

Style uczenia się, czyli jak pomóc dziecku w nauce?

Każdy z nas uczy się w różny sposób. Odbieramy informacje ze świata zewnętrznego korzystając ze wszystkich zmysłów (wzrok, słuch, dotyk, węch i smak). Gdy nasz mózg wystawiony jest na działanie bodźców, między komórkami nerwowymi powstają nowe połączenia. Zdolność ta zwana jest plastycznością mózgu. 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. Gdy czegoś się uczymy, musimy koncentrować się nad przyswajaniem nowych informacji, procedur, umiejętności.

Jeśli chcemy, aby nasze uczenie się było szybkie i nie sprawiało nam trudności, 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 możemy świadomie organizować dzieciom warunki do uczenia się, tak aby były dla ich jak najbardziej sprzyjające przyswajaniu wiedzy.

Styl uczenia się wpływa nie 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.

Wyróżniamy cztery główne style uczenia się:

- **wzrokowy,**
- **słuchowy,**
- **czuciowy i kinestetyczny.**

W literaturze bardzo często styl czuciowy (dotykowy) oraz kinestetyczny przedstawiany jest jako jeden ponieważ mają dużo cech wspólnych. W testach diagnozujących style uczenia się można spotkać połączenie tych dwóch stylów (wtedy mówi się o stylu kinestetycznym) lub rozbieżność ich na dwa style odrębne. W tym artykule styl czuciowy oraz kinestetyczny jak został opisany jako jeden styl.

Większość z nas stosuje najczęściej styl mieszany tzn. wykorzystuje do nauki pracę kilku zmysłów. Trzeba pamiętać, że każdy styl może być skuteczny w nauce, nie ma podziału na lepszy i gorszy. Pamiętajmy, iż styl uczenia się to nie to samo, co zdolność! Zdolność to potencjał, predyspozycje do czegoś- to to ile i jak dobrze możesz się uczyć, styl - jak wolisz się uczyć. Oczywiście, że ucząc się zgodnie ze swoim stylem zwiększamy szanse na rozwijanie naszych zdolności.

CHARAKTERYSTYKA STYLÓW UCZENIA SIĘ

WZROKOWIEC

Wzrokowcy to osoby, które tworzą w wyobraźni obrazy, dzięki nim zapamiętując zjawiska, sytuacje czy ludzi. Budują swój model świata na podstawie tego co widzą. Magazynują i tworzą obrazy w swoim mózgu. Wzrokowcy z reguły są osobami, które szybko mówią, ponieważ nie nadążają za obrazami w swoim mózgu. Wzrokowiec tworzy obrazy, używając wyobraźni maluje w umyśle swoje pomysły i przypomina sobie przeszłość.

Cechy	Nauka	Przykładowe zwroty stosowane przez Wzrokowców	Zwroty przydatne w komunikacji ze Wzrokowcem
Mówiąc opisuje wygląd, wielkość rzeczy, osoby, miejsca. Dobrze zapamiętuje twarze. Zwraca uwagę na wygląd zewnętrzny swój i innych ludzi. Dekoncentruje się gdy w otoczeniu panuje nieład. Musi mieć kontakt wzrokowy z rozmówcą. Lubią prace pisemne.	Przyswaja szybciej to co zobaczą w postaci materiałów graficznych, tekstów, zdjęć, filmów, prezentacji, wykresów, książek, podręczników, instrukcji, plakatów. Podczas nauki zaznacza ważne informacje. Uczy się z notatek.	<i>Popatrz..., spójrz ...</i> <i>Widzę, że ...</i> <i>Wyobrażasz sobie ...</i> <i>O ile dobrze widzę ...</i> <i>Przyjrzyjmy się temu bliżej ...</i> <i>Mama wrażenie....</i> <i>Stracić z oczu...</i> <i>Popatrz jakie to łatwe ...</i> <i>Ten pomysł wygląda dobrze ...</i> <i>Zobacz jaka piękna muzyka ...</i> <i>Spójrz jak to pięknie pachnie ...</i> <i>Widzę teraz jak do tego doszedłeś ...</i> <i>To wygląda mało przejrzyście ...</i> <i>Wyglądasz na zmęczoną ...</i>	<i>Widzisz?</i> <i>Zerknij na to</i> <i>Zaobserwowałem, że</i> <i>Pozwól, że naświetlę Ci ten problem</i> <i>Z mojej perspektywy wygląda to następująco</i> <i>Nie mam cienia wątpliwości, że</i> <i>Rzuć na to okiem</i> <i>Spójrz na to z tej strony</i> <i>Mało kto to zauważa</i> <i>Pokażę dobre strony tego rozwiązania</i> <i>To rzuca światło na tę sprawę</i> <i>Widzę, co masz na myśli</i> <i>Nie mam cienia wątpliwość</i> <i>Czarno to widzę</i> <i>Widzisz, mam pewną wizję tego projektu, ale szczegóły musiałabym rozrysować.</i> <i>Zobaczysz wtedy, że</i>

