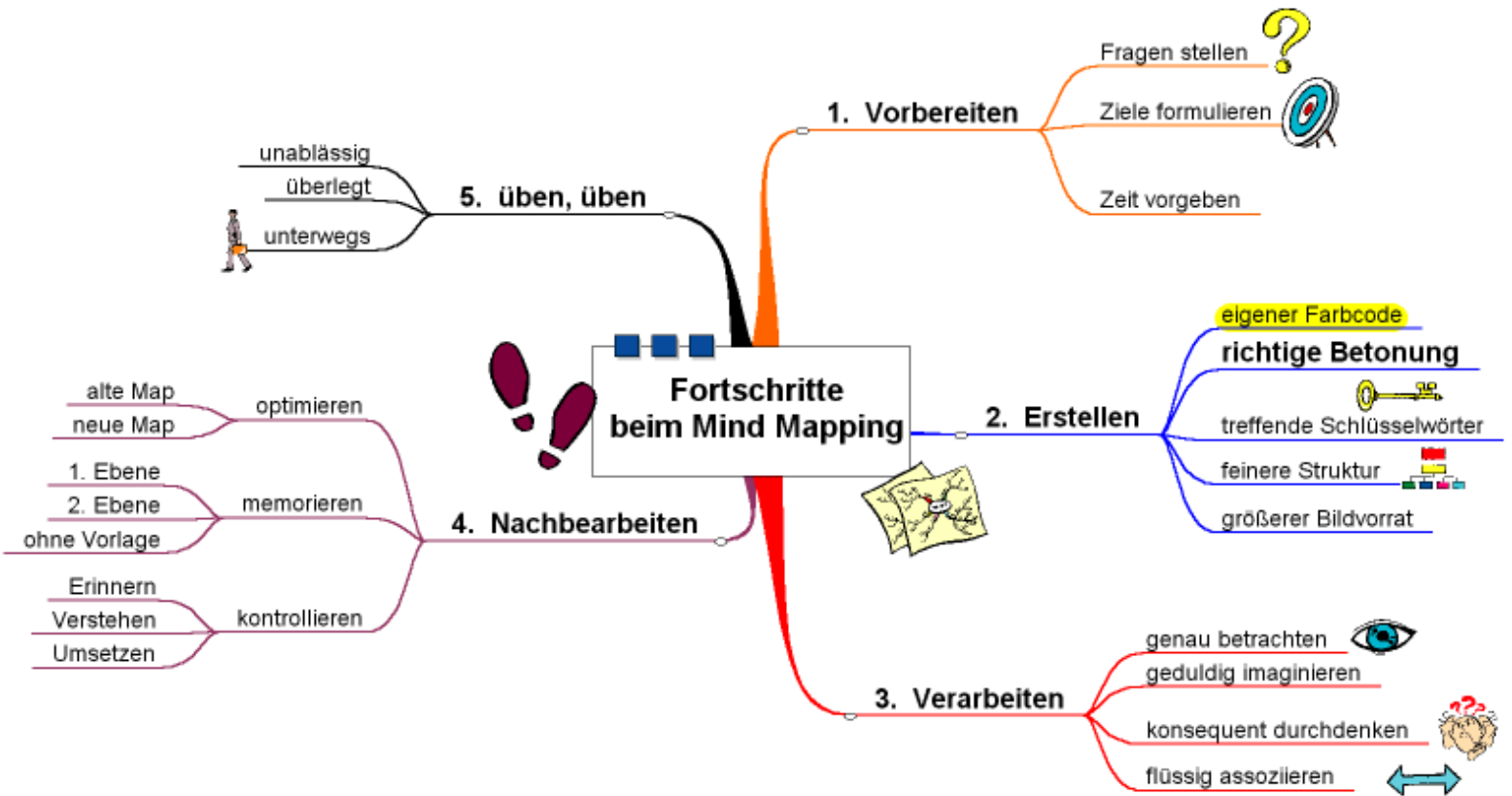
 vorbereiten

 erstellen

 verarbeiten

 nachbearbeiten

 üben



Fortschritte können Sie in den verschiedenen Abschnitten des Mind Mapping-Prozesses anstreben. Das fängt an beim ...

1. Vorbereiten

Machen Sie sich im Vorfeld Gedanken über Ihre **Ziele** und den Zweck der Mind Map. Überlegen Sie sich **Fragen**, die Ihre Mind Map schließlich beantworten soll. So werden Sie während des Mind Mapping auf der Suche nach den Antworten sein. Eine angemessene **Zeitvorgabe** setzt Sie unter einen leistungsfördernden positiven Druck.

2. Erstellen

Ein **eigener Farbcode** hilft die Informationen allein durch die optische Gestaltung inhaltlich zuzuordnen. Das erleichtert das Erinnern der Mind Map. Noch wichtiger ist dabei die gezielte **Betonung** der wirklich wichtigen Inhalte. Schreiben Sie auch nicht gleich das erstbeste Wort auf, das Ihnen in den Sinn kommt, sondern machen Sie sich die Mühe ein **treffendes Wort** auszudenken. Eine Mind Map ist schnell hingeschmiert. Lesbar und weiterverarbeitbar wird sie aber erst durch eine klare und ordentliche Struktur. Einen Riesenfortschritt werden Sie erzielen, wenn Sie über ein größeres **Repertoire an Bildern** und ausgeprägte **Zeichenfähigkeiten** verfügen.

3. Verarbeiten

Nehmen Sie sich unbedingt die Zeit sich mit der Mind Map visuell und gedanklich auseinanderzusetzen. Betrachten Sie die Map genau und intensiv. **Imaginieren** und **assoziiieren** Sie. Begnügen Sie sich nicht mit den Schlüsselwörtern. Erschließen Sie sich die dahinter verborgenen Gedanken, indem Sie Zeit zum Durchdenken einräumen. Erst dadurch erlangen Sie ein tiefes Verständnis und eine gute Erinnerung.

4. Nachbearbeiten

Legen Sie die Mind Map nicht vorschnell zu den Akten, wo Sie bald in Vergessenheit

gerät. Bemühen Sie sich Ihre Mind Maps fortgesetzt zu **optimieren**. Schrecken Sie auch nicht davor zurück die Mind Map ganz neu zu zeichnen. Sie werden staunen auf welche Ideen Sie dabei kommen! Vielleicht hat Ihre **reorganisierte Mind Map** jetzt ein ganz anderes Aussehen! Auf jeden Fall haben Sie sich auf einer soliden Basis noch einmal intensiv mit dem Thema auseinandergesetzt. **Wiederholen** Sie die wichtigsten Mind Maps von Zeit zu Zeit. **Testen Sie dabei Ihr Wissen**: Versuchen Sie sich mit möglichst wenigen Informationen an den Rest zu erinnern. Beschränken Sie sich dazu bei der **Ansicht auf die 2. oder sogar 1.Ebene**. Wie viel der darunterliegenden Informationen haben Sie behalten? Im Extremfall könnten Sie versuchen die Mind Map ganz ohne Vorlage zu memorieren und auf Papier zu bringen. Kontrollieren Sie auch **Verständnis** und **Umsetzung** des Gelernten. Denn darauf kommt es letztendlich ja an!



5.üben,üben

Übung macht den Meister! Das glit besonders für das Zeichnen der Linien und Bilder. Führen Sie stets ein Blatt Papier und Stifte mit sich. So können Sie unterwegs stets eine (Blitz-)Mind Map anfertigen. Reißen Sie sich am Riemen und widerstehen Sie der Versuchung jeden Gedanken sofort zu Papier zu bringen. Erst denken, dann zeichnen!

