

In vier Schritten zu einem gelungenen Mind-Map

1. Schritt: Das zentrale Thema aufschreiben

Du beginnst ein Mind Map immer, indem du dein zentrales Thema in die Mitte eines leeren Blatt Papiers schreibst.

2. Schritt: Schlüsselwörter sammeln

Dann sammelst du so viele Wörter, wie dir zu einem Thema einfallen und konstruierst damit dein erstes Mind Map.

3. Schritt: Oberbegriffe finden und die Schlüsselwörter einsortieren

Um Ordnung in deine Gedanken zu bringen, suchst du Überbegriffe und sortierst deine Schlüsselwörter unter diese Überbegriffe ein.

4. Schritt: Mind-Maps verfeinern

Zum Schluss feilst du noch ein wenig an deinem Mind Map, damit du es auch nach einiger Zeit noch verstehen kannst.

1. Schritt: Das zentrale Thema aufschreiben

Als erstes nimmst du dir ein leeres weißes DIN A4 oder DIN A3 Blatt und legst es quer (!) vor dir hin. Später kannst du dir auch noch größere Blätter nehmen, wenn du richtig große Mind-Maps erstellen willst.

Beginn mit dem zentralen Thema in der Mitte

Tipp

Du kannst das zentrale Thema z.B. auch zeichnen oder irgendwo ein passendes Bild ausschneiden und in die Mitte des Blattes kleben oder es einfach zeichnen.

Du fängst damit an, dass du genau in die Mitte des Blattes dein zentrales Thema schreibst – in unserem Beispiel ist das das Wort “Notizen”. **Schreib dieses Wort nicht zu klein und male einen Kreis oder eine Wolke um das Wort in der Mitte, damit auf den ersten Blick deutlich ist, welches Wort das zentrale Thema beschreibt.**

Male Linien – die sogenannten Hauptäste – an das Thema in der Mitte

Male nun noch einige Linien an die Wolke oder den Kreis in der Mitte. Diese Linien, die also direkt von dem Hauptthema abgehen, heißen Hauptäste. Für unser Beispiel sieht das dann so aus:

Male nicht zu viele Linien an die Wolke. Du kannst immer noch anhängen.



2. Schritt: Schlüsselwörter sammeln

Finde Schlüsselwörter und schreib sie auf

Auf die Linien schreibst du nun alle Schlüsselwörter, die dir zum Thema "Notizen" einfallen.

→ Auf jeden Ast nur ein Wort!

→ Nur wichtige Wörter aufschreiben, keine ganzen Sätze!

Wichtig: möglichst viele Wörter aufschreiben

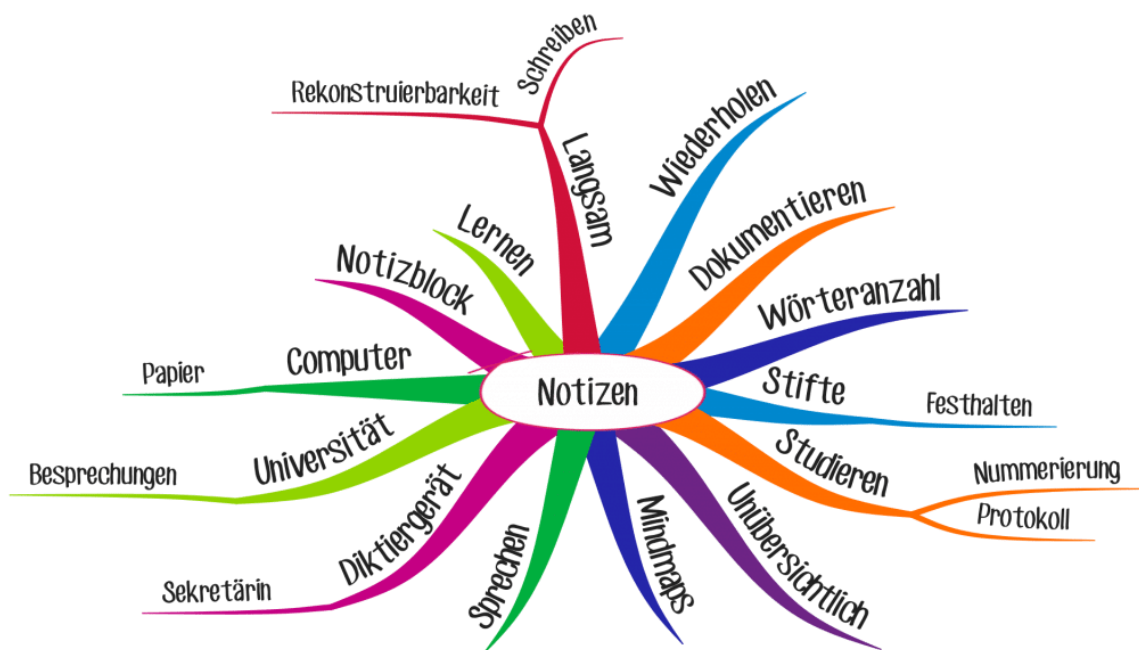
In der Anfangsphase geht es vor allem darum, so viele Begriffe wie möglich auf die Äste deines Mind-Maps zu schreiben. **Alles, was du an diesem Zeitpunkt aufschreibst ist richtig und wichtig.** Lass deine Gedanken wandern. Schreibe alles auf, was dir einfällt, jedes Wort kann dir zu neuen Gedanken verhelfen. **Streiche nichts durch** – Wörter wegstreichen kannst du später immer noch.

