

Jaki jestem? - style uczenia się

- **Jaki jestem - oto jest pytanie?**

Każdy z nas z pewnością niejedną raz zadawał sobie to pytanie, próbując jednocześnie znaleźć na nie odpowiedź. Po co nam te informacje? Otóż są one bardzo przydatne pod wieloma względami. Dziś naświetlę jeden z nich. Znając siebie, możemy np. pomóc sobie w nauce. Każdy z nas jest bowiem inny i potrzebuje innych bodźców i warunków do tego, by przyswoić sobie nową wiedzę i umiejętności. Służą temu poniższe testy, dzięki którym możemy określić swój styl uczenia się. Dzięki nim można dowiedzieć się, czy jestem wzrokowcem, słuchowcem czy kinestetykiem, co mnie charakteryzuje i co mi pomoże w nauce. Zatem - zachęcam do lektury i zabawy! :)

Charakterystyka poszczególnych stylów uczenia się:

Wzrokowcy

Wzrokowcy często pamiętają twarze, ale nie pamiętają imion; chętnie robią własne notatki; ich pismo jest zwykle czytelne i przejrzyste, stosują prawidłowe odstępki i kształt liter;

Wzrokowcy mają bujną wyobraźnię i potrafią kreować w wyobraźni szczegółowe obrazy; posiadają zdolność do myślenia obrazowego; chętnie wykonują w głowie operacje przestrzenne;

Kiedy się uczą, nie zwracają uwagi na odgłosy, ale ich uwagę zakłóci bałagan i ruch. Zwykle wodzą wzrokiem za wykładawcą.

Ich wypowiedzi są na ogół dobrze przemyślane i z góry zaplanowane; chętnie zapisują swoje myśli i lubią robić listy „to do”.

Posiadają wrodzoną umiejętność czytania diagramów, map, schematów, tabel. Dobrze rozpoznają kolory i umiejętnie je ze sobą komponują;

Gdy wzrokowiec się nudzi i jest nieaktywny, wpatruje się w dal, rysuje lub znajduje sobie coś do oglądania.

Wzrokowcy często są zamknięci w sobie. Ich emocje zdradza mimika: kiedy wpadają w złość, "zabiliby wzrokiem", łatwo płaczą, a kiedy są w dobrym humorze, szeroko się uśmiechają.

Wzrokowcy dbają o swój wygląd; na ogół są bardzo schludni i cenią sobie porządek.

Muzyka ich nie wzrusza, ale na sztuki plastyczne reagują żywo, interesują się więc malarstwem, plakatem, grafiką, rzeźbą; takie dzieła sztuki mogą u nich wywołać głębokie wzruszenie; mają wrodzoną zdolność do szczegółowej analizy dzieł plastycznych.

Wzrokowcy nie mówią dużo, chętnie stosują metafory; raczej należą do ludzi cichych. Łatwo tracą uwagę i cierpliwość, gdy zmusza się ich do dłuższego słuchania; często źle dobierają słowa i są zbyt bezpośredni. Wzrokowca łatwo rozpoznasz po jego języku; będzie używał podobnych wyrażen: widzę teraz, jak to zrobić; nie widzę tego; teraz to jest dla mnie jasne; to jest dla mnie mało przejrzyste; to wygląda całkiem nieźle; nie widzę celu tej rozmowy.

Słuchowcy

Słuchowiec pamięta, co usłyszał, a nie to, co widział, czy robił. Schematy, plansze, mapy mentalne na niewiele mu się zdadzą. Dla ludzi, u których dobrze rozwinięta jest inteligencja muzyczna, słuch jest najważniejszym zmysłem. Dlatego kluczem do sukcesu jest dobry wykładawca i uważne słuchanie na lekcji, wykładu. Ilość zapamiętanych informacji z uważnie wysłuchanego wykładu jest ogromna i daleko wykracza, poza możliwości pozostałych typów inteligencji.

Słuchowiec często ma jednak poważny problem z ortografią, rozpoznaje bowiem słowa poprzez wymówienie poszczególnych głosek. Również nauka pisania początkowo sprawia mu spore trudności.

Słuchając wykładu, cicho powtarza słowa wykładawcy lub potakuje głową.

Zapamiętanie następuje poprzez głośne powtarzanie materiału.

Słuchowiec myśli słowami i dźwiękami; wypowiada się po cichu i nie zwraca uwagi na detale. Charakterystyczne dla niego jest „głośne myślenie”, nucenie pod nosem, powtarzanie poleceń, sprawiających mu trudność intelektualną.

Słuchowiec na ogół ma dobrą pamięć muzyczną i może mieć słuch absolutny. Inteligencja muzyczna sprawia jednak, że hałas i dźwięki istotnie zakłócają jego uwagę.

