



akademie

FÜR COACHING GESUNDHEIT
UND FÜHRUNG GMBH

6 Tipps

zum erfolgreichen
Visualisieren



Inhalt

Vorwort	2
6 Tipps zum Visualisieren	3
Schrift Text	3
<i>Symbole und Figuren</i>	4
<i>Container</i>	4
<i>Pfeile und Linien</i>	5
<i>Schatten</i>	5
<i>Farben</i>	6



Vorwort

Schon in der Steinzeit nutzten die Menschen Bilder, um Informationen festzuhalten oder zu überliefern. Diese Zeichnungen sind der Ursprung der menschlichen Kommunikation. Heute unterstützt uns die Visualisierung bei der Moderation, in Seminaren und Trainings, im Coaching und in der Führung, beim Lehren und Lernen. Sie lässt uns nachhaltiger und effektiver kommunizieren. Auch bei einfachen Notizen können wir uns kreativ und zeichnerisch, eben visuell auszudrücken. Leider sind einladende und kreativ gestaltete Flipcharts und Pinnwände immer noch selten. Das Potential von Visualisierung als Methode scheint in manchen Bereichen wie etwa dem Schulwesen unterschätzt zu werden. Möglicherweise liegt das daran, dass viele sich dieser Form der visuellen Darstellung nicht gewachsen fühlen und ihr Talent an dieser Stelle weit unterschätzen.

So wie bildhafte Elemente die Kommunikation ergänzen und vertiefen, können sie auch den Lernerfolg drastisch steigern. Ziel einer Visualisierung sollte sein, das Gesprochene, also das Wort, sichtbar zu machen und weniger, perfekte Zeichnungen zu erstellen. Konkret geht es darum, Bilder in den Köpfen der Empfänger*innen zu erschaffen, die klar verständlich und leicht einprägsam sind. Selbst, wenn Sie nicht besonders zeichnerisch begabt sind, können Sie die vermittelten Inhalte mit gelungenen, d.h. erkennbaren Visualisierungen „untermalen“.

Hier finden Sie schon einmal sechs leicht umsetzbare Tipps, die Sie dabei unterstützen, professionelle Visualisierungen für ihr nächstes Seminar oder die nächste Präsentation selbst zu gestalten. Alles was Sie dazu brauchen, ist ein mit Papier bespanntes Flipchart oder eine Pinnwand (sollte das Papier liniert oder kariert sein drehen Sie das Papier um, sodass Sie auf rein weißes Papier zeichnen), Fasermaler (Marker) mit Keilspitze (schwarz, hellgrau, sowie zwei Farben nach Wahl) und ein Stück Wachsmalkreide.



6 Tipps zum Visualisieren

Schrift | Text

Das Wichtigste bei der Schrift ist die Lesbarkeit. Um diese auch bei undeutlichen Handschriften zu gewährleisten, sollten Sie große und kleine Druckbuchstaben verwenden. Halten Sie zudem die Spitze des Fasermalers immer quer, damit Sie bei Abstrichen die gesamte Breite nutzen können. Achten Sie darauf, nicht umzugreifen – so sorgen Sie für ein gleichmäßiges Schriftbild, was den Lesenden das Verständnis erleichtert. Nutzen Sie auch markante Überschriften, die ins Auge fallen und dem Thema visuelle Wichtigkeit geben. Sie können zum Beispiel die Umrisse der Buchstaben zeichnen und diese später mit Farbe füllen.

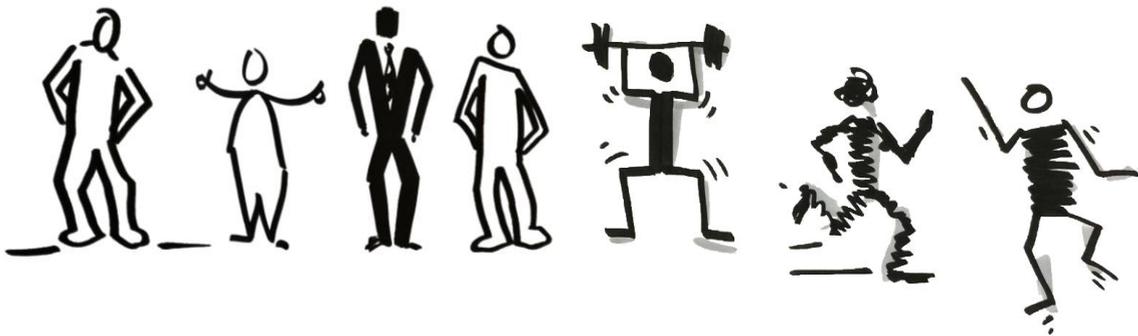
Schönschrift GROßBUCHSTABE
SERIF OUTLINE