→ Alles aufschreiben, was dir in den Sinn kommt!

→ Nichts durchstreichen!

Zeichne Bildchen und Symbole an die Äste

Du kannst dein Mind-Map auch durch kleine Zeichnungen ergänzen. Das ist besonders gut, wenn dir nichts mehr einfällt – dann kritzle einfach ein bisschen auf dem Papier oder male ein kleines Bild zu einem der Schlüsselwörter. Es kommt hier nicht auf die Qualität der Bildchen an. Wenn du Strichmännchen, Pfeile oder andere kleine Symbole in dein Mind-Map einzeichnest, bezieht du die rechte Gehirnhälfte stärker mit ein und entspannst dich gleichzeitig. Dadurch kommst du zu kreativeren Gedankengängen.



3. Schritt: Oberbegriffe finden und die Schlüsselwörter einsortieren

Nun werden die Schlüsselbegriffe sortiert

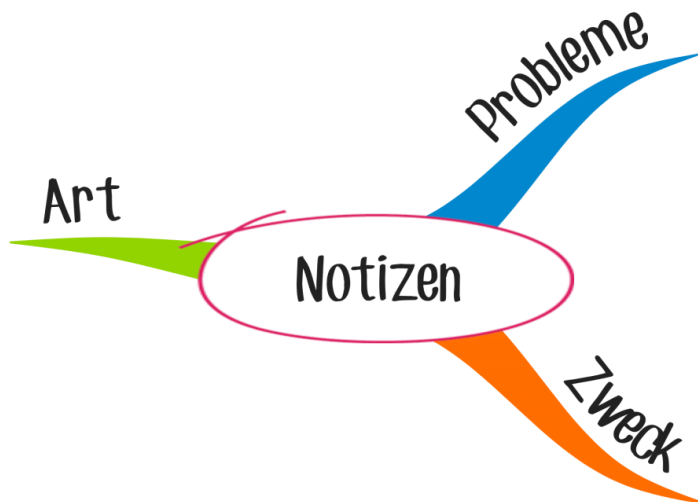
Was machst du nun damit? Du erstellst eine Ordnung. Dafür nimmst du ein **neues Blatt Papier** und schreibst wieder in die Mitte das zentrale Thema – im Beispiel ist das das Wort “Notizen”. Und daran zeichnest du wiederum einige Hauptäste.

→ Neues Blatt Papier!