Lubi rozmawiać ze sobą lub innymi o konkretnych sytuacjach; często na głos rozważa wszystkie za i przeciw. Wypowiadając się, chętnie stosuje długie, powtarzające się opisy. Niezależnie od nastroju dużo mówi. W złości ma skłonności do wybuchów krótkotrwałych słowotoków. Swój stan emocjonalny wyraża nie tylko poprzez słowa, ale również, a nawet wręcz przez barwę głosu, prozodię, tempo. Wrażliwość na dźwięki pozwala mu właściwie odczytać emocje, zdradzane przez dźwiękowe komunikaty niewerbalne, towarzyszące wypowiedzi jego rozmówcy.

Słuchowiec nadaje się na powiernika, lubi słuchać, często jednak przerywa rozmówcy, by wtrącić swoje zdanie. Gdy poznaje nowych ludzi, dobrze zapamiętuje imiona, ale zapomina twarzą;

Nie dba o swój wygląd;

Jeżeli chodzi o sztukę, to zdecydowanie preferuje muzykę, na którą jest bardzo wrażliwy, ale mimo tego, że sztuki plastyczne mniej go poruszają, zawsze można liczyć na jego udział w dyskusji; analizując dzieło sztuki, zwykle pomija istotne szczegóły, ale potrafi spojrzeć na dzieło holistycznie;

Inteligencja muzyczna jest łatwa do usłyszenia w języku słuchowca: to brzmi niezłe; żyją w harmonii; on jest taki głośny; muszę to usłyszeć; muszę się w to lepiej wsłuchać; jesteś zbyt hałaśliwy

Kinestetycy/czuciowcy

Kinestetyk uczy się przez ruch, wrażenia skórne (dotyk, nacisk, temperatura), wykonywanie i bezpośrednie zaangażowanie. Pamięta to, co zrobił, a nie to, co zobaczył, czy usłyszał. Ma istotnie ograniczoną wyobraźnię. Wyobraźnię uruchamia ruch, nie rejestrują wizualnej i słuchowej części prezentacji. Żeby utrzymać uwagę, musi często zmieniać pozycję ciała i się poruszać. Myślenie przychodzi mu łatwiej, gdy pozostaje w ruchu. Swoje problemy rozwiązuje, będąc aktywnym fizycznie, choćby manipulując jakimś drobnym przedmiotem.

Czytanie nie jest ulubionym zajęciem kinestetyka. Do zniesienia są teksty krótkie i mające wartką akcję. Podczas czytania wierci się i porusza. Kinestetyk często ma trudności z ortografią; musi napisać słowo, aby upewnić się co do poprawnej pisowni. Na początku bardzo szybko uczy się pisać, jednak gdy litery maleją i odległości między nimi maleją, wyniki nauki pisanego pogarszają się.

Kinestetyk często jest impulsywny; kiedy się ucieszy, chętnie podskoczy z zadowolenia; kiedy ma dobry humor, chętnie się przytula i lubi dotykać. Gdy kinestetyk wpada w złość, potrafi tupać, szturchać, rzucać przedmiotami i żywo wymachiwać rękami. Jego reakcje są zazwyczaj błyskawiczne. Nie jest odporny na wpływ otoczenia.

Podczas słuchania i mówienia żywo gestykuje. Kinestetyk nie nadaje się na powiernika, bo jest kiepskim słuchaczem. Kiedy zmusza się go do dłuższego słuchania, szybko traci zainteresowanie. Kiedy bierze udział w rozmowie stoi blisko swojego rozmówcy.

Mimo stosunkowo sporej dbałości o wygląd kinestetyk szybko przestaje wyglądać schludnie. Daje tu znać o sobie jego ruchliwa natura.

Na muzykę żywo reaguje ruchem, preferuje jednak rzeźbę, gdy może jej dotknąć. Z reguły sztuka nie wywołuje u niego dużych emocji i nie lubi o niej rozmawiać.

Język kinestetyka wygląda następująco: trzeba nim potrząsnąć; gładko poszło; to jest ciężkie do zrozumienia; to mi leży na wątrobie; ciepłe słowa; nie bądź taki miękki; szorstko się z nim obszedł.

Test badający styl uczenia się

1) Co zostaje Ci w pamięci po kilku dniach od spotkania nieznanej Ci wcześniej osoby?

- a) jej twarz
- b) jej imię /nazwisko
- c) to, co czułeś będąc w jej towarzystwie, lub to, co robiliście razem

2) Gdy uczysz się czegoś nowego, w jaki sposób robisz to najchętniej?

- a) czytasz tekst podany w dowolny sposób, oglądasz ilustracje, wykresy itp.
- b) słuchasz wykładu, dyskutujesz na dany temat, zadajesz pytania
- c) notujesz, wykonujesz rysunki, konstruujesz, poruszasz się, odgrywasz role

3) Jaki rodzaj książek czytasz najchętniej?

