



Mit der Mindmapping-Methode nachhaltiger lernen

Machen Sie sich die Vorteile dieser Vorgehensweise zunutze

Man sollte meinen, dass sich die Mindmapping-Methode mittlerweile zu einem etablierten Bestandteil unseres Bildungssystems gemausert hätte. Aber dem ist noch nicht so.

Die Ursache liegt möglicherweise darin begründet, dass diese Methode eine Herangehensweise pflegt, die nicht unseren heute üblichen, linearen und »rechtslastigen« Betrachtungen entspricht, auch wenn sie vielmehr unserem natürlichen Denken unter Einbindung beider Gehirnhälften entsprechen würde. Der Paradigmenwechsel lohnt sich aber – und das

nicht nur für die Schul- und Studenzeit, sondern auch für das Arbeitsleben.

Laut Wikipedia ist Mindmapping »eine von Tony Buzan geprägte kognitive Technik, die man z. B. zum Erschließen und visuellen Darstellen eines Themengebietes, zum Planen oder für Mitschriften nutzen kann.« Dabei solle das Prinzip der Assoziation hel-

fen, Gedanken frei zu entfalten und die Fähigkeit des Gehirns zur Kategorienbildung zu nutzen. Mindmapping ist demnach eine Arbeitstechnik, mit der sich nicht nur viele verschiedene Aufgaben bewältigen lassen. Vielmehr sorgt sie durch ihre an das menschliche Gehirn angepasste Funktionsweise dafür, dass Inhalte leichter gemerkt – sprich gelernt – werden können.

Wie funktioniert das? Ganz einfach: Das Gehirn empfindet gesprochene oder gelesene Worte als uninteressant und aktiviert deshalb nur einen geringen Prozentsatz der Gehirnzellen. Um das Gehirn stärker zu stimulieren sollten Inhalte deshalb so aufbereitet sein, dass weitere Gehirnregionen angesprochen werden. Der Grund: je mehr Bereiche involviert sind, desto nachhaltiger ist der »Lerneffekt«. Deshalb ist es auch hilfreich, wenn während des Lesens beispielsweise Notizen gemacht werden. Die Mindmapping-Methode geht dabei noch einen Schritt weiter, denn die Inhalte werden zudem visuell ansprechend aufbereitet.

Warum ist Mindmapping erfolgreich? Die Darstellungsform des Mindmap-Formats löst zahlreiche Probleme, die beim klassischen Lernprozess auftreten können. In der Regel tun wir uns schwer, unstrukturierte Inhalte zu erfassen. Durch die Struktur der Mindmap – mit einem zentralen Thema und untergeordneten Zweigen und Ästen – lässt sich die Gedächtnisleistung optimieren. Darüber hinaus sind unsere Denkprozesse nicht linear, sondern eher sprunghaft. Weil sich eine Mindmap individuell gestalten lässt, kann sie das Hin-und-Her-Springen des Denkvorgangs auffangen und erleichtert so den Merkprozess. Außerdem ist die Mindmap quasi unbegrenzt, das heißt, hier können Inhalte und Aspekte jederzeit ergänzt werden – einfacher und effektiver als bei Textdateien oder Karteikarten. Nicht zu vergessen, dass komplexe Themen in linearer Art und Weise – häufig als Fließtext – schwieriger zu lernen sind, als in der übersichtlichen Darstellungsform, in aussagekräftigen Stichworten, der Mindmap, aus der das zentrale Thema, wichtige Aspekte und Zusammenhänge selbstredend hervorgehen.

Herausforderungen beim Lernen. Genau diese Aspekte sind es, die beim Lernen eine wichtige Rolle spielen. Wer sich beispielsweise Themen oder Inhalte neu erarbeitet, steht am Anfang vor einer komplexen Herausforderung, der

er sich nur sukzessiv nähern kann. Weil die Mindmap niemandem eine feste Vorgehensweise aufzwingt, kann jeder individuell exzerpieren und erst im zweiten Schritt die Inhalte strukturieren – mit MindManager ist das beispielsweise ganz einfach per Drag&Drop möglich. Außerdem können digital Zusatzinformationen eingefügt und Abhängigkeiten durch Verbindungslinien dargestellt werden. Auch die Nachhaltigkeit des Erarbeiteten spielt eine Rolle. In einer Map sind alle wesentlichen Informationen sowie die Details erfasst und trotzdem ist auf den ersten Blick erkennbar, was wichtig ist, welche Zusammenhänge es gibt und wie die Gewichtung der Information ist.

