

Leren leren

DAT GEBRUIK JE VOOR DE
REST VAN JE LEVEN



TRAINING VOOR SCHOLIEREN



SKILLSNL

VAARDIGHEDEN VOOR IEDEREEN

“

SkillsNL, de plek voor vertrouwen in jouw vaardigheden

”

Leren leren

Tips & trucs voor op school

Je leert en onthoudt iedere dag wel iets nieuws. De naam van een nieuwe klasgenoot, de tekst van een goed nummer, hoe een app op je telefoon werkt en ga zo maar door.

Als je leraar Frans aan jou vraagt om 20 nieuwe woorden te leren of bij geschiedenis 5 nieuwe begrippen uit de Gouden Eeuw, dan moet dit ook lukken, toch?

Vaak is het een uitdaging om de juiste manier te vinden hoe je iets kunt leren. Of onthouden, want soms snap je iets wel, maar kun je het gewoon niet onthouden.

Grappig genoeg is er niet één juiste manier. En soms werkt iets voor jou wel wat voor een ander minder goed werkt. Dat heeft onder andere te maken met wat jij belangrijk vindt en welke zintuigen je gebruikt.



Hersenen als een computer

**Nou ja, een supersonische mega
intelligente computer dan**

Een klik op de knop en je computer geeft antwoord. Waarom is het vaak zo veel lastiger om informatie uit je hersenen te halen?

Om iets uit je hoofd te halen, moet je er eerst iets instoppen. Als je iets leert voor school, dan probeer je nieuwe informatie in jouw hersenen te krijgen. Je probeert hersencellen te vullen, zeg maar.

Jouw hersenen werken eigenlijk nog beter dan een computer. Het kan enorm veel informatie opslaan en nieuwe dingen koppelen aan oude informatie.

Het geeft ook opdrachten, bijvoorbeeld: "Til je hand op. Onthoud die afspraak. Zeg iets aardigs terug." En dat gaat bijna allemaal onbewust. Wat zou je nog meer onbewust kunnen doen en leren?



Zoals je vast wel eens merkt, kan het voor een computer lastig zijn om meerdere dingen tegelijk te doen. Je hersenen doen taken dan ook niet tegelijk, maar ze kunnen wel heel snel schakelen.

Hoe kun je dit slim inzetten? Multitasken of ...?
Je leert het in de training Leren leren.





Gebruik je zintuigen

ZET IN WAT JE AL HEBT

Één leermanier?

Vaak hebben we één manier die we het meest gebruiken om iets te doen. Lezen is een manier om informatie op te nemen en luisteren ook. Meestal kies je voor één van de twee, maar waarschijnlijk heb je het al gemerkt: dat is vaak nog niet genoeg.

Zintuigen gebruiken voor leren en onthouden?

Je hersenen zijn dol op het combineren van leermanieren en hier komen je zintuigen in terug. Kijken naar een foto geeft andere informatie dan kijken naar woorden in een zin. Luisteren naar de docent gaat anders als je tegelijk een tekening over hetzelfde onderwerp maakt.

In de training Leren leren maak je kennis met meerdere manieren om anders en prettiger te leren.



“

SkillsNL,
de plek voor vertrouwen in
jouw vaardigheden

”

Wat vind jij belangrijk?

Weet je wat jij wilt?

Er zit soms een verschil tussen wat jij belangrijk vindt en wat anderen vinden. Op school vragen ze soms om dingen te doen of te leren, terwijl jij daar niet het nut van inziet. Waarom moet je iets kunnen of kennen?

Mooi dat je de 'waarom-vraag' stelt!

Als de ander jou niet goed hierop antwoord kan geven, dan mag je zelf een onderzoekje hierop loslaten. Wat kan het nut zijn voor school? Voor de leraar? Voor jou? Voor de toekomst?

Focussen op jouw doel

En als je antwoorden hebt gevonden, maar het past toch niet bij je? Dan gaan we in deze training oefenen met het maken van leerdoelen die bij JOU passen. Hierdoor raak jij weer gemotiveerd en zijn anderen blij dat je weer meedoet. Win-win dus.



Leeropbrengst

Wat leer je in deze training?

Leerskills

- Onthouden:
 - makkelijker
 - leuker
 - beter
- Concentratie vergroten
- Meerdere leermanieren kennen en kunnen gebruiken
- Aantekeningen maken

Motivatatie & doelen maken

- Weet wat je zelf wilt leren
- Snap wat anderen willen
- Motivatie is maakbaar
- Doelen kunnen bijstellen
- Gezamenlijke doelen bedenken

Training Leren leren in 8 lessen met extra gratis terugkomles

Bij SkillsNL gaan we voor zelfredzaamheid. We willen dus dat je handvatten krijgt, ook wel tools genoemd, om zonder ons verder te kunnen. Jij hebt ons straks niet meer nodig.

Daarom dat we de training aanbieden in 8 lessen verdeeld over maximaal een half jaar. Eerst opstarten, dan uitproberen en dan echt de tools je eigen maken.

Bij de training zit een gratis terugkomles om nog even extra jouw nieuwe skills een boost te geven.



Voor wie is deze training?



Ben jij dit?

- Je bent scholier
- Je weet dat leren anders en handiger kan, maar je weet nog niet precies hoe
- Je zoekt nog wel eens naar het nut van schoolopdrachten

Tips voor andere trainingen

Wil je meer ontdekken over plannen, overzicht krijgen, samenwerken in projecten en stoppen met uitstellen?

- Executieve vaardigheden
- Samenwerken op school
- Uitstellen of doen?

Niet scholier?

Ben je student (mbo, hbo of universiteit)? Kijk dan eens bij:

- Pak aan: studieskills
- Executieve vaardigheden
- Yes I can!
- Uitstellen of doen?
- Studiekeuze

Een overzicht van alle trainingen vind je hier:

www.skillsnl.com/trainingen/



“ SkillsNL, vaardigheden voor iedereen ”

Meer informatie

De meest recente informatie over de training Leren leren, zoals trainingsdata, tarieven en aanmelden vind je via:

www.skillsnl.com/leren-leren/

Over SkillsNL

Waarom SkillsNL?

Wij hebben een ideaal, namelijk dat iedereen die dit wil, mee kan doen. Meedoen met bijvoorbeeld collega's, met school en met de samenleving.

We kunnen vaak meer dan we denken, maar missen het zelfvertrouwen om aan iets nieuws te beginnen. Daarom houden we het laagdrempelig.

Passend bij ieder niveau

Je hoeft niet gestudeerd te hebben om bij ons een training te volgen. De live trainingen sluiten aan bij de behoefte en het niveau van de deelnemers. In onze videotrainingen gebruiken we begrijpelijke taal en bovendien kun je deze altijd even stopzetten om erover na te denken.

Iedere training zorgt voor inzichten en praktische tips waar je direct in jouw dagelijks leven iets mee kunt. Waar we voor gaan is dat je een training bij ons fijn vindt om te doen en durft nieuwe dingen uit te proberen.