„Wenig Text für große Wirkung“ lautet der Grundsatz jeder Visualisierung. Konzentrieren Sie sich daher auf die wirklich wichtigen Worte. Füllwörter, Ausschweifungen oder Randinformationen können Sie weglassen. Denken Sie auch daran, dass Ihre Teilnehmer*innen keinen Adlerblick haben. Wählen Sie eine ausreichende Schriftgröße im Hinblick auf Raum- und Blattgröße sowie die Anzahl der Empfänger*innen. Folgende Richtwerte haben sich bewährt: 1-10 Teilnehmer*innen = 2,5cm Schriftgröße, 10-15 Teilnehmer*innen = 3cm Schriftgröße, bis max. 20 Teilnehmer*innen = 4cm Schriftgröße.

Schreiben Sie mit ausreichend dicker Strichstärke, diese lässt sich aus der Entfernung besser lesen. Hierzu eignen sich besonders Fasermaler (Marker) mit Keilspitze. Die Buchstaben eng aneinander zu schreiben hilft auch für lange Überschriften und schafft Platz auf dem begrenzten Blatt Papier. Wenn Sie Ihre Schrift zu sehr ausdehnen, mindert das Übersichtlichkeit und Lesbarkeit. Wie beim Sprayen von Graffitis machen Überlappende oder hintereinanderstehende Buchstaben das Ganze zusätzlich „cool“. Lassen Sie hierbei die unsichtbaren (verdeckten) Linien weg.

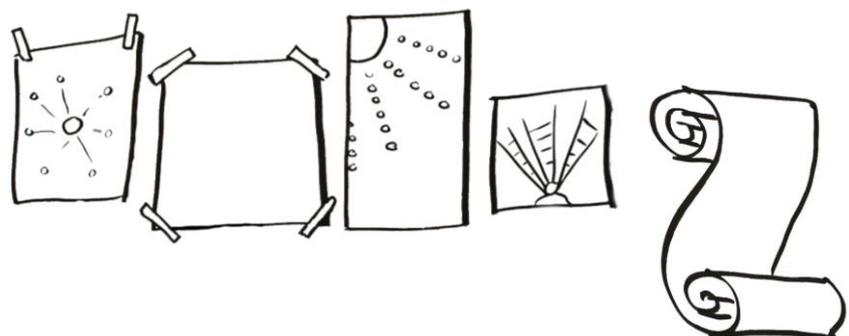
Symbole und Figuren

Gedächtnispsychologen und Psychologinnen meinen, dass sich das Lernen optimieren lässt, wenn sprachliche Elemente mit bildhaften verbunden werden. Ersetzen Sie Begriffe oder Worte durch einfache Figuren und Symbole, die leicht erkennbar sind. Diese dienen auch als Metaphern, fassen Begriffe zusammen und setzen Impulse. Beispielweise lässt sich das Symbol „Glühbirne“ als Synonym für „Idee“ nutzen. Bildmaterial fördert außerdem die Aufmerksamkeit und Begeisterung durch einen nahen Realitätsbezug. Eventuell finden Sie auch ein kleines Symbol, welches die Überschrift bildlich bestärkt, wenn Sie es in das Wort einbauen. Ein solches gern verwendetes Symbol ist z.B. das Herz in „Herzlich Willkommen“.



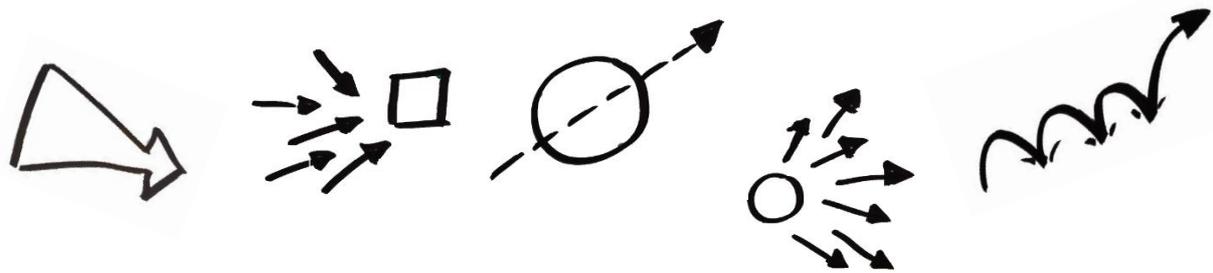
Container

Nach Text und Bildinhalt beginnt die Ausgestaltung der Visualisierung. Um wichtigen Inhalten mehr Prominenz zu geben und für visuelle Struktur und klare Übersicht zu sorgen, können Sie Container um die entsprechenden Texte setzen. Container können beispielsweise in Form von (gezeichneten) Sprechblasen, Notizzetteln, Schriftrollen, Schildern und vielem mehr verwendet werden. Achten Sie beim Zeichnen darauf, dass sich die Linien nicht immer treffen, so dass der Container nicht starr, sondern lebendig wirkt. Mit etwas Farbe können Sie Ihren Containern noch mehr visuelle Relevanz geben.



