

کاتن مجموعه مهارت‌های تشکیل دهنده توانایی‌های مادام‌العمر را در 7 بخش ذیل تقسیم بندی می‌نماید:

1. مهارت‌های ارتباطی (مهارت‌های خواندن، نوشتن، صحبت کردن و گوش کردن)
2. مهارت‌های یادگیری خود محور
3. مهارت‌های جستجو در محیط‌های الکترونیکی و کتابخانه (مهارت‌های دستیابی به اطلاعات)
4. مهارت‌های مطالعه و استراتژی‌های یادگیری (تاکتیک‌های یادگیری و بخاطر سپاری موضوعات)
5. مهارت‌های فراشناختی (مهارت‌های فراشناختی شامل خودآگاهی، خود نظارتی و خود تنظیمی می‌باشد)
6. مهارت‌های تفکری سطوح بالا (تفکر نقادانه، استدلال، پرسش، استفاده از فرایندهای علمی تفکر انتزاعی، خلاقیت)
7. سبک‌های یادگیری (مشخصات شناختی، احساسی و رفتار روانی یادگیرنده و تعامل او با محیط یادگیری)

هاردن یادگیری مادام‌العمر و تداوم آموزشی را در ایجاد توانمندی‌های ذیل در دانشجویان می‌داند:

1. یادگیری خود محور
2. یادگیری عمیق با ثبت در حافظه بلند مدت (در برابر یادگیری سطحی و ثبت در حافظه کوتاه مدت)
3. جستجو و بازیافت اطلاعات از منابع مختلف و روز آمد
4. مرور نقادانه آنچه خوانده می‌شود در برابر پذیرفتن کورکورانه مطالب
5. ادغام دانش موجود، همراه با جستجوی ارتباطات بین آنها
6. خود ارزیابی یادگیری .

علیرغم اختلافات جزئی که در این دو تعریف مشاهده می‌شود، استقلال در یادگیری، مدیریت خود محور، جستجو، ارزیابی نقادانه و آموزش دستیابی به سطوح بالای یادگیری از ارکان اساسی این تواناییها محسوب می‌شود.