

De techniek van mindma

Mindmapping

Mindmappen is een effectieve manier van communiceren. Je verliest geen tijd aan het formuleren van zinnen, maar pakt direct de kern door enkel gebruik te maken van kernwoorden. In dit artikel wordt verder ingegaan op de techniek van mindmappen. Deze techniek is ontwikkeld door psycholoog Tony Buzan. Naast de techniek zien we ook een voorbeeld gegeven van mindmapping als hulpmiddel bij de planning van een handelingsgericht onderzoek. • Jolanda van den Bergh

De techniek van mindmappen

Papier

Neem een blanco vel papier (dus geen lijntjes, liefst A3) en leg het overdwars (horizontaal).

Thema

Schrijf in het midden het centrale thema van je mindmap. Denk hierbij ook aan kleur en vorm; een gekleurd beeld trekt de aandacht.

Hoofdtakken

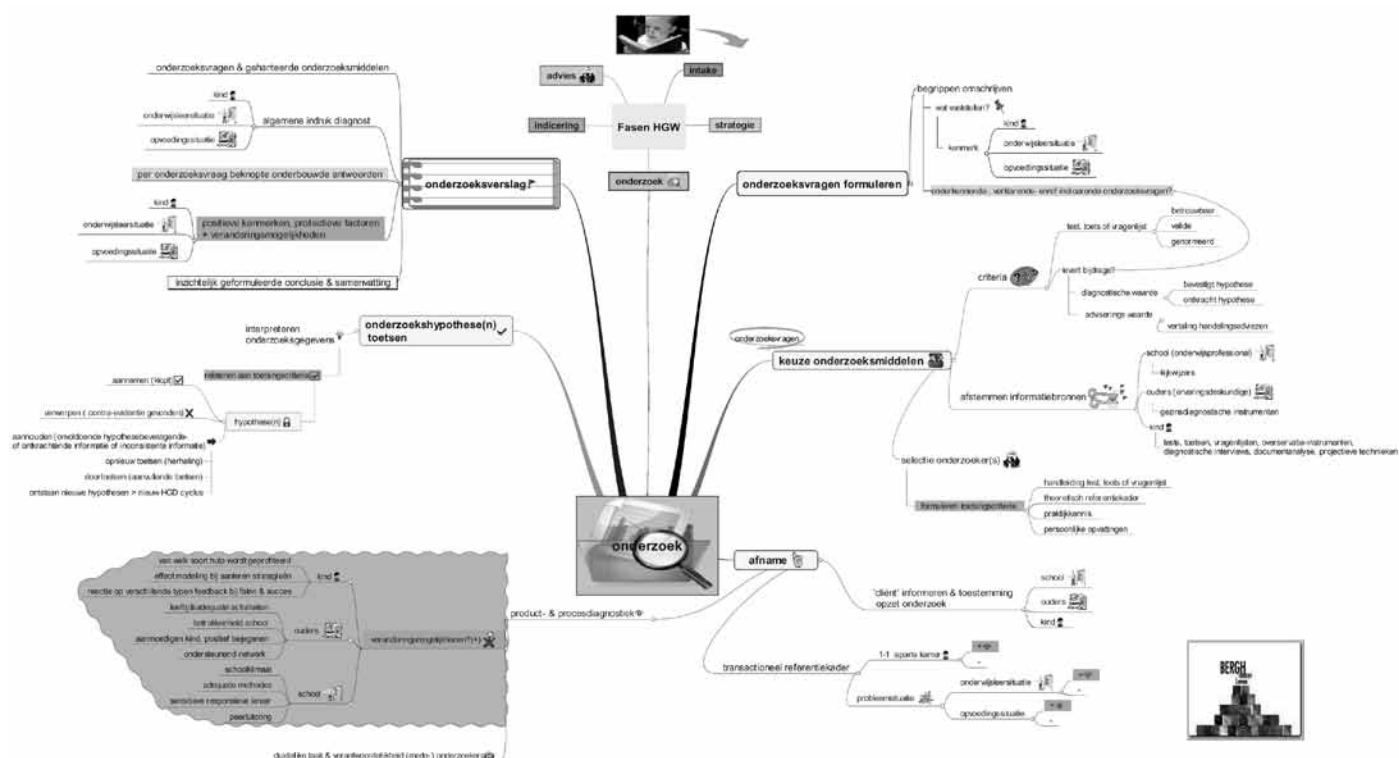
De informatie ga je hiërarchisch rondom het thema ordenen. De structuur van de mindmap moet helder zijn en blijven. Maak eerst een keuze van hoofdzaken (bredere begrippen). Dat is afhankelijk van je doel. Daarna zet je deze op de hoofdtakken om het thema heen. Begin op een vaste plek, op twee uur, en werk deze opzet met de klok mee verder uit. Mindmapping is een expressie van radiant denken.

Zijtakken

Aan de hoofdtakken ga je vervolgens zijtakken hangen met details (specifieke begrippen). Deze takken zijn dunner, maar in dezelfde kleur en met (weer) vloeiende lijnen. Vaak wordt aan deze zijtakken weer een onderverdeling gehangen. Ga hiermee door afhankelijk van de vraag hoe gedetailleerd je de informatie wilt noteren (en onthouden).