Die verschiedenen Lerntypen. Im Wesentlichen unterscheidet die Wissenschaft vier verschiedene Lerntypen.

Visueller Lerntyp

Der visuelle Typ profitiert vor allem von der besonderen Darstellungsform, die Zusammenhänge oder Abhängigkeiten aufzeigt und beispielsweise durch zusätzliche Bilder, farbliche Markierungen oder Prioritäten-Symbole dabei hilft, sich ein Thema aktiv zu erarbeiten.

Motorischer Lerntyp

Für den motorischen Lerntyp, der vielfach auch als haptischer Typus bezeichnet wird, gilt dagegen das Prinzip »Learning by Doing« – sprich er muss sich Inhalte und Themen aktiv erarbeiten. Dazu gehören ein möglichst einfa-

ches Mitnotieren inklusive des aktiven Ziehens von Verbindungslinien und der Bearbeitung durch Drag & Drop.

Kommunikativer Lerntyp

Der kommunikative Lerntyp wiederum lernt am besten durch Gespräche, in denen er sich Zusammenhänge und Lösungen erarbeitet und diese versteht. Auch hier bildet die Map die optimale Grundlage, denn es hat sich gezeigt, dass das visuelle Bild einer Map die Diskussion in Meetings und beim Brainstorming zusätzlich anregt: Das Gesagte wird direkt für alle sichtbar dokumentiert und meist mit viel Engagement weiter ergänzt. Durch die so geförderte fokussierte Diskussion, kann auch dieser Lerntyp entscheidend profitieren.

Auditiver Lerntyp

Sogar der auditive Lerntyp, den man auf den ersten Blick nicht mit der Mindmapping-Methode in Verbindung bringt, kann hieraus konkrete Vorteile ziehen. Deshalb hat beispielsweise das Schweizer »Haus der Berufsbildung« für Lehrlinge eine zentrale Lernplattform »ECO2DAY« auf Map-Basis konzipiert, in die auch Audio-Dateien integriert sind, so dass die Azubis die Schulthemen anhören und leicht erlernen können.

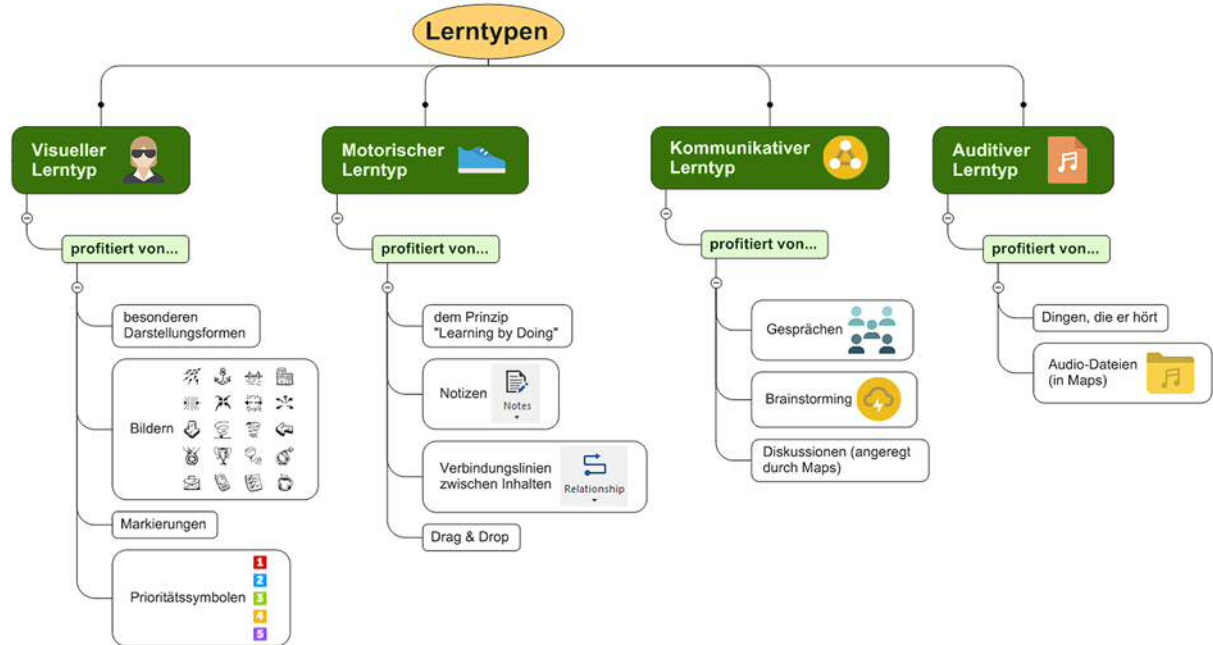
Welcher Lerntyp bin ich? Wer ergründen möchte, welche der genannten Charakteristika am ehesten auf ihn zutreffen, sollte sich mit folgenden Fragen beschäftigen:

