

Analiza stylu uczenia się

Zdolność zapamiętywania stanowi jedną z najważniejszych umiejętności człowieka. Mózg składa się z prawej i lewej półkuli połączonych ze sobą skomplikowaną siecią włókien nerwowych. Chcąc, aby nasz mózg pracował sprawniej, powinniśmy zintegrować działanie obu półkul mózgowych. Wszystkie techniki zapamiętywania angażują logikę i kreatywność. Należy dostarczać informacje w taki sposób, aby trafiały zarówno do lewej jak i do prawej półkuli. Najczęściej wykorzystuje się (w procesie uczenia) przede wszystkim lewą półkulę, co często jest źródłem wielu niepowodzeń w nauce. Lepsze efekty można osiągnąć, gdy wykorzystujemy aktywność całego mózgu, a nie nadmiernie obciążamy jedną półkulę. Kiedy obie półkule pracują jednocześnie, wtedy następuje optymalna praca całego mózgu.

„Pamięć zależy od trzech warunków: silnego wrażenia, zdolności utrwalania i łatwości odtwarzania.” (Kalina). Ważne są sposoby podania wiedzy ułatwiające jej zapamiętywanie.

W procesie uczenia się bardzo ważne jest dostosowanie sposobu nauczania do indywidualnego stylu przyswajania wiedzy do indywidualnych możliwości ucznia. Jak twierdzi Linksman każdy z nas jest obdarzony charakterystycznym „superłączem edukacyjnym”, czyli sposobem przetwarzania informacji, dzięki któremu uczenie się staje się bardziej efektywne, łatwiejsze i przyjemniejsze.

W zależności od preferowanej sensoryczności, wyróżniamy cztery główne style uczenia się:

- wzrokowy
- słuchowy
- dotykowy
- kinestetyczny

Każdy z nas używa obu półkul mózgowych. Ze względu na dominację jednej z nich, można podzielić nas na:

- lewo-półkulowych,
- prawo-półkulowych,
- obu- półkulowych.

Lewa strona naszego mózgu (nazywana logiczną) jest odpowiedzialna za myślenie

logiczno-racjonalne, liczby, mowę, itp.

Prawa półkula mózgu (kreatywna) ułatwia nam zrozumieć świat poprzez obrazy, fantazję, wyobraźnię, intuicję.

Gdy odbieramy informacje za pośrednictwem dominującej półkuli uczymy się dużo szybciej i łatwiej. Proces ten przebiega w sposób naturalny i automatyczny. Osoby które używają w dużej mierze tylko jednej półkuli, mają trudności w używaniu drugiej. Harmonijnie pobudzanie i stymulowanie do działania „słabszej” półkuli z dominującą, powoduje wzrost efektywności pracy umysłowej danego dziecka. Dlatego właśnie kluczem do szybkiego uczenia się jest integracja pracy obu półkul mózgowych.

Bodźce, które oddziałują na nasz mózg przyczyniają się do powstania nowych połączeń między neuronami (komórkami nerwowymi w mózgu). Im więcej bodźców dociera do nas ze świata zewnętrznego, tym więcej tworzy się połączeń i powstaje charakterystyczny dla każdego z nas sposób uczenia się. Wykorzystując określone wzorce sprawiamy, że stają się one dominujące i zaczynamy ich używać w sposób automatyczny. Dzięki temu szybciej i skuteczniej uczymy się, rozwijając indywidualny, najlepszy dla nas styl uczenia się.

Podczas zapamiętywania posługujemy się wszystkimi swoimi zmysłami. Najlepsze rezultaty są, gdy głównie wykorzystujemy zmysł dominujący. Dzięki temu efektywność uczenia się ulega poprawie. Każdy człowiek inaczej odbiera i przekazuje impulsy z otaczającego świata. Na to, w jaki sposób w przyszłości będziemy się uczyć, ma wpływ zarówno natura jak i wychowanie.

Badania prowadzone nad stylami przetwarzania informacji wykazują, że:

- około 30% ludzi zapamiętuje trzy czwarte tego, co usłyszy,
- około 40% zapamiętuje trzy czwarte z tego, co przeczyta lub zobaczy,
- około 15% najlepiej uczy się dotykowo,
- około 15% z nas uczy się poprzez ruch, działanie (kinestetycznie).

Według takiej dominacji można podzielić nas na grupy:

- słuchowcy
- wzrokowcy
- dotykowcy
- kin estetycy

Słuchowcy lubią mówić i dobrze im to wychodzi. Uczą się, słuchając innych, słysząc w rozmowie samych siebie oraz dyskutując z innymi. Mogą mieć kłopoty z odczytaniem map i geometrią, za to dobrze zapamiętują muzykę, dialogi. Często używają sformułowań: „coś mi tu zgrzyta”, „słuchaj, jakie to ciekawe”, „posłuchaj jakie to dobre”.

Wzrokowcy lubią porządek wokół siebie, pamiętają dobrze kolory i rysunki oraz lokalizację przedmiotów. Mają problemy z zapamiętaniem nazwisk, tytułów, nazw itp. Używają zwrotów: „ciemno to widzę”, „zobacz, jaka piękna muzyka”, „popatrz, jak łatwo to zrozumieć”, „spójrz, jak to pięknie pachnie”.

Dotykowcy/czuciowcy to najczęściej osoby refleksyjne, wrażliwe i spokojne. Uczą się, dotykając, doznając wrażeń na powierzchni skóry, używając rąk i palców, łącząc to, czego się uczą, ze zmysłem dotyku i emocjami. Używa zwrotów „czuję...”, „mam wrażenie...”.

