

# Nijmeegse aanpak voor woordjes leren wint

Deze publicatie is onderdeel van het thema [Over taal gesproken](#) op Kennislink.nl.

**Nijmeegse wetenschappers bedachten de ultieme manier om woordjes te leren. Met hun aanpak, waarin ze verschillende bewezen leerstrategieën combineren, wonnen ze vorige week de Memprize. De Radboud-onderzoekers versloegen daarmee teams van onder andere Oxford University en het Amerikaanse MIT.**

door [Erica Renckens](#)

Hoe kun je in een uur tijd zo veel mogelijk woordjes in een vreemde taal leren? Deelnemende teams aan de internationale wedstrijd Memprize kregen de opdracht om de beste methode te ontwikkelen. De proefpersonen die de Nijmeegse methode volgden, wisten na een week niet alleen nog de meeste woordjes, maar ze vonden de methode ook nog eens het leukst om te doen.

Boris Konrad, onderzoeker bij het Radboudumc, maakte deel uit van het zevenkoppige Nijmeegse team dat de winnende aanpak bijna drie jaar geleden bedacht. “In de eerste ronde testten we zelf proefpersonen en stuurden we de resultaten door naar de organisatie”, vertelt hij. Op basis daarvan mochten vijf van de achttien teams door naar de tweede ronde. “Daarin moesten we onze aanpak uitleggen, zodat de organisatie zelf de verschillende methoden kon uitproberen bij in totaal tienduizend proefpersonen. Na een jaar afwachten, hoorden we vrijdag dat onze methode de beste was, erg leuk!” Het team won daarmee tienduizend dollar.



Boris Konrad is naast hersenwetenschapper zelf ook geheugenatleet. Hij is wereldrecordhouder in het onthouden van onder andere gezichten en stond ooit op de vierde plaats van de wereldranglijst. “Nu heb ik geen tijd meer om twee uur per dag te trainen en ben ik afgezakt naar plek 20. Toenemende leeftijd heeft daar niks mee te maken; er doen nog mensen van eind dertig mee in de wereldtop. Ik train nu twee tot drie keer in de week een uur en er zit nog steeds vooruitgang in. Het is vooral een kwestie van motivatie.” *Boris Nikolai Konrad*

## Jezelf overheoren

Wat was het geheim van het Nijmeegse team? “Wij hebben in onze methode verschillende aspecten samengevoegd, dus het is moeilijk om te zeggen wat nu precies tot de winst heeft geleid. De focus lag op drie onderdelen”, legt Konrad uit. “Ten eerste gebruikten we een geheugentechniek waarbij je in je hoofd beelden verbindt aan een woord, de sleutelwoordentechniek. Het Litouwse woord ‘akis’ betekent bijvoorbeeld ‘oog’, maar klinkt als ‘a kiss’. Als je je dan inbeeldt dat je een stelletje ziet kussen, kun je dat beter onthouden. We gebruikten ook een eenvoudige versie van de plaatsmethode, waarin je voorwerpen denkbeeldig plaatst in een ruimte. Normaal gesproken kost het wel een dag om die methode onder de knie te krijgen, dus we hebben haar flink versimpeld.”

Het tweede ingrediënt van de winnende methode staat wetenschappelijk bekend als retrieval practice. Dit is het verschijnsel dat je beter onthoudt als je tijdens het leren al je geheugen test door jezelf te overhoren. Deze aanpak heeft significant meer effect dan het simpelweg steeds opnieuw doornemen van de te leren woordjes.

Het derde element van de Nijmeegse aanpak is een rekenmodel dat eerder is ontwikkeld aan het Behavioural Science Institute van de Radboud Universiteit. Konrad: “We hebben dit algoritme geoptimaliseerd voor deze wedstrijd, zodat het precies berekent wanneer nieuwe woorden aangeboden konden worden. De proefpersoon wordt steeds na vijf à zes woordjes bevraagd. Als dat goed gaat, komen er nieuwe woordjes bij, en anders worden de woordjes nog wat langer herhaald.”



“Het beste geheugen is het geheugen dat gebruikt wordt”, stelt Boris Konrad. “Je moet het bewust trainen, zelfs als dat niet direct nodig is.” *HikingArtist for Wikimedia via CC BY-SA*

### Voor iedereen

De huidige methode is speciaal afgestemd op het leren van woordjes, maar met wat kleine aanpassingen zou ze ook prima bruikbaar zijn voor andere studiedoelinden, meent de onderzoeker. “De principes waarop de methode gebaseerd is, passen bij de manier waarop onze hersenen werken.”

Zelf gebruikt Konrad de technieken ook tijdens de geheugentrainingen die hij geeft aan bedrijven en particulieren. “In mijn openbare cursussen zit soms een veertienjarige scholier naast een bestuursvoorzitter met vijfhonderd man personeel onder zich. De een wil efficiënter leren en de ander wil zijn producten en netwerk beter kunnen onthouden. Twee totaal verschillende doelen, maar je past dezelfde technieken toe.”

Konrad en zijn teamgenoten zijn benieuwd naar de methoden die hun concurrenten hebben gebruikt. “Je vangt wel eens iets op tijdens conferenties, maar voor de details zullen we moeten wachten op de publicatie die binnenkort verschijnt. Die publicatie was voor ons een belangrijke voorwaarde voor deelname. Het bedrijf dat de wedstrijd organiseert, Memrise, is een startup die leerapps ontwikkelt. Maar alle geleverde technieken komen zo beschikbaar voor iedereen; zij hebben daar geen patent op.” Zo kan iedereen voortaan heel snel woordjes leren.