

**Leo Betoe<sup>©</sup>**

&

Het Ultieme Leersysteem

.....

Leuker en beter leren  
in minder tijd!

## Leo Betoe<sup>®</sup> & Het Ultieme Leersysteem

Versie 1.0

Auteur



*Ruud Rensink*

Licensed Mind Map Instructor  
Licensed SpeedReading Instructor  
Licensed Memory Instructor  
iMindMap Master Trainer  
MindManager Trainer  
iThoughtsHD Trainer  
NLP-Practitioner  
Lezer  
Denker  
Mens

[ruud@ruudrensink.nl](mailto:ruud@ruudrensink.nl)

## *MindMap.Nederland*

Postbus 429

8070 AK Nunspeet

Telefoon: 0653 – 69 49 39. Vanuit België: 0031 653 69 49 39

E-mail: [info@mindmap.nl](mailto:info@mindmap.nl)

Internet: [www.mindmap.nl](http://www.mindmap.nl)

### Copyright © 2012 *MindMap.Nederland*

Op deze uitgave zijn de bepalingen van toepassing volgens het Nederlandse en internationale auteursrecht. **Niets uit deze uitgave mag worden vermenigvuldigd en/of openbaar gemaakt door middel van druk, fotokopie, microfilm, geluidsband, elektronisch, of op welke andere wijze ook, zonder voorafgaande schriftelijke toestemming van *MindMap.Nederland*.**

Alle rechten liggen bij Radar Services, handelend onder de naam *MindMap.Nederland*. Aan deze publicatie kunnen geen rechten worden ontleend. *MindMap.Nederland* is niet aansprakelijk voor onvolkomenheden aan het gebruik van deze publicatie en van een beschreven softwarepakket of een techniek.

Mind Map en Mind Mapping zijn geregistreerde merknamen van Tony Buzan. Windows, Word, Excel & PowerPoint zijn geregistreerde merknamen van Microsoft Corporation. PDF is een merknaam van Adobe Systems. *MindMap.Nederland* is een handelsnaam van Radar Services. iPad is een merknaam van Apple.

Wij hebben ons uiterste best gedaan om alle handels- en merknamen te benoemen. Mocht u vinden dat we daarin niet nauwkeurig genoeg zijn geweest, laat ons dat weten via [info@MindMap.nl](mailto:info@MindMap.nl).

# HET ULTIEME LEERSYSTEEM



## Waarom Leo Betoe?

Steeds meer mensen klagen dat ze het moeilijk vinden om te leren. Dat ze het lastig vinden om informatie te onthouden. Dat ze het moeilijk vinden om uit het enorme aanbod aan informatie, tegenwoordig vaak aangeduid met de term *InfoBesitas*; de relevante informatie te filteren. Steeds meer mensen ervaren CHAOS\* in hun brein.

Het aanbod aan informatie is de laatste paar decennia enorm toegenomen. Ook het aanbod van digitale 'hulpmiddelen' en andere gadgets, zoals pc's, tablets en smartphones, is in het laatste decennium zelfs explosief gegroeid.

Het onderwijs heeft moeite om daar een antwoord op te vinden.

Dat is geen verwijt richting het onderwijs, maar, zoals een emeritus hoogleraar mij vertelde; "nieuwe ontwikkelingen doorvoeren binnen het onderwijs duurt al gauw 40 jaar".

Er wordt steeds vaker heil gezocht in digitale hulpmiddelen waarbij voorbij gegaan wordt aan de reusachtige capaciteiten van het menselijke brein.

In deze publicatie leg ik de basis voor een eenvoudig systeem dat, als het gevolgd wordt, zorgt voor beter besef van materie, betere vaardigheden en sneller én makkelijker leren!

\*Deze chaos is reden voor mij geweest om hierover een Workshop te maken die ik op verzoek geef. Deze Workshop behelst het inzicht in de relatie tussen het brein & leren, en de 'beleving' van chaos.

## Ruud Rensink

Zoals je merkt schrijf ik deze publicatie in de 'ik'-vorm en spreek ik jou in de 'jij'-vorm aan. Ik doe dit puur voor het gemak en betekent niet dat ik geen respect voor jou zou hebben. Als ik je persoonlijk spreek is de kans groot dat ik je in de 'u'-vorm aanspreek. Ook wil ik even kwijt dat ik bij voorbeelden in de 'hij'- 'hem'- en 'zijn'-vorm schrijf, ook voor het gemak. Ik bedoel daar dan natuurlijk ook de dames mee.

