

Zdravo!

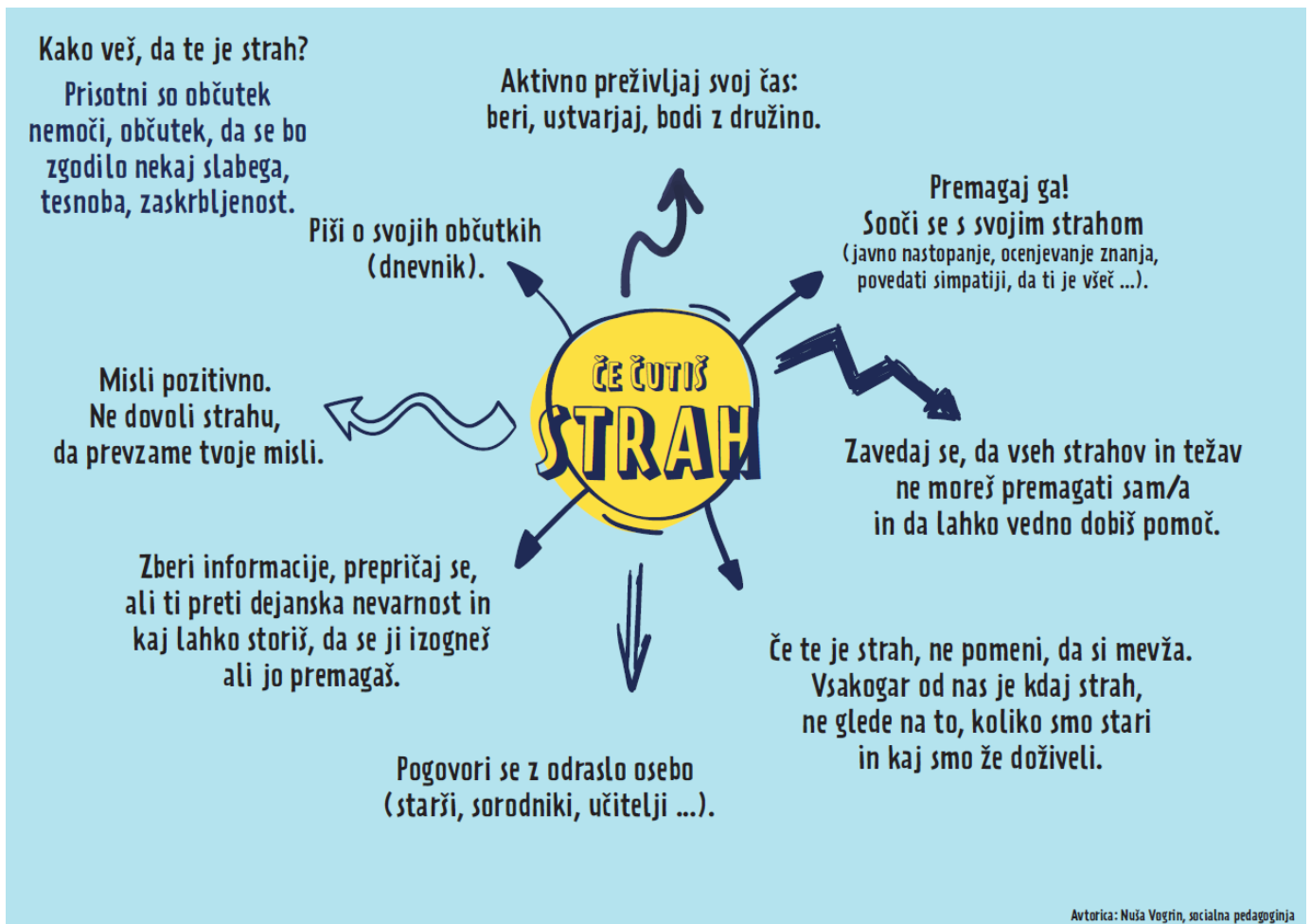
Ponovno ti pošiljam idejo za lažje učenje.

- **Paukova metoda:**

Ko se moraš naučiti določeno snov oziroma poglavje, si vzemi prazen list in ga razdeli na dva dela. V levi del zapiši »pomembne informacije«, v desni del pa »ključne besede«.

Naslov:	
Pomembne informacije	Ključne besede

- Preberi celotno besedilo.
 - V obliki povedi zapiši informacije, ki se ti zdijo pomembne.
 - Iz leve strani izpiši le bistvene besede na desno stran.
 - Prepogni list in ponovi snov samo po ključnih besedah.
 - Poskusi to strategijo uporabiti pri različnih predmetih in čim bolj pogosto.
 - Besede lahko pišeš tudi z različnimi barvami – glede na sklop, na katerega se nanašajo.
-
- Zavedam se, da je trenutno obdobje polno nedorečenih stvari (ne vemo kako nam bo šlo pridobivanje ocen na daljavo; snov težje razumemo, ker nimamo direktne razlage učitelja; ne vemo kdaj bomo spet videli sošolce itd.), in nas lahko prevzame tudi strah, ki je popolnoma normalno čustvo in ga doživlja vsak. Odvisno pa je koliko nas ohromi. Na sliki na drugi strani lahko pogledaš, kako se čim bolj učinkovito soočiti s strahom.



Želim ti, da se čim bolj učinkovito spoprimeš z neprijetnimi čustvi in da doživiš čim več prijetnih čustev. Če pa karkoli potrebuješ, pa me le kontaktiraj na natasa.hauzer@gmail.com.

Lepo se imej.

Nataša