

STYLE UCZENIA SIĘ

Poradnik dla zainteresowanych



WPROWADZENIE



Platon powiedział kiedyś, że „**wiedza nabyta pod przymusem nie trzyma się głowy**”. Nie jest tajemnicą, że uczniowie w szkole mają obowiązek uczenia się. Czy sam ten fakt sprawia, że uczą się gorzej? Na to pytanie trudno udzielić jednoznacznej odpowiedzi, a nawet jeśli by się udało – niewiele można z tym zrobić. Jak zatem sprawić, by wiedza bardziej „trzymała się naszych głów”?

Jednym ze sposobów jest **dostosowanie przekazu wiedzy do indywidualnych stylów uczenia się**. Styl uczenia się jest to sposób, w jaki najlepiej zapamiętujemy nowe informacje czy uczymy się nowych umiejętności. W zależności od preferencji poszczególnych zmysłów, możemy połączyć społeczeństwo w grupy **wzrokowców, słuchowców** czy **kinestetyków**. Dzięki temu, przy niewielkiej modyfikacji stosowanych metod, uczący się szybciej zapamiętają materiał a nauka nie będzie już tak uciążliwym obowiązkiem. Znajomość preferowanego przez ucznia stylu pomoże zarówno nauczycielowi w przekazywaniu wiedzy, jak też uczniowi w czasie samodzielnej nauki. Podane informacje warto potraktować jako **wskazówki** pomocne w obserwacji pracy z uczniem, ale też jako pomysł na modyfikację metod stosowanych przez nas samych – w końcu człowiek uczy się całe życie!

Celem tego poradnika jest **opisanie** głównych stylów uczenia się oraz przedstawienie **metod**, które dla każdego typu przynoszą najlepsze wyniki. Czytelnik może tu także znaleźć **korzyści** płynące z dostosowania metod pracy do stylów uczenia się. Na końcu znajduje się także **spis pozycji** zawierających więcej szczegółowych informacji dla tych, dla których ta tematyka okaże się warta głębszego poznania.

Styl uczenia się zależy od **zmysłów**, dzięki którym informacja jest odbierana i przekazywana do struktur mózgowych. Przy uczeniu się najważniejszą rolę pełni wzrok, słuch i zmysł kinestetyczny. **Zmysł wzrokowy** odbiera to, co widzi dana osoba. Można go również opisać jako sposób, w jaki mózg tworzy wyobrażenie podczas snu lub myślenia. **Zmysł słuchu** można opisać jako proces słuchania, ale również sposób, w jaki słyszymy swój wewnętrzny głos wtedy, kiedy nie słychać wypowiedzianych słów. **Zmysł kinestetyczny** informuje nas o położeniu naszego ciała w przestrzeni. Odbiera bodźce związane z uciskiem, rozciągnięciem, ustawieniem i ruchem.

Ważne jest to, że nie ma lepszego czy gorszego stylu. Każdy z nich ma swoje zalety, ale i ograniczenia a najbardziej efektywnym będzie ten, który najlepiej odpowiada naszym predyspozycjom. Warto więc spróbować pracy z technikami z różnych stylów, by wybrać coś odpowiedniego dla siebie.



W związku z preferencją danego zmysłu, możemy mówić o wspomnianych wcześniej stylach uczenia się: **wzrokowiec, słuchowiec i kinestetyk**. Co dokładnie to oznacza w praktyce? Jak na co dzień funkcjonuje wzrokowiec, czego najszybciej nauczy się wzrokowiec i jak pracuje kinestetyk?

WZROKOWIEC

Jak funkcjonuje?

Osoby, które uczą się wzrokowo wolą myśleć obrazami, niż słowami. Szybciej zapamiętują kolorową informację, przekazaną za pomocą map, diagramów, rysunków, grafów czy wykresów. Ważnym elementem jest uporządkowanie stanowiska pracy, by każda rzecz leżała na swoim miejscu i nie rozpraszała uwagi uczącego się.



Wzrokowcy dobrze radzą sobie pracując z obrazami, wizualizując i obracając nimi w swoim umyśle.

Starają się wprowadzić porządek konstruując, aranżując, naprawiając. Mają dobrą pamięć do wizualnych elementów (do materiału wydrukowanego, narysowanego). Ucząc się siedzą dość spokojnie, a komunikaty werbalne często zamieniają na obraz. Zwracają uwagę na kolor, kształt, ładny wygląd stroju, mieszkania, książki itp. cechy.

Najlepiej uczy się, gdy...