Verder ben ik geen professioneel tekstschrijver maar trainer. Mijn doel is om jou inzicht te geven in de informatie die het jou mogelijk maakt om (veel) beter gebruik te maken van jouw brein. Het kan dus wel eens gebeuren dat er een grammaticaal foutje in de tekst staat o.i.d.

Nogmaals, het gaat mij er om dat jij meer inzicht krijgt in die fantastische 'machine' die zich onder jouw hersenpan bevindt!





## Ons brein is het Ultieme Leersysteem

Misschien is het niet netjes om in de context van je brein te praten over een machine. En dat klopt ook, aangezien het brein vele, vele malen complexer is dan een machine. Ik doe het dus puur metaforisch.

Ik denk dat je het vast met me eens bent dat een machine die niets doet waardeloos is, toch?

Of een machine die continue op halve kracht werkt of nog minder, die rendeert helemaal niet.

En hoe zit dat dan met je brein? Een brein dat z'n hele leven maar op halve kracht werkt? Of nog minder dan dat?

Persoonlijk ben ik de mening toegedaan dat ons brein **ABSOLUUT NIET** rendeert.

Oftewel, wij halen bij lange na niet uit ons brein wat er in zit!

Je zou kunnen zeggen dat het brein van veel mensen nog steeds in de eerste of tweede versnelling staat, terwijl ze 5 versnellingen hebben.

Leo Betoe is een eerste aanzet om mensen MEER uit hun brein te laten halen, op een makkelijker manier!

Nog even naar die machine. Iedere machine heeft invoer nodig om iets te kunnen doen. Denk aan benzine of elektriciteit, grondstoffen en ruwe materialen en dergelijke. Net zoals jouw brein dus. Als je niets in je brein stopt kun je er ook niets mee, simpel zat.

Als je (basis)informatie in je brein stopt kun je er ook iets mee 'produceren'. Hoe je dat het beste doet?

Inderdaad: Leo Betoe!

## Baby

Om het Ultieme Leersysteem te begrijpen is het belangrijk om eerst iets over het lerende brein te vertellen. Leren is in deze context iets anders dan studeren. Daarover later meer.

Als je een kleine baby bent, laten we zeggen dat je net geboren bent, begint je brein onmiddellijk te leren. Eerlijk gezegd begint het al *in* de baarmoeder, maar laten we voor het gemak maar beginnen *na* de geboorte.

Als het baby-brein niets zou leren, gaat de baby dus dood.

Stel, je bent net geboren en je huult omdat je je niet prettig voelt buiten de baarmoeder. Omdat je huult, komt er een verzorger om te kijken wat er aan de hand is. Vaak is dat je moeder. Je moeder pakt je op en houdt je tegen zich aan. Hierdoor voel jij je geborgen, hoor je weer de vertrouwde hartslag en wordt je rustig en stop je met huilen. Je hebt dus geleerd dat als je huult, je opgetild wordt en in een vertrouwde en prettige positie komt. Jij hebt dus geleerd!

Hetzelfde geldt natuurlijk voor steeds meer zaken die je voorgeschooteld krijgt. Eten & drinken, lawaai, donker en licht, stemmen, gezichten, kleuren enzovoort. Al vanaf de eerste minuten dat je leeft ga je leren, heeeeel veeel leren!



En, dat is ook geen enkel probleem. Jouw brein heeft geen enkele moeite met leren, al zou je dat je hele leven blijven doen. Maar, het wordt een probleem als je niet op de juiste manier leert.

## Kennis

Ik kan nog veel meer schrijven over leren in relatie tot ons brein, of het gevoel van chaos dat kan ontstaan als je de zaken niet goed aanpakt, maar dat doe ik niet in deze publicatie.

In deze publicatie ga ik verder over hoe je je brein kunt gebruiken om actief te leren. Je zou dat dus ook studeren kunnen noemen.

Bewust leren dus om je capaciteiten, zowel fysiek als mentaal, te vergroten.