SŁUCHOWIEC

Słuchowcy to osoby, które prowadzą dialog wewnętrzny. Swoje myśli zamieniają w wewnętrzny głos i niejednokrotnie prowadzą wewnętrzną dyskusję z samym sobą. Dla nich świat jest pełen dźwięków i to na ich podstawie oparte jest myślenie. Słuchowiec często lubi się zamyślać, słowo dla niego jest kluczowym czynnikiem komunikacji. Taka osoba stara się swoje zajęcia organizować w odpowiedniej kolejności. O ile wzrokowiec lubi spontaniczność i kreatywność własnej wyobraźni, o tyle słuchowiec odbiera świat w matematycznym określonym porządku. Logika, język i analiza to najważniejsze fundamenty funkcjonowania rzeczywistości. Związane jest to z faktem, że dominującą półkulą w mózgu słuchowca jest półkula lewa odpowiedzialna za rozumienie i logikę.

Cechy	Nauka	Przykładowe zwroty stosowane przez Słuchowców:	Zwroty przydatne w komunikacji ze Słuchowcem
<p>Pisze jak słyszy. Czyta powoli. Mówi melodyjnie i harmonijnie. Lubią dyskusje. Nie lubią notować, pisać wypracowań, itp. Koncentrację zaburza hałas. W kontakcie z inną osobą zwraca uwagę na jej imię, nazwisko, dźwięk głosu, sposób mówienia i oczywiście to, co mówi. Przedłużony kontakt wzrokowy jest dla niego rozprasający.</p>	<p>Uczy się na głos. Zapamiętuje lepiej to co usłyszy, przeczyta. Nauce sprzyja zadawanie pytań, prowadzenie dyskusji. Lubi uczyć się z kimś. Powinien opowiedzieć komuś, to czego się nauczył- sprzyja to lepszemu przyswajaniu materiału. Nauce sprzyjają częste podsumowania w formie krótki zdań.</p>	<p><i>Słyszysz...</i> <i>Coś mi tu zgrzyta ...</i> <i>Posłuchaj jakie to ciekawe ...</i> <i>Posłuchaj, jakie to dobre ...</i> <i>O ile mnie uszy nie mylą...</i> <i>O ile dobrze słyszę ...</i> <i>Ten pomysł brzmi bardzo interesująco ...</i></p>	<p><i>Słyszałem, że</i> <i>Proszę mnie uważnie posłuchać</i> <i>To brzmi sensownie</i> <i>Może się dogadamy?</i> <i>Doszły mnie słuchy, że</i> <i>Powiem to tylko jeden raz</i> <i>Coś tu nie gra</i> <i>O ile dobrze słyszę</i> <i>Tak, jak wcześniej powiedziałem</i> <i>Chciałbym usłyszeć, co</i> <i>Pani/Pan ma mi do powiedzenia</i> <i>Wolałbym usłyszeć więcej konkretów</i></p>

KINESTETYK (DOTYKOWIEC, CZUCIOWIEC)

Kinestetycy to osoby, których głównym systemem reprezentacji są odczucia i emocje. Kinestetycy to osoby bardzo wrażliwe, z reguły mają wybuchowy temperament. Wystarczy czasami nikły bodziec, by wywołać u nich płacz lub śmiech. Kinestetyków jest zdecydowanie mniej niż wzrokowców i słuchowców, jednak stosunkowo łatwo ich rozpoznać.

