

Ein Poster sollte übersichtlich und nicht zu textlastig sein, sonst kommt es – gerade bei vielen Plakaten in einer Ausstellung – schnell zur Reizüberflutung.

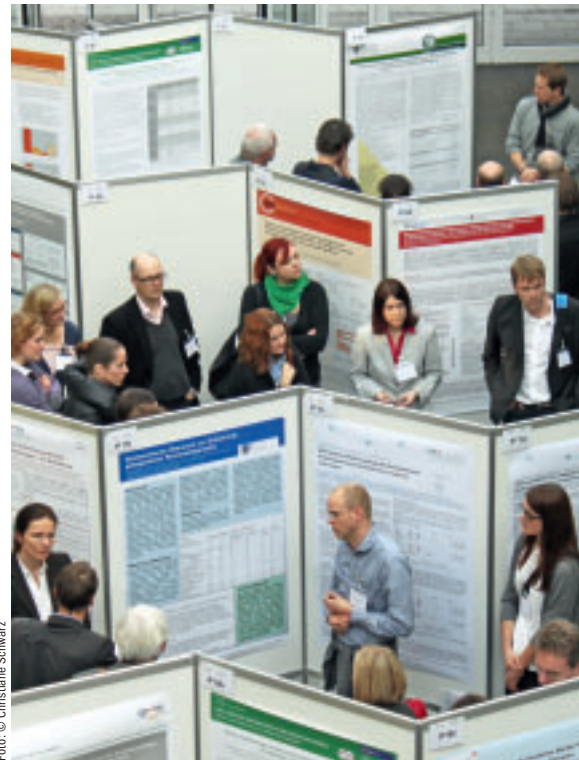


Foto: © Christiane Schwarz

Poster für den 1. DHZCongress

Ein Crashkurs

Im Rahmen des 1. DHZCongresses lädt die Redaktion die werdenden Hebammen (WeHen) zu einer Posterpräsentation ein. Für alle, die nicht an einem der für WeHen kostenlosen Workshops zum Thema „Poster erstellen und präsentieren“ teilnehmen können, hier ein Crashkurs. > [Christiane Schwarz](#)

Ein Poster dient in der Regel dazu, ein Projekt aus Forschung oder Praxis kurz zu präsentieren. Das Anschauen soll Freude machen, der Inhalt schnell klar werden, der Text verständlich sein und einen Erkenntnisgewinn vermitteln. In einer Ausstellung werden oft viele Poster nebeneinander präsentiert. Dabei soll sich das Publikum nicht langweilen, aber auch nicht überfordert werden.

Poster sollen inhaltlich solide sein, ihre Druckqualität gut und ihr Aufbau logisch. Die Grafik soll ansprechend und angemessen sein. Der erste Eindruck entsteht aufgrund der grafischen Gestaltung und des Aufbaus, das Interesse wird dann durch die Überschrift gefesselt. Das alles geschieht in weniger als zehn Sekunden.

Ein Thema finden

Für den 1. DHZCongress soll es entsprechend des Themas „Hebammenkunst – Die Rettung der normalen Geburt“ um Projekte oder Ideen der werdenden Hebammen gehen, die Hebammen und Frauen dabei unterstützen, normale Schwangerschaften, Geburten und eine stärkende Wochenbettzeit zu erleben. Ein Beispiel: Hebammenschülerinnen oder -studentinnen führen ein System ein, in dem sie am Tag nach einer Geburt zu der von ihnen betreuten Frau gehen und mit ihr strukturiert die Geburt besprechen. Dabei machen sie sich Notizen. Einmal im Monat treffen sich die WeHen

– allein, oder mit einer (Lehr-)Hebamme – und besprechen an einem beispielhaften Fall, was für die Frau gut war und was sie sich vielleicht anders gewünscht hätte. Dabei lernen sie gemeinsam am „echten Leben“ die Perspektive der Frauen besser kennen und können diese Erfahrung in ihre Praxis einbauen.