- ↳ tworzy materiał graficzny, tego, czego się uczy; tworzy wizualizacje;
- ↳ robi notatki używając kolorowych długopisów, mazaków, zakreślaczy czy kredek;
- ↳ informacja jest przekazana wzrokowo i pisemnie, np. za pomocą wykresów, tabel, diagramów, rysunków, itp.;
- ↳ to, o czym mówi nauczyciel, uczeń może śledzić wzrokiem w książce, zeszyte czy na tablicy;
- ↳ wokół panuje cisza i porządek;
- ↳ zapisuje nowo poznane słowa i przykleja je w różne miejsca w swojej przestrzeni, na które często patrzy;

Co jeszcze jest ważne w przypadku wzrokowca?

- ☞ Skupienie na celu lekcji – dlaczego dany temat jest ważny? Co należy wiedzieć? Do czego można wykorzystać zdobytą wiedzę? Dzięki takiemu przygotowaniu tematu, nauka będzie ciekawsza i przyjemniejsza, przywoła różne wspomnienia/wyobrażenia związane z tematem, ułatwi połączenie nowych wiadomości z poznanymi wcześniej.
- ☞ Utrzymanie uwagi - utrzymywanie ciągłego skupienia nad zadaniem może być trudne ze względu na liczne bodźce wzrokowe występujące w naszym otoczeniu. Warto wybrać jedno, stałe miejsce do nauki i tak je uporządkować, by nie odwracało naszej uwagi od zadania.
- ☞ Wzrokowe wskazówki – dla wzrokowca dobrym pomysłem może okazać się połączenie wzrokowych wskazówek związanych z tematem z czymś charakterystycznym dla danej osoby, by ułatwić zapamiętywanie informacji. Zapamiętany kontekst uczenia się pomaga łatwiej wydobyć informacje z pamięci.
- ☞ Niezależne lub otwarte zagadnienia, zagadnienia opierające się na problemie, analizie przypadku lub innych sposobów, w których uczący się może wykazać się aktywnością związaną z nauczaniem materiałem - jeśli uczeń będzie miał możliwość przetwarzać, modyfikować, ulepszać dany materiał – więcej zapamięta gdyż zaangażuje więcej swoich zasobów poznawczych.
- ☞ Różne formy prezentacji danego materiału – przedstawianie informacji w sposób jasny i uporządkowany za pomocą schematów, wykresów i diagramów; używanie materiałów drukowanych różnego rodzaju: książek, gazet, podręczników, instrukcji, tablic, wykresów, plakatów; wyróżnianie najważniejszych informacji (kolorem, podkreśleniem,

pogrubieniem). Im bardziej atrakcyjne wzrokowo będą przedstawione informacje, tym lepiej zostaną zapamiętane.

- ☞ Kontakt wzrokowy – wzrokowcy przywiązują większą wagę do tego, co widzą, niż do tego, co słyszą, stąd bardzo ważne jest, by osoba przekazująca wiedzę utrzymywała kontakt wzrokowy z uczniem. Dzięki temu można kontrolować, czy dane zagadnienie jest zrozumiałe, czy może należy jeszcze coś powtórzyć. Uczniowie skupiają swoją uwagę, gdyż mają świadomość, że nauczyciel mówi właśnie do nich.

SŁUCHOWIEC

Jak funkcjonuje?



Słuchowcy uczą się najlepiej wtedy, gdy słyszą informacje. Preferują oni wykłady, ćwiczenia, dyskusje grupowe, mówienie, rozmowy sieciowe i debaty. Uczą się słuchając, ale i mówiąc. Wolą naukę raczej w cichych warunkach, gdyż nadmierne bodźce słuchowe mogą rozpraszać ich uwagę. Mają dobrą pamięć do dialogów, muzyki, dźwięków.

Słuchowiec dobrze zapamiętuje nazwy własne, szybko uczy się wierszyków, rymowanek, melodii. Lubi powtarzać na głos to, co napisał. Może mieć trudności z odczytywaniem map, wykresów czy tabel, woli

gdy ktoś mu je omówi i wytłumaczy słownie.

Najlepiej uczy się, gdy ...

- ☞ współpracuje, dyskutuje, wymienia zdanie z innymi;
- ☞ informacja jest przedstawiona werbalnie;
- ☞ prowadzący zajęcia umożliwiają klasową debatę czy dyskusję;
- ☞ czyta na głos swoje notatki; powtarza stosując różną intonację;
- ☞ układa rymowanki, wierszyki, piosenki;
- ☞ tworzy mapy myśli i na głos omawia ich elementy;
- ☞ słucha nagrań nowych słówek, śpiewa zagraniczne piosenki;
- ☞ może zadawać pytania, rozmawiać, dyskutować z prowadzącym lub innymi uczniami.

Co jeszcze jest ważne w przypadku słuchowca?