- a) książki, które zawierają opisy pomagające Ci wyobrazić sobie to, co się dzieje
- b) książki zawierające informacje faktograficzne, historyczne lub dużo dialogów
- c) książki o uczuciach i emocjach bohaterów, z wartką akcją, poradniki

4) Którą z poniższych czynności wykonujesz najchętniej w czasie wolnym?

- a) czytasz książkę lub przeglądasz czasopismo
- b) słuchasz książki nagranej na płytę, rozmowy w radiu, słuchasz muzyki
- c) uprawiasz sport, grasz w grę wymagającą ruchu, spacerujesz, pisesz, rysujesz

5) Które z wymienionych stwierdzeń najlepiej charakteryzuje sposób, w jaki się uczysz?

- a) podczas nauki nie przeszkadza Ci muzyka lub inne dźwięki
- b) nie potrafisz się uczyć, gdy w Twoim pobliżu słychać muzykę lub inne dźwięki
- c) musisz czuć się wygodnie, dekoncentruje Cię działalność i ruchy innych osób

6) Gdy z kimś rozmawiasz, gdzie kierujesz wzrok?

- a) patrzysz na twarz rozmówcy i tego samego oczekujesz od niego
- b) spoglądasz krótko na rozmówcę, po czym Twój wzrok wędruje na prawo i lewo
- c) patrzysz na wyraz twarzy rozmówcy, po czym spoglądasz w dół lub w bok

7) Które z poniższych stwierdzeń najlepiej do Ciebie pasuje?

- a) zwracasz uwagę na kolory, kształty, wzory i desenie

- b) lubisz wokół siebie bodźce słuchowe, gdy jest za cicho, nucisz, głośno mówisz itp.
- c) nie potrafisz siedzieć nieruchomo, wierzysz się, niespokojnie ruszasz nogami

8) Czego najbardziej nie lubisz, podczas gdy ktoś Cię uczy?

- a) słuchania wykładu, na którym nie wykorzystuje się żadnych pomocy wizualnych
- b) czytania po cichu, bez żadnych słownych wyjaśnień czy dyskusji
- c) niemożności rysowania czy pisania, patrzenia i słuchania w bezruchu

9) Gdybyś miał zapamiętać nowe słowo, zrobiłbyś to najlepiej:

- a) widząc je
- b) słysząc je
- c) zapisując je

PODLICZ DANE ODPOWIEDZI, ICH PRZEWAŻAJĄCA ILOŚĆ WSKAŻE CI, JAKI STYL UCZENIA PREFERUJESZ.

WYNIKI:

Liczba odpowiedzi a).....Wzrokowcy

Liczba odpowiedzi b).....Słuchowcy

Liczba odpowiedzi c).....Czuciowcy/ Kinestetycy

Jeżeli jeszcze nie jesteś pewien, czy jesteś wzrokowcem, słuchowcem czy kiestetykiem/czuciowcem, wykonaj kolejny test. :)

TEST NA PREFEROWANE STYLE UCZENIA

Przeczytaj zdania poniżej i zastanów się w jakim stopniu dotyczą Ciebie. Nadaj każdemu ze zdań wartość.

3 punkty jeśli zdanie dotyczy Ciebie w dużym stopniu

2 punkty jeśli zdanie dotyczy Ciebie w średnim stopniu lub czasami

1 punkt jeśli sądzisz, że nie dotyczy Ciebie

STYL WZROKOWY

.... lubię bazgrać, moje notatki są opatrzone różnymi obrazkami, strzałkami

.... lepiej zapamiętuję treści, kiedy je zapisuję,

.... błędzę lub spóźniam się kiedy opowiadają mi jak gdzieś trafić a ja nie zapisałem też informacji,

.... kiedy muszę zapamiętać np. numer telefonu kojarzenie w pamięci cyfr z jakimś szczegółem bardzo mi pomaga,

.... kiedy wypełniam sprawdzian potrafię „czytać” z zapamiętywanej w wyobraźni kartki i odszukać na niej właściwą odpowiedź,

.... podczas rozmowy z jakąś osobą lepiej skupiam się, kiedy patrzę na nią,

.... przechodziłem terapię mowy,

.... nie rozumiem co do mnie mówią, kiedy obok gra muzyka lub rozmawiają inne osoby,

.... nie rozumiem opowiadanych mi dowcipów,

.... lepiej pracuje mi się w cichym miejscu.

Pkt razem za styl wzrokowy ...