## Leo Betoe

Omdat ik de laatste decennia het brein en haar capaciteiten bestudeer en daar middels o.a. mijn Mind Map- & geheugen-trainingen actief mee bezig ben, krijg ik de indruk dat de breincapaciteiten van de mens afnemen, in plaats van toenemen.

Ik durf zelfs te stellen dat doordat we steeds meer digitale hulpmiddelen krijgen, onze breincapaciteit zelfs afneemt!

Met Leo Betoe wil ik dat tegengaan. Het betekent:

Leren, Oefenen, Begrijpen en Toevoegen.

## Als je leert via Leo Betoe, garandeer ik je dat je op een betere manier leert!

Goed, genoeg inleidend geschreven, laten we beginnen!

## Leren

Zoals ik al eerder aangaf is het brein het 'Ultieme Leersysteem'. Maar, net zoals bij die machine; je moet er iets instoppen, anders gebeurt er niets.

Laat ik dat nu even leren noemen, wat ook gezien kan worden als 'studeren'.

Leren doe je met je zintuigen. De belangrijkste in de context van deze publicatie zijn:

- Lezen
- Kijken
- Luisteren

**Lezen** kun je vanuit een boek, tijdschrift, krant, uittreksel, computerscherm, tablet enzovoort.

**Kijken** kun je naar iemand voor de klas, een presentator, een politicus, een performer of een groep discussiërende mensen. Je kunt ook kijken naar een documentaire op de televisie of ander scherm. Of in de dierentuin, of op een terras of waar dan ook.





**Luisteren** kun je natuurlijk continue. In de klas, op je werk, binnen of buiten, naar de radio of een audio cd, naar een trainer of wat dan ook.

Dus, het eerste wat je brein moet doen is leren. En leren is associëren. En associëren is:

**'nieuwe informatie aanknopen aan reeds bestaande informatie'**.

Met leren zorg je dus voor nieuwe informatie die zich op de een of andere manier aanknoopt aan al aanwezige kennis in je brein.

Maar vertel eens, wat gebeurt er als je in de klas zit, je luistert naar de persoon voor de klas en na de les doe je niets meer met de informatie die tot jou is gekomen? Inderdaad, die informatie is gauw weer verdwenen.

Hoe dat precies zit, met je korte- en langetermijngeheugen en de Hippocampus, leg ik nu even niet uit. Neem maar van mij aan (en zoek het anders eens op in een boek of op het internet) dat het zo is dat als je het alleen maar leert zoals hierboven beschreven, alleen maar lezen, kijken, luisteren en anders niets, de informatie wegebt en je die informatie later niet, of amper, kunt reproduceren.

Je moet dus iets doen om die informatie een vaste plek te geven in je brein.

## Oefenen!

Als je iets geleerd hebt en je wilt dat dat beschikbaar blijft in je brein, zal je moeten oefenen. Niet 1x, niet 2x maar vele keren. Net zolang tot je het volledig begrijpt!

Waarom? Zoals ik bij het leren al aangaf, als je iets 1x leest of doorneemt, is het vluchtig. En ons brein werkt niet goed met vluchtige informatie, die is snel weer verdwenen.

Als je iets meerdere keren oefent, vormen zich sterke netwerken in je brein. En die sterke netwerken zorgen ervoor dat de informatie langere tijd beschikbaar blijft.

Vroeger werden complete woordengroepen zo vaak herhaald dat vele ouderen nog steeds weten hoe het zit met 'an, auf, hinter, neben' enzovoort. Het is zo vaak herhaald dat er een patroon in de hersenen gevormd is.

Herhalen is dus het sleutelwoord. Iedere keer dat je iets herhaalt, verankert het steviger in je brein.

Ik noem dat vaak 'staalkabels'. En die staalkabels, die zitten op een gegeven moment stevig verankerd in je brein. En zoals je weet zijn staalkabels moeilijk te vernietigen. Vandaar ook dat het belangrijk is wat je wel of wat je niet herhaalt.

Het probleem met herhalen is echter dat als je saaie stof moet leren, dit niet uitnodigt tot herhalen. En juist daar komt het Mind Mappen om de hoek. Mensen die leren via Mind Maps geven unaniem aan dat leren middels Mind Maps juist veel gemakkelijker gaat en veel leuker is. En herhalen op dat moment als vanzelf gaat!

Dit oefenen wordt vaak alleen bij fysiek leren gedaan, en dat is jammer.