- ☞ Sprawdzenie, czy uczący się rozumiał przekazywane treści – najłatwiej można to sprawdzić prosząc ucznia, by określił, co powiedział mówiący. Umożliwia to mówiącemu wycucie, czy osoba ucząca się naprawdę zrozumiała wypowiedź i czy zrozumiała ją we właściwym sensie.
- ☞ Zrozumienie celu nauki – podobnie, jak w przypadku wzrokowców, ten punkt jest bardzo ważny. Pomaga w wypracowaniu pozytywnego nastawienia do materiału, który trzeba przyswoić oraz w połączeniu go z dotychczasową wiedzą (co znacząco wpływa na trwałość zapamiętanej informacji).
- ☞ Debaty, dyskusje – słuchowcy zwracają większą uwagę na słowo mówione, stąd wprowadzenie takich metod aktywizujących pomaga skupić uwagę i zapamiętać jeszcze więcej.
- ☞ Praca w grupach – uczenie się w grupie, która dyskutuje nad omawianym tematem jest w przypadku słuchowców bardzo efektywnym sposobem nauki. Warto więc od czasu do czasu zaaranżować pracę grupową, która dodatkowo rozwija kompetencje społeczne

i pomaga sprawdzić, jaki jest stan wiedzy osoby w stosunku do innych.

- ☞ „Korepetycje” – w przypadku wyrównywania różnic w poziomie wiedzy warto pomóc w nauce komuś słabszemu. Dzięki temu można „osłuchać się” kolejny raz z omawianym materiałem i sprawdzić, co jest zrozumiałe, a co nie i wymaga przypomnienia.

KINESTETYK

Jak funkcjonuje?

Kinestetycy uczą się najskuteczniej poprzez wykonywanie czynności. Najlepiej chłoną wiedzę przez doświadczenie, przykład i ćwiczenia. Nauka kinestetyczna uwzględnia korzystanie z demonstracji, filmów wideo odnoszących się do świata rzeczywistego, studium przypadku. Dobrze sprawdzają się także ćwiczenia, umożliwiające zastosowanie nowo poznanej wiedzy w codziennym życiu.

Uczenie kinestetyczne jest metodą nauczania, która stawia na naukę przez aktywność fizyczną bardziej, niż słuchanie lub oglądanie demonstracji. O uczących się, którzy preferują naukę tym stylem, można powiedzieć, że są urodzonymi odkrywcami; realizują się przez robienie, a nie przez myślenie o zadaniu przed jego rozpoczęciem. Podczas nauki swobodnie rozsiadają się, bawiąc się długopisem czy innym przedmiotem. Gdy coś się dzieje ciekawego w otoczeniu, wodzą za tym wzrokiem. Mają dobrą pamięć do działań i ruchów ciała. Patrząc na innych odczytują ich mowę ciała.



Najlepiej uczy się, gdy ...

- ☞ jest fizycznie zaangażowany w ćwiczenie;
- ☞ informacja jest przedstawiona w sposób, który pobudza do aktywności fizycznej;
- ☞ korzysta z zachęty uczącego do klasowych demonstracji, scenek, doświadczeń, eksperymentów; gdy uczy się w praktyce łatwiej mu zrozumieć coś nowego w połączeniu z tym, co nauczył się już wcześniej;
- ☞ konstruuje przestrzenne modele (wycinanki, lepienie z plasteliny, modelowanie, itp.);
- ☞ pracuje w terenie, na wycieczkach, wyjściach z klasą w różne miejsca;
- ☞ podczas nauki chodzi czytając książkę lub notatki;
- ☞ odgrywa scenki, gestykułuje, demonstruje pojęcia za pomocą pozy ciała, mimiki.

Co jeszcze jest ważne w przypadku kinestetyka?

- ☞ Różne metody pracy – kinestetycy uczą się raczej krótkimi etapami, trudno im utrzymać uwagę na jednym zadaniu przez dłuższy czas. Pomocne okazuje się zastosowanie różnorodnych metod, które pobudzają aktywność, na przykład praca w grupie, odgrywanie scenek, doświadczenia, lekcje w terenie, wyjścia do muzeum czy inne wycieczki..
- ☞ Skupienie uwagi – jak już zostało wspomniane wyżej, uczniowie uczący się kinestetycznie mają trudności ze skupieniem uwagi. Oprócz różnorodnych metod pracy, dobrze sprawdza się robienie notatek na bieżąco, zapisywanie kluczowych słów, rysowanie obrazków.
- ☞ Ocenianie – trudno uniknąć tradycyjnego sposobu sprawdzania wiedzy, jednak jeśli temat na to pozwala, warto spróbować wykonywania projektów, które będą wymagały aktywnego poszukiwania i tworzenia. Takie formy oceniania wymagają trochę wysiłku, jednak są bardzo atrakcyjne i pobudzają chęć odkrywania otaczającego świata.