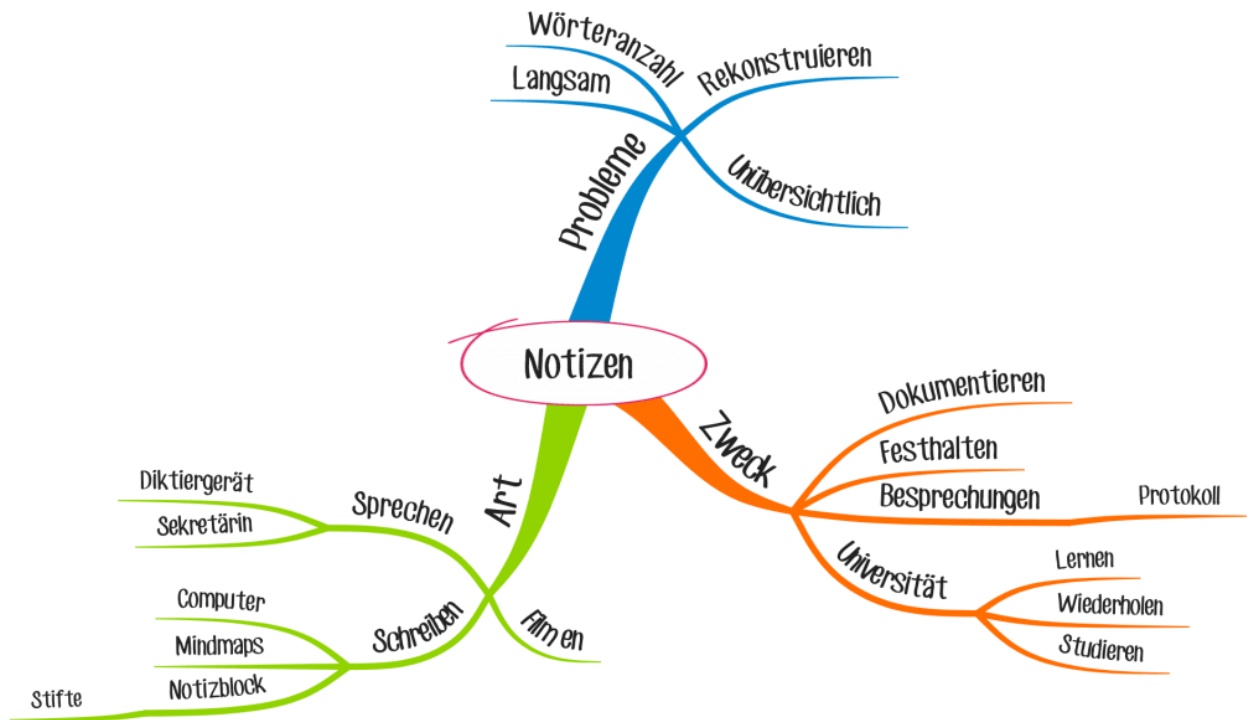
→ Thema in die Mitte schreiben!

Suche Oberbegriffe für deine Schlüsselwörter

Auf die Hauptäste kommen nun **Oberbegriffe**. Du hast durch das erste Mind-Map einen guten Überblick über dein Thema bekommen, so dass du relativ leicht geeignete Oberbegriffe finden wirst.



Zu jedem Oberbegriff kannst du dann mit weiteren Zweigen die dort passenden Wörter anhängen.



Fast immer eignen sich folgende Oberbegriffe, um eine Struktur in ein Thema zu bekommen: Zweck, Einsatzgebiet, Probleme, Lösungen, Beispiele etc. Du kannst aber auch die sogenannten sechs W-Fragen als Hauptäste nehmen: Was? Wer? Wann? Wo? Warum? Wie?

Du kannst aber auch eigene Begriffe verwenden.

4. Schritt: Mind-Maps verfeinern

Überprüfe die Schlüsselbegriffe

Wenn du dein Mind Map auch später noch verstehen willst, solltest du Schlüsselwörter, die du in deinem Mind Map verwendest, ein bisschen sorgsamer auswählen. Du solltest unbedingt Schlüsselwörter verwenden, die auch in der Zukunft für dich noch die gleiche Bedeutung haben wie heute. Überprüfe also immer, ob es vielleicht einen Begriff gibt, der für einen Ast noch besser passen würde, so dass du die Bedeutung hinter dem Schlüsselwort auch in drei Wochen, drei Monaten und drei Jahren noch verstehst. Frage dich z.B.: "Wird mir dieses Schlüsselwort auch in drei Monaten noch die Geschichte erzählen, die ich heute damit verbinde?"

Tipp

Schau dir deine Mind-Maps nach ein paar Tagen, Wochen und Monaten immer mal wieder an und schreibe notfalls einfach ein paar neue Äste hinzu, mit denen du die einzelnen Begriffe verständlicher machst.

Quelle:

<https://zeitzuleben.de/ein-mind-map-erstellen-schritt-fur-schritt/>

Impressum

Angaben gemäß § 5 TMG

Zeit zu leben Verlags- und Trainingsgesellschaft mbH

Katharinenring 30

21409 Emsen

Telefon: 04134/9069310