Cechy	Nauka	Przykładowe zwroty stosowane przez Kinestetyka	Zwroty przydatne w komunikacji z Kinestetykiem
<p>Dużo gestykują. Aby się skoncentrować musi się poruszać. Zwraca uwagę na komunikację niewerbalną. Podczas rozmowy, utrzymuje kontakt wzrokowy z rozmówcą, by odczytać wyraz jego twarzy.</p> <p>Silniej odbiera emocje innych niż wypowiedziane przez nich słowa. Wyraża się poprzez ruch rąk i komunikację niewerbalną.</p> <p>Potrzebuje dużo przestrzeni, gdyż lubi dużo i często się poruszać. Siedząc na krześle zwykle kołysze się lub porusza nogami. Lubi zmieniać miejsce, podróżować. Jest wyczulony na ruch i działanie w otoczeniu. Zorientowany na cel i pragmatyczny.</p>	<p>Uczy się poprzez praktykę. Uczy się poprzez ruch i dotyk. Uczy się z tego co wykona. Nie lubi czytać woli opisy z akcją. Pisze chaotycznie. Jeśli coś zanotuje, naszkicuje bądź narysuje, lepiej to przyswoi. Zapamiętuje treści działające na emocje. Angażujesz się aktywnie w proces uczenia się poprzez symulację, odgrywanie ról, eksperymenty, badania i ruch, uczestnicząc w czynnościach życia codziennego.</p> <p>Koncentruje się na zadaniach umysłowych i lepiej zapamiętuje, gdy trzyma coś w dłoniach, szkicuje, używa klawiatury komputera, bawi się włosami, przedmiotami. Uczy się angażując zmysł dotyku. lubisz uczyć się, siedząc w wygodnym fotelu czy leżąc na kanapie, – muzyka, którą lubi pomaga w koncentracji.</p> <p>Potrzebuje przyjaznej atmosfery w miejscu, gdzie masz się uczyć, negatywne emocje obniżają twoją zdolność koncentracji, – Podczas czytania powinien robić notatki kolorowymi pisakami lub ważne pojęcia zapisywać artystyczną, ozdobną czcionką, – mapy umysłowe z wieloma ilustracjami ułatwiają zapamiętanie mu materiału.</p> <p>Przed rozpoczęciem nauki powinieneś przejrzeć cały rozdział, oglądając ilustracje i wykresy.</p>	<p><i>To mnie porusza ... Czuję napięcie Czuję nacisk ... O ile dobrze czuje Machnąć na to palcem .. Jednym gestem Kiwnąć palcem ... Czuję w kościach Weźmy sprawy we własne ręce Trzeba stąpać twardo po ziemi Czy chwytasz, w czym rzecz?... Trzymam rękę na pulsie... Czujesz to... Lubisz to uczucie... Gładko sobie z tym poradzimy... Czuję, co masz na myśli.. Gładko ci poszło ...</i></p>	<p>W komunikacie skierowanym do kinestetyka odwołuj się do pozytywnych emocji i posługuj się sformułowaniami:</p> <p><i>To łatwo wyczuć/poczuć... Czasami mam wrażenie, że... Ujmę to inaczej... Odczułem to na własnej skórze... Wyobraź sobie, że... Czy ma Pani/Pan czasami takie wrażenie, że...? Zobaczymy jak sprawy się potoczą... Idzie jak po maśle... Ciężka sprawa... Czuję, że.... Jestem naprawdę poruszony...</i></p>

Opracowanie: Magdalena Rumniak – psycholog

Na podstawie: M. Taraszkiewicz, C. Rose „Atlas efektywnego uczenia (się) nie tylko dla nauczycieli” Transer Learning, Warszawa 2006; R. Linksmann „W jaki sposób szybko się uczyć?”, Wyd. Świat Książki, Warszawa 2005.