STYL SŁUCHOWY

.... moje prace pisemne nigdy nie wyglądają ładnie,

.... wodzę za czytany tekst palcem, żeby się nie zgubić,

.... nie lubię tekstów z małą czcionką,

.... lepiej rozumiem instrukcje, jeśli mi się je mówi niż gdy muszę je przeczytać,

.... pisanie jest dla mnie męczące,

.... oczy mi się szybko męczą, kiedy czytam lub piszę,

.... kiedy czytam myślę wyrazy, które pisze się podobnie,

.... z trudnością czytam pismo odręczne innych,

.... gdybym miał wybierać między wykładem a czytaniem, wybrałbym wykład,

.... lepiej zapamiętuję, kiedy słyszę niż kiedy widzę.

Pkt razem za styl słuchowy

STYL RUCHOWY

.... nie lubię czytać poleceń,

.... lepiej zapamiętuję, kiedy pokazują mi jak coś się robi i mogę sam spróbować,

.... praca przy biurku męczy mnie,

.... problemy rozwiązuje metodą prób i błędów a nie metodycznie,

.... przed wykonaniem czegoś wolę zobaczyć, jak robią to inni,

.... nie umiem udzielać ustnych instrukcji,

.... będąc w nieznanym miejscu nie gubię się,

.... lepiej mi się myśli, kiedy mogę się poruszać,

.... kiedy nie mogę znaleźć odpowiedniego słowa chętnie gestykuluję, aby coś pokazać.

Pkt razem za styl ruchowy

Jeśli upewniłeś się co do swego stylu uczenia się, wykorzystaj poniższe wskazówki, które pomogą Ci w nauce. Trzymam za Ciebie kciuki i życzę sukcesów! :)

Właściwa strategia to klucz do powodzenia w nauce - dopasuj techniki uczenia do swojego stylu uczenia:

WZROKOWCY:

- Używaj kolorowych pisaków, długopisów i kredek.

- Kluczowe słowa (wzory, daty, idee) zapisuj na niewielkich kartkach, umieszczanych później na wysokości oczu w miejscu, w którym często przebywasz (np. odrabiasz lekcje, studiujesz, itp.); korzystaj z wielu kolorów.

- Stosuj wizualne pomoce naukowe – filmy wideo, foliogramy, slajdy, prezentacje multimedialne.

- Samodzielnie twórz tabele, grafiki, schematy, rysunki, itp.
- Układaj krzyżówki z najważniejszych słów do zapamiętania.
- Jeśli to możliwe, wybieraj interesująco zaprojektowane, kolorowe książki.
- Wzrokowcy mogą szczególnie dużo skorzystać z takich nowych technik umysłowych jak np. mapy pamięci oraz obrazowanie informacji do zapamiętania.

SŁUCHOWCY:

- Głośno powtarzaj najważniejsze fakty do zapamiętania.
- Informacje, które chcesz szybko przyswoić, czytaj z różną intonacją – dystyngowanie, wrzaskliwie, teatralnie, wolno, szybko itp.
- Jeśli to możliwe śpiewaj, rapuj, rymuj i deklamuj (tak przedstawiana wiedza „sama wejdzie ci do głowy”).
- Możesz samodzielnie ułożyć prostą piosenkę lub krótki wierszyk złożony z najważniejszych słów do zapamiętania.
- Monolog, dialog, dyskusja w grupie, minidebata – to techniki najbardziej przydatne w twoim przypadku.
- Korzystaj z audycji i dyktafonu, także w celu nagrywania i późniejszego odsłuchiwania informacji do zapamiętania; szczególnie słuchowcy skorzystają wiele z takich naturalnych wzmacniaczy pamięci jak rytm i rym.

KINESTETYCY:

- Ucząc się, wykorzystuj dynamikę całego działu – stosowanie mimiki i pantomimy bardzo ci pomoże w szybkim przyswajaniu wiedzy.
- Demonstruj pojęcia za pomocą ruchów i gestów.
- Odegraj krótką scenkę, skecz związany z zadaną lekcją.
- Powtarzając lekcje w domu, możesz chodzić po pokoju.
- Jeśli to możliwe – konstruuaj przestrzenne modele, wykonuj doświadczenia angażujące ruchowo (wycinanki i lepienie z plasteliny czy modelowanie wcale nie jest głupim pomysłem w twoim przypadku).
- Chodź lub skacz po dywanie w taki sposób, aby twoje kroki nakreśliły wymagowaną linię wzoru chemicznego, datę słowa do zapamiętania, kształt państwa czy mapę szlaku handlowego, itp.
- Kinestetycy szczególnie dużo korzystają z wycieczek (do muzeum, na wystawę, do fabryki czy laboratorium, itd.) oraz innych zajęć przeprowadzonych w terenie (ankiety, wywiady, projekty badawcze, itp.).

Przed wszystkim jednak UWIERZ W SIEBIE - MASZ MOC!!! :)