

MIND MAPPING

Bevor ich Ihnen diese Lerntechnik beschreibe, muss ich ein Geständnis ablegen: Ich mag diese Methode überhaupt nicht und habe sie persönlich auch noch nie für mich selbst angewendet.

Nun hatte ich aber diesen Jungen in meiner Beratungspraxis, der solche Mühe mit Textverständnis hatte, Wichtiges nicht von Unwichtigem unterscheiden konnte und kaum überprüfte, ob er den Stoff für die Prüfung kann. Lernen und Hausaufgaben waren ihm ein Greuel.

Ich zeigte ihm, wie er den Text lesen kann, um ihn besser zu verstehen. Ich gab ihm kleine Hinweise, dass neue Wörter oft im Abschnitt erklärt werden, in Klammer Synonyme angegeben werden, liess ihn den Text in eigenen Worten erklären, zusammenfassen etc. Ausserdem hielt ich ihn dazu an, den Text zu strukturieren und dazu eine Mind Map zu erstellen.

Da er ein kreativer Kerl war fiel es ihm leicht, passende Symbole zu finden und weil er sich visuelles gut merken konnte, halfen diese ihm beim Lernen des Stoffs. Er machte sich automatisch Gedanken, was wichtig war und setzte Schlüsselwörter auf die Hauptachsen (was mit diesen Begriffen gemeint ist, wird gleich erklärt). Als er das nächste Mal zur Beratung kam hatte er 4 originelle, übersichtliche und witzige Mind Maps zum aktuellen Schulstoff dabei, welche er mir während einer halben Stunde erklärte. Ich war baff! Seine Erklärungen hatten Hand und Fuss, er konnte die Informationen wohl sortiert abrufen und fand das Lernen plötzlich viel weniger langweilig, ja sogar ein klein wenig interessant.

Das war also meine erste Erfahrung mit Mind Mapping und obwohl ich die Methode immer noch nicht mag muss ich sagen: Die meisten Kinder haben Spass daran und für viele stellt es eine der besten Lernmethoden überhaupt dar. Lassen Sie mich also beschreiben, wie dabei vorgegangen wird.

MIND MAPPING: SO WIRDS GEMACHT!

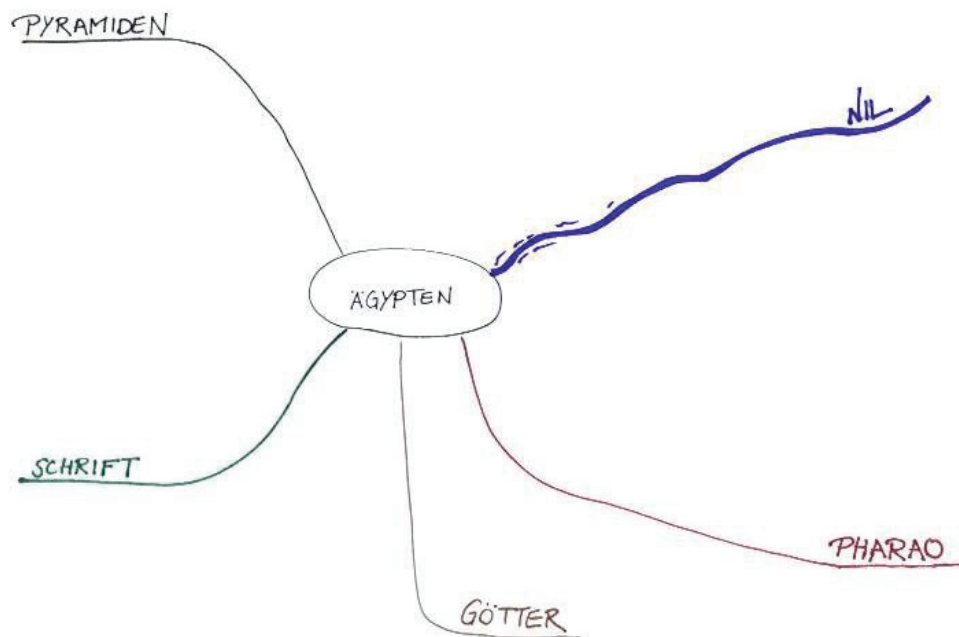
Mind Mapping ist in der Anwendung relativ einfach und besteht lediglich aus ein paar Schritten. Gehen wir sie anhand des Themas Ägypten kurz durch:

- 1) Nehmen Sie ein unliniertes weisses Papier und legen Sie es quer. Je nachdem, wieviel Stoff Sie bearbeiten möchten und wieviel Platz Sie für Symbole etc. freilassen möchten, verwenden Sie ein A4-Blatt oder ein grösseres Format (A3 oder sogar A2).
- 2) In die Mitte des Blattes schreiben sie das Thema auf oder besser noch: Sie malen ein zum Thema passendes Bild oder Symbol:



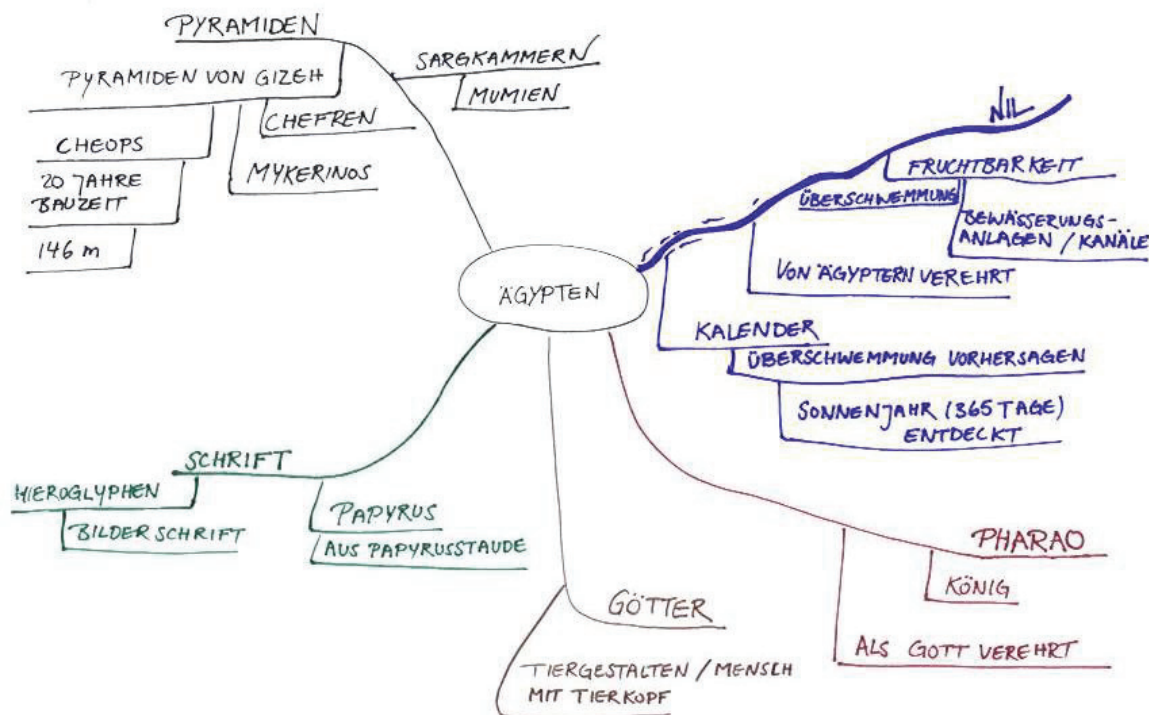
Im Beispiel wurde also das Thema in die Mitte geschrieben und umrandet. Sie dürfen dazu auch ruhig ein wenig mehr Platz beanspruchen oder wie gesagt ein Bild malen.

- 3) Wichtige Begriffe rund um das Thema, sogenannte Schlüsselbegriffe, werden auf farbige Äste geschrieben, die vom Thema ausgehen. Jeder Ast erhält eine eigene Farbe, die Oberbegriffe werden in Blockbuchstaben und in derselben Farbe geschrieben:
- 4) Jeder weitere Schlüsselbegriff erhält eine eigene Farbe und einen eigenen Ast und wird in Blockbuchstaben geschrieben.



