

De beste manier van leren

Leer jij het liefst uit een boek? Of kijk je de kunst liever af bij een collega? Leren en jezelf ontwikkelen kan op veel manieren. Iedereen heeft zijn eigen leervoorkeuren. Ontdek hoe jij het best leert en doe er je voordeel mee!

Hoe jij het best leert hangt af van je leergeschiedenis; op welke manier leerde je thuis en op school? Ook leeftijd en persoonlijkheid spelen een rol. 'Wat de beste leervorm voor je is, hangt bovendien af van wát je wil leren', vertelt Ilse Kamphuis, interim projectleider Opleidingen bij de SBA. 'Wil je meer weten over het medicijngebruik bij COPD? Dan ligt het accent op kennisverwerving, bijvoorbeeld via een SBA E-studie cursus. Wil je een vaardigheid vergroten, zoals een functioneringsgesprek voeren? Dan helpt het om dit te oefenen, bijvoorbeeld in een rollenspel. Bij de ontwikkeling van de SBA-cursussen houden we rekening met verschillende leerstijlen. Zo kan iedereen zich op zijn eigen manier ontwikkelen.'

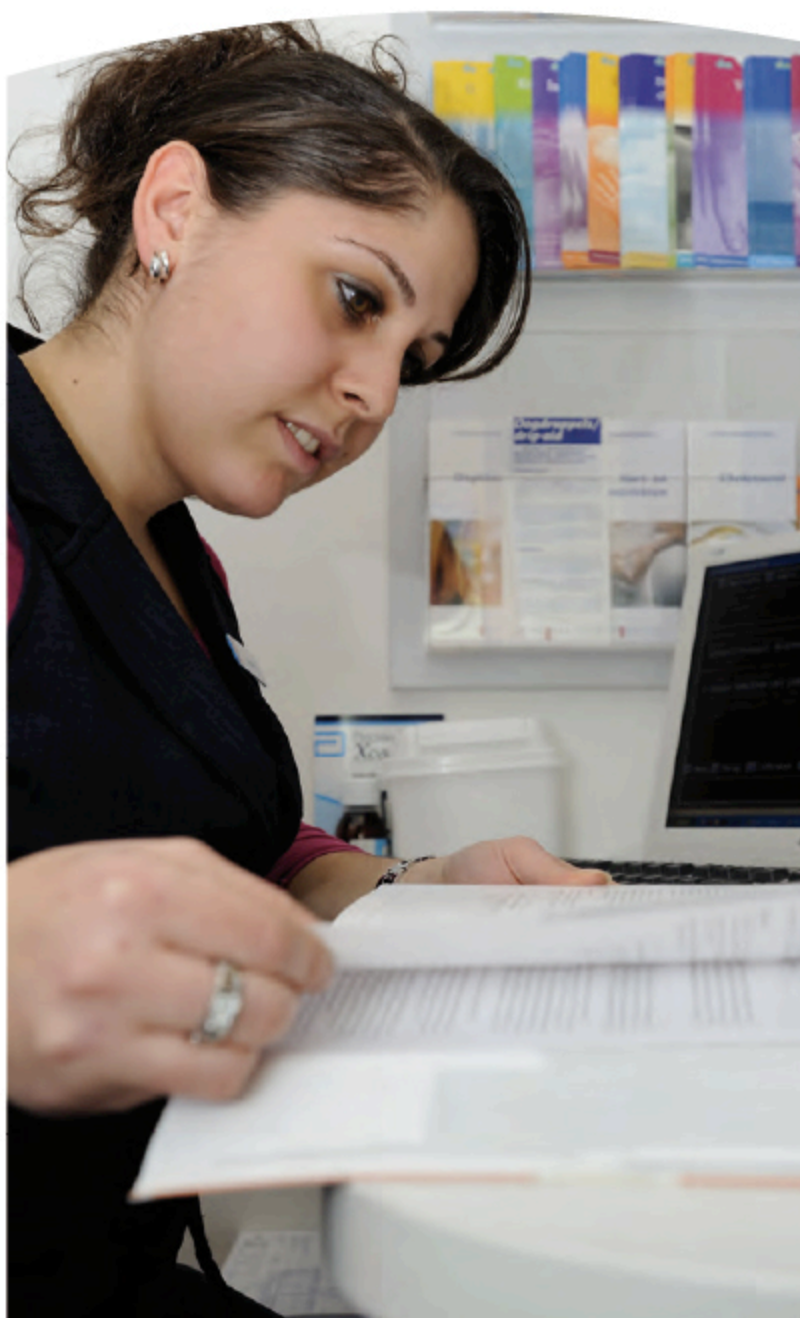
Combineren

'Als je je bewust bent van je leervoorkeuren, kun je gericht kiezen voor methodes die bij je passen', aldus Ilse. 'Zo is de kans op succes het grootst. Sommige mensen leren graag in een intervisievorm,

door te praten met collega's. Anderen kijken liever hoe een ervaren collega iets in de praktijk aanpakt en leren daar juist van. Kijk wat voor jou het best werkt. Je kunt één duidelijke leervoorkeur hebben, maar meestal is het een combinatie van leervoorkeuren. Maak daar ook gebruik van.'

Experimenteren

'Als je helder hebt wat jouw leervoorkeur is, dan betekent dat nog niet dat je nooit meer een andere leermethode hoeft te proberen', vindt Ilse. 'Experimenteer ook met andere leervormen, dat geeft je nieuwe inzichten. Kies hierbij wel een vorm waar je je prettig bij voelt. Word je onzeker van rollenspellen in een groep, oefen het voeren van een gesprek met een cliënt dan met één vertrouwde collega. De basis om goed te kunnen leren is een veilige omgeving, dan zet je makkelijker nieuwe stappen.' |



Vijf leervoorkeuren

Over leren zijn verschillende theorieën ontwikkeld. Zo benoemt Twynstra Gudde de volgende vijf leervoorkeuren, elk met zijn eigen kwaliteiten:

1 De kunst van het afkijken:

leren door goed te observeren en te zien wat werkt.

2 Participeren:

leren van en met elkaar. Kennis en betekenis vormen zich in het gesprek.

3 Kennis verwerven:

gericht zoeken naar informatie en feiten, in boeken of presentaties.

4 Oefenen:

nieuwe inzichten eerst uitproberen in een veilige omgeving.

5 Ontdekken:

in het diepe springen, leren en ervaren vanuit het principe 'leven is leren'.



Ontdek jouw leervoorkeuren!

Welke leervoorkeuren heb jij? Kijk op www.sbaweb.nl onder SBA E-zine, doe een test en ontdek het!