

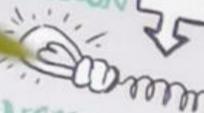
SKETCHNOTES

DISTRIBUTION

ZUR

WISSENSVERMITTLUNG

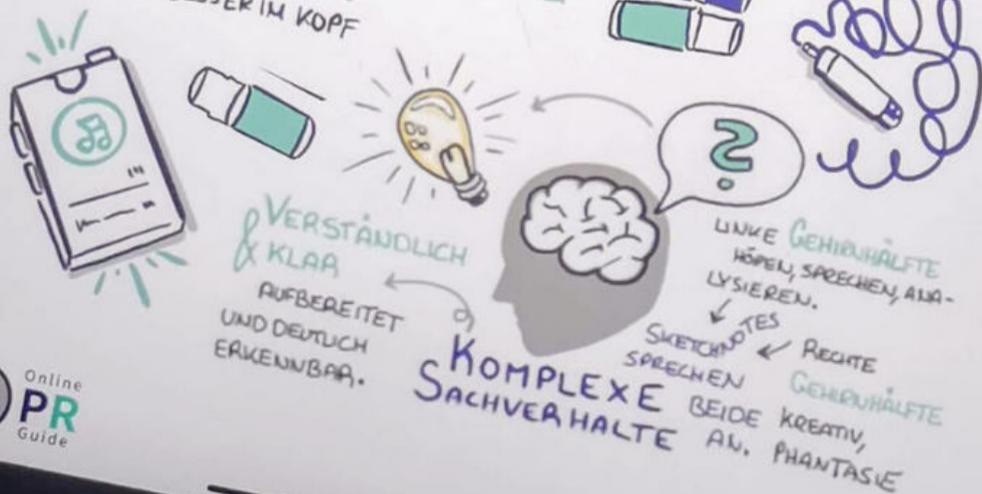
BE SOCIAL MEDIA-UND PR-MAßNAHMEN



Sketchnotes

GRUNDLAGEN, ÜBUNGEN & TIPPS

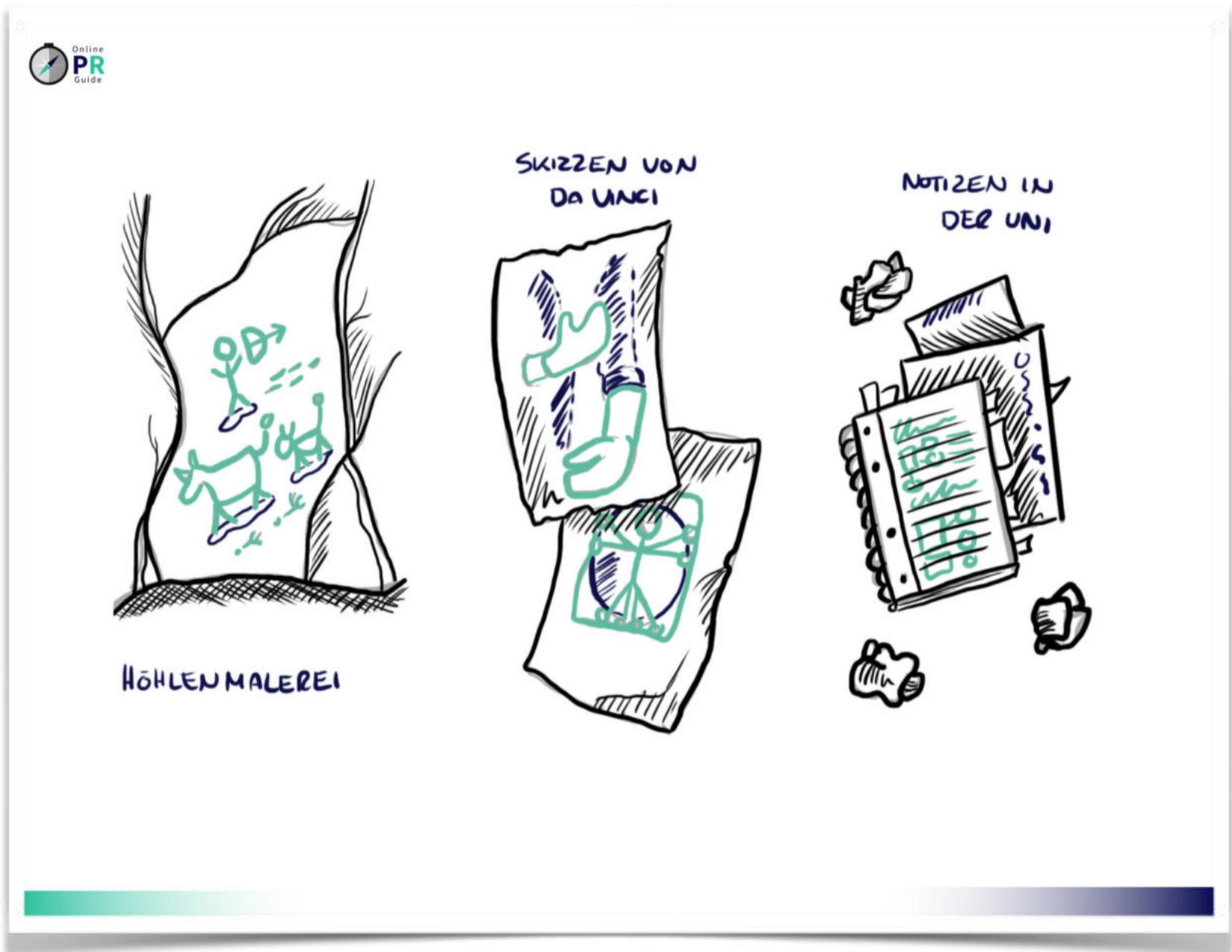
ALLES, WAS DU FÜR DEINEN EINSTIEG BRAUCHST



Sketchnotes: Wer ist der Erfinder?	4
Graphic Recording.....	5
Graphic / Visual facilitation	6
Missverständnisse, die du über Board schmeißen kannst	7
6 Gründe, warum du mit Sketchnotes anfangen solltest	8
Werkzeuge und Materialien für deine Sketchnotes	9
Das steckt in Steffi's Schreibtischschublade.....	9
Material: Papier und digitale Tools.....	12
Digitale Tools für's Sketchnoting.....	13
Das visuelle Alphabet: Alles, was du für deine Sketchnote brauchst.....	15
Ein visuelles Alphabet mit 12 Elementen	16
Der Aufbau einer Sketchnote	17
Mit diesen Elementen kannst du deine Sketchnote füllen.....	19
Bring mehr Struktur in deine visuelle Notiz	21
Ein- oder mehrfarbig? So betonst du deine visuellen Notizen mit Farbe ...	23
Sketchnote-Praxis: So kannst du deine Zeichentechnik verbessern	24
Warum Zuhören so wichtig ist.....	24
Der sichere Umgang mit dem Stift	25
Einstieg: So klappt's, auch wenn du denkst "Ich kann nicht malen"	27
Die häufigsten Gründe, die dich an deinem Sketchnote-Einstieg hindern	27
Sketchnote-Übungen	35
Grundlagen festigen	35
Erweitere deine visuelle Bibliothek.....	41
Sketchnotes kann jeder malen.....	45

SKETCHNOTES: WER IST DER ERFINDER?

Das lässt sich eigentlich nicht genau sagen. Denn an unterschiedlichen Zeitpunkten der Geschichte erstellten Menschen Visualisierungen, um von Dingen zu berichten, Erzählungen zu teilen oder Ideen zu notieren.



Wenn man den Begriff also großzügig auslegt, waren schon die Höhlenmalereien unserer Vorfahren so etwas wie Sketchnotes. Kennst du die Skizzen und Notizen von Leonardo Da Vinci? Auch diese Notizen könnten Sketchnotes gewesen sein. Dank der [Gestaltung von Interfaces](#) – im IT-Bereich – stieg der Bekanntheitsgrad von Sketching weiter an. [Gerüchten zufolge](#) entstand Twitter erst auf dem Papier, bevor der Microblogging-Dienst technisch umgesetzt wurde.

Hast du während deiner Ausbildung oder deines Studiums öfter mal auf deinem Block Mitschriften von Vorträgen erstellt, um später die besprochenen Inhalte für deine Klausuren und Hausarbeiten nutzen zu können? Diese bestehen mit Sicherheit nicht nur aus Texten, sondern auch aus Grafiken und vielleicht der einen oder anderen Kritzelei. Man kann auch hier von einer Sketchnoteform sprechen.

Wenn du heutzutage einen Sketchnoter fragst, wer denn die Sketchnote, wie wir sie heute kennen, erfunden hat, lautet die Antwort meistens: "Mike Rohde". Den Autor und Kreativmensch nervte es, dass er mit herkömmlichen Notizen nicht alle Details einfangen konnte. Er kombinierte textuelle mit visuellen Inhalten, damit das Notierte länger im Kopf bleibt.

Nach mehreren Tests stellte Rohde fest, dass er sich mithilfe dieser Methode besser auf das jeweilige Thema konzentrieren und das Gesagte oder Gelesene im Gedächtnis behalten konnte. Das Jahr 2006 ist also das "offizielle" Jahr, in dem der Begriff "Sketchnotes" von [Mike Rohde erfunden wurde](#).

DEFINITION

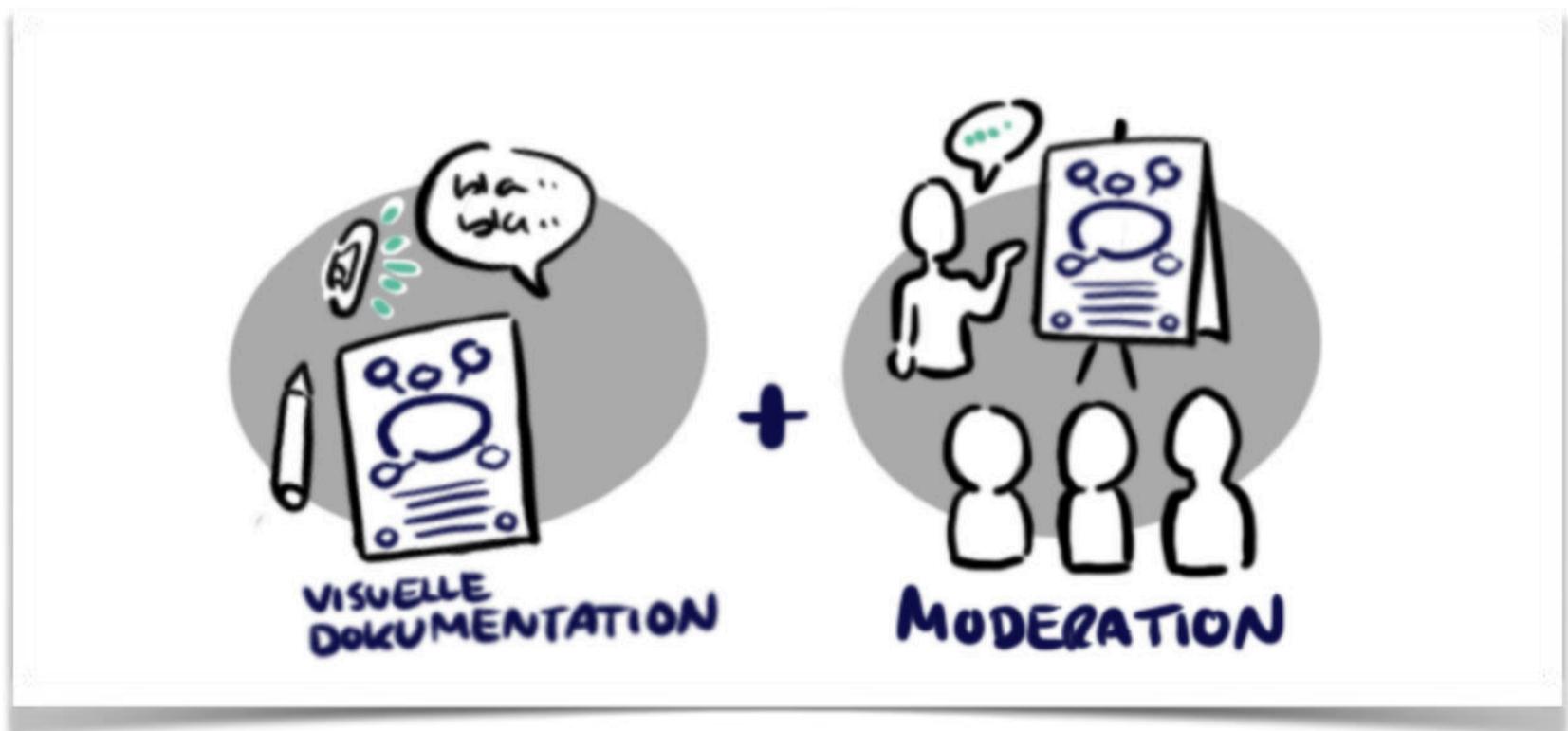
Sketchnotes sind visuelle und textuelle Notizen. Zur Erstellung können Texte, Bilder und Strukturen genutzt werden. Der Begriff setzt sich aus zwei englischen Wörtern zusammen: Sketch, was so viel wie "Skizze" bedeutet, und Note, das im Deutschen als "Notiz" übersetzt werden kann. "Sketchnoting" bezeichnet den dazugehörigen Erstellungsprozess.

GRAPHIC RECORDING



Darunter versteht man visuelle Dokumentation, die in Echtzeit stattfindet. Graphic Recording kannst du öfter auf Events sehen: Riesige weiße Leinwände werden meistens den ganzen Veranstaltungstag über mit visuellen Elementen und Inhalten befüllt. Graphic Recorder erstellen also ein visuelles Protokoll eines Formats. Wie bei Sketchnotes werden auch bei diesem kreativen Prozess komplexe Themen einfach und klar visuell festgehalten.

GRAPHIC / VISUAL FACILITATION



Dieser Ansatz vereint visuelle Dokumentation und Moderation. Damit ist Visual Facilitation die visuelle Begleitung eines Prozesses. Deren Aufgabe ist es in Gruppenprozesse einzugreifen und diese zu moderieren. Darüber hinaus wird der Prozess vom / von der Moderator*in visuell begleitet und gestaltet.

MISSVERSTÄNDNISSE, DIE DU ÜBER BOARD SCHMEIßEN KANNST

Das mit der Zeit Fehldeutungen entstehen können, ist nicht normal. Von den folgenden Missverständnissen kannst du dich aber verabschieden. Alles was sie tun ist, dich davon abzuhalten mit Sketchnotes anzufangen.

- **Gibt es die eine richtige Methode?** Nein, gibt es nicht. Es gibt weder eine falsche noch eine richtige Methode, um diese Notizen zu erstellen. Zwar gibt es eine Vielzahl von Techniken und Herangehensweisen, diese wurden aber für völlig unterschiedliche Level und Fähigkeiten konzipiert. Wir malen alle unterschiedlich, weil wir alle verschiedene Fähigkeitsstufen haben. Aus diesem Grund ist auch jede Sketchnote einzigartig.
- **Hat Sketchnoting hat etwas mit Kunst zu tun?** Auch diese Fragen kann ich mit "Nein" beantworten. Hier geht es nicht darum, künstlerische Fähigkeiten auszubilden oder zu entwickeln. Vielmehr geht es darum, seine eigenen Notizen so visuell zu gestalten, dass man mehr der aufgenommenen Inhalte im Gedächtnis behalten kann. Dabei muss man nicht auf Text, Kritzelei und Bilder setzen, Die Kombination dieser Formen bleibt einem selbst überlassen. Schlussendlich geht es darum, dass du – SketchnoterIn – das von dir Gehörte notierst und für dich selbst ganz allein unvergesslich machst.
- **Limitierung bei Zeichnungen und Text?** Du benötigst keine fein ausgearbeiteten Zeichnungen. Banner, Icons, Pfeile und Symbole reichen völlig aus, um deine Ideen auch visuell darzustellen oder textuelle Inhalte zu betonen. Du kannst aber auch so viel Textbausteine verwenden wie du willst. Es ist deine Grafik. Dein Stil. Deine Entscheidung.

