

Mindmappen. Wat is het en waarvoor gebruik je het?

Mindmappen is een creatieve manier van noteren waarbij gedachten en informatie snel en logisch worden geordend. Mensen die mindmappen zijn **productiever**.

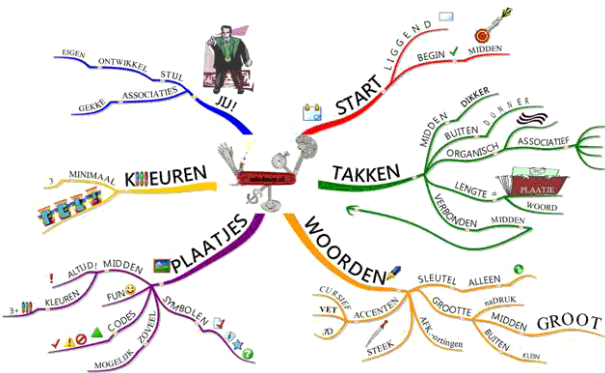


Wat is mindmappen?

Een mindmap is een notitie om gedachten, ingevingen, denkpatronen en informatie overzichtelijk weer te geven. Het woord 'mindmap' zou je kunnen vertalen naar '**landkaart van het brein**'.

Een mindmap geeft in feite weer hoe je over een bepaald onderwerp denkt.

Bij een mindmap breng je alle aspecten van een vraagstuk in beeld. Je begint eerst met het **centrale vraagstuk** en vervolgens bedenk je termen en begrippen die daarmee samenhangen. Wat je zal merken is dat wanneer je woorden opschrijft of gaat tekenen dat het **associaties** oproept. Daardoor word je uitgenodigd om nog meer woorden op te schrijven en nog meer te tekenen.



Hoe maak je een Mindmap?

1. Start met een centraal beeld of woord
2. Maak takken & subtakken
3. Gebruik maximaal 1 sleutelwoord per tak
4. Maak je mindmap van globaal naar specifiek
5. Werk in de richting van de klok
6. Gebruik verschillende kleuren

Wat maakt mindmappen zo effectief?

Je kunt vrijuit en van de hak op de tak denken

Mindmappen is een manier om heel snel informatie en gedachten te ordenen. Het is een manier om informatie op een overzichtelijke manier te visualiseren. Door te mindmappen verbeteren we de kwaliteit van ons werk en besparen we tijd.

Op papier of digitaal?

Mindmaps kun je digitaal maken en tekenen op papier. Research heeft aangetoond dat mensen die mindmaps regelmatig gebruiken in hun werk zowel op papier als digitaal mindmappen maar wel de voorkeur geven aan het werken met mindmap software. Een paar cijfers op een rijtje:

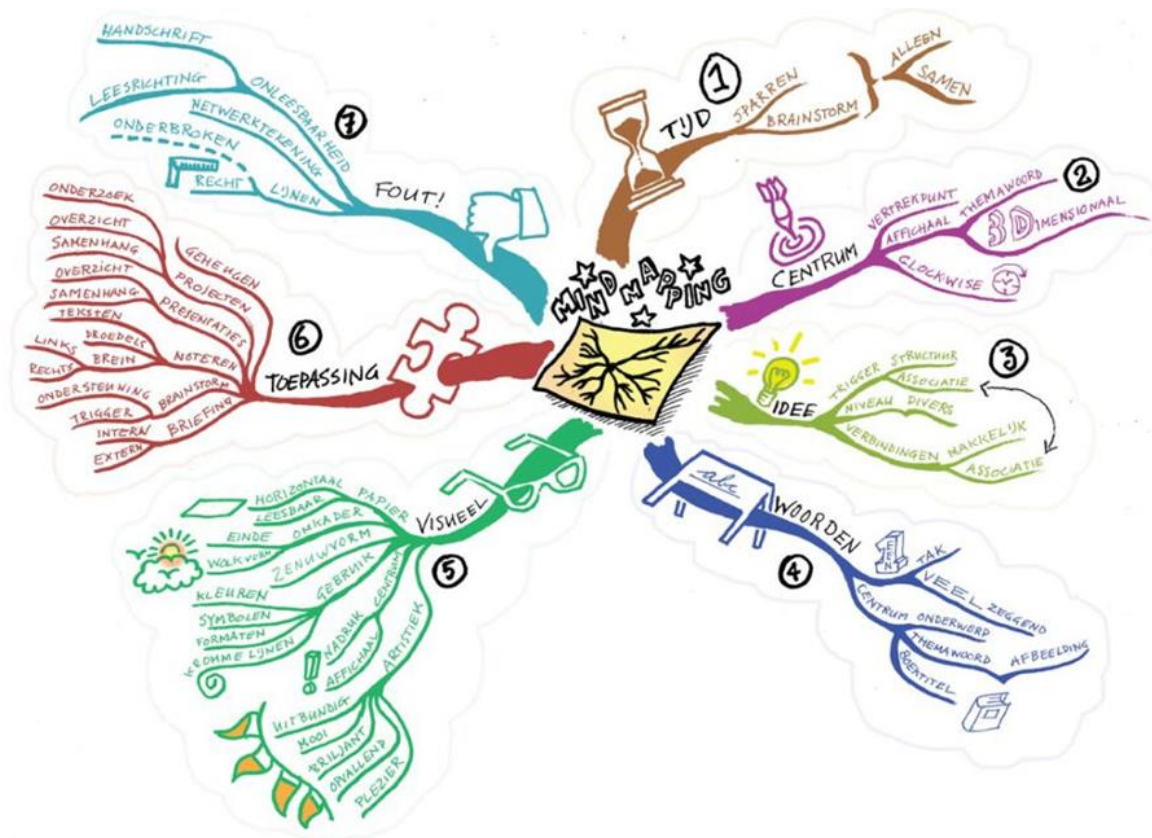
90% gebruikt mindmap software

47% gebruikt pen en papier

35% gebruikt een app op een tablet

19% gebruikt een app op een smart phone

19% gebruikt een online tool



1. Start met een centraal beeld of woord

Een mindmap start je altijd een woord of een tekening in het midden van de ruimte. De titel van een boek dat je gaat samenvatten, het hoofdonderwerp van je brainstorm of misschien het onderwerp van een vergadering, interview of bespreking. Vanuit dit centrale punt werk je verder en schrijf je nieuwe associaties op.



2. Maak takken & subtakken



Vervolgens teken je verschillende takken vanuit dit centrale beeld naar de buitenkant van je werkruimte. Op deze takken schrijf je woorden of teken je plaatjes. Deze takken zijn te vergelijken met de structuur van een boom. Een dikke tak die verspringt in kleinere takjes, die vervolgens nog kleinere takjes hebben.

De eerste takken zijn **dikker** en de subtakken worden steeds dunner. Waar een boom echter op verschillende plekken vertakkingen heeft is het overzichtelijk om je subtakken in je mindmap aan het einde van een tak te tekenen. Zou hou je het duidelijk en overzichtelijk.



3. Gebruik maximaal 1 sleutelwoord per tak

Belangrijk bij het maken van een mindmap is dat je slechts één woord per tak opschrijft. Je bent gewend om veel te schrijven, dus dit kan soms een uitdaging zijn als je net begint. Je hersenen hebben hoeveelheid tekst helemaal niet nodig. Een enkel woord of plaatje roept al vele associaties op.



4. Maak je mindmap van globaal naar specifiek

De takken die het dichtste bij het midden staan bevatten algemene of globale informatie. Hoe verder je naar de buitenkant, hoe specifieker de informatie wordt die je opschrijft.

5. Werk in de richting van de klok



Om een mindmap overzichtelijk te houden werk je met de klok mee en start je op één uur. Op deze manier kun je ook een chronologische volgorde aangeven. Wanneer je een mindmap uitleest of wilt onthouden, staat de informatie in de juiste volgorde en raak je niet in de war.



6. Gebruik verschillende kleuren

Het opschrijven van woorden **activeert** vooral gebieden aan de linkerkant van je hersenen. Om informatie makkelijk te onthouden is het ook handig om gebieden in je rechterhersen helft te **stimuleren**. Dit kun je doen door verschillende kleuren te gebruiken. Onderzoek heeft laten zien dat het gebruik van kleuren vooral gebieden aan de rechterkant van je hersenen activeren.

Gebruik je kleuren alleen niet willekeurig, maar geef elke tak een aparte kleur. Zo associeer je een specifieke tak met een bepaalde kleur. Je hersenen kunnen de informatie dan makkelijker onthouden. Uiteraard kun je de tekeningen wel verschillende kleuren geven.

7. Maak tekeningen “Een foto zegt vaak meer dan 1000 woorden”



Een mindmap schrijf je dus niet vol met woorden wanneer je dit kunt vervangen door enkele plaatjes of tekeningen. Bovendien **stimuleren** plaatjes, net als het gebruik van kleuren, delen in de rechterkant van je hersenen. Plaatjes en tekeningen zijn dus een ideale manier om informatie makkelijk te onthouden.

“Ik kan helemaal niet tekenen.” Geen probleem! Je hoeft geen Leonardo da Vinci te zijn om simpele icoontjes of schetsjes te tekenen. Het belangrijkste is dat jij weet wat je hebt getekend en daar associaties bij kunt maken.

Mogelijke iconen



Pictogrammen maken “Een foto zegt vaak meer dan 1000 woorden”

In een mindmap schrijf niet alleen sleutelwoorden maar zeker ook eenvoudige tekeningen of pictogrammen. Plaatjes stimuleren net als het gebruik van kleuren, delen in de rechterkant van je hersenen. Een ideale manier dus om informatie makkelijk te onthouden.

“Ik kan helemaal niet tekenen.” Geen probleem! Je hoeft geen Leonardo da Vinci te zijn om simpele icoontjes of schetsjes te tekenen. Het belangrijkste is dat je kind weet wat hij heeft getekend en daar associaties bij kan maken.

Mogelijke iconen

