

SANDRINE ALLEGAERT GEEFT MET BOEK 'LEREN, HOE? ZO!' JONGEREN HOUVAST

Leren doe je elke dag

Samen met haar collega Tommy Opgenhaffen brengt Sandrine Allegaert uit Mater het educatief boek 'Leren. Hoe? Zo!' op de markt. Het boek wil jongeren helpen om een doeltreffend leerpatroon aan te kweken.

PAUL DARRAGAS

OUDENAARDE/MATER

Sandrine Allegaert is licentiatie klinische psychologie en geeft les in het secundair onderwijs. Samen met Tommy Opgenhaffen uit Geraardsbergen, licentiaat Germaanse talen, is ze als studiecoach aan de slag in het opleidingscentrum Docentes-Campus in Gent. Samen brachten ze het boek *Leren. Hoe? Zo!* uit.

'Het boek wil een brug slaan tussen onderwijs en wetenschap om zo het leerproces te optimaliseren. In het boek vind je alles wat je moet weten over leren leren', licht Sandrine Allegaert toe.

'Levenslang leren, is het uitgangspunt. Jongeren worden overstelpd met een massa aan informatie op school en via televisie en internet. Tijdens de studiebegeleiding ervaren we dat het voor jongeren niet gemakkelijk is om de essentie uit de vloed aan informatie te halen.'

Zelfstandige houding

'Om mee te blijven in de snel evoluerende informatiemaat-



Studiecoach Sandrine Allegaert spitst zich met haar boek toe op 15- tot 18-jarigen. © pdv

WE STELLEN VAST DAT JONGEREN HET MOEILIJK HEBBEN OM DE VLOED AAN INFORMATIE TE VERWERKEN
Sandrine Allegaert, studiecoach



schappij is het belangrijk om te blijven leren', benadrukt Sandrine Allegaert. 'Het boek tracht op een interactieve manier duidelijk te maken welke methodes handig kunnen zijn om het leerproces te vergemakkelijken. Hoe verloopt je leerproces? Welke vaardigheden heb je nodig om aan de slag te gaan? Hoe ontwikkel je een actieve en zelfstandige leerhouding? Hoewel hét

ideale leerproces geen exacte wetenschap is, tracht het boek inzichten, vaardigheden en nuttige tips aan te bieden. Gelukkig moet niet alleen de student alle inspanningen leveren. Ook ouders en docenten spelen een kapitale rol in het leerproces van jongeren. Het boek wil dan ook een inspiratiebron zijn voor ouders en docenten in de actieve begeleiding van de student.'

De auteurs mikken in de eerste plaats op de doelgroep van 15- tot 18-jarigen.

Sandrine Allegaert: 'Maar het boek is zodanig opgevat dat het ook voor studenten in het hoger onderwijs zinvol is. Leren doe je iedere dag en dat kan op verschillende manieren gebeuren. Iedereen ontwikkelt dan ook zijn of haar eigen leerstijl. Om

die specifieke leerstijl nog te optimaliseren, tracht *Leren. Hoe? Zo!* een aantal studievaardigheden aan te reiken.'

Het boek bestaat uit twee delen die elkaar aanvullen. In 'Wat je moet weten' gaan de auteurs dieper in op hoe je leert, wat het belang van intelligentie is, hoe je brein functioneert, hoe je geheugen informatie verwerkt en welke fysieke en mentale factoren een invloed hebben op je leerproces. In het tweede deel 'Aan de slag' kom je te weten welke vaardigheden je onder de knie moet hebben om optimaal aan de slag te gaan.



Het boek 'Leren. Hoe? Zo!' kost 39,99 euro en is in alle boekhandels te koop. Meer info op de website www.lerenhoezo.be.