DLACZEGO WARTO ZNAĆ STYLE UCZENIA SIĘ I KORZYSTAĆ Z TEJ WIEDZY NA CO DZIEŃ?

Największą korzyścią zastosowania stylów i technik nauki odpowiednich dla preferencji zmysłów jest umożliwienie uczącemu się pełnej **kontroli nad jego nawykami podczas nauki** oraz nad otoczeniem wtedy i tam, gdzie jest to możliwe, w celu **zmaksymalizowania potencjału uczenia się**.

Ze strony ucznia możemy znaleźć inne liczne korzyści:

- ✓ dłuższe utrzymywanie się zapamiętanej informacji;
- ✓ więcej pewności siebie podczas rozwiązywania problemów;
- ✓ zdolność kreatywnego myślenia;
- ✓ nauka na sukcesach i porażkach;
- ✓ planowanie własnego działania i wprowadzanie ważnych zmian;
- ✓ wzrost umiejętności interpersonalnych;
- ✓ umiejętność oceny własnych umiejętności i doświadczenia;
- ✓ zrozumienie i zaakceptowanie swoich silnych i słabych stron;
- ✓ zrozumienie sposobu, w jaki uczy się uczeń pomoże odróżnić skuteczne techniki nauki od tych, które mogą się nie przydać;
- ✓ w oparciu o styl rozwinięcie bardziej efektywnych technik nauki, które pomogą osiągać kolejne sukcesy;
- ✓ ponieważ uczeń zacznie się uczyć bardziej efektywnie, będzie potrzebował mniej czasu na naukę!

PODSUMOWANIE

W życiu spotykamy się z różnymi sytuacjami – raz próbujemy kogoś czegoś nauczyć, a innym razem sami się uczymy. Jako nauczyciele powinniśmy rozważyć i rozpoznać, jak przekazywać wiedzę, aby jak najlepiej dotrzeć do uczniów. Z perspektywy ucznia bardzo ważna jest samoświadomość swoich preferencji uczenia się w celu określenia technik uczenia się najbardziej adekwatnych, nawet jeżeli sposób przekazywania informacji nie odpowiada preferowanemu stylowi.

Warto także zwrócić uwagę, że często spotykamy się z typami mieszanymi, więc nie należy kategorycznie odcinać się od technik uczenia się proponowanych dla innego stylu. Dobrym pomysłem jest łączenie różnych technik oraz dobieranie techniki w zależności od specyfiki materiału, którego trzeba się nauczyć. Dzięki takiemu eksperymentowaniu, możemy odkryć najbardziej efektywną dla nas metodę pracy i skrócić czas potrzebny na uczenie.

PAMIĘTAJ!

Nie ma ani najgorszego, ani najlepszego stylu! Ważne jest, by znaleźć takie sposoby na naukę, które będą się podobały i pomogą zapamiętać jak najwięcej nowego materiału.

Więc jeśli jesteś wzrokowcem – spróbuj czasem zastosować techniki ruchowe, scenki czy wykonywanie modeli. Jeśli jesteś słuchowcem – nie poprzestawaj na słuchaniu, eksperymentuj, rysuj, odkrywaj! Jeśli jesteś kinestetykiem – poczytaj książkę, może zainspiruje Cię do czegoś ciekawego?

Powodzenia! 😊

PRZYDATNA LITERATURA

- ✍ **Angelów, B.** (1998), *Jak się uczyć skutecznie, szybko i przyjemnie*, Poznań: Moderski i S-ka.
- ✍ **Bogdanowicz, M. (2007)**, *Uczeń z dysleksją w domu*, Gdynia: Wydawnictwo Pedagogiczne Operon.
- ✍ **Buehl, D.** (2004), *Strategie aktywnego nauczania czyli Jak efektywnie nauczać i skutecznie uczyć się*, Kraków : Wydawnictwo Edukacyjne.
- ✍ **Drapeau, Ch.** (2002), *Jak uczyć się szybko i skutecznie*, Warszawa: KDC.
- ✍ **Dudley, G.** (1986), *Jak podwoić skuteczność uczenia się*, Warszawa: MEDIUM.
- ✍ **Fernstermacher, G.D., Solis, J.** (2000), *Style nauczania*. Warszawa: WSiP.
- ✍ **Linksman, R.** (2005), *W jaki sposób szybko się uczyć*. Warszawa: Świat Książki.
- ✍ **Łukasiewicz, M.** (2006), *Sukces w szkole*, Poznań : Rebis.