Kinestetycy uczą się najchętniej w ruchu, angażując się aktywnie w procesie uczenia się poprzez stymulacje, odgrywanie ról, eksperymenty, badania i ruch oraz uczestnicząc w czynnościach z życia codziennego. Męczą się słuchając wykładów i potrzebują wtedy choćby najmniejszej formy ruchu. Lubią nieporządek. Charakterystyczne dla nich zwroty to: „to mnie porusza”, „czuję nacisk/napięcie” ...

Dysponując właściwą „instrukcją obsługi” mózgu, możemy dobrze wykorzystać i znacznie powiększyć własny potencjał umysłowy. Od dawna wiadomo, że pojemność mózgu jest niemal nieograniczona. Oznacza to, że każdy człowiek dysponuje ogromnymi możliwościami kształtowania swojej wydolności umysłowej.

W **tradycyjnych** systemach nauki wykorzystywana jest przede wszystkim lewa półkula. Często jest to źródłem niepowodzeń w nauce.

Efektywne metody pracy umysłowej odwołują się jednocześnie do lewej i prawej półkuli mózgowej – słownej i obrazowej, racjonalnej i intuicyjnej, logicznej i kreatywnej części naszego mózgu. Stosując odpowiednie metody pracy, angażujemy cały mózg i dzięki temu możemy więcej zrozumieć i zapamiętać, szybciej i skuteczniej się uczyć, mieć więcej twórczych pomysłów, czy lepiej zaplanować nasze działania.

Praca zgodna z naszymi preferencjami przyczyni się do większej chłonności pamięci, a tym samym proces zapamiętywania stanie się przyjemniejszy i łatwiejszy. Im częściej obie półkule mózgowe pracują jednocześnie, tym bardziej każda z nich korzysta na tej

współpracy.

Jakie „połączenia” są sugerowane:

- muzyka + matematyka,
- matematyka + odtwarzanie stosunków przestrzennych,
- taniec (i inne wymagające kontroli nad ruchami) + nauka języków.

Czy tak właśnie się uczysz? Spróbuj.

Kiedy dzieci uczą się niezgodnie z ich preferencjami, odczuwają, że nauka jest trudna, nieprzyjemna i stresująca, a efektywność bardzo niska. Znając swoje style uczenia się, nie muszą korzystać ze „słabych” i trudnych szlaków łączących nasze zmysły z mózgiem. Uczeń, poznając swoje najskuteczniejsze „superłącza edukacyjne”, będzie wiedział jak ma się uczyć. Korzyści z tego płynące odczuje w całym procesie uczenia się. Będzie sprawniej czytał, lepiej rozumiał, zapamiętywał i przetwarzał informacje. Będzie mógł efektywniej wykorzystać czas poświęcony na naukę, lepiej przygotować się do egzaminów i odnieść sukces. To z kolei przyczyni się do wzrostu jego samooceny i motywacji do nauki.

Łatwiej przychodzi nam nauka czegoś nowego, jeśli materiał jest nam prezentowany zgodnie z naszym sposobem przetwarzania i przechowywania informacji.

Aby usprawnić proces zapamiętywania i odtwarzania informacji należy podać informacje w taki sposób, żeby trafiły one zarówno do prawej, jak i do lewej półkuli mózgu. Dlatego konieczne jest dopasowanie sposób prezentacji nowego materiału do różnych preferencji uczniów. Jeśli jednak tego nie zrobimy, nauka będzie sprawiała im kłopoty i spadnie motywacja do pracy.

Jeśli nasi uczniowie przetwarzają informacje w formie symboli takich jak słowa, będą woleli sposób nauczania, który odwołuje się do słów i języka. Z kolei, jeśli ktoś odbiera nowe dane w formie sensorycznych wyobrażeń, będzie podatny na odwołanie się w nauczaniu do sensorycznych wyobrażeń i doświadczeń.

Najlepsze efekty osiąga się, gdy nauczyciel co 5 – 10 min. zmienia sposób przekazu informacji, aby stymulować wszystkie zmysły.

Unikanie monotonii podczas przekazywania wiedzy, otwiera drzwi do uczenia się dla wszystkich uczniów.

Wyróżniamy różne metody uczenia się:

- wykład

- czytanie
- stosowanie pomocy audiowizualnych
- prezentacja graficzna
- dyskusja w grupie
- gry dydaktyczne
- odgrywanie ról
- drama
- symulacja
- działania praktyczne
- analiza przypadków
- projekty
- uczenie innych

Zadaniem nauczycieli jest ułatwienie poznania przez uczniów swoich silnych stron, aby odpowiednio mogli z nich korzystać.

Wiedza ta pomoże nam i naszym uczniom dowiedzieć się, jak powinni się uczyć, aby uzyskiwać lepsze wyniki swojej pracy. Ważna też jest stymulacja „słabszej” półkuli i włączenie w proces nauki wszystkich naszych zmysłów.

Bez tej wiedzy nie jesteśmy w stanie pomóc naszym uczniom i sprawić, aby nauka była łatwa, szybka i przyjemna.

Beata Skawska

- Buzan T. (1997). *Pamięć na zawołanie*. Łódź: Ravi.
- O'Brien D. (2001). *Sztuka zapamiętywania*. Warszawa: Muza.
- Linksman R. (2001). *W jaki sposób szybko się uczyć*. Warszawa: Bertelsmann Media
- Kalina P. (1997). *Mnemonika czyli sztuka kształcenia i wzmacniania pamięci*. Warszawa: TKS.