Op de foto links zie je mij in een fysieke inspanning. Ik mag erg graag badmintonnen en doe dat inmiddels zo'n 40 jaar. En weet je, dat is me niet komen aanwaaien.

Ook mijn kinderen badmintonnen graag en mijn jongste dochter Naomi doet het erg goed in de landelijke wedstrijden. Naomi oefent dan ook erg veel. Als de trainer iets voordoet (leren middels zien en luisteren dus), dan doet Naomi dat na. Niet 1x, maar soms wel honderden keren, net zolang totdat het in haar systeem zit!

Dus hier is dat oefenen overduidelijk.

Maar hoe doe je dat dan met een cognitieve component? Eigenlijk hetzelfde. Ik heb je al aangegeven dat jouw brein leert door te associëren. Je haakt nieuwe informatie aan bestaande informatie. Als je, bijvoorbeeld, iets nieuws leert over de toename van de hoeveelheid mensen op aarde. Wat ik dan zou doen is gaan nadenken wat er nodig is om al deze mensen te huisvesten. Wat er nodig is om deze mensen allemaal te vervoeren. Wat je dan weer nodig hebt aan grondstoffen. Wat er gebeurt met de mensen die in de verdrukking komen. Enzovoort enzovoort.

Oftewel, ik neem niet zomaar tot me dat de mensheid toeneemt, maar ik koppel die nieuwe informatie aan wat ik al weet over mensen en de hoeveelheid daarvan op de aarde en wat de consequenties van die toename kunnen zijn.

Op deze manier ben ik langer bezig met deze informatie en koppel ik het aan andere neuronennetwerken die zich al in mijn brein bevinden. Hierdoor is deze informatie nu permanent beschikbaar.

Dus, nadat je iets mentaal geleerd hebt, laat je dus die informatie een tijdje in je brein rondgaan. Intensief denken zou je dit ook kunnen noemen. Het is echt niet zo ingewikkeld om te leren om informatie in je brein te oefenen, het is gewoon doen!

Lijkt je dit wat lastig? Welnu, Mind Mappen is hier een geweldige oplossing voor.

Hoelang kan je dan het beste oefenen?

**Net zolang tot je het volledig begrijpt!**

## Begrijpen

Dus, eerst de stof leren, dan net zolang oefenen totdat je het volledig begrijpt. Zo werkt dat!.

Voorbeeld: als je te snel van leren naar begrijpen denkt te gaan. Ik had in 2005 een mevrouw in mijn training computervaardigheden. Zij wilde, als herintreder, snel een baan vinden en wilde daarvoor diverse computerprogramma's leren. Ze ging in een enorm tempo de boeken door. Ik gaf haar al gelijk aan dat ze juist langzamer moest werken en goed de stof oefenen, maar zij had in haar hoofd dat ze de boeken uit wilde krijgen.

Inmiddels, 7 jaar later, beseft ze nog steeds hoe fout dat was. Na de training ebde de stof weer snel weg omdat het niet was vastgezet in haar brein.

Begrijpen is dus in de context van Leo Betoe veel meer dan verstandelijk begrijpen wat ergens geschreven staat, of je gehoord hebt.





Begrijpen is dus dat je hele brein precies weet wat de betekenis ergens van is, dat je er goed over nagedacht hebt en het dus zowel mentaal als fysiek geoefend hebt. Dát bedoel ik met begrijpen!

Pas als je het volledig begrijpt, kun je op een goede manier nieuwe informatie toevoegen.

## Toevoegen

Toevoegen kan dus alleen maar als er al iets aanwezig is. Je voegt iets toe.

Als je een huis bouwt op een zachte ondergrond kun je stenen op stenen stapelen, maar gegarandeerd dat het huis instort. Je hebt nou eenmaal een stevig fundament nodig.

En weet je wat ook logisch is, als je een stevig fundament hebt, wordt het alleen maar makkelijker om daar een huis op te bouwen.

En dat is nou het mooie van Leo Betoe. Als je op deze manier leert, wordt het toevoegen van nieuwe informatie steeds makkelijker omdat je steeds meer aanknopingspunten in je brein hebt waar je de nieuwe informatie kan aanhaken.

Leren wordt na verloop van tijd dus steeds makkelijker én het zal steeds sneller gaan!