Pfeile und Linien

Durch die Verwendung von Pfeilen weisen Sie beim Betrachten optisch in die richtige Richtung. Und Linien helfen Verbindungen aufzuzeigen. Mit diesen Elementen lassen sich Prozesse gut darstellen. Besonders motivierend für die Betrachtenden sind Pfeile, wenn sie dem Bild oder einem Bildelement eine Richtung geben. Pfeile können auch als Container auftauchen und bieten so Platz für den Titel des einzelnen Prozessschritts.



Schatten

Durch das Hinzufügen von Schatten wirken Container, Überschriften und Symbole noch plastischer. Entscheiden Sie einmalig für die einzelne Visualisierung „wo die Sonne steht“, um festzulegen, wo Sie die Schatten einzeichnen. Nutzen Sie hierfür den Schattenstift (einen hell-/silbergrauen Fasermarker mit Keilspitze). Versuchen Sie nicht, scheinbar „misslungene“ Schatten nachzubessern. Das Unperfekte reizt das Auge und schafft Aufmerksamkeit. Außerdem ist der Schatten eines Objekts auch in der Realität meistens „diffus“.



Farben

Einen lebhaften Anstrich und besondere Tiefe erhält Ihre Visualisierung, wenn Sie verschiedene Arten von farbgebenden Materialien verwenden, zum Beispiel einen Wachsmalblock für den Hintergrund. Diese eignen sich besonders gut, um Farbe großflächig und zügig aufzutragen. Für das farbliche Markieren von Überschrift, Figuren oder Symbole nutzen Sie die bereits erwähnten Fasermaler (Marker). Verwenden Sie maximal drei bis vier verschiedenen Farben – „weniger“ ist auch an dieser Stelle „mehr“. Malen Sie die Elemente, denen Sie einen Farbtupfen geben möchten, nicht komplett aus – das erspart Ihnen zum einen Zeit, besonders wenn Sie „live“ vor einer Gruppe oder in einem Coaching die Visualisierungstechnik anwenden, zum anderen gibt es dem Ganzen einen professionellen Kick.

BLAU **ROT** **ORANGE** **GRÜN**

Mit diesen sechs Tipps können Sie sich nun mit Ihren eigenen Visualisierungen starten. Sie werden schnell Ihre eigene „Bild“-Schrift entwickeln und Sicherheit beim Visualisieren gewinnen. Übung macht letztendlich auch hier den*die Meister*in. Miike Keppler, Trainer, Coach und Visual Facillitator der Akademie für Coaching, Gesundheit und Führung GmbH, behauptete selbst noch vor einiger Zeit „... ich kann nicht zeichnen“. Heute gibt er seit Jahren erfolgreich Visualisierungstrainings für Trainer*innen, Coaches/Coachinnen, Führungskräfte und Mitarbeiter*innen in Groß-, wie Kleinunternehmen, für Lehrende an Universitäten und Hochschulen, sowie Gewerkschaften und Verbände.

Er berichtet: „Seit Jahren gestalte ich meine Seminare in den Bereichen Coaching, Gesundheit und Führung mit Hilfe der Technik des Visualisierens. Die Rückmeldungen der Teilnehmenden sind immer positiv. Viele wollen das auch können und fragen mich, wie man das lernen kann. Die meisten Menschen denken, dass man dafür besonders begabt sein muss. Nach unserem zweitägigen Visualisierungs-Seminar höre ich dann wirklich häufig den Satz: Ich hätte nie gedacht, dass ich so gut zeichnen kann.“

Wer die Technik der Visualisierung in der Praxis kennenlernen möchte, hat am **13.-14.November 2021** die Gelegenheit, an unserem nächsten Seminar **Visualisierung | Grundkurs** teilzunehmen.

Wer seinen inneren Kritiker bereits überzeugt hat und nun nach neuen Ideen, Impulsen oder Techniken sucht, dem empfehlen wir das Seminar **Visualisierung | Fortgeschrittene** am **04.- 05. Juni 2022**.