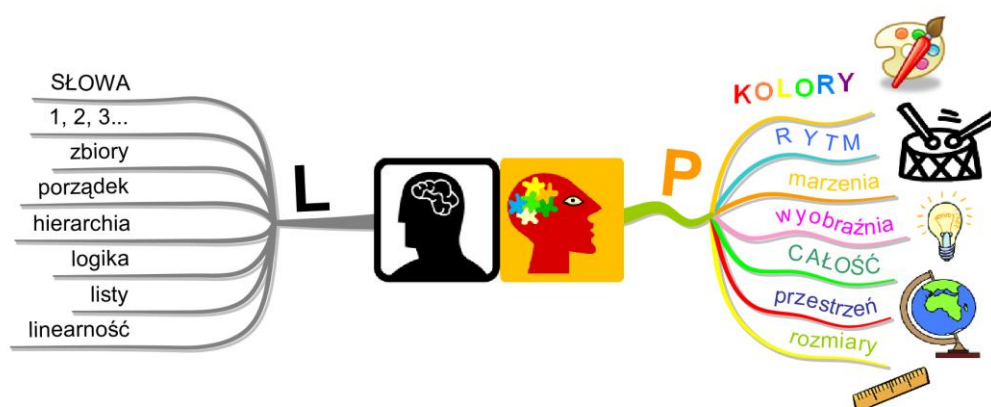


Poznaj swój styl uczenia

Nie wszyscy przyjmujemy i kodujemy wiadomości w ten sam sposób. Każdy z nas odruchowo uaktywnia preferowany zmysł, albo zmysły, i w ten właściwy sobie sposób odbiera i przekazuje informacje. Preferowany kanał sensoryczny determinuje naszą osobistą strategię uczenia się.

sposób uczenia się = dominacja półkulowa + styl uczenia się

Sensoryczne impulsy odbierane przez oczy, uszy, zmysł dotyku i mięśnie, mogą być przekazywane do prawej lub lewej półkuli mózgowej. W procesie uczenia się przetwarzanie informacji następuje zazwyczaj przy aktywizacji preferowanej strony mózgu.



© Wojciech Zawisz, www.iMindMap.pl

Więcej o współpracy półkul mózgowych znajdziecie tu:

<http://www.edumotywka.pl/2020/03/dwie-pokule-jeden-mozg.html>

Bodźce, które oddziałują na mózg, odpowiadają za powstanie nowych połączeń między neuronami (komórkami nerwowymi). Zdolność tę nazywamy plastycznością mózgu. Stale stymulowany umysł będzie tworzył nowe połączenia. Im więcej bodźców do nas dociera, tym więcej tworzy się połączeń i wzorców uczenia się. I tak na przykład, jeśli w miarę upływu czasu polegamy bardziej na naszym wzroku to ta część mózgu, która interpretuje bodźce wizualne, jest bardziej rozwinięta niż szlaki między mózgiem a innymi zmysłami. W rezultacie coraz bardziej ufamy naszym oczom. Stąd, kiedy określone wzorce uczenia się stają się bardziej płynne, sprawne i zautomatyzowane, szybciej się uczymy, rozwijając własny, najlepszy dla nas styl uczenia się. Z upływem czasu u wielu osób jeden ze zmysłów wykształca się bardziej niż pozostałe, wpływając tym samym na sposób uczenia się nowych treści. Na styl uczenia się mają wpływ również czynniki genetyczne 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:

- **Wzrokowcy** pamiętają dobrze kolory i rysunki oraz lokalizację przedmiotów. Mają problemy z zapamiętaniem nazwisk, tytułów, nazw itp.
- **Słuchowcy** lubią mówić, 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.
- **Dotykowcy/czuciowcy** to najczęściej osoby refleksyjne, wrażliwe i spokojne. Uczą się, doznając rzeczywistości palpacyjnie, odbierają wrażenia na powierzchni skóry, używając rąk i palców – łącząc to, czego się uczą, ze zmysłem dotyku i emocjami.
- **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 życia codziennego. Męczą się i nudzą słuchając wykładów i potrzebują wtedy choćby najmniejszej formy ruchu. Lubią nieporządek.