Ein weiteres Beispiel: Hebammenschülerinnen erstellen im Unterricht eine Reihe von Bildern von sich selbst. Sie stellen dabei alle möglichen nichtliegenden Positionen und Haltungen nach, die Frauen in der Ausbildungsklinik während der Wehen einnehmen können. Die Bilder werden an verschiedenen Orten ausgelegt und aufgehängt, so dass ein „Werbeeffekt“ eintritt.

Die Zielgruppe im Blick

Denken Sie bei der Zusammenfassung der Inhalte und der grafischen Gestaltung immer an Ihre Zielgruppe: Wer wird das Poster betrachten, welche Informationen sind für diese BetrachterInnen von Interesse? Ist die Zielgruppe geübt im Lesen wissenschaftlicher Zahlen? Wie lassen sich Informationen gut lesbar zusammentragen?

Aufbau und Grafik

Prof. Dr. Klaus Pommerening fasste 2009 in einem Vortrag in der Universitätsmedizin Mainz sehr erfrischend und übersichtlich zusammen, was ein Poster ist und was nicht. Er gab Tipps zur Gestaltung: Demnach ist ein Poster ein Plakat.

SimoNatal

Besondere Kissen für besondere Lagen



Hilft lagebedingte
Kopfverformungen zu
verhindern oder zu lindern



DAS ORIGINAL

Babykopf-Lagerungskissen
BabyDorm®



SimoNatal · Erschsträßchen 5 · 40670 Meerbusch
 Fon +49(0)2159/81 432-0 · Fax +49(0)2159/81 432-29 · info@simonatal.de · www.simonatal.de



*Sanft zum Baby.
Sicher in der Anwendung.*

Lefax® Pump-Liquid bei Säuglingsblähungen.

Sanft:

Wirkt nur im Darm, wird komplett wieder ausgeschieden.

Schnell:

Löst überschüssige Luftbläschen einfach physikalisch auf.

Sicher:

Genaueres Dosieren und ganz einfache Anwendung.

Mehr Infos unter www.lefax.de



Frei verkäuflich in der Apotheke.

Nimmt den Druck. Entspannt Babys Bauch.

Lefax® Pump-Liquid Suspension mit 41,2 mg/ml Simeticon. Zusammensetzung: 1 ml (2 Pumpstöße) Lefax® Pump-Liquid enthält: Wirkstoff: Simeticon 41,2 mg. Sonstige Bestandteile: Sorbinsäure (E 200), Kaliumsorbat (E 202), Macrogol 6000, Magnesiumaluminiumsilikat, Hyetellose, Natriumcyclamat, Poly(oxyethylen)-25-glyceroltrioleat, Bananenaroma, Citronensäure, Saccharin-Natrium, gereinigtes Wasser. Anwendungsgebiet: Bei übermäßiger Gasbildung und Gasansammlung im Magen-Darm-Bereich (Meteorismus) mit gastrointestinalen Beschwerden wie Blähungen, Völlegefühl und Spannungsgefühl im Oberbauch. Zur symptomatischen Behandlung bei Säuglingskolik (3-Monats-Kolik). Bei verstärkter Gasbildung nach Operationen. Zur Vorbereitung diagnostischer Untersuchungen im Bauchbereich zur Reduzierung von Gasschatten (Sonografie, Röntgen). Als Sofortmaßnahme bei Vergiftung mit Tensiden (Flüssigseifen). Gegenanzeigen: Überempfindlichkeit gegen Simeticon oder einen der sonstigen Bestandteile. Hinweis: Lefax® Pump-Liquid enthält Sorbinsäure und Kaliumsorbat, bitte Packungsbeilage beachten. Nebenwirkungen: keine bekannt. Bayer Vital GmbH, D-51368 Leverkusen, Stand: 07/2010.

Es ist kein Artikel, der auf ein Blatt Papier gequetscht wird, und auch keine Powerpointpräsentation, deren Folien zusammengedrängt werden, um darauf zu passen (siehe Link).