6 GRÜNDE, WARUM DU MIT SKETCHNOTES ANFANGEN SOLLTEST

Es gibt natürlich mehr Gründe, warum du damit anfangen solltest. Aber ich glaube, ich habe die schönsten "Warums" für dich herausgesucht.

1. **Entspann dich!** Der Erstellungsprozess kann entspannungsfördernd sein. Du musst dir keine Gedanken um Details machen. Es geht nur darum, eine Idee möglichst einfach zu visualisieren.
2. **Einfach machen, einfach Idee erschaffen!** Einfachheit ist das A und O von Sketchnotes. Einfach macht nicht nur Spaß oder entspannt. Diese Art der Notizen lassen sich auch schnell und problemlos erstellen.
3. **Nächster Halt deine Phantasie!** Beim Sketchnoting kann ich mich wunderbar vertiefen. Dabei vergesse ich alles um mich herum. Schwupps bin ich auf einem anderen Planeten – in meiner eigenen Welt. Diese Grafiken können auch deine Fantasie beflügeln, wenn du es zulässt.
4. **Üben, üben, üben!** Wenn du das visuelle Alphabet beherrschst und weißt, mit welchen Strukturen du deine Sketchnotes aufbauen kannst, hast du schon alles, was du brauchst. Der Einstieg ist also relativ einfach. Alles, was du jetzt noch tun musst, ist üben, üben, üben. Denn so entwickelst du dich weiter – was oft recht schnell geht.
5. **Konzentra... was?** Beim Erstellungsprozess musst du gleichzeitig, zuhören, überlegen, wie du etwas visualisierst und es dann auf dein Papier zeichnest – Multitasking, wenn man es so nennen will. Damit das alles so reibungslos klappt, ist viel Konzentration notwendig. Mit Sketchnoting lernst du also, konzentrierter zu arbeiten und dich nicht so leicht ablenken zu lassen.
6. **Erinnere dich!** Deine erstellten Notizen helfen dir dabei, die notierten Dinge länger zu verinnerlichen – und das nicht nur über Tage, sondern auch Monate und vielleicht sogar Jahre.

WERKZEUGE UND MATERIALIEN FÜR DEINE SKETCHNOTES

Auch hierfür gibt es schon sehr viele Beiträge – von der Länge her würde ich manche schon als Doktorarbeiten bezeichnen. Aber dahinter steckt Begeisterung, nicht nur für den Prozess, sondern auch für die Werkzeuge und Materialien, die du dafür nutzen kannst. Statt dich also mit einer langen Aufzählung von Produkten und deren Vor- sowie Nachteile aufzuhalten, beschränke ich mich auf die folgenden beiden Grafiken. Hier zeige ich dir, womit ich häufig arbeite. Anschließend betrachten wir handgezeichnete und digitalgezeichnete Sketchnotes.

DAS STECKT IN STEFFI'S SCHREIBTISCHSCHUBLADE

Erstaunlich, was man alles in seinen Schubladen findet. In der folgenden Infografik siehst du die Tools, die ich am liebsten und am häufigsten nutze. Du musst nicht in ähnliche Sachen investieren.

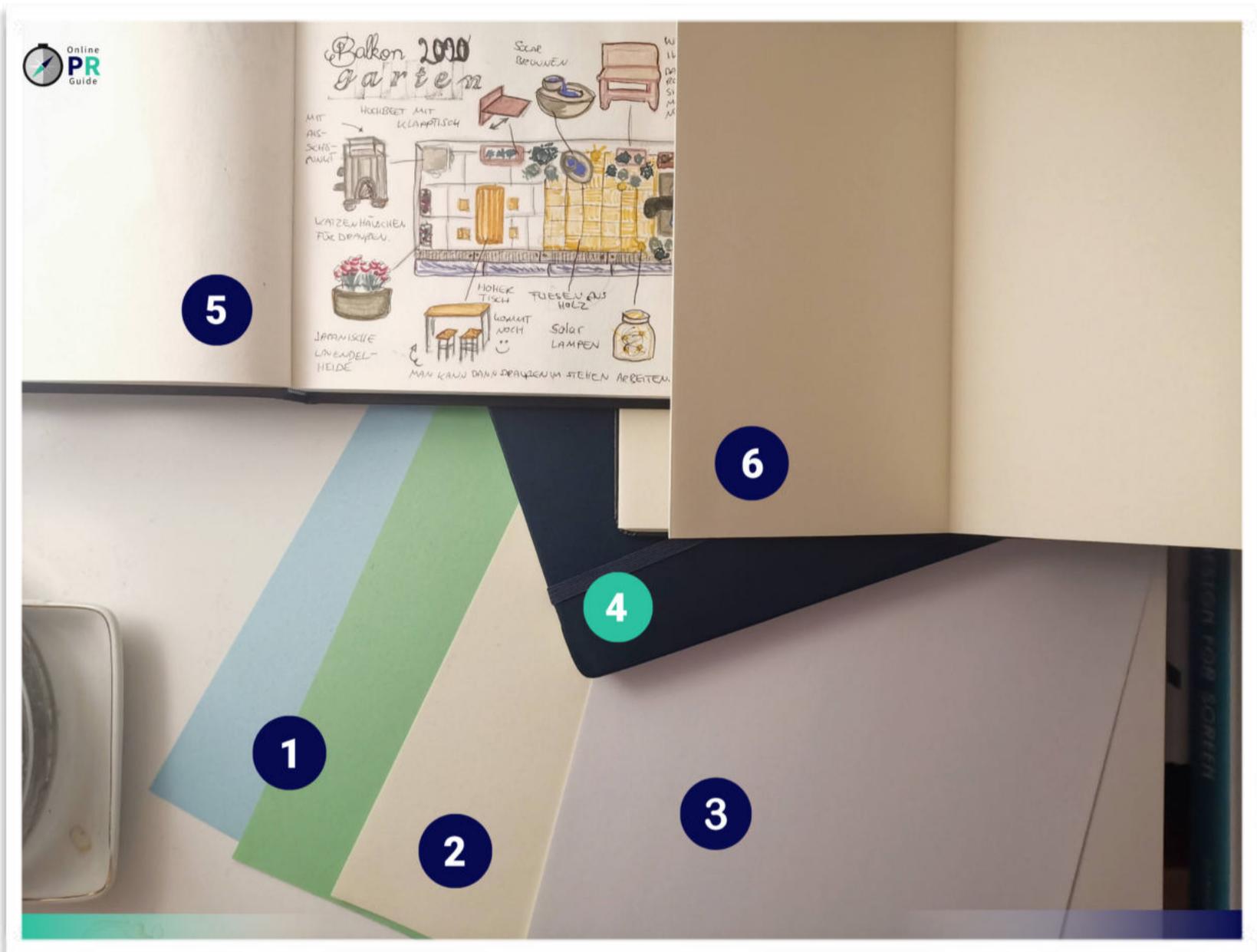


Viel wichtiger ist, dass du unterschiedliche Sachen testest und ein Gefühl dafür bekommst, mit welchen Werkzeugen du dich am wohlsten fühlst. Dabei spielt es keine Rolle, ob sie kostengünstig oder teuer sind.

- 1. Bleistifte:** Mit diesen Stiften habe ich hauptsächlich während meines Sketchnote-Einstiegs gearbeitet. Warum? Ich konnte meine Sketchnotes im Voraus planen und meine Struktur festlegen. Sobald ich alles für mich wichtige visuell notiert und mit Filzstift oder Kugelschreiber "schön" gezeichnet hatte, konnte ich zum Schluss meine Bleistiftlinien wegradieren. Am liebsten nutze ich die Bleistifte von Faber-Castell.
- 2. Kugelschreiber:** Ein Stift, den jeder zu Hause hat. Kugelschreiber nutze ich gerne, da man schöne durchgängige Linien mit ihnen zeichnen kann, während sie über das Papier gleiten. Die Haptik variiert natürlich. Es kommt darauf an, was man in die Hände bekommt. Oft nutze ich aber auch die Kugelschreiber, die meine Kunden auf ihren eigenen Events verteilen.
- 3. Fineliner:** Wenn du schon etwas Übung hast, kannst du deine Sketchnotes auch gleich mit diesen Stiften zeichnen. Schwarz ist hier die üblichste Farbe – ich skizziere und zeichne damit auch am liebsten. Der Vorteil von Finelinern gegenüber Filzstiften? Fineliner verlaufen nicht, wenn du sie mit der Spitze auf dem Papier lässt. Ich nutze gerne Fineliner von Faber-Castell oder Stabilo.
- 4. Stift für Schattierungen:** Filzstift, Fineliner oder Marker – hierfür kannst du eigentlich jeden beliebigen Stift nehmen. Schatten verleihen deinen Symbolen und Icons den letzten Schliff, betonen diese und wirken interessanter auf den Betrachter. Für Schatten nutze ich gerne den Tombow ABT Brush Pen – N52 (water-based). Fühlt sich gut in der Hand an. Striche können leicht dick oder dünn gezeichnet werden, es braucht nicht viel Druck.
- 5. Farbe:** Du willst deiner Sketchnote mehr Leben einhauchen und Schatten reicht dir dazu nicht? Dann suche dir ein bis zwei Farben aus und nutze diese, um deine Symbole oder Textbausteine zu betonen bzw. hervorzuheben. Du kannst entscheiden, wie viel Farbe du einsetzen willst. Achte nur darauf, dass man vor lauter Farben noch deine Visualisierung erkennen kann. ;-) Wenn es schnell gehen muss, nehme ich gerne Edding(s). Zeichnungen, die ich in Ruhe ausarbeiten kann, bearbeite ich gerne mit Copic Markern.
- 6. iPad + Apple Pencil:** Mein Lieblingswerkzeug, wenn ich digitale Sketchnotes erstelle und das Werkzeug, mit dem man mich wahrscheinlich am häufigsten sieht. Der Apple Pencil liegt sehr gut in der Hand und die Reaktionszeit zwischen Pencil und Tablet ist wahnsinnig schnell. Zum Zeichnen nutze ich hauptsächlich Procreate. Davor hatte ich

Pixelmator und Notability genutzt. Zum Einstieg reicht aber auch die Notizfunktion von Apple selbst.

Welche Materialien ich nutze? Das kommt darauf an, ob ich etwas für einen Kunden oder für mich selbst visualisiere. Je nachdem greife ich gerne zu unterschiedlichen Formaten, Farben und Sorten.



1. **Farbiges Papier:** Weißes Papier – du kannst es einfach nicht mehr sehen? Dann greif zu einer bunteren Version. Sei dir aber bewusst, dass Farben und Schatten auf bunten Hintergründen anders wirken als auf dem weißen Pendant. Ich nutze gerne farbiges Papier, um meine Sketchnotes eine andere Betonung und Wirkung zu geben.
2. **Aquarellpapier:** Diese Papierart hat oft keine glatte Oberfläche – Striche wirken dann beim genauen Hinsehen nicht ganz gerade. Außerdem hat Aquarellpapier eine schöne Haptik. Allerdings ist es auch sehr saugfähig – Farbe kann sich etwas ausdehnen, wenn du zu lange mit einem Stift auf dem Papier bleibst. Diesen Effekt kannst du für deine Sketchnote aber auch gezielt nutzen. Ich weiß, ein unübliches Papier für Sketchnotes.
3. **Festes Papier:** Es wellt sich nicht. Es reißt kaum. Festes Papier nutze ich am liebsten. Je nachdem, ob du mattes oder glänzendes Papier nutzt, kannst du damit zusätzliche

interessante Effekte erzielen. Farben wirken grundsätzlich sehr stark auf festem Papier. Setze Farben also besser nur dezent ein. Falls du kein spezielles, festes Papier hast, kannst du auch etwas dickeres Druckerpapier nehmen. ;-) Das funktioniert fast genau so gut.

4. **Notizbuch DIN A4:** Ideen und private Sketchnotes sammle ich gerne in Notizbüchern. So fliegen keine losen Blätter bei mir im Arbeitszimmer herum oder gehen kaputt. Das hier ist ein Buch mit blanken Seiten. Es gibt aber auch Notizbücher, die Punktpapier beinhalten. Perfekt für Sketchnote-Einsteiger, da man die Punkte nutzen kann, um gerade Striche und geometrische Figuren leichter zu zeichnen. Dieses Notizbuch ist ein wenig kostspieliger, hat aber wunderbares Papier – Moleskine eben.
5. **Skizzenbuch:** Wenn ich nicht viel Platz in meiner Tasche habe, nehme ich gerne dieses kleine Skizzenbuch mit, um spontane Ideen festzuhalten. Das Format ist etwas gewöhnungsbedürftig. Das Papier ist aber sehr gut und nimmt Farbe gut auf. Dieses Skizzenbuch bekommt man für wenige Euro bei Flying Tiger.
6. **Japanische Album:** Auch beim Papier um die Ecke denken? Oder an einem Bild ständig weiter malen und es erweitern? Dann ist vielleicht das japanische Album die richtige Wahl für dich. Eigentlich wurde es für Musiker, Sound-Designer und Komponisten entwickelt. Aber du siehst auch immer wieder andere kreative Köpfe mit diesem Format spielen. Einfach mal ausprobieren. Bisher gefällt es mir sehr gut. ;-) Das Album bekommst du beispielsweise bei Moleskine.

MATERIAL: PAPIER UND DIGITALE TOOLS

Über Papier habe ich dir bereits etwas erzählt. Deswegen werde hier nur kurz auf das Material eingehen. Dafür nehme ich mir etwas mehr Zeit für das digitale Sketchnoting und stelle dir ein paar Apps vor, mit denen ich schon gearbeitet habe.

Papier und Notizbücher

Neben den bereits vorgestellten Notizbüchern kannst du auch Bücher mit Ringbindungen nutzen. Diese sind etwas leichter in der Handhabung. Besonders praktisch, wenn du schnell Dinge mit schreiben und keine Zeit verschwenden willst. Achte bei der Papierwahl darauf, dass du nicht zu raues Papier aussuchst. Einige Farbstifte und Brush Pens reagieren empfindlich darauf und gehen schneller kaputt.

Vorteile:

- Du hältst deine Sketchnote sofort in den Händen und musst diese nicht erst ausdrucken.
- Für Veranstaltungen können großformatige Bilder erstellt werden, die sich Teilnehmer in Ruhe anschauen können.

Nachteil:

- Die eigenen Werke zu digitalisieren kann umständlich sein.
- Fehler lassen sich nur schwer ausbessern.

DIGITALE TOOLS FÜR'S SKETCHNOTING

Zeichen- und Sketchnote-Apps gibt es sowohl für iOS / iPadOS als auch Android. Besonders praktisch sind die Applikationen, bei denen du verschiedene Ebenen erstellen kannst. So machst du dir die Überarbeitung im Anschluss leichter und behältst einen besseren Überblick über die einzelnen Elemente deiner Sketchnote.

Vorteile:

- Die Bilddatei kann sofort auf Social Media geteilt oder per E-Mail verschickt werden.
- Dir stehen bei der Gestaltung unendlich viele Farben zur Verfügung.
- Dein Tablet kann an einen Beamer oder einen Monitor angeschlossen werden, so können dich Teilnehmer bei Veranstaltungen beim Sketchnoting zusehen.
- Die Entstehung kann als Zeitraffervideo aufgenommen, als Grafik geteilt und für andere Formate leichter aufbereitet werden.