## Studenten

Hoe gaat dat dan in een meer schoolse omgeving?

Het volgende hoofdstuk is meer gewijd aan Leo Betoe in het onderwijs, in combinatie met Mind Mappen.

## Afsluiting

Ik besef dat het soms een beetje kort door de bocht lijkt, maar het is gewoon zo simpel. Het komt op mij over alsof mensen niet meer weten hoe ze het beste kunnen leren.

Vooral het onderdeel oefenen wordt niet, of veel te weinig, gedaan. Of er wordt iets met een computer gedaan waardoor het lijkt alsof ze toch goed aan het leren zijn.

Mijn doel is middels deze publicatie jou te laten nadenken over deze materie. Zoals je kunt lezen is dit versie 1.0. Ik blijf steeds aan het fine-tunen dus, heb je tips, ideeën, meningen die je met me wilt delen? Graag!

[ruud@ruudrensink.nl](mailto:ruud@ruudrensink.nl)

Have Fun!





# SCHOOL



## Leo Betoe in het onderwijs

Het lijkt tegenwoordig de norm dat leerlingen en studenten alleen nog maar leren om een voldoende te halen. Ik verneem dat van zeer veel mensen die gerelateerd zijn aan het onderwijs.

Ik vind dat een zeer kwalijke zaak. Leren om een voldoende te halen. Vaak is het dan ook zo dat deze leerlingen, bijvoorbeeld, een week na een toets de stof nog amper kunnen reproduceren..... Oftewel, komt er later in de tijd nogmaals een toets over dezelfde stof, zullen ze wederom flink moeten blokken.

Volgens mij zou het toch echter veel meer zo moeten zijn dat leerlingen studeren om **kennis te krijgen**.

Mijn doel met deze publicatie is dat mensen in het onderwijs, zoals beleidsmakers, docenten, directeuren, RT-ers enzovoort, alsmede ouders én natuurlijk de leerlingen en studenten zelf, inzien dat dit geen goede basis is voor de toekomst.

**Én, dat het ook anders kan!**

## Tijd

Veel studenten gaan een korte tijd voor een toets als een gek de stof leren. Ze denken vaak dat dit de beste methode is die ook nog eens de minste tijd kost.

**NEE DUS!!!!**

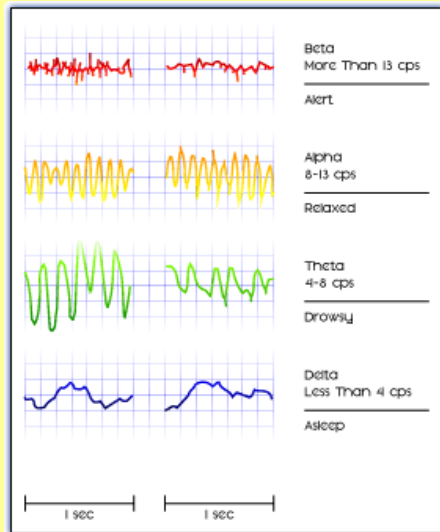
Het probleem met het brein is dat het graag snel resultaat ziet. Lang van tevoren leren geeft geen snel resultaat. En ook omdat de voorste hersenkwab, dat stuk wat vooral gebruikt wordt bij het plannen, pas rond het 23<sup>e</sup> jaar volgroeid is, moge het duidelijk zijn dat leerlingen en studenten moeite hebben met plannen en dus meestal pas kort voor een toets gaan blokken.

En weet je wat het 'vervelende' van het zogenaamde 'piek-leren' is? Je kunt er best een voldoende mee halen waardoor leerlingen minder geneigd zijn open te staan voor betere systemen; "ik heb toch een voldoende?"

Ik ga je uitleggen waarom dit niet een verstandige manier van leren is en hoe het sneller én beter kan.



## Waarom & hoe studeren veel sneller kan!



In dit onderdeel leg ik jou uit hoe ons brein met informatie omgaat en hoe je deze kennis kunt gebruiken om beter en sneller te studeren!

Ik zal je eerst even uitleggen waarom dat zogenaamde 'piek-leren', kort van tevoren onder hoge druk dus, op de lange termijn niet werkt.

