

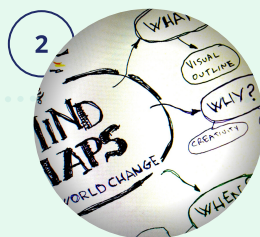
SNELLEZEN

Heb je moeite met het lezen van lange teksten? Wil jij meer tijd over houden voor leuke dingen? Snellezen kun je leren! Met deze 6 tips verhoog je je leestempo én haal je sneller de hoofdzaken uit de tekst. Daarbij sla jij deze hoofdzaken efficiënter op in je geheugen.



AANWIJZEN

Wanneer je wilt snellezen helpt een pen of potlood enorm. Wijs met je pen de woorden aan. Hierdoor zijn je hersenen minder afgeleid en kunnen ze de woorden gemakkelijker verwerken. Hoe vaker je dit doet, hoe sneller je leest. Uiteindelijk heb je je pen steeds minder vaak nodig.



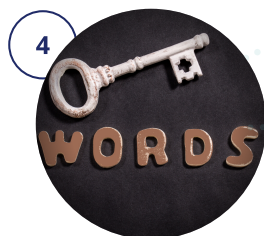
MINDMAP

Het is onmogelijk om alles uit je hoofd te leren en te onthouden. Na een maand ben je ca. 90% weer vergeten van wat je gelezen hebt. Markeer belangrijke onderwerpen, schrijf ze op in OneNote of maak een mindmap. Iets snel terugvinden is efficiënter dan alles proberen te onthouden.



CONCENTREREN

Natuurlijk moet je je concentreren als je leest. Maak het jezelf gemakkelijk door alle prikkels om je heen te verminderen. Leg je mobiel weg. Zet je notificaties uit en maak je bureau leeg. Hierdoor slaan je hersenen de tekst veel beter op.



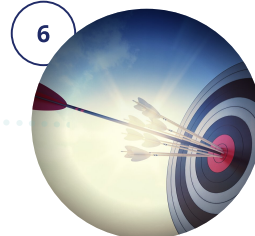
SLEUTELWOORDEN

Meestal is een groot deel van een zin nietszeggend. Dit komt door de lidwoorden en voorzetsels. Richt je op de 'sleutelwoorden' in een tekst. Hieronder zie je een voorbeeld. Als het goed is, vorm je hier ondanks de missende woorden een goed beeld bij de inhoud van de tekst. Zie je het voor je?



SUBVOCALISEREN

Als kind leerde je lezen door woorden hardop uit te spreken. Later deed je dit binnensmonds of in je hoofd. Dit heet subvocaliseren. Probeer dit af te leren, want het vertraagt. Focus op woordgroepen en niet op losse woorden. Wist je dat kauwgom kauwen ook helpt? Zo voorkom je dat je meepraat met de tekst.



JOUW DOEL

Waarom lees jij alle tekst? Wil je alles leren voor bijvoorbeeld een toets, lees dan alle tekst door. Wanneer alleen bepaalde onderwerpen interessant zijn, screen dan de tekst en de kopjes hierop. Dit scheelt je tijd.

ZAND - HANDDOEK - ZON -
BRIESJE - ZEE - LIMONADE -
IJSKLONTJE - ZONNEBRAND



EXTRA TIP: VOORLEZEN

Heb je echt geen tijd of zin om die lange tekst te lezen? Denk dan eens aan voorleessoftware. In Word, Outlook en op je telefoon zit die optie tegenwoordig standaard. Ideaal als je de notulen van de vergadering nog eens in je op wilt nemen, terwijl je op het strand ligt. 🧘



MEER LEREN?

Deze tips zijn bedoeld om jou op weg te helpen. Wil je nog beter worden? Schrijf je in voor de training 'Mindmapping en snellezen' ([klik hier](#)) en word een echte pro!