Mindmaps – Effektives Mindmappen Vorteile der innovativen Lern- und Arbeitsmethode

- ☒ Da die Inhalte in einer Map individuell und intuitiv erfasst werden, lassen sich die Gedanken schneller ordnen und Inhalte einfacher lernen.
- ☒ Mindmapping macht Spaß und fördert die Teamarbeit.
- ☒ Das Wesentliche kann auf den ersten Blick erkannt und vom Unwesentlichen unterschieden werden, dennoch sind alle Details im schnellen Zugriff (zumindest bei der digitalen Version mit der Möglichkeit, Zweige auf- und zuklappen zu können und Zusatzinformationen zu verlinken).
- ☒ Mindmapping fördert die Kreativität, denn die Gestaltung ist extrem frei.
- ☒ Eine Mindmap zeigt Zusammenhänge, Abhängigkeiten und Beziehungen auf.

Lerntypen

Quelle: MindManager



Je nach Lerntyp bietet die Mindmapping-Methode für jeden etwas, auch für diejenigen, die weder konkret dem einen noch dem anderen Typ zuzuordnen sind.

- || Wie nehme ich Informationen in der Regel auf?
- || Wie organisiere ich mein Lernen?
- || Was hilft mir beim Lernen am ehesten?

Je nachdem ob man für sich erkennt, dass man durch reden oder wiederholen, zuhören oder aufschreiben am besten lernt, kommt eine erste Gewichtung zustande. Wenn man weiß, was einem das Lernen erleichtert, lassen sich die entsprechenden Maßnahmen meist gut ergreifen. Unabhängig davon, welcher Lerntyp man ist – die Mindmapping-Methode bietet für jeden etwas, auch für diejenigen, die weder konkret dem einen noch dem anderen Typ zuzuordnen sind.

Mindmapping in der Schule. In vielen Schulen und Schulbüchern findet sich heute die Mindmapping-Methode wieder. Ob als Handout, auf dem Flipchart oder digital – die Methodik setzt sich immer mehr durch. Dabei profitieren Lehrer wie Schüler gleichermaßen, denn vor allem in der Freiarbeit

bietet die Vorgehensweise eine hilfreiche Struktur, ohne die Schüler zu sehr einzuschränken. Außerdem hilft die Methode Lehrern bei der Themenaufbereitung und Unterrichtsplanung.

Mindmapping im Studium. Mindmaps können als Mitschrift bei Vorlesungen dienen, bei der Gliederung von Prüfungsgebieten helfen oder die Grundlage einer Hausarbeit bilden. Aufsätze, Essays oder die Umsetzung einer Klausuraufgabe lassen sich damit bewältigen. Darüber hinaus können Mindmaps eine Hilfestellung beim Zusammenfassen, Exzerpieren, Auswendiglernen oder Erarbeiten eines neuen Themas bieten und natürlich zur grafischen Darstellung von Inhalten. Grundsätzlich ist die Methode vielseitig einsetzbar – sogar zum Präsentieren komplexer Themen, zumal dieses Präsentationsformat häufig eine höhere Aufmerksamkeit erzielt als eine klassische Powerpoint-Präsentation.

Mindmapping im Job. Die genannten Funktionen sind auch im heutigen

Business-Alltag hilfreich: bei der Analyse von Themen, der Darstellung von Zeitplänen, der Strukturierung von Projekten, Vermittlung komplexer Sachverhalte, Organisation von Meetings oder dem Archivieren von Wissen. Außerdem ist die Methode nach wie vor eher die Ausnahme als die Regel und sorgt schon allein deshalb oft für positive Aufmerksamkeit im Vergleich zu anderen Formaten.

Fazit. Die Mindmapping-Methode ist in vielerlei Hinsicht als Arbeits- und Lernmethode zu empfehlen. Deshalb sollte sich niemand davor scheuen, sich damit auseinander zu setzen, denn die Vorteile überwiegen gegenüber den Anstrengungen beim Paradigmenwechsel bei weitem.

Annette Großer



Annette Großer,
Senior Marketing Manager
für MindManager bei
Corel GmbH – Mindjet