Het heeft alles te maken met hersengolven. Eenvoudig gezegd wordt informatie met een bepaalde frequentie (Hertz, trillingen per seconde) door je hersenen heen gestuurd. De twee belangrijkste in de context van deze publicatie zijn de Bèta en Alpha hersengolven.

Bèta hersengolven hebben een frequentie van, pak 'm beet, tussen 14 tot 25 à 30 Hertz.

Als we werken, praten, problemen oplossen, werken onze hersenen in Bèta. We zijn dus alert en kunnen prima prestaties leveren.

Als we echter gestressed zijn, zitten we vooral tussen 25 en 35 Hertz. Dat is voor een korte tijd goed vol te houden, maar als je brein langere tijd blootgesteld wordt aan het leven in stress, moge het duidelijk zijn dat je daar aan onderdoor gaat.

Als je dus aan het 'piek-leren' bent, zit je in de Bèta-hersengolven te werken. En, 'piek-leren' is stressy en kun je dus maar korte tijd aan. De consequentie van dat 'piek-leren' is dat de stof die je tot je neemt, maar korte tijd in je brein blijft. Vandaar dus dat je wel een voldoende haalt, maar een week later de stof grotendeels bent vergeten.

In Alpha-hersengolven zit je zo'n beetje tussen 7 en 14 Hertz te werken. Dit is een ideale staat om te studeren. Waarom? Je lichaam is volledig ontspannen en toch is je brein alert om nieuwe informatie tot zich te nemen. Daarom wordt dit ook de 'leer-staat' genoemd.

Als je leert in de 'leer-staat' zal de stof veel vaster in je brein komen te zitten en, wat ook mooi meegenomen is, daardoor ook langer beschikbaar.

Maar het probleem is dus als je het leerwerk tot een paar dagen voor je toets laat liggen, je natuurlijk niet meer in de alpha-staat komt.

Plannen is hierbij dus belangrijk en Mind Mappen kan hierbij uitkomst bieden.



## Mind Mappen

Mind Mappen is een geweldige techniek die, **mits op de juiste manier aangeleerd en toegepast**, zorgt voor beter begrip, meer inzicht, beter overzicht, makkelijker notuleren, makkelijker én sneller én leuker leren!

Mind Mappen heeft echter wel wat punten van onbegrip. Er zijn mensen die een Mind map afdoen als kinderachtig. Sommigen die het niet goed aangeleerd hebben gekregen zeggen dat het niet echt werkt. Ook zie ik mensen die gelijk met de computer gaan Mind Mappen terwijl ze de onderliggende techniek niet beheersen en dan Mind Mappen afdoen als een 'leuk hulpmiddel'.

Mind Mappen is echter veel meer dan dat! Middels Mind Maps kan je je brein significant verbeteren! Je woordenschat kan flink toenemen, je ziet makkelijker en sneller hoofd- en bijzaken, je wordt creatiever en dát zorgt voor échte innovatie!

En tegen degenen die zeggen dat Mind Mappen niet werkt zou ik willen zeggen: "jammer voor je als je dat wilt blijven geloven". Er zijn namelijk steeds meer mensen die wél op de juiste manier hebben leren Mind Mappen en er veel profijt van hebben!

Ik ga in deze publicatie niet uitleggen hoe je een goede Mind Map moet maken, daar zou ik teveel bladzijden voor nodig hebben om het goed te onderbouwen. En daar geef ik natuurlijk ook trainingen in, wat ook de bron van mijn inkomsten is.

Wat ik nu wil uitleggen is waarom Mind Maps zorgen dat je beter en sneller kan leren en ook nog eens met meer plezier. En, Mind Maps passen juist uitstekend in Leo Betoe!

Om nog even terug te komen op het feit dat er mensen zijn die zeggen dat Mind Maps kinderachtig zijn. Welnu, die geef ik altijd gelijk, want dat hebben ze. Mind Mappen is kinderachtig!

Maar weet je wat het mooie is, kinderen gebruiken hun brein nog op een pure manier. Ze gebruiken beide hersenhelften optimaal met zowel woorden als kleuren, beelden, verbeelding enzovoort. Mind Maps gebruiken ook beide hersenhelften optimaal, dit in tegenstelling tot lezen en schrijven en computeren, wat vooral het domein van de linkerhelft is.