Nachteile:

- Wenn es keine Projektion gibt, sind die digitalen Sketchnotes für Teilnehmer nur im Social Web oder in einem anderen digitalen Format sichtbar.

Applikationen, die ich für meine Sketchnotes nutze:



1. Procreate | iOS
vergleichbar mit Photoshop
10,99 €



2. Notability | iOS
Notizen + PDF-Kommentare
9,99 €



3. Good Notes 5 | iOS
Notizen + Dokumentenverwaltung
8,99 €



4. Tayasui Sketches | iOS + Android
Zeichen-App für Kinder
Kostenlos / Vollversion: 6 €



5. Autodesk Sketchbook | iOS + Android + Desktop
umfangreiche Zeichen- und Mal-App
kostenlos



6. Adobe Photo Sketch | iOS + Android
Skizzen
kostenlos



7. Paper | iOS
Skizzen + Benutzerfreundliche Oberfläche
8,99 €

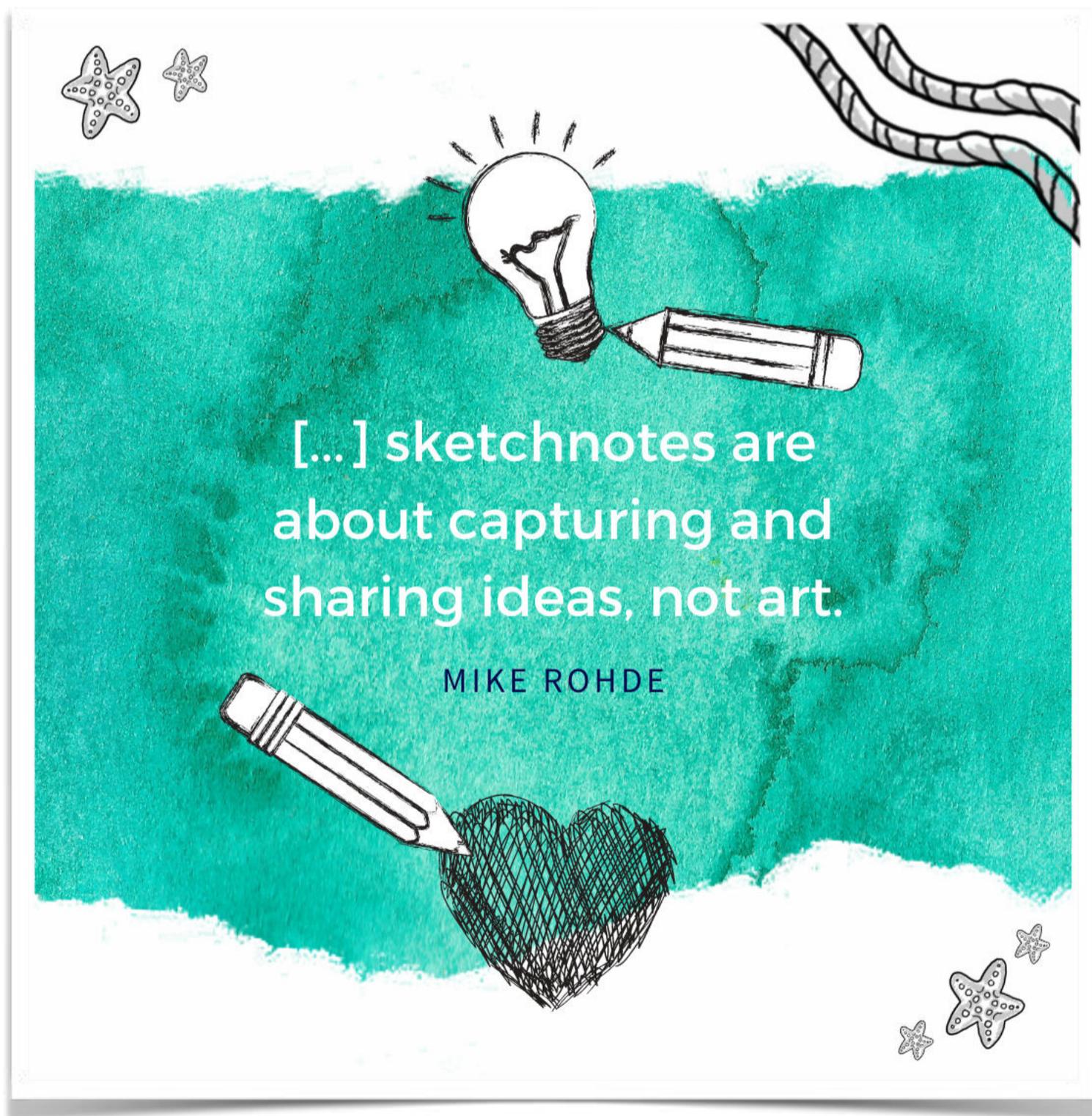


8. Linea Sketch | iOS
Sketchen bzw. Sketchnoting
Kostenlos / Vollversion: 5,49 €

DAS VISUELLE ALPHABET: ALLES, WAS DU FÜR DEINE SKETCHNOTE BRAUCHST

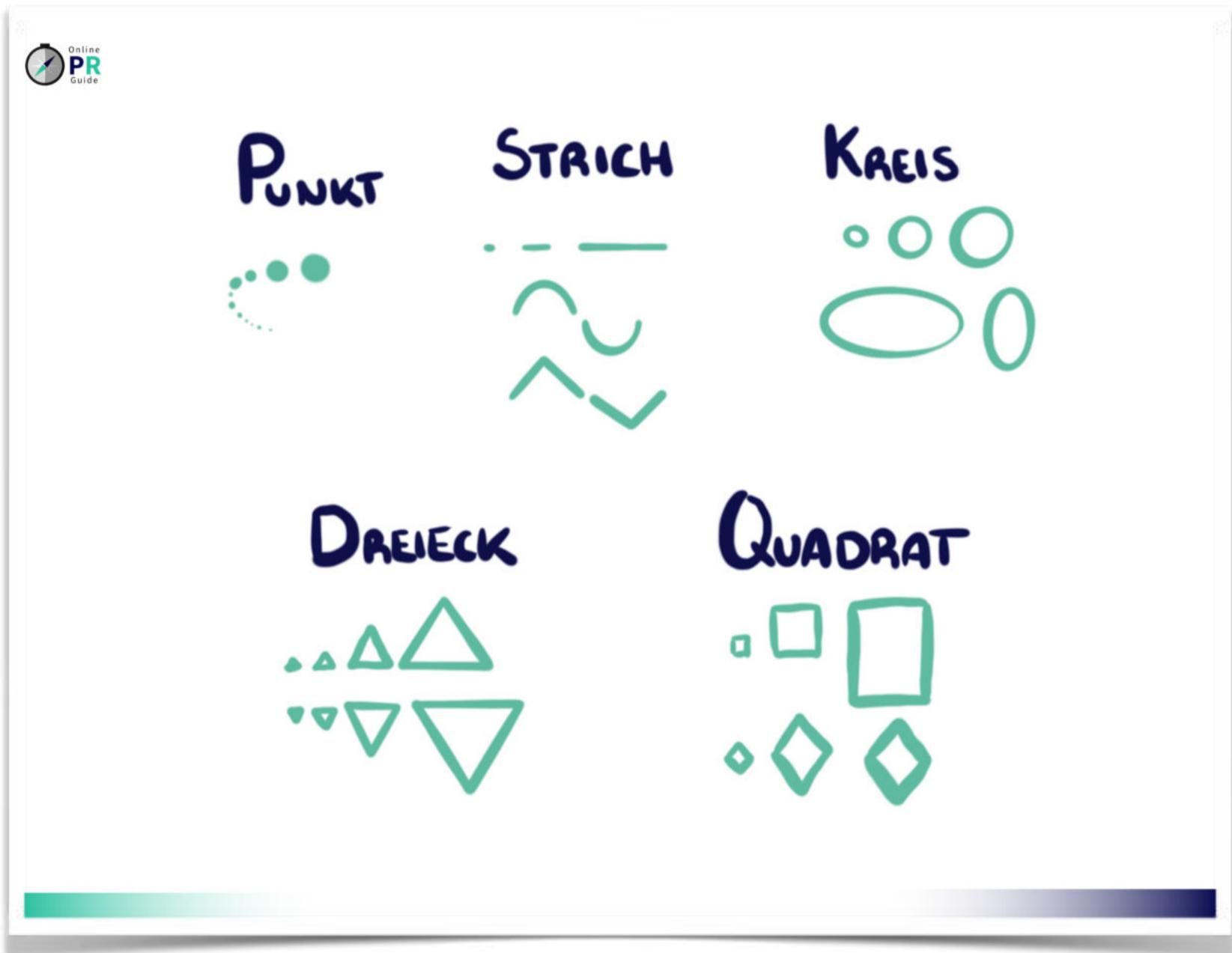
Wie zeichnet man Sketchnotes und die dazugehörigen Visualisierungen? Alles, was du dazu brauchst sind die folgenden, einfachen Elemente. Denn beim Sketchnoting geht es nicht darum, dass du die Dinge so naturgetreu wie möglich malst, sondern es genau umgekehrt machst: Du zeichnest Gegenstände, Tiere und Menschen so einfach wie möglich.

Hauptsache du und die Menschen, mit denen du deine Grafiken teilst, können erkennen, was du zum Ausdruck bringen willst. Mach dir also weniger Gedanken darum, was du nicht zeichnen kannst und überlege, was du alles mit dem visuellen Alphabet darstellen kannst. Und denk immer daran:



Bevor du mit dem Üben loslegst, kannst du dir Gebrauchsgegenstände bei dir zu Hause anschauen. Überlege, wie diese Dinge aussehen würden, wenn sie flach wie ein Icon auf deinem Papier liegen würden.

So entwickelst du ein Gefühl für die Elemente und tust dir vielleicht leichter, sie auch auf das Papier zu bringen. Alles, was du zum Sketchnoten brauchst sind Dreiecke, Kreise, Linien, Punkte und Quadrate:



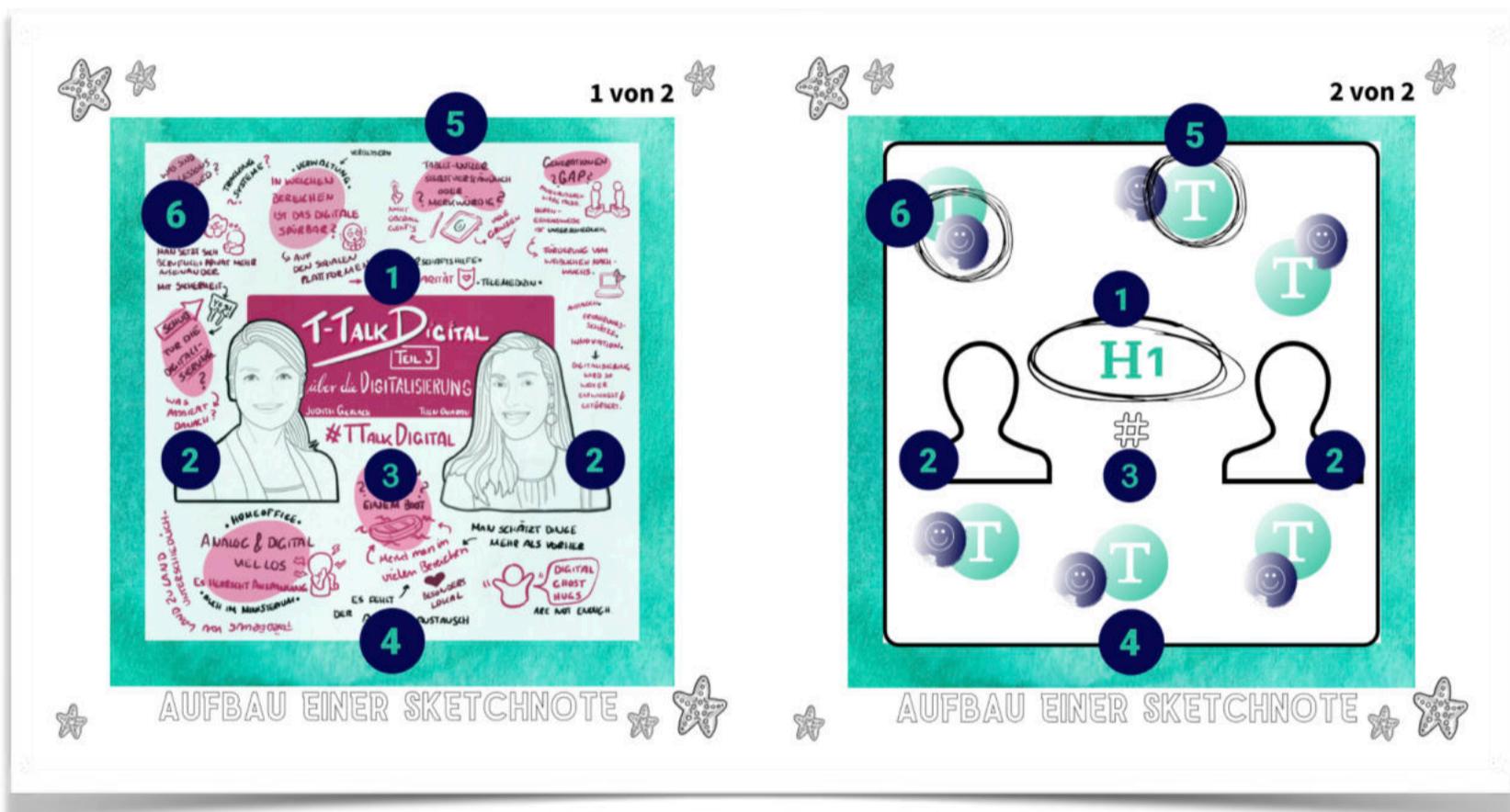
EIN VISUELLES ALPHABET MIT 12 ELEMENTEN

Das ist das bekannteste Alphabet, das für Sketchnotes genutzt wird. Es gibt aber auch immer wieder neue Ideen, wie man das Alphabet erweitern oder sogar umdenken kann. Die folgenden visuellen Buchstaben stammen von [Scriberia Ltd.](#) und beinhaltet insgesamt 12 Grundelemente.

Auf den ersten Blick leuchten einem diese Elemente vielleicht nicht ganz ein. Doch sobald man sich eines der Sketchnote-Erklärvideos anschaut, macht es im kreativen Kopf klick. Warum also das bestehende Alphabet nicht um das eine oder andere Element erweitern?

DER AUFBAU EINER SKETCHNOTE

Sketchnotes können auf unterschiedlichste Art und Weise strukturiert werden. Doch es gibt gewisse Ähnlichkeiten – Bausteine, die immer wieder verwendet werden. Diese schauen wir uns im Detail im nächsten Punkt an. Jetzt betrachten wir erstmal einen Aufbau näher an:



Lass uns die Bausteine 1 bis 6 durchgehen:

1. **Titel** – Hier schreibst du das Hauptthema deiner Sketchnote hin.
2. **Speaker** – Wer spricht über das Thema? Es reicht, wenn du hier den Namen der Person nennst. Du kannst aber auch eine Figur der Person mit deren auffälligsten Merkmalen zeichnen.
3. **Hashtag** – Gibt es zu dem Format, bei dem du mit zeichnest, vielleicht einen Hashtag oder eine übergeordnete Veranstaltung? Dann schreibe ihn unter den Titel. So wissen die Betrachter, wo sie sich weiter informieren können.