Die Betrachterin oder der Betrachter soll optisch durch das Poster geführt werden. Dabei helfen eine übersichtliche Anordnung, aber auch Pfeile oder eine Nummerierung der Blöcke. Die Farben dürfen gern dezent und harmonisch sein. Grafiken und Diagramme sollen schlicht sein, die Bilder aussagekräftig, und das Poster insgesamt nicht überladen. Auch hier gilt: Weniger ist manchmal mehr! Empfehlenswert ist es, nicht mehr als die Hälfte der Fläche für Text zu nutzen; der Rest steht für Grafiken zur Verfügung.

Der Sinn eines Posters ist es, die Kernaussagen des Projekts klar darzustellen und zu belegen. Überschriften sollen aussagekräftig sein. Falls das Projekt noch nicht abgeschlossen ist, soll die wesentliche Fragestellung oder das Ziel hervorgehoben werden. Sätze müssen knapp und präzise sein – alles, was nicht unbedingt erforderlich ist, kann weggelassen werden. Abkürzungen sollten möglichst vermieden werden, denn es sehen sich auch fachfremde Leute ein Poster an (vielleicht nicht auf dieser Tagung, aber möglicherweise schon auf der nächsten!). Die Schrift muss groß genug sein – als Faustregel gilt, dass Überschriften und Kernsätze aus drei Metern Entfernung lesbar sein sollten, der übrige Text aus einem Meter. Als Faustregel gilt für Poster im Format Din A0, dass die Hauptüberschrift 100 Punkte, Untertitel 50 Punkte und der Fließtext 25 Punkte in der Schriftgröße haben sollten.

Bei vielen BetrachterInnen wird ein guter Eindruck erzeugt, wenn eine seriöse Schriftart gewählt wird, so gelten die schnörkellosen Schriftarten Helvetica, Arial oder Tahoma als sehr übersichtlich. Und probieren Sie es selbst mal aus: Die Hervorhebung einzelner Zeilen oder Wörter in Großbuchstaben ist häufig keine Leserleichterung! Sehen Sie davon lieber ab. Hilfreich ist es, eine dunkle Schrift auf hellem Untergrund zu wählen, da dann der Kontrast stimmt und die Schrift gut lesbar ist. Textblöcke können gut durch Rahmen voneinander abgesetzt werden. Wir sind gespannt auf die Poster und Projekte. Trauen Sie sich!

Die Autorin

Christiane Schwarz ist Hebamme und machte 2004 ihren Bachelor of Science in Angewandten Gesundheitswissenschaften. Nach einem Masterstudium in Public Health arbeitete sie ein Jahr lang in Neuseeland. Sie war bis Anfang 2010 Bundesfortbildungsbeauftragte (Bfb) des Deutschen Hebammenverbandes (DHV) und bis Anfang 2012 als wissenschaftliche Mitarbeiterin an der Hochschule für Gesundheit in Bochum tätig. Zurzeit ist sie als Dozentin an der Hebammenschule Hannover beschäftigt und arbeitet an ihrer Dissertation. Kontakt: Christiane-Schwarz@gmx.de

Links

Im Internet findet sich der Vortrag „Gutes Poster“ von Prof. Dr. Klaus Pommerehne unter www.staff.uni-mainz.de/pommerehne/Vortraege/Gutes_Poster.pdf. Eine sehr gute Anleitung finden Sie unter www.wissenschaftstagung.de/de/programm/anleitung_postergestaltung.pdf

Workshops

Die für Wehen **kostenlosen Workshops** „Poster erstellen und präsentieren“ von Christiane Schwarz finden statt

- in **Hannover** am 2. Mai 2012 in der Hebammenschule von 11 bis 15 Uhr
- in **Saarbrücken** am 6. Juni 2012 in der Hebammenschule von 9 bis 13 Uhr
- in **Dresden** am 23. Juni 2012 in der Hebammenschule von 11 bis 15 Uhr.

Melden Sie sich zu einem der Workshops direkt im Elwin Staude Verlag an, T. 0511.651003, E-Mail: anmeldung@dhzcongress.de oder schnell und einfach unter www.dhzcongress.de.