Zunächst hat die Schülerin im Beispiel kurz das Thema Ägypten im Geschichtsbuch überflogen und für die wichtigsten Themengebiete jeweils einen Ast gezeichnet und beschriftet. Den Ast zum Unterthema Nil hat sie als Fluss gezeichnet – eine gute Merkhilfe. Dieser erste Schritt, das Überfliegen und Herausschreiben der wichtigsten Themenbereiche hilft dabei, einen groben Überblick zu gewinnen und bereits im Vorfeld Interesse zu wecken und Vorwissen zu den jeweiligen Gebieten zu aktivieren.

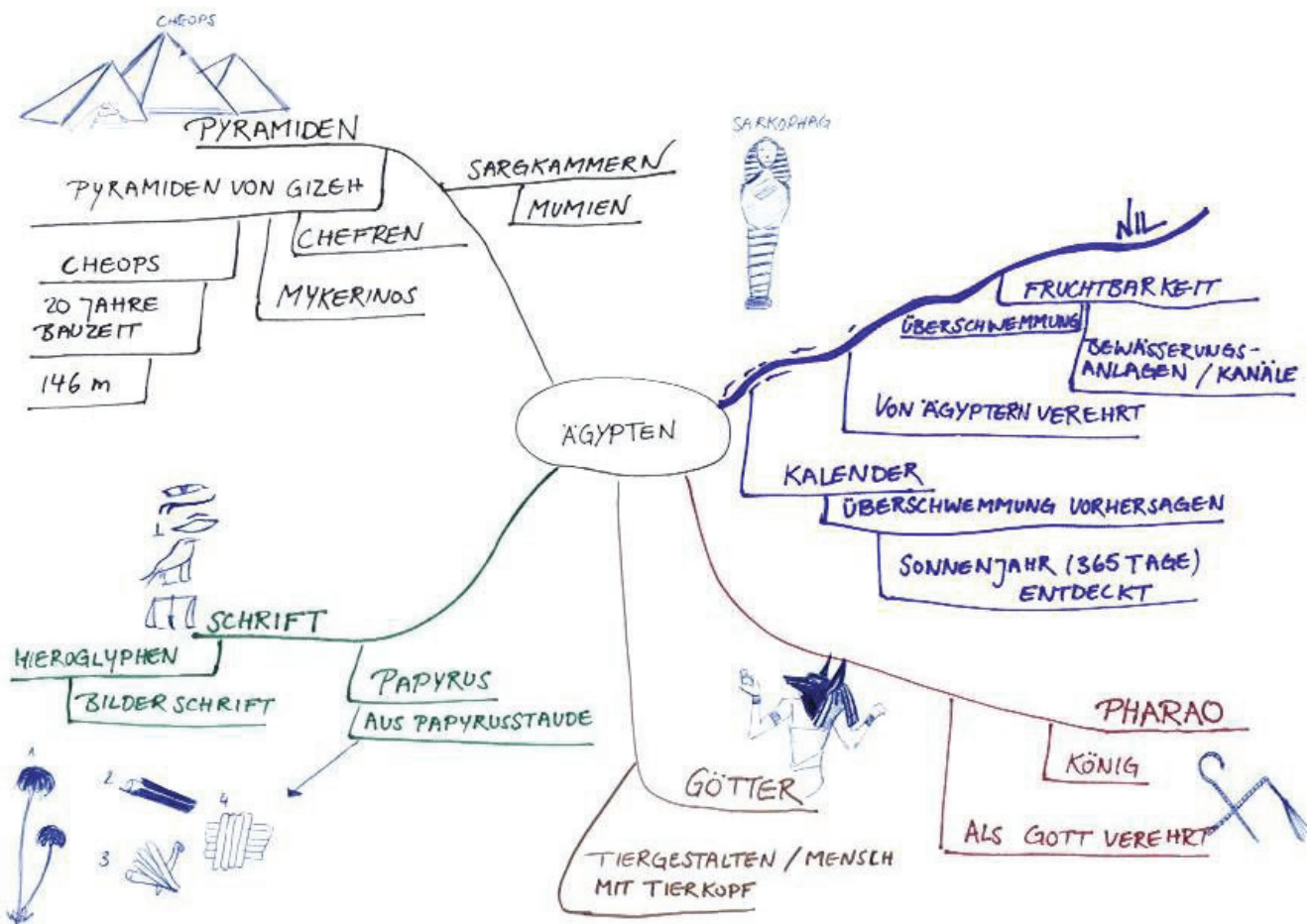
- 5) Nun haben Sie also das zentrale Thema in die Mitte gesetzt und die wichtigsten Begriffe oder Unterthemen dazu auf die Hauptäste geschrieben. Nun fügen sie eine zweite Ebene hinzu, die die Begriffe auf den Hauptästen genauer beschreibt, Details hinzufügt etc. Die Nebenäste haben jeweils die gleiche Farbe wie die Hauptäste:
- 6) Sie können nun weitere Ebenen (Nebenäste) hinzufügen.