4. **Struktur** – Für diese Sketchnote habe ich die klassische Mind Map als Struktur gewählt. Es gibt aber natürlich noch viele weitere Möglichkeiten, wie du deine Sketchnote strukturieren kannst. Denkbar ist auch Popcorn, Spalten u. v. m. Dazu kommen wir als nächstes.
5. **Textbausteine – Ideen – Thesen** – Wie bei einer Mind Map üblich platzierst du dazugehörige Inhalte um das Hauptthema herum. Bei dieser Sketchnote waren es ein paar Thesen und Fragen.
6. **Bild-/Symbol-/Icon-Bausteine** – Du kannst – musst aber nicht – deine Textbausteine mit einem visuellen Element betonen. Dieses kann die Aussagekraft des Inhalts unterstützen.

Du kannst deine Sketchnotes auch völlig frei gestalten. Behalte nur im Hinterkopf, dass die Sketchnote für den Betrachter lesbar bleibt, wenn du sie beispielsweise in Social Media teilst.

MIT DIESEN ELEMENTEN KANNST DU DEINE SKETCHNOTE FÜLLEN

Container, Figuren, Gesichter, Linien, Pfeile und/oder Symbole – Mit diesen Elementen verleihst du deiner Sketchnote Struktur, Übersichtlichkeit und deinen kreativen Ideen das gewisse Etwas.



Container – Dazu zählen einfache Quadrate und Rechtecke, aber auch Banner und Sprechblasen. Du kannst Texte und/oder Symbole in einen Container platzieren. Damit hebst du bestimmte Inhalte hervor und schaffst durch ihren Einsatz eine übersichtlichere Struktur.

Figuren – Du willst eine Sketchnote über ein emotionales Thema erstellen? Dann kann es sich anbieten mit Figuren zu arbeiten. Diese geben deiner visuellen Notiz einen menschlichen Touch. Diesen musst du aber nicht detailliert ausarbeiten. Oft reichen schon wenige Striche, um sie emotional wirken zu lassen. Man muss nur erkennen, was die Figuren darstellen.

Du kannst einfache **Strichmännchen** anfertigen. Oder du nutzt sogenannte **Sternenmännchen** – aufgrund ihrer Einfachheit von Graphicrecordern bevorzugt. Diese haben einen sternenförmigen Körper. Oder du greifst auf die **Gray-Methode**, erfunden von Dave Gray zurück. Bei dieser Methode malst du Figuren mithilfe eines Rechtecks als Körper, ein Oval als Kopf sowie Striche für Arme und Beine. Probiere die unterschiedlichen Möglichkeiten aus, und versuche herauszufinden, welche dir am meisten Spaß macht.

Gesichter – Auch hier braucht es nicht viele Striche, um mit Kombination von Augenbrauen und Mündern Emotionen visuell zu zeigen. Schließlich malst du keine Porträtbilder. Wenn du eine Sketchnote zu einem Vortrag machst, kann es für Betrachter, die nicht vor Ort waren, interessant sein, ein Gesicht vom Speaker zu sehen.

Linien / Trenner – Mit diesen Elementen schaffst du eine klarere Struktur und vermeidest, dass deine Sketchnote unübersichtlich wird. Vor allem dann, wenn deine Aufzeichnungen linear einer Seite folgen, sorgen Linien und/oder Trenner für mehr Ordnung.

Pfeile – Vor allem, wenn du die übliche Leserichtung von links nach rechts und von oben nach unten nicht einhältst, können Pfeile den Blick des Betrachters gezielt lenken. Sie sind aber auch praktisch, wenn du auf bestimmte Elemente deiner Sketchnote aufmerksam machen willst.

Symbole / Icons – Du willst einen komplexeren Zusammenhang visuell darstellen? Dann schaffst du das am besten mit Symbolen und Icons. So sparst du dir viel Text und Platz auf deiner visuellen Notiz.

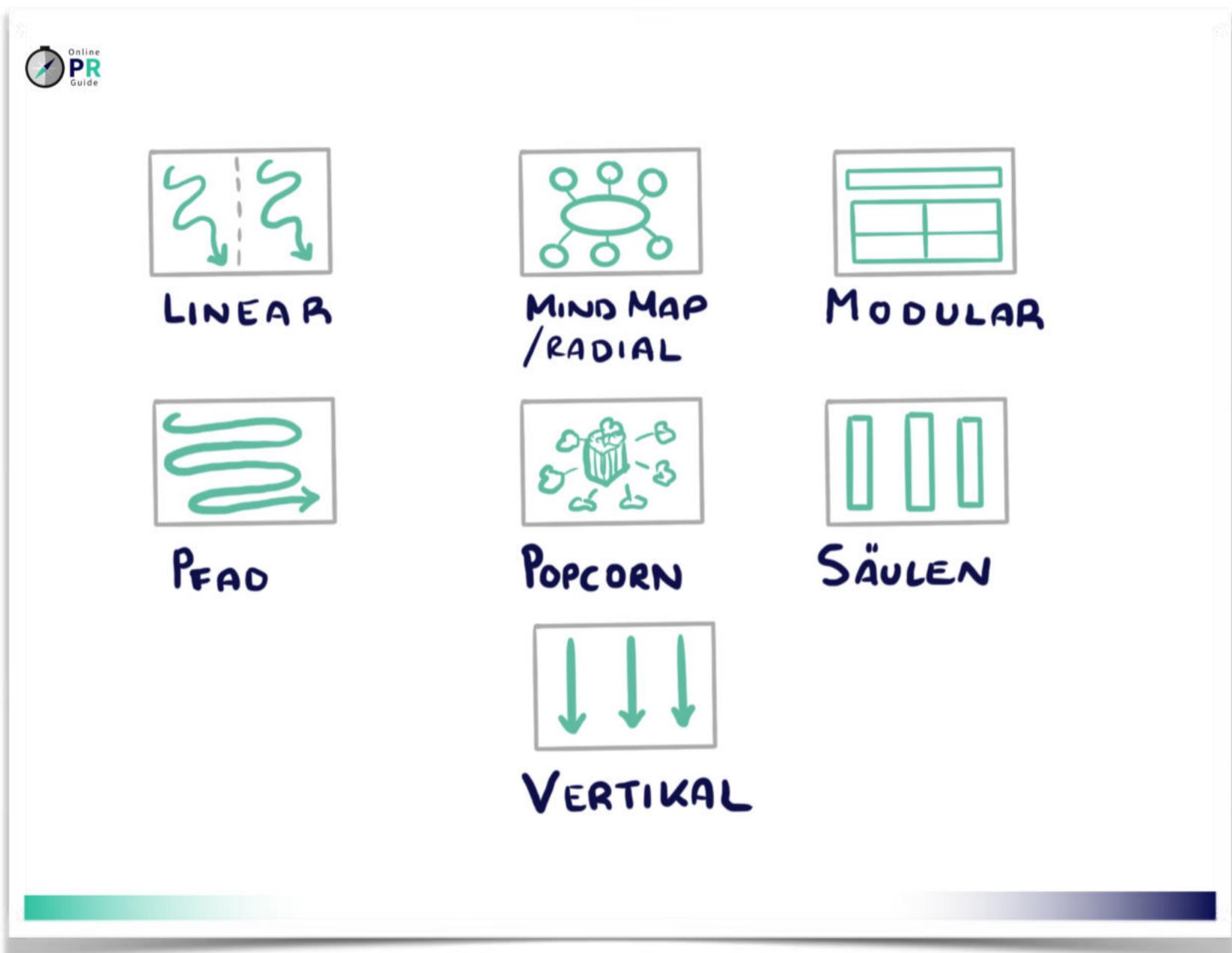
Diagramme – Sie bestehen eigentlich selbst aus verschiedenen Elementen. Diagramme zeigen dem Betrachter, wie sich etwas in der Tendenz verhält. In einem Vortrag wird ein wichtiges Diagramm gezeigt? Dann kann es Sinn machen, dieses in vereinfachter Form in deine Sketchnote mit aufzunehmen.

Handschriftlicher Text – Erklärungen, Ideen oder weitere Ausführungen werden üblicherweise in Druckschrift auf einer visuellen Notiz platziert. Diese lässt sich sehr leicht lesen und kann platzsparend positioniert werden.

Weitere Schriftarten – Du willst deine Überschrift oder diverse Untertitel betonen – die Druckschrift reicht dir dafür aber nicht? Deine Wahl könnte dann auf Blockschrift, Schriftzüge mit mehreren Linien oder Serifen (Buchstaben haben "Füßchen") fallen. Der Einsatz unterschiedlicher Schriftarten macht deine Sketchnote interessanter. Achte allerdings auf eine gewisse Balance. Sonst sieht man deine visuelle Notiz vor lauter Schriftzügen nicht mehr.

BRING MEHR STRUKTUR IN DEINE VISUELLE NOTIZ

Auch wenn du gerade erst mit dem Sketchnoting anfängst, kannst du mithilfe einer guten Struktur eine gute Sketchnote erstellen. Im Folgenden stelle ich dir die Muster vor, die du für deine visuelle Notiz verwenden kannst – kein Muss, aber ein erster guter Orientierungspunkt. Jede dieser Strukturen hat Vor- und Nachteile.



Linear – Die bekannteste Form, um eine Notiz zu strukturieren. Wie bei einem Buch wird dann die Grafik von links nach rechts und von oben nach unten gelesen. Diese Art des Informationsflusses ist bekannt. Der Betrachter wird also kein Problem damit haben, diese zu lesen. Aber vielleicht wirkt dieses Format auch zu einengend für dich?

Mind Map / Radial – In der Mitte befindet sich das Kernthema. Rund herum platzierst du Aussagen und Ideen zu dem Thema. Um dem Betrachter das Lesen zu erleichtern, kannst du diese im Uhrzeigersinn – und vielleicht mit einer Nummerierung versehen – platzieren. Du

musste das Format allerdings nicht mit dem Themenfokus in der Mitte des Papiers erstellen. Der Schwerpunkt kann auch am Rand oder an einem der Ecken positioniert werden.

Modular – Damit teilst du dein Blatt in klare Zonen ein. Jedes Teil ist mit unterschiedlichen Informationen befüllt. Wenn dir nur wenig Platz für deine visuell Notiz zur Verfügung steht, bietet sich diese Struktur an. Du kannst so wichtige Kernaussagen aufnehmen – für Details ist aber kaum Platz.

Pfad – Diese Struktur nutze ich gerne bei Seminaren und Vorträgen, die auf ein bestimmtes Ziel oder eine bestimmte Aussage hinarbeiten. Ein Pfad kann aber auch einen Gedankenprozess oder eine Schrittabfolge gut darstellen. Auch bei dieser Struktur gibt es gewisse Einschränkungen. Da du einen Start und Endpunkt hast, musst du für die unterschiedlichen Zwischenstationen und -schritte genügend Platz lassen. Gut möglich, dass du auf einige Details verzichten musst.

Popcorn – Hier platzierst du Überschriften, Untertitel und Inhalte beliebig auf deine Arbeitsfläche. Du willst so viele Informationen sammeln wie möglich? Dann ist diese Darstellungsweise am besten. Dafür ist dann deine fertige visuelle Notiz vielleicht zu schwierig für deinen Benutzer nachzuvollziehen.

Säulen – Wenn mehrere Leute über ein bestimmtes Thema sprechen oder wenn es um Diskussionsrunden auf Veranstaltungen geht, nehmen Sketchnoter gerne dieses Format zur Hand. Jeder Diskussionsteilnehmer erhält so den gleichen Platz auf deiner Notiz wie die restlichen Teilnehmer auch. Viel Platz hast du hier nicht. Also halte nur die wichtigen Aussagen und Botschaften der Diskutierenden fest.

Vertikal – Wenn ich eine Infografik im Sketchnotestil erstelle nutze ich gerne dieses vertikale Format. Es bietet auch eine benutzerfreundliche Leserichtung.

EIN- ODER MEHRFARBIG? SO BETONST DU DEINE VISUELLEN NOTIZEN MIT FARBE

Farbe kann deine Sketchnote auf viele verschiedene Art und Weise verändern: Sie schafft Struktur, Bewegung oder lenkt die Aufmerksamkeit des Betrachters zu einem bestimmten Teil deiner Grafik:

- Du kannst Ideen und Aussagen nicht nur mit Linien abtrennen. Auch durch den gezielten Einsatz von unterschiedlichen Farben lassen sich diese voneinander differenzieren.
- Eine Figur, die ihren Blick auf einen Gegenstand richtet oder ein farbiger Pfeil, der sich im Hintergrund befindet und den Weg eines Prozesses beschreibt – beides ist Aufmerksamkeitssteuerung durch Farbeinsatz. Nutze Farbe, um eine bestimmte Richtung zu betonen, in die der Betrachter schauen soll.
- Tiefe, Rahmenbedingungen oder Effekte musst du nicht immer mit Grau oder Schwarz darstellen. Strukturen und Schatten können auch durch dezent eingesetzte Farbe entstehen.
- Negativer Raum wird vom Betrachter kaum oder gar nicht beachtet. Dieser lässt sich gut nutzen, um das Element im Vordergrund zusätzlich zu betonen.
- Es gibt immer wieder Vorträge oder Diskussionen, bei denen unterschiedliche Ideen oder Themen besprochen werden. Um diese auf deiner visuellen Grafik auseinanderzuhalten, könntest du jeder von Ihnen eine Farbe zuordnen. So kommen du und der Betrachter nicht durcheinander.

Alle diese Möglichkeiten setzen voraus, dass du Farben gezielt nutzt. So stellst du sicher, dass du deiner Grafik eine gewisse Balance verleihst.

SKETCHNOTE-PRAXIS: SO KANNST DU DEINE ZEICHENTECHNIK VERBESSERN

Zuhören und der sichere Umgang mit dem Stift – zwei Faktoren, die beim Sketchnoting besonders wichtig sind. Wenn du gut hinhören kannst, erfasst du mehr Informationen, die du für deine visuelle Notiz nutzen kannst. Während der Erstellung einer Grafik kann es passieren, dass einem ein Icon oder Symbol nicht sofort einfällt.

Die Verzögerung kann dich aber daran hindern, deine Sketchnote fertig zu erstellen. Ein weiteres Problem: Wenn es schnell gehen muss, verrutscht manchmal die Hand. Striche werden ungerade, Schriften und Symbole unleserlich. Wer sich regelmäßig mit den Sketchnote-Elementen auseinandersetzt und übt, kann dieses Problem meist vermeiden. Werfen wir einen Blick auf die beiden Faktoren.

WARUM ZUHÖREN SO WICHTIG IST

Wenn du nicht zuhörst, kannst du auch eine keine visuelle Notiz erstellen. Darum beginnt der Sketchnote-Prozess immer mit dem Zuhören.



Die Qualität deiner Grafik hängt direkt davon ab. Wer nicht richtig zuhört, überhört Informationen, die für die Sketchnote vielleicht relevant sein können.

Was macht gutes Zuhören aus?

- Einerseits musst du dich gut **konzentrieren** können, um kein Wort der Speakerin oder des Moderators zu verpassen.
- Gibt es Dinge, die dich **ablenken**? Versuche diese von Beginn an zu beseitigen.
- Versuch alles **um dich herum zu vergessen**. Es kommt nur darauf an, worüber die Speakerin spricht und was sie präsentiert.

Wenn du diese drei Dinge beherrschst, bist du in der Lage, Muster und Aufbau einer Präsentation leichter zu erkennen. So entscheidest du intuitiv, an welchen Stellen eines Vortrags du besonders gut hinhören solltest.

Wie kannst du zuhören trainieren? Höre aufmerksam bei Telefonaten, Meetings, Podcasts und Präsentationen zu. Wenn ich morgens aufwache, lausche ich auch gerne meiner Umgebung und versuche zu identifizieren, wen oder was ich hören kann.

DER SICHERE UMGANG MIT DEM STIFT

Wie kannst du dauerhaft dafür sorgen, dass deine Striche sicherer und genauer werden? Das beste Mittel ist immer noch: üben, üben, üben.

