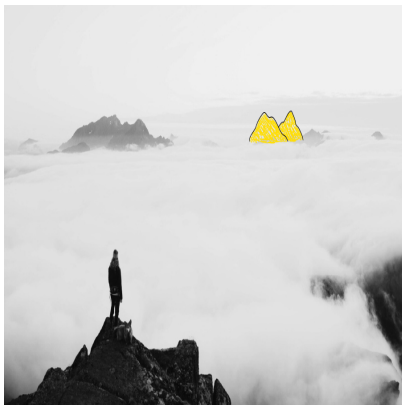




Regie voor de tiener is KEY

Beschrijving

In ons dagelijkse leven merken we iets op bij tieners – iets wat ze gemeenschappelijk missen. En dat is Overzicht. Overzicht over wat te doen, wanneer het te doen en hoe het slim en vlot uit te voeren. Dit alles valt onder de noemer van 'executieve functies'.

Executieve functies zijn als de verkeerstoren op een vliegveld – ze houden het overzicht en sturen het denken en gedrag aan. Maar net als een verkeersleider moeten tieners deze vaardigheden ontwikkelen en oefenen. Dit proces duurt tot ver in de volwassenheid.

Maar in een wereld vol prikkels, vooral online, raken tieners overprikkeld en verstrikt in de veelheid van informatie, vooral als het om schoolwerk gaat. Het is als proberen een mistige spits vol vliegtuigen te leiden – wat hen het meest zou helpen, is Overzicht.

Bij Grow Affairs gebruiken we het OKT-model om dit overzicht te creëren:

1. **Overzicht creëren:** Wat moet er deze week gedaan worden? Waar begin ik vandaag mee? Wat heb ik daarvoor nodig?
2. **Kern vinden:** Wat is de essentie van dit onderwerp? Hoe hangen de onderwerpen samen? Wat hebben ze gemeenschappelijk?
3. **Toepassen:** Oefen altijd de opgaven! Schrijf de antwoorden op. Welke vragen zou je docent stellen?

In de volledige blog gaan we verder op dit onderwerp in. We geven je verdiepende uitleg over executieve functies en geven je concrete tips hoe jij je tiener kunt helpen om meer overzicht te creëren.

BENIEUWD NAAR DE VOLLEDIGE BLOG?

[Login](#) of profiteer [hier](#) nu van onze speciale 20% welkomstkorting.