Jammer dat kinderen vanaf de basisschool (ook al steeds vaker vanaf de kleuterschool) stelselmatig wordt afgeleerd om beide hersenhelften optimaal te benutten. Het accent komt vooral te liggen om vaardigheden van de linkerhersenhelft.

Einstein zag het al gebeuren en noemde de rechterhersenhelft de genius en de linkerhersenhelft de dienaar. En vervolgens gaf hij aan dat wij mensen steeds meer de dienaar dienen.....

Even voor de critici onder jullie, het ligt inderdaad wat genuanceerder dan eenvoudig het brein onder te verdelen in links en rechts. Maar het klopt nog steeds dat de linker hersenhelft dominant is op verbale, logische en analytische zaken en de rechterhelft vooral in de beelden, kleuren, ruimtelijk inzicht en vergelijkbaar.



En omdat Mind Maps veel gebruik maken van kleuren en plaatjes noemen mensen dat kinderachtig. Welnu, Mind Maps gebruiken je brein dus op de meest optimale manier!

Een ander argument onder studenten is dat een Mind Map maken zoveel tijd (extra) kost. En ook daar geef ik ze gelijk! En leg ik ook uit dat dat een enorme winst is. Want, als je langer met dezelfde stof bezig bent zal deze stof beklijven!

Het maken van Mind Maps kost inderdaad meer tijd dan het maken van aantekeningen. Maar, Mind Maps zorgen op de lange termijn dat je juist minder tijd nodig hebt, dat je betere cijfers kunt halen dat je (veel) meer kennis paraat hebt als je de school verlaat.

Kort gezegd, wordt het dus steeds makkelijker om nieuwe stof te leren en dat ook nog eens in minder tijd.

Hoe? Lees het laatste stukje van deze publicatie en je weet waarom dat zo is.

## Leren middels Mind Maps

Aan de linkerkant zie je een balk van de manier hoe de meeste studenten leren. Nou ja leren, zorgen dat ze een voldoende halen.

Het blauwe gedeelte is de tijd dat ze aantekeningen maken van de lesstof. Dat kan een uittreksel zijn o.i.d.

Het rode gedeelte is de tijd die ze nodig hebben om het uittreksel te leren. Vaak gaat dit dus in een stressy omstandigheid, net voor het toetsmoment dus.

Het groene gedeelte is het toetsmoment.

Als je op deze manier leert, kun je dus best een voldoende halen voor je toets, maar de kans is groot dat je een groot gedeelte al na een week weer kwijt bent.

En als je iets kwijt bent, heb je dus ook amper mogelijkheden om nieuwe stof aan te haken. En dat betekent dat je nieuwe stof weer extra moet leren om ook daar een voldoende voor te halen. En dat betekent ook dat als je nieuwe toetsmomenten voor dezelfde stof hebt, je weer bijna helemaal opnieuw moet gaan leren.

Hoezo snel.....

Links zie je de balk als je met Mind Maps zou leren.

Het blauwe gedeelte is weer het maken van je aantekeningen. Echter, dat doe je nu in een Mind Map. Ik ga er even vanuit dat je deze Mind Map tekent aangezien daar veel meer zintuigen bij betrokken zijn dan een Mind Map maken op de computer.

Het kost dus inderdaad veel meer tijd om een Mind Map te maken dan uittreksels en aantekeningen te schrijven. En dat is al een flinke winst natuurlijk. Je bent langer met dezelfde stof bezig!

Daarnaast ga je met Mind Mappen beter nadenken over de essentie van de informatie. Zo denk je goed na welk sleutelwoord representatief is om op een hoofdtak te plaatsen. Dit nadenken, in relatie tot het tekenen van de tak en het schrijven van dit woord op de tak, maakt dat de stof nóg beter beklijft. En omdat je het tekent en dus niet meer kan aanpassen, doe je niet zomaar wat, je denkt er goed over na.



Daarna ga je ook goed nadenken over een bijpassend plaatje wat dezelfde lading dekt. Ook dit is dus intensief breinwerk. Dan ga je dat plaatje zelf tekenen met fraaie kleuren. Ook dit vraagt enorm veel breincapaciteit, vele malen meer dan een plaatje googelen en kopiëren en plakken, begrijp je?

Oftewel, het maken van de Mind Map is leren. En weet je, doordat je op een ontspannen manier bezig bent met het maken van een Mind Map, bevindt je je automatisch in de Alpha-staat, de leer-staat dus. Wat je hier doet zal dus nog sterker verankerd worden in je brein!