Versuche größere Kreise um kleinere Kreise zu malen oder zeichne mehrere parallele Linien hintereinander, ohne dass sie sich berühren.

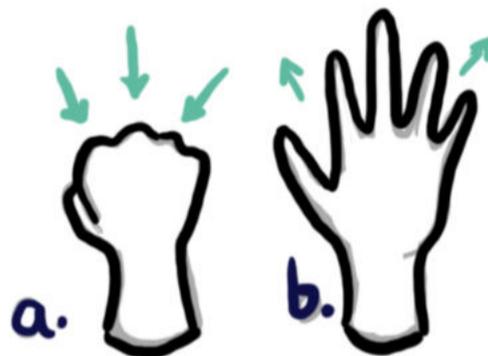
Auch die Kombination unterschiedlicher Elemente ist denkbar. Übe aber vor allem Dinge zu erstellen, mit denen du dir selbst besonders schwer tust.

KALTE HÄNDE AUFWÄRMEN

1. KREISEN LASSEN



2. FÄUSTE BALLEN



3. HÄNDE MASSIEREN



Mich plagt bei der Sketchnote-Arbeit auf Veranstaltungen oft ein weiteres Problem: Schwierigkeiten bei der Kopf-Hand-Koordination. Da ich oft kalte Hände habe, sieht meine Sketchnote am Anfang immer etwas wackelig aus. Um meine Hände aufzuwärmen mache ich gerne ein paar Übungen: Hände kreisen lassen oder Hände zu Fäusten ballen und diese dann wieder locker lassen. Meine Hände gründlich zu massieren hilft auch oft.

EINSTIEG: SO KLAPPT'S, AUCH WENN DU DENKST "ICH KANN NICHT MALEN"

Kannst du dich noch an ein Telefonat erinnern, das sehr lange gedauert hat? Hattest du zu diesem Zeitpunkt Stift und Papier in der Nähe? Viele Menschen greifen in Situationen, in denen sie lange warten müssen, gerne zu diesen Werkzeugen und fangen an – meist gedankenlos – auf einem Blatt Papier herum zu kritzeln. Manchmal entstehen dabei Symbole, Icons oder sogar Schriftzüge...

Diese Situation ist ein wunderbares Beispiel dafür, dass jeder von uns eigentlich weiß, wie man Sketchnotes malt. Denn wir tun es alle sowieso schon. Dennoch nennen mir Menschen immer wieder Gründe, warum sie gar nicht erst damit anfangen oder damit schon wieder aufhören. Das ist schade.

In vielen Fällen gibt es aber durchaus Lösungen für diese Frustrationen oder Probleme. Im Folgenden habe ich dir die Gründe beschrieben, die mir am häufigsten genannt wurden. Ich habe versucht, einige Übungen und Denkansätze zu sammeln, die ich schon selbst ausprobiert und mit denen ich gute Erfahrungen gemacht habe.

DIE HÄUFIGSTEN GRÜNDE, DIE DICH AN DEINEM SKETCHNOTE-EINSTIEG HINDERN

Aus meiner Perspektive diesen Beitrag zu schreiben ist schwierig. Schließlich geht es um deine Startschwierigkeiten und nicht um die kreativen Herausforderungen, die ich – immer noch – habe.

Die folgenden Gründe wurden entweder in einem meiner Workshops genannt, erhielt ich als Feedback aus Gesprächen auf diversen Events oder wurden mir als Kommentare auf Twitter oder Instagram geschickt.

1. GRUND: "ICH KANN NICHT MALEN."

Diesen Grund kann ich total nachvollziehen. Wenn ich die Bilder von den großen deutschen Sketchnotern sehe, bekomme ich auch immer Muffensausen. Ich habe dann das Gefühl, nicht gut genug zu malen und kreativ nicht gut genug zu sein. Diese Zweifel entstehen in

unserem Kopf. Entweder, weil wir sie uns selbst eingebläut haben oder weil irgendwann irgendein Mensch uns gesagt hat, dass wir etwas nicht können.

Wie würdest du damit umgehen, wenn ich dir sage: "Bei Sketchnotes geht es nicht ums Malen." Vielleicht setzt du jetzt zum Gegenargument an: "Aber das, was all die Kreativen erstellen, ist doch Kunst." Nein, ist es nicht – ist meine Antwort.

Denn Sketchnotes haben nichts mit Kunst zu tun – absolut nichts. Mit dieser Visualisierungsmethode versuchst du, deine oder die Idee einer anderen Person visuell zu protokollieren. Dafür brauchst du nur einfache geometrische Bausteine (Quadrate, Rechtecke, Dreiecke, Punkte und Striche), ein wenig Vorstellungskraft (wie du etwas abstrakt darstellen kannst) sowie Stift und Papier.

ÜBUNG MACHT DEN SKETCHNOTE-MEISTER

Was du also bei der einen oder anderen Sketchnoterin siehst, ist nur ein ausgearbeiteter Stil. Dieser beruht auf sehr viel Übung und harter Arbeit – Talent hat damit nur ein wenig zu tun. Wenn du Sketchnotes erlernen möchtest, dann musst du viel üben. Für das Erlernen und Beherrschen einer Sprache oder einer Sportart benötigst du auch sehr viel Schweiß und Ausdauer, um an dein Ziel zu kommen. Bei Sketchnotes verhält es sich nicht anders.

TIPP 1

Folgende Übung kannst du machen, bevor du den Stift in die Hand nimmst. Denn ich habe festgestellt, dass ein paar angehende Sketchnoter weniger Angst vorm Scribbeln haben, wenn sie es so versuchen.

Schau dir die Gegenstände in deinem direkten Umfeld an. Wie würden diese Dinge aussehen, wenn du sie flach als Icon vor dir hättest? Aus welchen geometrischen Figuren würde sich dieses Icon zusammensetzen? Führe die Übung im Kopf ein paar Mal durch. Du wirst feststellen, dass viele Dinge aus diesen Figuren bestehen. Und diese Figuren kann jeder malen!

TIPP 2

Erstelle Sketchnotes erstmal nur für dich. Wie bereits gesagt, kannst du diese Art von Visualisierung erlernen, es braucht nur ein wenig Übung und Disziplin. Ignoriere deinen inneren Kritiker und deinen Perfektionisten. Scribble nur für dich. Alles andere ist erstmal egal.

2. GRUND: “ICH HABE KEINE ZEIT.”

Wie sollst du denn Kreativität in deinen Alltag einbauen, der ohnehin schon chaotisch genug ist? Es gibt immer etwas zu tun, Dinge und Termine, die immer Vorrang haben müssen. Und dann beginnst du, Hobbys oder andere Tätigkeiten zu verschieben. Dafür hast du Zeit am Wochenende, im Urlaub oder wenn du in Rente bist.

Kreativität steckt aber in uns allen. Sie macht den Menschen mit aus. Kreative Dinge zu tun, zu träumen oder zu schaffen ist ein wesentlicher Bestandteil unseres Lebens. Unsere Vorfahren haben mit Kreativität auf Chaos reagiert, um sich besser anzupassen und überleben zu können. Sollten wir das nicht auch so tun? Dinge im Blick behalten, die uns wichtig sind, mit Veränderungen umgehen, statt von ihnen überrannt zu werden? Genau dabei helfen dir kreatives Denken und Kreativität.

Wie alles andere kannst du auch Sketchnoting zu einer festen Gewohnheit entwickeln. Lass dabei den Begriff “Kunst” außer Acht. Wie du weißt, geht es bei Sketchnotes darum, dass du dich und deine Idee zum Ausdruck bringst – egal, wie das aussieht oder was das genau bedeutet. Das können alltägliche Eindrücke sein, Gedanken, die dir immer wieder im Kopf herumschwirren oder andere gestaute Emotionen, die ausgelebt werden wollen. All das hat Platz auf einem kleinen Stück Papier. Was es dazu noch braucht? Einen Stift, den Mut einfach mal loszulegen und die Disziplin weiterzumachen. So kannst du für dich kleine Kunst schaffen und kreativ sein.

TIPP 1

Nutze für deine Sketchnotes nur einfache Grafikelemente. Mit geometrischen Figuren kannst du sehr leicht Ideen visualisieren und sparst Zeit, weil du Details weglässt. Es reicht, wenn du deine Idee zu einem späteren Zeitpunkt wieder erkennst.

TIPP 2

Betrachte die nächsten Punkte als deinen persönlichen Kreativität-Quick-Start.

1. **Mach etwas Kreatives – jeden Tag**

Versuch dir jeden Tag etwas Zeit zu nehmen, um etwas zu kritzeln, zu zeichnen oder zu basteln. Du kannst auch eine App nutzen und damit Bilder oder Fotos bearbeiten. Hauptsache du nimmst dir bewusst Zeit für Kreativität. Mehr als 15 Minuten am Tag müssen es gar nicht sein.

2. Ziehe die kreative Gewohnheit für 30 Tage durch

Dein Gehirn braucht Zeit, um sich an die neue Tätigkeit zu gewöhnen. 😊 Ja, auch dein Kopf ist manchmal faul. Um neue Gewohnheiten zu erlernen und beizubehalten, brauchst du in Regel (mindestens) 30 Tage.

3. Dein Werkzeug: Stift und Papier – mehr nicht!

Du brauchst keinen Künstlerbedarf, um etwas Kreatives zu erschaffen. Dafür brauchst du nur ein Blatt Papier und einen Stift. Wenn du Kreativität zur Gewohnheit gemacht hast, kannst du andere Materialien und Techniken ausprobieren.

4. Lass deine Perfektion vor der Tür

Sie hält dich davon ab zu zeichnen und lässt dich an dir zweifeln. Denk daran, eine Skizze ist besser als gar keine Zeichnung.

5. Geteilte Kreativität ist doppelte Kreativität und doppelt so viel Spaß

Vielleicht kennst du jemanden, der auch kreativer werden will. Mit einem Partner-in-Crime macht es noch mehr Spaß. Du findest aber auch Online viele Gleichgesinnte. Schau beispielsweise auf Instagram mal unter dem Hashtag #Sketchnotes vorbei

3. GRUND: “ICH WEIß NICHT, WO ICH ANFANGEN SOLL.”

“Fang einfach mal an!” “Mach einfach mal!” Leichter gesagt als getan. Vor allem bei Tätigkeiten, die man noch nie zuvor gemacht haben. Menschen, die kreativ veranlagt sind, haben es leichter. Aber wie sollen Personen mit dem Start umgehen, wenn sie zuvor noch nie kreativ waren? Wie sollst du mit Sketchnotes anfangen, wenn du gar nicht weißt, wie und wo du einsteigst?

Die Frage ist berechtigt – auch, wenn sie viele Kreative nicht verstehen. Du bist sicherlich nicht der letzte Mensch, der sich diese Frage stellen wird.

TIPP 1

Mit der Frage nach dem Anfang kannst du viele unterschiedliche Aspekte meinen. Aus diesem Grund habe ich mir ein paar unterschiedliche Startpunkte anhand der bekannten W-Fragen herausgesucht:

- **Was kann man zeichnen? Mit welchem Format oder Thema sollte man anfangen?** Rezepte, Vorträge, Videos – Sketchnotes kannst du über alles erstellen. Viel wichtiger ist es, mit etwas anzufangen, was du thematisch schon sehr gut kennst. Das gleiche gilt für das Format. Du schaust gerne Videos auf YouTube oder auf einer anderen Plattform an? Prima. Der Vorteil von Videos: Du kannst sie jederzeit anhalten

oder zurück spulen. So sind die Inhalte leichter visuell zu erstellen. Vorträge, die live stattfinden, erfordern etwas Übung, weil du über Tempo und Inhalt keine Kontrolle hast. Du hörst gerne Podcasts? Auch dieses Format eignet sich gut zum Üben.

- **Welche Werkzeuge benötigst du, um anzufangen?** Es gibt Sketchnote-Anfänger, die sich gerne eine Komplettausstattung zulegen. Doch eigentlich brauchst du nur einen Stift und etwas Papier, um loszulegen. Sketchnotes wirken am besten, wenn sie mit wenigen Farben gezeichnet werden. Mit einem schwarzen Stift kannst du Umrisse und alle wesentlichen Elemente zeichnen. Zwei bis drei Farben nutzt du, um Akzente zu setzen, besondere Figuren zu malen oder bestimmte Wörter hervorzuheben. Bei dir liegt ein grauer Filzstift herum? Prima. Deine Sketchnotes wirken lebendiger, wenn du Schatten zeichnest.
- **Wie beginnt man eine Sketchnote?** Am Anfang ist es sinnvoll, sich Gedanken über den Aufbau und die Struktur zu machen. Üblich sind Mind Maps oder Spalten. Danach machst du dir Gedanken darüber, wie du den Titel gestalten willst. Anschließend folgen die wichtigsten Ideen und Kerngedanken. Im Folgenden arbeitest du diese Ideen etwas aus. Dafür musst du aber nicht immer Grafiken nutzen. Sketchnotes lassen sich auch gut mit Schriftarten und -größe übersichtlich und abwechslungsreich gestalten.

Es ist im Grunde leicht mit Sketchnotes anzufangen. Der weitaus größere Aufwand besteht darin, dran zu bleiben und so viel wie möglich zu üben.

TIPP 2

Es gibt aber auch Sketchnote-Anfänger, die all die oben beschriebenen Dinge bereits wissen und trotzdem nicht anfangen, kreativ zu sein. Oft kann hier die bewusste Entscheidung, mit etwas – noch unbekanntem – neuem zu beginnen, als Schubs helfen. Denn auch das Ausprobieren von neuen kreativen Dingen, bedeutet eine Veränderung im Leben.

In der Regel bevorzugen wir eigentlich die sichere Variante. Wir begeben uns mit neuen Aktivitäten also auch ein Stück weit aus unserer eigenen Komfortzone heraus. Mein innerer kleiner Sketchnoter kreischt in solchen Fällen gerne: "Aber es lohnt sich. Du erhältst so viele neue Perspektiven und Einblicke in dein Umfeld und darüber hinaus."

Ist die Komfortzone erstmal verlassen, beschreitest du neue kreative Wege. Dieser macht dich offen für eigene Ideen. Du lernst aber auch anderen Leuten anders und besser zuzuhören. Ihre Ideen siehst du dann auch in einem anderen Licht und kannst an diese

vielleicht sogar anknüpfen. Alles, was du dazu tun musst, ist einen Stift in die Hand zu nehmen und den aller ersten Strich zu machen.

4. GRUND: “ALLE ANDEREN MALEN SO VIEL BESSER ALS ICH.”

Darf ich dir eine Gegenfrage stellen? Mit wem vergleichst du dich? Geht es dabei um Leute, die mit dir angefangen haben oder sind es Profis, die schon seit mehreren Jahren Sketchnotes erstellen? Man steigt immer mit unterschiedlichen Leveln ein – ein Vergleich ist also schwer beziehungsweise sagt nichts aus, da eure Fähigkeiten unterschiedlich weit entwickelt sind. Sich mit einem Profi zu vergleichen, ist auch keine sinnvolle Idee. Wie bereits beschrieben, er oder sie malt Sketchnotes schon seit mehreren Jahren.

Vergleichen mit anderen Menschen und deren Fähigkeiten ziehen dich runter – Selbstzweifel sind die Folge. Versuche Profis als Inspiration zu sehen, denn es gibt technisch viele gute Tricks und Kniffe, die man von ihnen lernen kann. Andere Menschen in deinem Umfeld legen auch mit Sketchnotes los? Sehe sie nicht als Konkurrenz. Schließe dich mit ihnen kurz und motiviert euch gegenseitig. Der nette Nebeneffekt: Es macht noch mehr Spaß und man hat jemanden, mit dem man sich austauschen kann.