Im Beispiel hat die Schülerin nun Thema für Thema im Buch gelesen. Sie musste sich dabei jeweils entscheiden, welche Stellen im Text wirklich wichtig sind und welche Begriffe auf der Mind Map Platz finden sollen. Auch wichtige Verbindungen werden deutlich.

So sehen wir gleich, dass der Nil dafür sorgt, dass das Gebiet fruchtbar ist. Wir sehen des weiteren, dass diese Fruchtbarkeit einerseits durch Überschwemmungen, andererseits aber auch durch Bewässerungsanlagen und Kanäle gewährleistet wird. Zudem können wir erkennen, dass der Nil die Ägypter dazu brachte, einen Kalender zu entwickeln, um die relativ regelmässig eintretenden Überschwemmungen vorherzusagen und dies schliesslich dazu geführt hat, dass sie das Sonnenjahr mit seinen 365 Tagen entdeckt haben. Ein letzter Nebenast zeigt, dass der Nil von den Ägyptern aufgrund seiner lebensspendenden Funktion verehrt wurde. Es ist schwierig, all diese Gedanken anhand einer fremden Mind Map nachzuvollziehen. Sie werden jedoch sehen, dass es leicht ist, diese Zusammenhänge darzustellen und zu erinnern, wenn sie selbst eine Map entwerfen.

- 7) Ist das Gerüst ihrer Mind Map fertig, geht es darum, Merkhilfen hinzuzufügen. Dazu haben sich insbesondere Bilder und Symbole bewährt, die für den Lernenden persönlich eng mit dem Thema verknüpft sind.
- 8) Es lohnt sich, die Mind Map in kreativen Momenten wieder einmal hervorzunehmen und neue Bilder und Symbole hinzuzufügen.



In einem letzten Schritt hat die Schülerin Symbole und Zeichnungen hinzugefügt, die als Merkhilfen dienen.

Unten links sehen wir, dass auch komplexe Vorgänge auf diese Weise dargestellt werden können. Die Bilder zeigen, wie die Stengeln der Papyrusstauden geschält und in Streifen geschnitten werden, um sie danach aufeinanderzulegen und auf diese Weise Papyrus zu gewinnen.

Natürlich kann nicht jeder so gut zeichnen, weshalb ich auch darauf verzichtet habe, selbst ein Beispiel zu machen. Wenn Sie eine Mind Map erstellen, müsse Sie diese ja

glücklicherweise niemandem zeigen und Sie sind die einzige Person, die wissen muss, was Sie da gepinselt haben.

Bei Studenten, die viele Bücher bearbeiten müssen, lohnt es sich, an einem festen Platz jeweils das Buch und das Kapitel anzugeben und bei den Unterästen jeweils die Seitenzahlen hinzuzufügen.