Kernwoorden

Op de takken schrijf je alleen kernwoorden. Een goed kernwoord bevat de associatieve kracht, waardoor je erin slaagt om ook na enkele dagen of weken de inhoud ervan te reproduceren. Door het gebruik van kernwoorden in plaats van zinnen worden je hersenen gestimuleerd om goed na te denken over de stof (zinnen lees je enkel letterlijk). Een ander voordeel van kernwoorden is dat een enkel kernwoord gemakkelijker allerlei nieuwe associa-



Voorbeeld van een Mindmap

ppen & als planningsinstrument

ties op kan roepen dan een zin. Bovendien werkt het sneller en is het overzichtelijker.

Afbeeldingen en kleuren

Door kleurgebruik kun je zaken extra laten opvallen. Kleur spreekt de verbeelding aan, het trekt de aandacht en de mindmaps zijn mooier om te bekijken. Daarnaast onderscheid je door kleur de takken zodat de map overzichtelijk wordt. Je kunt ook met kleurcodes werken bijvoorbeeld wanneer verschillende onderwerpen meerdere keren terugkomen binnen de mindmap (elk onderwerp kun je in een aparte kleur noteren of markeren). Afbeeldingen en symbolen zijn heel waardevol binnen het mindmappen omdat door gebruik hiervan nóg minder woorden nodig zijn om informatie vast te leggen. Beelden worden sneller, directer en makkelijker onthouden. Ze stimuleren de verbeelding, wat belangrijk is voor een goed geheugen. Tip: leg een verzameling eenvoudig te tekenen illustraties of pictogrammen aan, waardoor je snel kunt werken.

Dimensie en verbanden aangeven

Dimensie zorgt ervoor dat zaken opvallend zijn en dus gemakkelijker worden onthouden. Zo kun je dimensie aanbrengen door woorden dikker of groter te noteren zodat ze in contrast staan met alle andere gegevens. Ook kun je takken omkapselen om zo gedachten of informatie af te bakenen. Verbanden en associaties zorgen ervoor dat gegevens aan elkaar gekoppeld kunnen worden. Dit kun je doen met behulp van pijlen (wanneer de te koppelen informatie niet ver van elkaar staat) of met markers (wanneer de te koppelen informatie verder van elkaar verwijderd staat).

Oefening baart kunst

Het is belangrijk en leuk om een eigen stijl te ontwikkelen die bij jou past. Niet alle regels hoeven keurig te worden nageleefd; een mindmap is vooral een hulpmiddel voor jezelf. Bovenstaande stappen maken het werken met een mindmap wel effectiever. Hoe vaker je een mindmap maakt hoe gemakkelijker je mindmaps opzet, gebruikt en vervolgens ermee gaat 'spelen' (oefening baart kunst). Een mindmap hoeft je niet in één keer af te maken, je kunt ze systematisch en geleidelijk aan opbouwen. Zoals ik in de vorige uitgave van Tijdschrift voor Remedial Teaching ook al beschreven heb, zijn mindmaps eigenlijk nooit helemaal af. Je blijft je mindmaps perfectioneren. Er zullen telkens, door bijvoorbeeld nieuwe ontwikkelingen, nieuwe associaties tot stand kunnen komen. Hierdoor is mindmapping een krachtig, effectief en vooral ook dynamisch hulpmiddel.

Mindmapping als hulpmiddel bij het plannen en organiseren

De taak van een remedial teacher omvat veel meer dan het remediëren op zich. Een remedial teacher moet bijvoorbeeld ook plannen, coachen, evalueren en adviseren. Een mindmap kan een planningsinstrument zijn voor zowel de remedial teacher, het team als de leerlingen. Het is echter minder geschikt voor een gedetailleerde planning en kan dus geen agendasysteem vervangen. Het kan wel een handig hulpmiddel zijn om een overzicht te creëren van de te verrichten werkzaamheden binnen een bepaald tijdsbestek. Wat moet er allemaal gebeuren, wanneer moet het af zijn en wie doet wat? Vanuit een helicopterview worden alle aspecten in één oogopslag belicht. Zo kan bij een onderzoek een template (een planningsjabloon) ontwikkeld worden waarin de stappen gepland staan die bij ieder onderzoek doorlopen moeten worden. Iedereen binnen de organisatie heeft dan hetzelfde template. In één oogopslag is dan te zien wat er achtereenvolgens moet gebeuren en waar bij iedere stap aan gedacht moet worden.

Correspondentieadres: info@berghrt.nl



Jolanda van den Bergh

heeft een eigen praktijk voor remedial teaching, gespecialiseerd in dyslexie. Daarnaast is zij als adviseur op het gebied van dyslexie verbonden aan BNT-Consult, een psychologenpraktijk en expertisecentrum voor onderwijs. In samenwerking met Valk&Uil verzorgt zij workshops en adviseert studenten en volwassenen met dyslexie. Ook is zij werkzaam als dyslexiedeskundige binnen expertisecentrum Schoolplein (Maas en Waal). Een belangrijk instrument binnen haar werk is mindmapping, ze geeft zowel aan kinderen als volwassenen mindmaptrainingen. Jolanda gaat in haar werk uit van de theorie van meervoudige intelligentie.