TIPP 1

Er ist ein krasses Beispiel, aber er zeigt, was du für tolle Sachen machen kannst, wenn du aufhörst, dich mit anderen zu vergleichen. Dean Furness erzählt in diesem Ted Talk, wie er nach dem Verlust seiner Beine bei einem Unfall eine neue Denkweise und Sichtweise entdeckte: <https://youtu.be/IOrmS8vJDQw>

TIPP 2

Wenn du eine weitere persönliche Perspektive zum Thema Vergleich suchst oder lesen möchtest, biete ich dir gerne meine Erfahrung dazu an. In meinem Beitrag “[Warum dich das Vergleichen nicht weiterbringt](#)” gewähre ich dir Einblicke in Momente, in den ich mich auch mit anderen Menschen und deren Fähigkeiten verglichen habe und wie ich daran arbeite, damit aufzuhören.

5. GRUND: “DIE BASICS SIND KEIN PROBLEM, ABER MIR FALLEN EINFACH KEINE EIGENEN SYMBOLE EIN.”

Es ist eher eine Frustration, die eine Person auf Twitter nach dem eigenen Sketchnote-Einstieg beschrieb. Den Wunsch, sich bald möglichst von anderen Sketchnotes abzuheben und etwas Eigenes zu entwickeln, hat jeder.

TIPP 1

Am Anfang fehlt oft noch das Gefühl für Symbolik und visuelle Metaphern. Verkehrt ist es also nicht, sich zunächst von Profis und deren Werke inspirieren zu lassen. Falls du spezielle Begriffe suchst, kannst du für Inspiration die Bildersuche einer Suchmaschine nutzen oder einen Blick auf [The Noun Project](#), eine Icon-Datenbank, werfen.

TIPP 2

Jetzt hast du einiges an Inspiration gesammelt, aber wie wird daraus deine eigene Sammlung an Symbolen? Im Folgenden beschreibe ich dir eine Möglichkeit, mit der ich schon ein paar Menschen bei Ihrer Entwicklung von Symbolen und Icons helfen durfte.

1. Überlege dir 10 bis 20 Begriffe, die du in deinem (Berufs-)Alltag immer wieder nutzt und notiere dir diese auf eine Liste.
2. Lass deine Kreativität spielen und denk darüber nach, wie du diese Wörter abstrakt darstellen würdest. Mach dir zu jedem Wort ein paar Notizen.
3. Recherchiere, wie Sketchnoter diese Begriffe zeichnen. Suche per Bildersuche oder auf [The Noun Project](#) nach den Wörtern. Erweitere deine Notizen mit den Suchergebnissen.
4. Denke nun darüber nach, wie du deine gesammelten Wörter so darstellen kannst, sodass sie auch von anderen Menschen verstanden werden können. Das ist vor allem dann wichtig, wenn du deine Ideen mit Kollegen oder anderen Leuten teilen möchtest. Es gibt Symbole oder Elemente, die jeder versteht und bereits eine feste gesellschaftliche Bedeutung haben. Wie kannst du deine Symbole entsprechend gestalten?
5. Jetzt musst du ausprobieren, wie du deine Begriffe mit den Sketchnote-Grundelementen so einfach wie möglich darstellen kannst. Dieser Schritt beansprucht in der Regel die meiste Zeit. Aber nimm sie dir. Nur so kannst du Icons und Symbole entwickeln, die dir gefallen und gleichzeitig von deinem Umfeld verstanden werden.

6. Lege dir eine Symbolbibliothek an, in der du alle deine Begriffe sammelst und auf die du bei Bedarf zurückgreifen kannst.

Ich hoffe, dass ich hiermit ein paar Ängste, Blockaden oder Frustrationen aus dem Weg geräumt habe. Falls du einen weiteren Beweggrund hast, warum du noch nicht mit Sketchnoten gestartet bist, dann beschreib mir diesen gerne in den Kommentaren oder per Mail und Direktnachricht. Vielleicht finden wir gemeinsam Lösungen oder Ideen, die dich motivieren anzufangen.

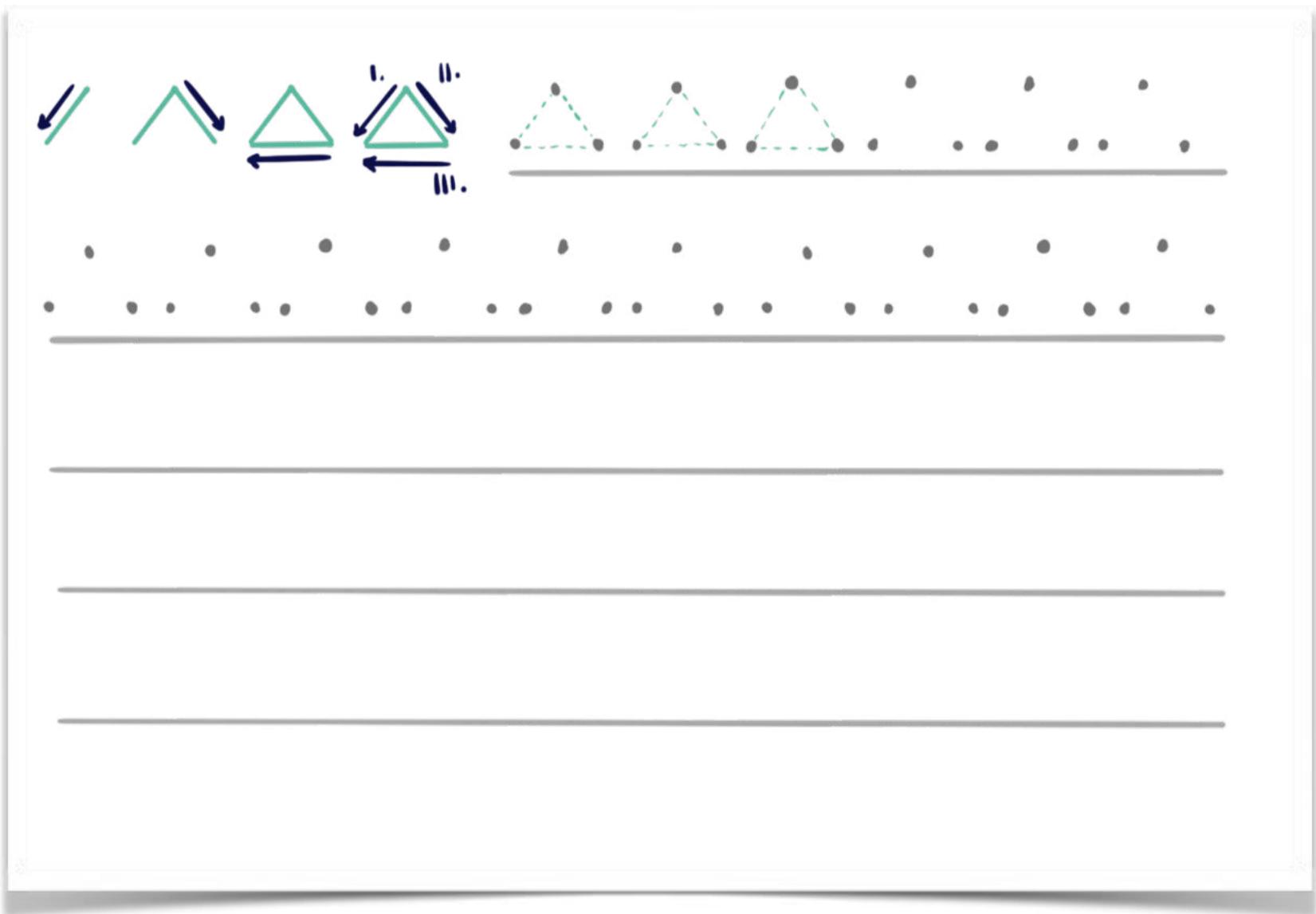
SKETCHNOTE-ÜBUNGEN

Es gibt natürlich weitaus mehr Möglichkeiten, wie du deine Sketchnote-Fähigkeiten kontinuierlich ausbauen und verbessern kannst. Im Folgenden findest du ein paar Übungen, die ich für mich nutze, um an meinen Skills zu arbeiten. Schau auch gerne bei anderen Sketchnotern vorbei. Denn auch sie setzen die unterschiedlichsten Methoden ein.