Muss mehr in die Tiefe gelernt werden, kann eine Mind Map wie diese der Übersicht dienen. Mit den jeweiligen Schlüsselwörtern auf den Hauptästen kann dann eine weitere Mind Map gestaltet werden. So kann auf einem nächsten Blatt der Hauptast „Götter“ in die Mitte gesetzt werden, wovon dann wieder einzelne Äste mit den einzelnen Göttern oder den Unterthemen „Jüngstes Gericht“, „Leben nach dem Tod“, „Verehrung der Götter“ etc. ausgehen.

VERSCHIEDENE ANWENDUNGSMÖGLICHKEITEN VON MIND MAPPING

MIND MAPPING BEIM LERNEN

Beim Lernen hilft Mind Mapping dabei, den Stoff zu strukturieren und möglichst gedächtnisgerecht darzustellen. Wichtig ist dabei, dass die Maps übersichtlich aussehen, viele kleine Symbole und Zeichnungen als Merkhilfe eingefügt werden und sie immer wieder einmal angeschaut und verbessert werden. Bei dieser Verwendungsart lohnt es sich auch, zunächst eine Skizze zu machen, bis man die Übersicht hat, was alles auf das Blatt soll und dann Zeit in eine schönere Map zu investieren. Die Mind Map aus dem vorangegangenen Beispiel entspricht ganz klar dieser Verwendungsart.

MIND MAPPING ZUM IDEENSAMMELN

Mind Mapping hat sich auch beim Sammeln von Ideen als hilfreich erwiesen. Hier kommt uns die Technik entgegen, weil wir Ideen zu Projekten, Konzepten etc. selten in einer starren Reihenfolge generieren, sondern diese eher chaotisch und ungeordnet entstehen. Mind Mapping erlaubt es uns, unsere Ideen beim richtigen Unterthema hinzuzufügen, ohne dass sich das Chaos in unserem Kopf auf das Papier überträgt. Die verschiedenen Äste helfen, den Überblick zu wahren und immer gleich neue Einfälle aufzuschreiben. Hierbei finde ich Symbole und Zeichnungen weniger wichtig, es sei denn, sie inspirieren oder es handelt sich um ein grösseres Projekt oder einen Vortrag und es wird daher immer wieder mit der Map gearbeitet.

MIND MAPPING ALS STRUKTURIERUNGSHILFE AM BEISPIEL DES AUFSATZSCHREIBENS

Leicht lassen sich Gedanken mit Hilfe von Mind Maps nach zuvor definierten Kategorien ordnen. So empfiehlt es sich, sich auf diese Weise vor dem Schreiben eines Aufsatzes Gedanken zu machen. Beispielsweise kann man Pro- und Contra-Argumente jeweils auf eine Seite schreiben und nach ihrer Wichtigkeit ordnen, um schliesslich einen gut strukturierten Aufsatz zu schreiben. Ein kleines Beispiel:



Die Map wurde mit einem Computerprogramm (Creative Mind Map Pro 3) erstellt. Wie sie sehen, sind selbstgezeichnete Maps etwas schöner und kreativer. Viele Kinder empfinden jedoch das Lernen mit Hilfe des PCs noch weniger als Arbeit.

WAS MACHT MIND MAP ZU EINER EFFEKTIVEN LERNMETHODE?

Wie wir gesehen haben, ist Mind Mapping eigentlich eine sehr einfache Methode. Doch vielleicht fragen Sie sich, weshalb sie effektiv ist. Einige Vermutungen finden sie hier:

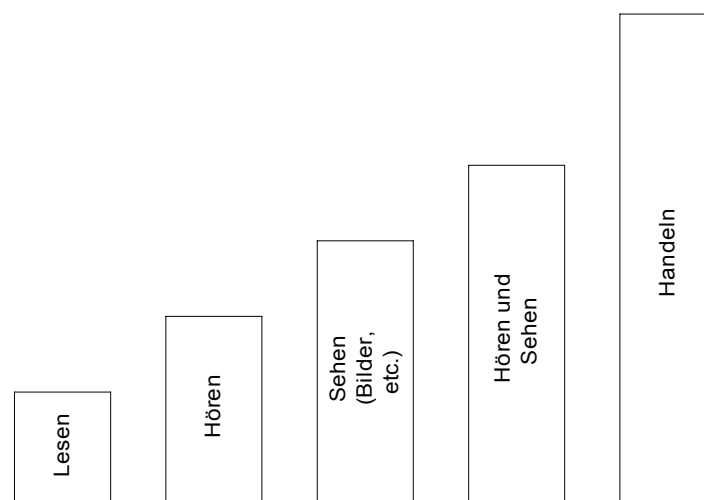
MIND MAP ENTSPRICHT DER FORDERUNG NACH MEHRKANALIGEM LERNEN

Es konnte in mehreren Studien zum Gedächtnis und zu Lernmethoden gezeigt werden, dass Gelerntes länger behalten wird, wenn es über mehrere Sinne (z.B. Sehen UND Hören) aufgenommen wurde. Dies entspricht meist auch unserer Alltagserfahrung. Jedenfalls kann ich mich relativ gut an die Comics und Bilderbücher erinnern, die ich als Kind gelesen oder erzählt bekommen habe. Viel besser, als an Bücher ohne Bildmaterial. Comics sind leichter zu erinnern, da sie neben dem Lesen auch Bilder beinhalten, die eine zusätzliche Merkhilfe bieten. Allgemein ist meine Erinnerung an das, was ich gelesen/gehört und gesehen habe, besser als an das, was ich nur gelesen habe. Weitere solche Beispiele, die typisch sind, wären:

- Man kann sich besonders gut an solche Bücher erinnern, zu denen man sich intensive Vorstellungen gemacht hat (Lesen und „sehen“)
- Themen, zu denen man einen Vortrag halten musste, bleiben länger und besser im Gedächtnis als andere (lesen und handeln)
- Themen, zu denen man eine Vorlesung oder einen Vortrag besucht hat (lesen der Folien und dem Redner zuhören) bleiben besser als solche, zu denen man nur etwas gelesen hat

Allgemein gilt also die Regel:

Je mehr Sinne beim Lernen benutzt werden, desto besser wird der Stoff im Gedächtnis verankert.



Beim Mind Mapping begibt man sich auf die Ebene des Handelns. Man liest, ist aber auch gezwungen über das Gelesene nachzudenken, zu strukturieren, darzustellen und zu zeichnen.

MIND MAPPING FÖRDERT DIE VERARBEITUNGSTIEFE

Stoff kann unterschiedlich tief verarbeitet werden. Von einer besonders tiefen Verarbeitung kann man ausgehen, wenn der Stoff verstanden wurde, mit persönlichen, auch emotional wichtigen Inhalten vernetzt und in grössere Zusammenhänge eingebettet wurde. Mind Mapping hilft bei diesem Schritt, indem zunächst entschieden werden muss, welche Teile des Textes wichtig genug sind, um auf der Map Platz zu finden, welche die wichtigsten sind und deshalb einen Hauptast erhalten und welche weiteren Begriffe jeweils womit assoziiert sind. Bilder und Symbole fördern eine persönliche Beziehung zur Map.

MIND MAPPING ENTSPRICHT UNSEREM DENKEN

Wir denken nicht linear, sondern assoziativ. In diesem Sinne entspricht Mind Mapping eher unserem Denken.

MIND MAPPING WIRKT MOTIVIEREND

Viele Kinder, aber auch Erwachsene finden es demotivierend, dass aus dem Lernen kein sichtbares Produkt entsteht. In unsicheren Momenten kann dann sogar das Gefühl aufkommen, eigentlich noch nichts gemacht zu haben, da es schwierig ist, rein mental abzuschätzen, wieviel man gelernt hat (Versuchen sie hierzu einmal, sich ihr gesamtes Wissen in einem bestimmten Bereich zu verdeutlichen und anzugeben, wievielen Buchseiten dies ungefähr entsprechen würde).

Ein paar schön gestaltete und klar strukturierte Mind Maps, von denen man weiss, dass man sie auch wieder abrufen kann, helfen, sich zu verdeutlichen, dass ein Lernprodukt vorliegt und man wirklich etwas getan hat. In unsicheren Zeiten kann man sich daran festhalten.