

Snel en efficiënt lezen

1-daagse opleiding

Wat

Het aanwenden van de technieken is voornamelijk bedoeld om non-fictie leesvoer te verwerken: teksten, memo's, (wetenschappelijke) artikels, kranten, non-fictie boeken, e-mails enz. Deze technieken zijn minder bedoeld voor het lezen van verhalen en romans. De principes van breinvriendelijk lezen worden aangeleerd en dit resulteert in een aanzienlijke toename van de leessnelheid (een verdubbeling tot verdrievoudiging) en men onthoudt beter wat men gelezen heeft. Door onze ogen en ons brein optimaal te laten samenwerken lezen we sneller en efficiënter. Na de opleiding is verdere evolutie mogelijk mits de cursist na de opleiding verder blijft trainen en de technieken bewust blijft toepassen.

Programma: workshop 1 dag

Intro

- Kennismaking
- Waarmee lees je
- Definities
- L+R cortex

Verkennen

- Initieel leesniveau meten
- Experimenten
- Hoe bewegen uw ogen bij het lezen?
- Opheffen van remblokken

Oogtechnieken aanbrengen en inoefenen

- Drie snelleestechieken aanbrengen
- Periferisch zien + opdrijven van snelheid
- Leestekst met opgelegd tempo
- Eigen blokmeter oefenen
- Leestekst eigen tempo
- Problemen met lezen
- Omstandigheden om beter te lezen

Brainware

- Ons super neurale netwerk
- Belang van gefocuste aandacht

- Geheugen tijdens het lezen
- Geheugen na het lezen of verankeren

Het menselijk brein & lezen

- De drie breinstappen
- Het belang van pre processing
- Combinatie oogtechnieken en breinstappen
- Het nut van verankeren of postprocessing
- Inoefenen

Verankeren

- Het gebruik van mnemotechnieken
- Aanvullende tips voor leesvriendelijk schrijven
- Tips voor de leesstapel

MMOST

- Diep-lezen met MMOST: de Mind Map Organische Studie Techniek
- Hoe een studieboek verkennen
- Hoe een studieboek sneller lezen
- "EXPLORE" een eigen non-fictie boek

Voor wie

Iedereen die zijn leesindex (snelheid en begrip) wil optimaliseren zodat ook zij of hij de leesstapel ziet verminderen. Ook personen met leesmoelijkheden kunnen hun leesresultaat aanzienlijk verbeteren. Het aantal deelnemers wordt bij voorkeur beperkt tot 12 om meer interactie en oefening toe te laten.