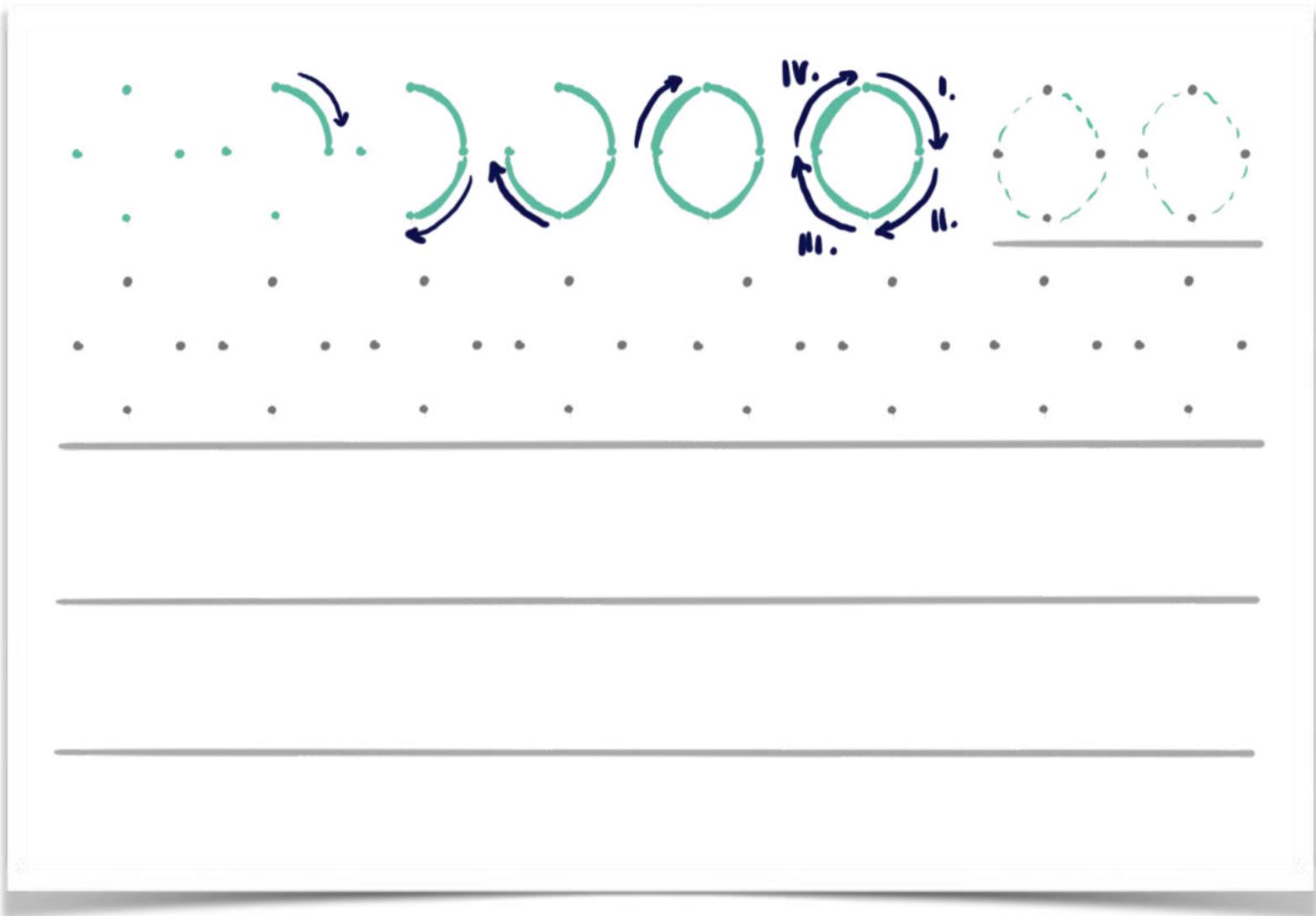
GRUNDLAGEN FESTIGEN

ELEMENTE AUS DEM VISUELLEN ALPHABET

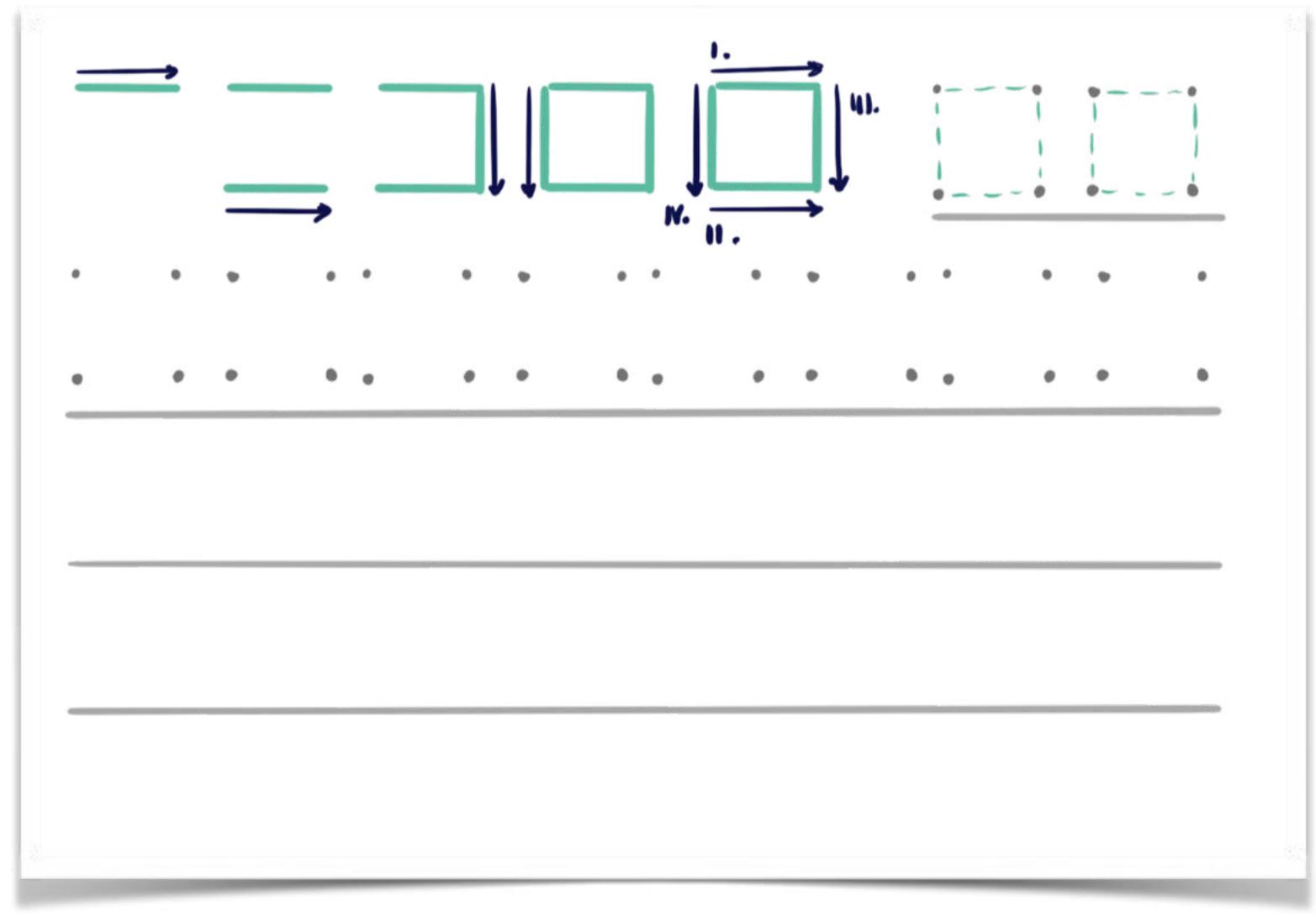
Dreiecke



Kreise

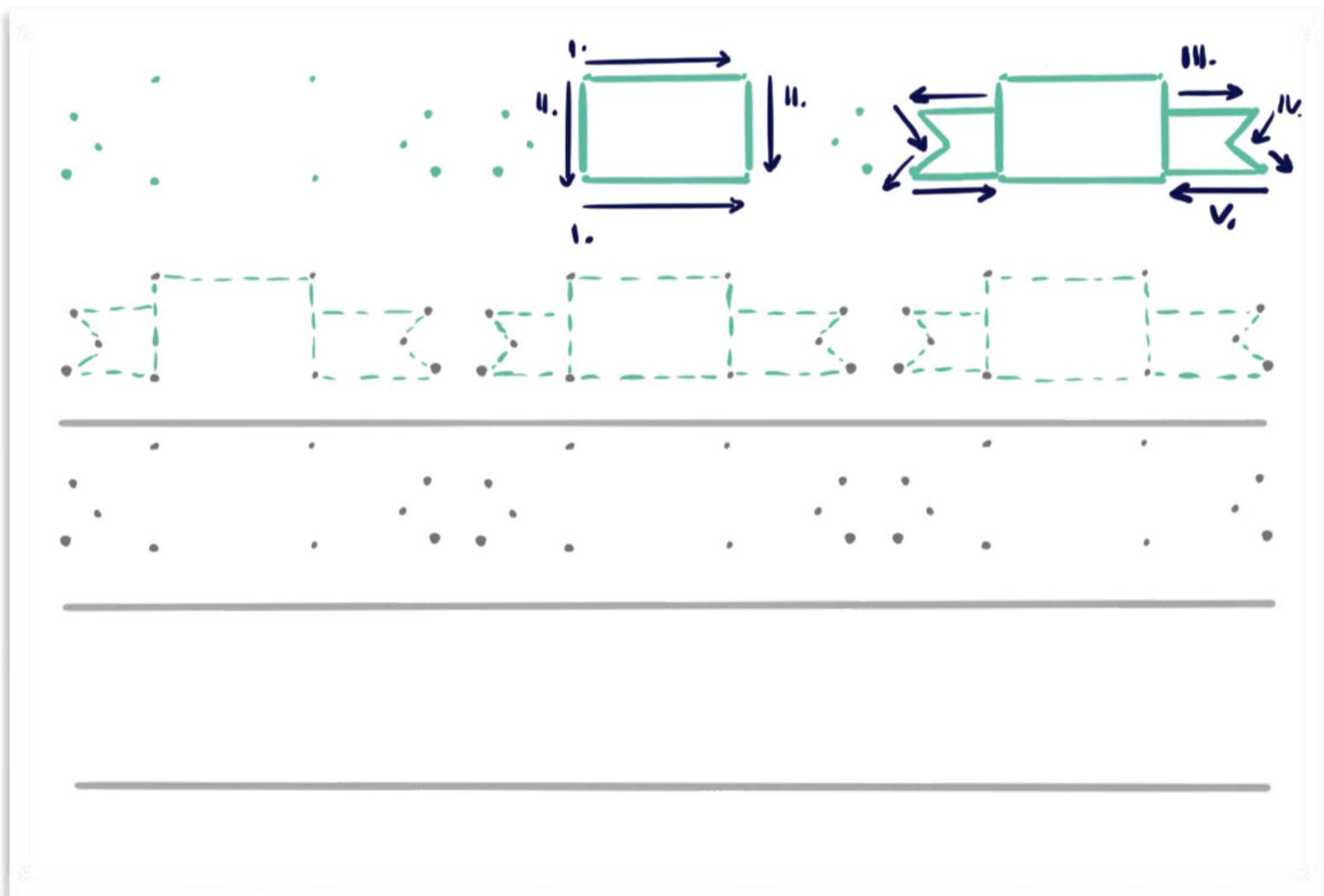
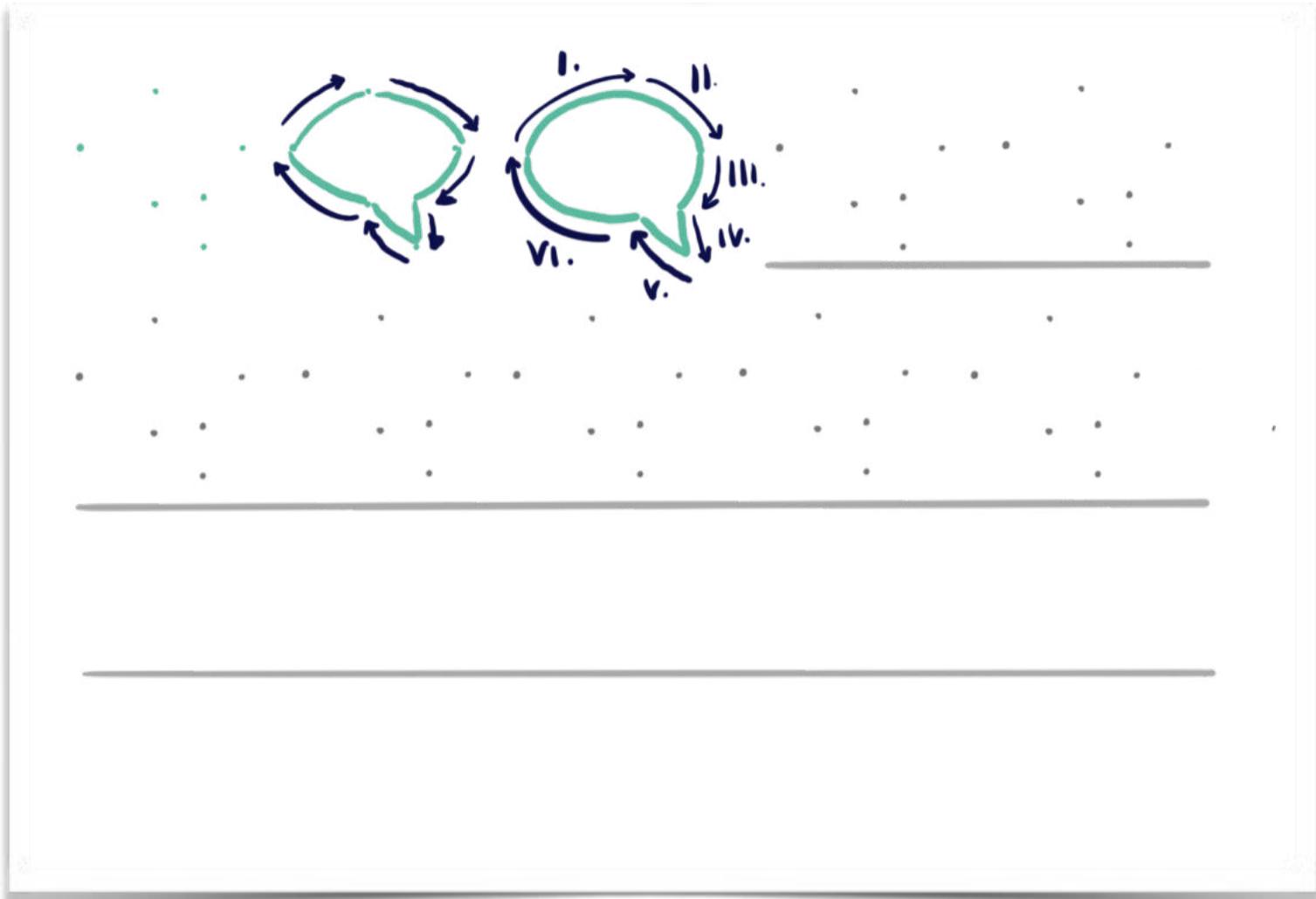