Mijn dochter Chantal maakte haar Profiel Werkstuk voor de Havo in een Mind Map. Toen ze klaar was en ik daarna vroeg of ze niet moest leren zei ze gewoon: 'ik weet het nu toch?!'. Ze haalde een 8.

Het mooie van dit alles is dat als je een Mind Map maakt om te studeren, je tijdens de toets eenvoudigweg je Mind Map voor je kunt zien met alle informatie die erbij hoort.

En nog mooier is, dat je die Mind Map ook na een week nog voor de geest kan halen. En ook na een maand. En als je weet dat je over een half jaar weer een toetstmoment daarvan hebt, volstaat het door af en toe naar je Mind Map te kijken om deze te kunnen onthouden.

En weet je wat het allermooiste is? Omdat je de kennis middels deze Mind Map hebt toegevoegd aan je brein, heb je weer veel meer aanknopingspunten voor nieuwe informatie.

Tel uit je winst!

## Onderwijssituatie

Hoe zou je nu het Mind Mappen in een onderwijssituatie optimaal kunnen inzetten?

1. Zorg allereerst dat zowel de leerlingen als de leerkrachten het Mind Mappen beheersen
2. Leerlingen maken voor de les een Mind Map van wat ze al weten over de stof
3. Tijdens de les maken leerlingen aantekeningen middels Mind Maps
4. Eventueel huiswerk wordt direct na de les in een nieuwe Mind Map gezet of samengevoegd met de Mind Map uit de punten 2 en 3.
5. Eventueel wordt er een complete nieuwe Mind Map gemaakt waar alles inzit, zowel de voorkennis, de lesonderdelen als het huiswerk.

Als je op deze manier werkt wordt de stof een aantal keren herhaald en samengevat in een overzichtelijke Mind Map. Het verschil zit 'm ook in het feit dat het eventuele huiswerk niet gedaan wordt net voor de volgende les, maar snel na de les waarin het behandeld wordt. Op deze manier wordt er veel meer samenhang bereikt, en dus kennis, en wordt deze ook in Alpha-staat gemaakt aangezien er nog geen druk opstaat. Het enige wat de leerling daarna nog moet doen is af en toe naar de Mind Map kijken.



Ik denk dat hier ook een mooie taak is voor het onderwijs om op een andere manier met het leren om te gaan. Persoonlijk denk ik dat dit een veel betere manier is.

Ik sta dan ook open voor het begeleiden van een organisatie die als experiment volgens deze methode wil werken.

## Afsluiting

Beste lezer,

Ik heb met deze publicatie getracht jou te laten nadenken over leren. En dat vooral over hoe het beter kan. Ik ben geen professioneel tekstschrijver en dat heb je vast wel gemerkt. Ik schrijf op een manier die mij goed ligt zodat ik de grote hoeveelheid aan gedachten rond dit onderwerp kan bundelen in een leesbare publicatie. Ik heb de tekst ook niet laten redigeren of aanpassen.

Nogmaals, mijn enige doel is om jou te laten nadenken over deze materie en jou wellicht ook wat warm te krijgen voor de schitterende techniek Mind Mappen!

## Conclusie

Het maken van een Mind Map om te studeren kost inderdaad meer tijd, maar levert op de langere termijn een enorme tijdwinst én kenniswinst op!

Voeg daaraan toe dat de Mind Map techniek ook perfect te gebruiken is om gestructureerd aantekeningen te maken en zodoende de les of het college volledig terug te kunnen halen. Dit maakt dat deze techniek voor iedereen beschikbaar zou moeten zijn!

Mind Mappen is in mijn optiek de beste manier om te oefenen. Leo Betoe komt helemaal tot z'n recht met het Mind Mappen als instrument om de stof te oefenen en daarmee het lange termijngeheugen in te krijgen.

Jouw brein is het ultieme leersysteem en als je dat fantastische brein gebruikt om te leren middels Leo Betoe in combinatie met Mind Mappen, dan gaat het volgende zeker voor jou op:

**'Met Leo Betoe & Mind Mappen  
heb je minder tijd nodig om te leren en  
doe je dat ook nog eens beter én leuker!'**

\* \* \*