Aby określić swój styl uczenia się, odpowiedz teraz na pytania kwestionariusza podanego poniżej. Staraj się odpowiadać na pytania precyzyjnie. Wybieraj te odpowiedzi lub warianty, które wydają Ci się najbardziej naturalne i oczywiste. W przypadku wątpliwości przy wyborze, zadaj sobie pytanie: „Które z zachowań najbardziej mi odpowiada i jest najmniej stresujące?” Pamiętaj, robisz to po to, aby określić własny styl uczenia się.

Link do testu: <https://www.quizme.pl/quiz/start/179200604>

Wiesz już, jaki styl uczenia się dominuje u Ciebie. Teraz dowiedz się, co to właściwie oznacza?

Jeśli chcemy, aby nasze uczenie się było szybkie i nie sprawiało nam trudności, abyśmy mogli uczyć się szybko i efektywnie, powinniśmy otrzymywać nowe informacje zgodnie z najbardziej nam odpowiadającym stylem uczenia się. Powoduje to, że właśnie dzięki temu jednemu zmysłowi odbierane bodźce są lepiej przez nas przyswajane i zapamiętywane. Mając wiedzę na ten temat sami świadomie możemy organizować sobie środowisko uczenia się, tak aby było dla nas najbardziej przyjazne. Styl uczenia się nie wpływa tylko na naukę szkolną, ale zdobywanie wiedzy i doświadczenia we wszystkich dziedzinach życia, w każdej sytuacji. Niektórzy lubią słuchać i mówić, inni wolą analizować informacje albo obserwować dane zjawiska

Wzrokowiec

- lubi demonstracje lub pokazy,
- lubi wykresy i tabele, - lubi opisy,
- pamięta twarze i imiona,
- lubi robić notatki,
- lubi patrzeć, rysować,
- referuje sztuki wizualne.

Słuchowiec

- lubi dialogi i rozmowy,
- powtarza głośno to, co napisali,
- rozmawia ze sobą,
- lubi słuchać,
- lubi wykłady,
- lubi długie wypowiedzi własne,

- lubi muzykę,
- woli mówić o działaniach niż je oglądać,
- dobrze pamięta twarze,
- lubi czytać głośno lub półgłosem.

Czuciowiec/Kinestetyk

- uczy się przez wykonywanie czynności i bezpośrednio zaangażowanie,
- lubi emocje, ruch,
- nie lubi czytać,
- pamięta, co sam wykonał,
- musi się poruszać, wiercić, coś trzymać,
- tupie, gestykułuje,
- nie lubi słuchać

Należy pamiętać, że każdy z nas odbiera świat wszystkimi zmysłami i w związku z tym korzysta w procesie uczenia się z każdego ze stylów. Zawsze jednak jeden z nich odgrywa dominującą rolę, jest przez nas preferowany i wykorzystywany w większym stopniu niż inne.

Pamiętaj, że styl uczenia się to nie to samo, co zdolność! Najprościej mówiąc, zdolność to to, ile i jak dobrze możesz się uczyć, styl - jak wolisz się uczyć. Oczywiście, że ucząc się zgodnie ze swoim stylem (czyli tak, jak preferuje Twój mózg) zwiększamy szanse na osiągnięcie wyższych pułapów naszych zdolności. Z drugiej strony ćwicząc się w stylu odmiennym, możemy nabywać nowe zdolności, których wcześniej nie posiadaliśmy. Poza tym nie ma dobrych i złych stylów uczenia się! Można powiedzieć, że każdy ma swoje plusy i minusy w zależności od sytuacji zadaniowej. Wobec tego ludzie, którzy ze względu na swój styl poznawczy gorzej radzą sobie w jednego typu sytuacjach, lepiej radzą sobie w innych.

Ewa Jędrzejczyk-pedagog

Opracowane na podstawie materiałów ORE zawartych w zeszytcie 1 „Teoria w pigułce” oraz książki R. Linksmiana „W jaki sposób szybko się uczyć?”, Wyd. Świat Książki, Warszawa 2005.