Quadrate

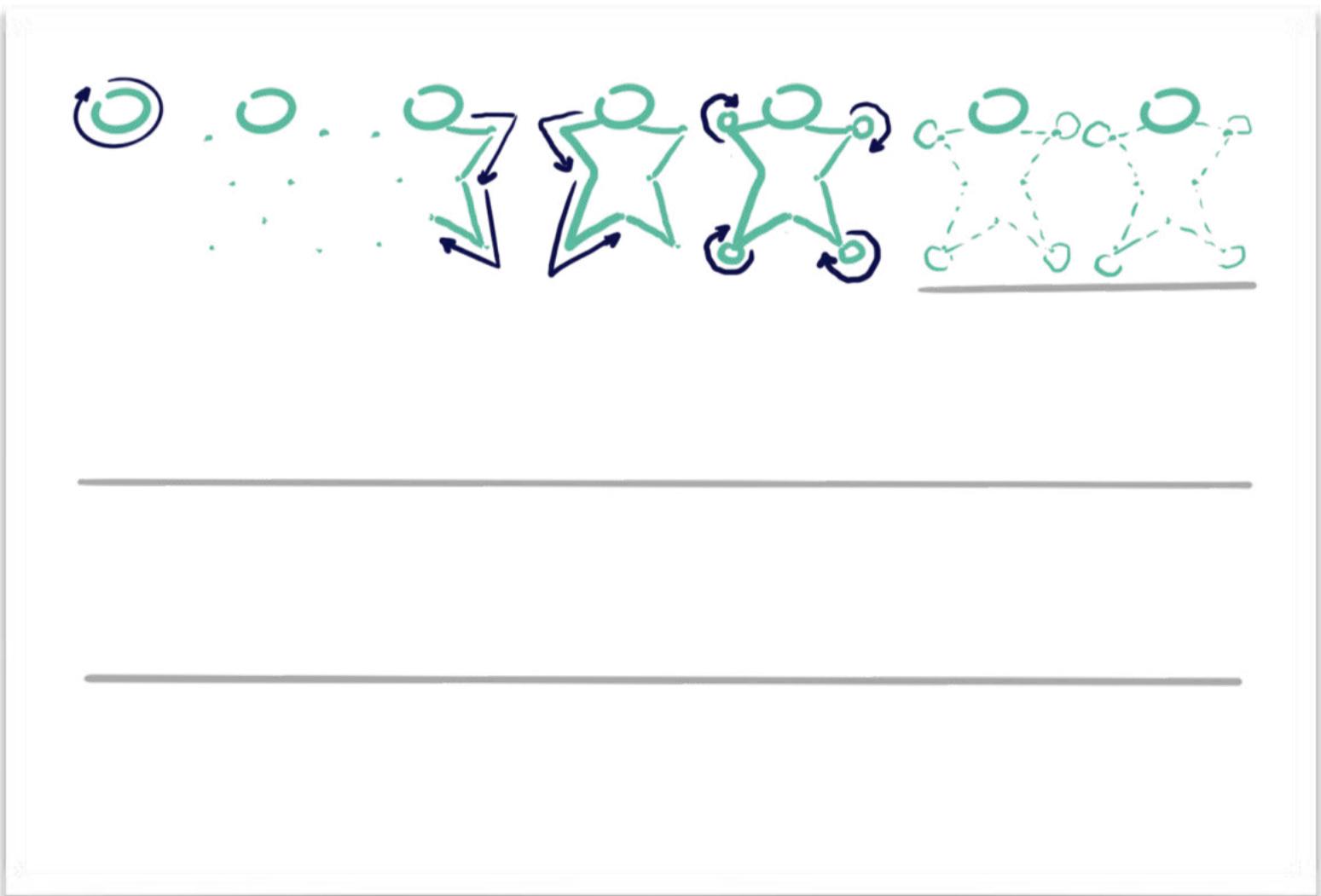


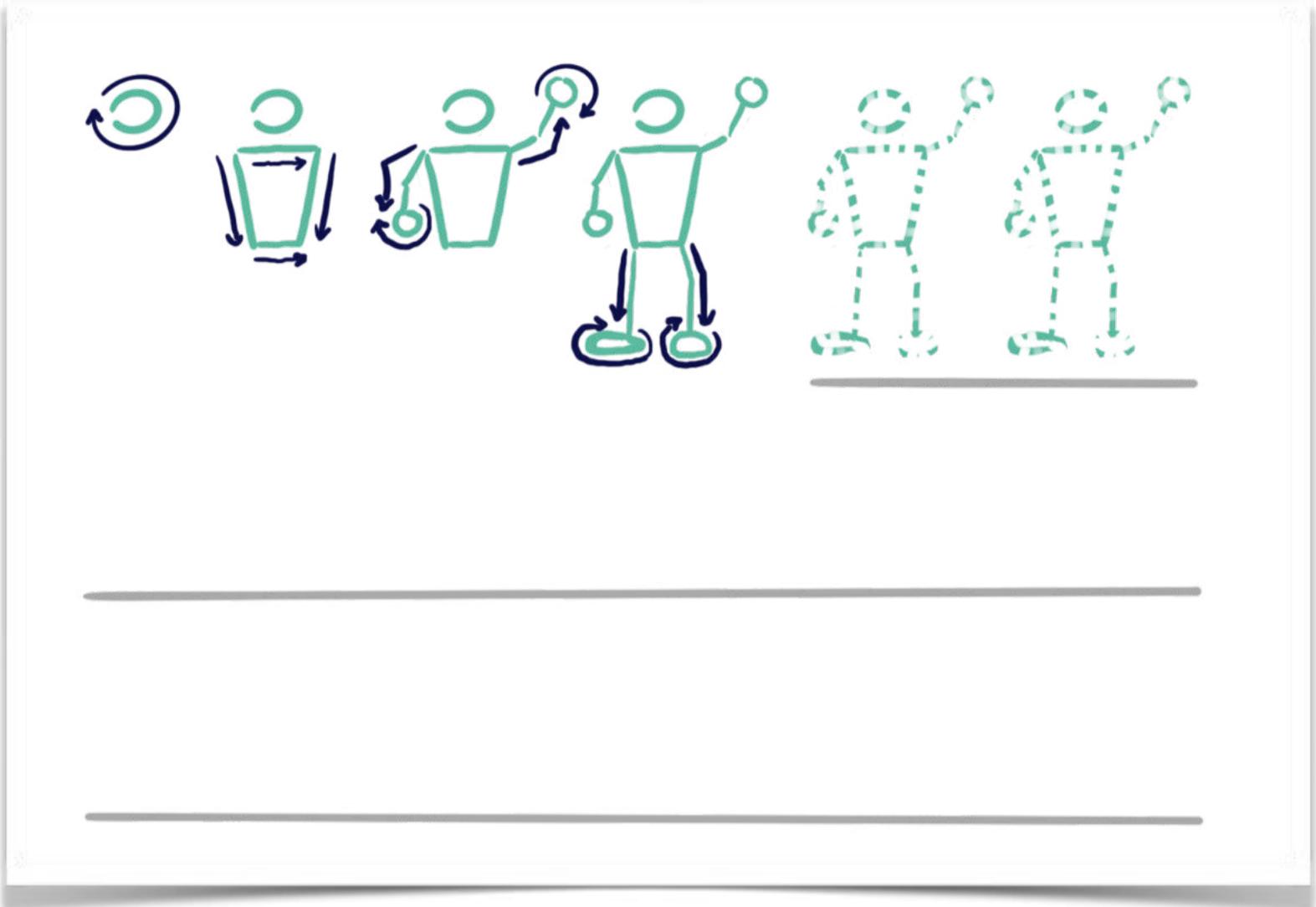
VISUELLE ELEMENTE

Container



Figuren

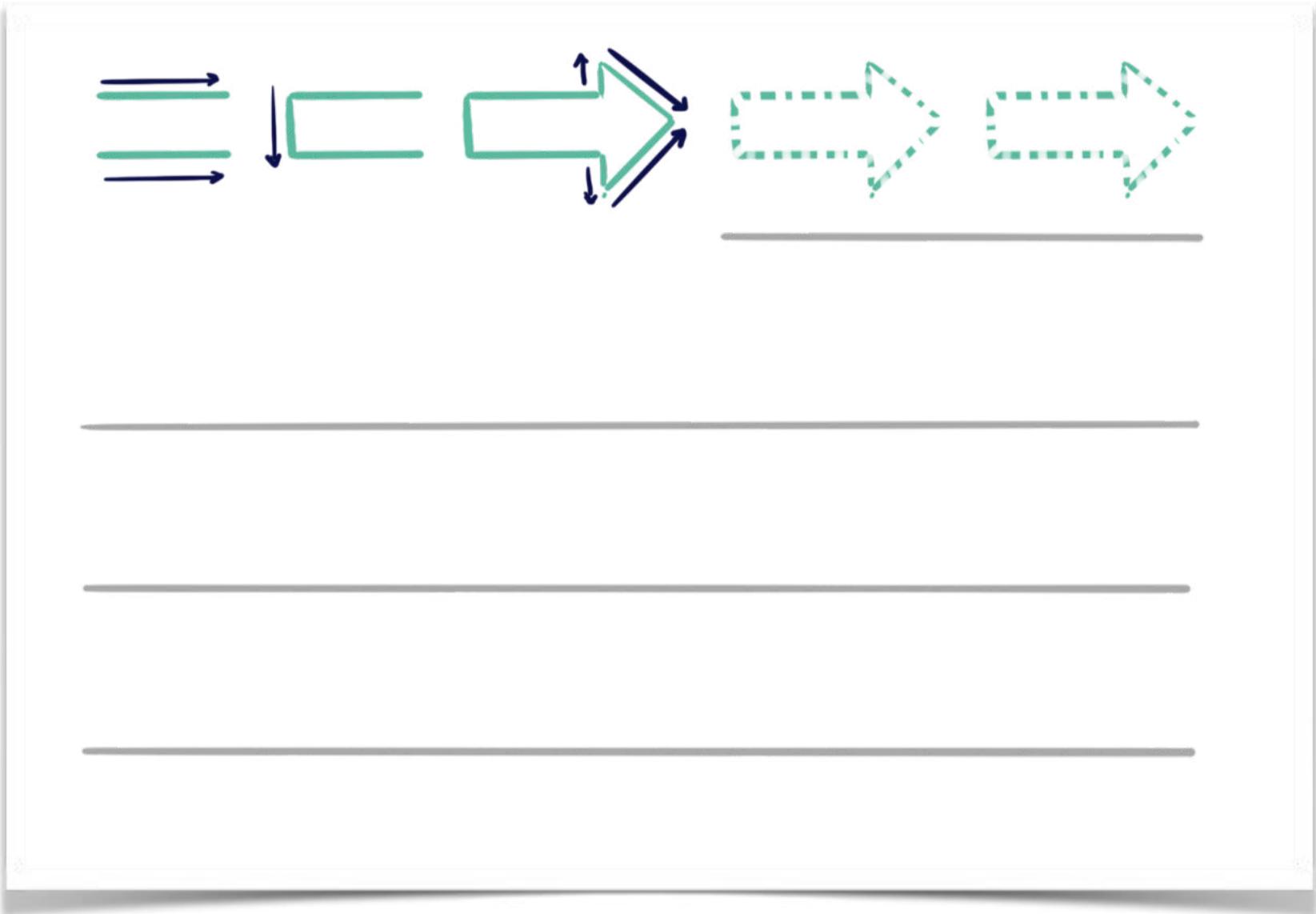




Gesichter

	∖	-	/		∖	-	/
∪	∪	∪	∪	∪			
∩	∩	∩	∩	∩			

Pfeile



ERWEITERE DEINE VISUELLE BIBLIOTHEK

Symbole, Icons und andere Stilmittel, die du dir im Rahmen deiner Übungen beibringst, kommen zu deiner visuellen Bibliothek hinzu.

Diese kannst du auf unterschiedlichste Art und Weise pflegen: Falls du viel auf Papier malst, lassen sich einzelne visuelle Elemente gut auf kleinen Karteikarten zeichnen, sammeln und aufbewahren.

Oder du nutzt ein Notizbuch: Teile Seiten in zwei Tabellen ein. Auf der einen Seite hältst du die Symbole fest und auf der anderen die dazugehörigen Bezeichnungen.

Du willst hauptsächlich digital arbeiten? Viele Applikationen bietet dir die Möglichkeit, einzelne Ordner anzulegen. Wenn du solch einen Bereich nur für deine visuellen Vokabeln planst, kannst du, falls du ein bestimmtes Symbol für eine Sketchnote brauchst, innerhalb des Programms Inhalte hin und her kopieren.

Falls du auf deine visuellen Elemente seltener zugreifen willst, reicht es auch aus, wenn du beispielsweise deine Symbole in einem Album oder einem Ordner in einer Cloud-Lösung – ich nutze gerne Google-Drive und Google-Fotos – abspeicherst. Der Vorteil: Auf die Symbole hast du auf jedem Gerät Zugriff.



METAPHERN

Mit Metaphern kannst du ganz leicht dein visuelles Vokabular erweitern. Diese werden oft von Speakern genutzt, um ihre Vorträge auszuschnücken.

Dir fallen keine Metaphern ein, die du zeichnen könntest? Dann gibt es ein zwei Seiten, die ich dir empfehlen kann. Allerdings darf dein Englisch nicht eingerostet sein.

Denn die beiden Seiten [ClichéFinder](#) und [Macmillan Dictionary](#) sind auf Englisch – gute deutsche Seiten habe ich bisher nicht gefunden. Aber englische Begrifflichkeiten und Redewendungen lassen sich heute auch ganz gut übersetzen.

DAS HERZ BRECHEN.



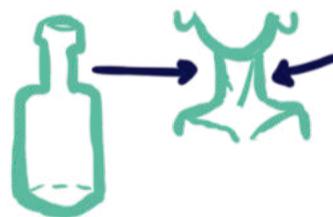
DAS WASSER REICHEN.



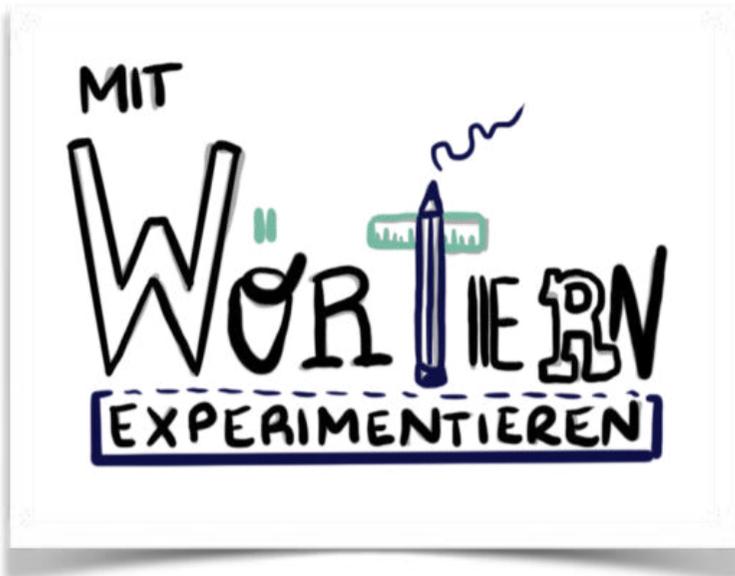
EINE MAUER DES SCHWEIGENS.



FLASCHENHALS



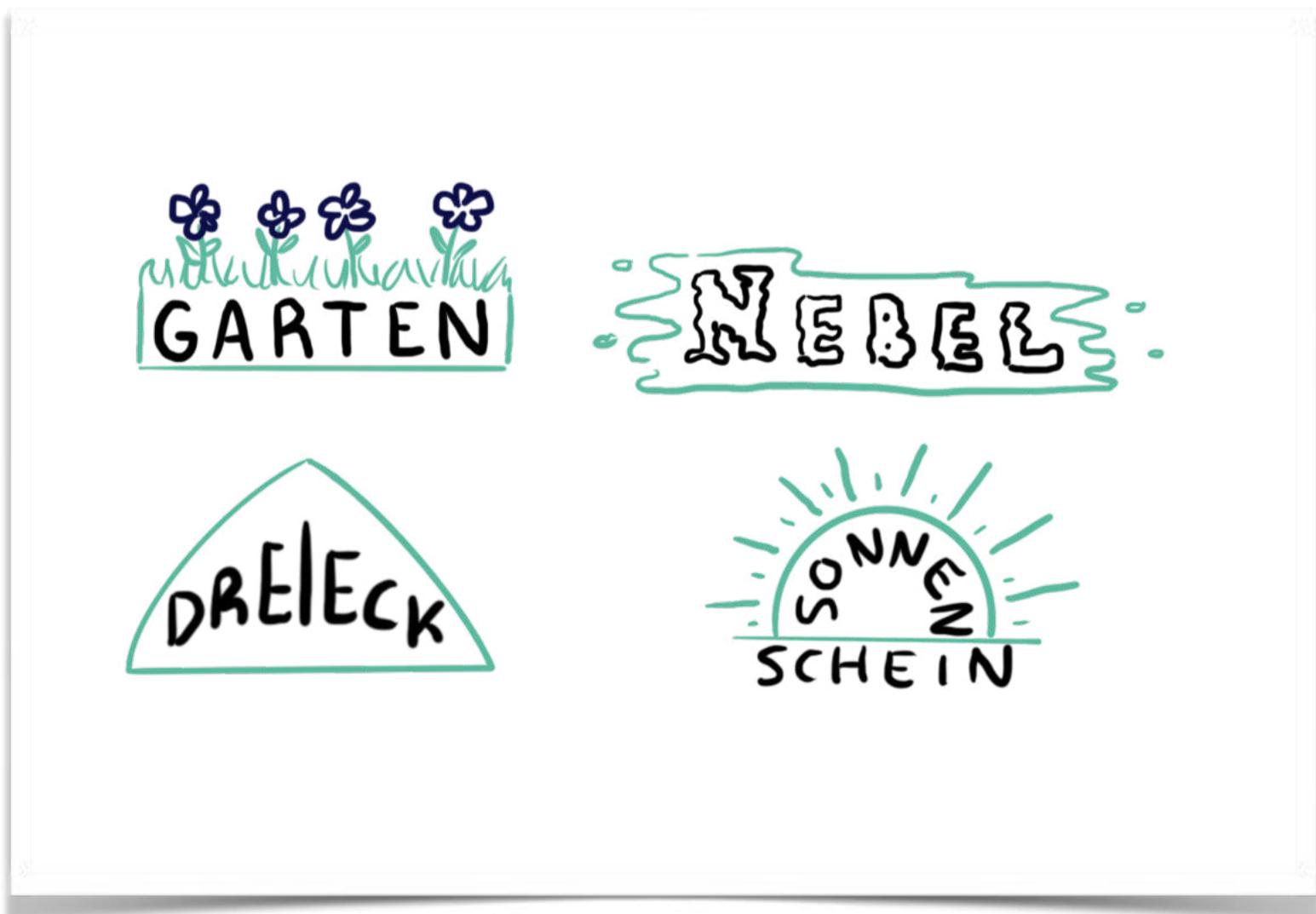
MIT WÖRTERN EXPERIMENTIEREN

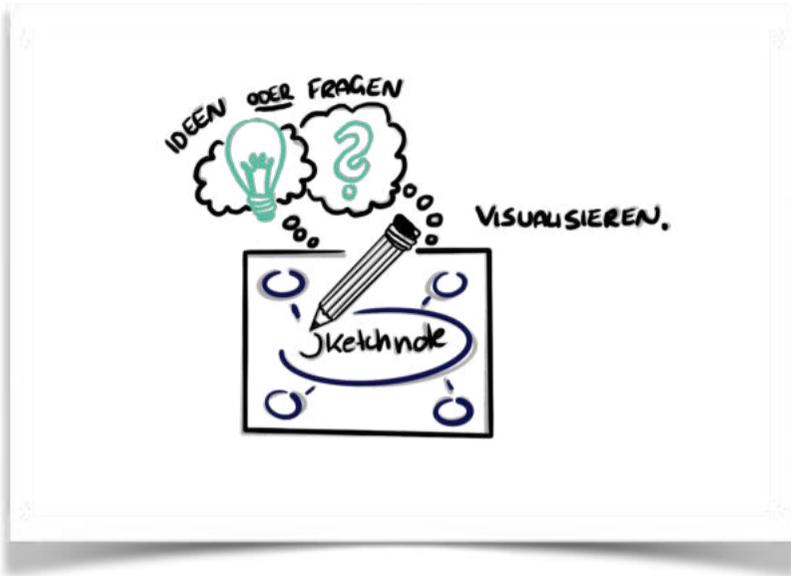


Deiner Sketchnote kannst du mehr Individualität verleihen, in dem du Wörter auf unterschiedliche Art und Weise nutzt. Bei Veranstaltungen tue ich mir manchmal etwas schwer, meine Schriften zu variieren. Aus diesem Grund nutze ich die folgende Übung regelmäßig, um neue Schrift- und Wortideen zu entwickeln.

Such dir eine handvoll Begriffe heraus, die du dir genauer anschauen möchtest und versuche diese auf unterschiedliche Art und Weise darzustellen:

- Probiere verschiedene Schriftarten aus.
- Nutze Lücken zwischen den einzelnen Buchstaben – vielleicht lassen sich zusätzliche Betonungen durch Pfeile oder Striche erzeugen?
- Verändere einzelne Buchstaben in Wörtern, um den jeweiligen Begriff zu betonen.
- Oder zeichne Formen neben oder um den Begriff herum, damit die Aufmerksamkeit des Betrachters auf diesen gezogen wird.





TÄGLICHES ZEICHNEN

Ein visuelles Tagebuch zu führen, kann viel Zeit in Anspruch nehmen. Stattdessen könntest du jeden Tag die eine oder andere Zeichen- oder Malphase einlegen.

Damit diese Übung nicht zu umfangreich wird, kannst du dich visuell mit einer Frage oder Idee, die dich gerade beschäftigt, auseinandersetzen.

So hält sich deine Übungszeit in Grenzen und kannst diese problemlos in deinen Alltag integrieren. Ich zeichne oder bastle gerne kleine Gifs, während ich morgens meinen ersten Kaffee trinke.



ZUHÖREN – PAUSIEREN – ZEICHNEN

Eine Übung, die du sicherlich schon kennst. Such dir ein Video oder einen Podcast heraus und erstelle eine Sketchnote dazu.

Diese Formate eignen sich perfekt zum üben, da du nach Belieben pausieren kannst.

Der Vorteil: Du kannst dir so viel Zeit mit dem Sketchnoting lassen, wie du willst.

Am Anfang ist es leichter, mit Videos zu üben, da du hier Gestik und Mimik besser beobachten kannst.

Diese drücken Emotionen aus und die sind wiederum für die Wirkung deiner Sketchnote entscheidend.

SKETCHNOTES KANN JEDER MALEN

Jetzt weißt du fast alles, was man über das Thema Sketchnotes wissen kann. Jetzt ist nur noch die Frage, was du mit diesem Wissen anfängst. Wie du gemerkt hast, braucht es nicht viel, um zu starten und gute Grafiken zu erstellen.

Den ersten Schritt zu wagen, ist vielleicht die größte Herausforderung für dich. Wenn du dich traust und loslegst, wirst du diese Entscheidung mit Sicherheit nicht bereuen. Lass mich gerne wissen, wie dein Start gelingt und welche Tipps im eBook dir geholfen haben oder helfen.