

Jak się uczyć, by się nauczyć?

Rozmowa z **Anną Staręgą**, nauczycielem historii, wiedzy o społeczeństwie i Akademii Kreatywności w Katolickiej Szkole Podstawowej im. bł. ks. Jerzego Popiełuszki w Siedlcach, autorką nowatorskich projektów „Grafonotki” oraz „Pięć kroków do skutecznej nauki”.

Problem, przed którym staje wielu rodziców/nauczycieli/uczniów, to: jak uczyć (się) skutecznie? Zdarza się, że wysiłek jest nieadekwatny do efektów. Przypomina to trochę sytuację nastolatka, który uparcie twierdził, że świetnie pływa, a w rzeczywistości... ledwo co poruszał się naprzód. Dopiero instruktor pokazał mu, jak skorygować gesty, koordynować ruchy. I chłopak pomknął jak strzała! Zatem: jak się uczyć, aby się nauczyć?

Mój ulubiony cytat na temat efektywności uczenia się to myśl Alberta Einsteina, który twierdził, że „Każdy jest geniuszem. Ale jeśli zaczniesz oceniać rybę pod względem jej zdolności wspinania się na drzewa, to przez całe życie będzie myślała, że jest głupia”. W uczeniu się najważniejsze jest, aby poznać samego siebie, określić swoje naturalne predyspozycje, znaleźć skuteczną dla siebie metodę. A kiedy metoda jest skuteczna? Wtedy, kiedy wykorzystując ją, nie czujemy, że się uczymy, a nauka staje się zabawą, zaś zdobyta wiedza i umiejętności na długo pozostają w głowie.

Programy edukacyjne mówią o efektywności uczenia się, „uruchamianiu” myślenia uczniów, rozwijaniu wyobraźni - a najczęściej i tak kończy się na „wkuwaniu”. Jak połączyć mądrze jedno z drugim? Co zrobić, aby nawet trudne treści wchodziły do głowy łatwo i pozostały tam na długo?

Mózg człowieka funkcjonuje na zasadzie synergii połączonych systemów przetwarzania informacji werbalnej i wizualnej. Według teorii podwójnego kodowania autorstwa profesora psychologii Allana Paivio pracujemy efektywnie tylko wtedy, kiedy podczas nauki łączymy słowo z obrazem. Mózg myśli obrazami. Obrazy łatwiej nam zapamiętać niż same słowa. Obrazy tworzą sieć

skojarzeń, które szybko kodujemy i odekodowujemy. Poprzez skojarzenie obrazu przypominamy sobie treść, która mu towarzyszyła. Jeśli do treści, które chcemy skutecznie sobie przyswoić, dołączymy kolor, wzmacniamy jeszcze siłę zakotwiczenia informacji w pamięci długotrwałej.

Jak to osiągnąć w praktyce?

Jedną z najskuteczniejszych metod uczenia się jest notowanie. To metoda znana od dawna, a dzisiaj zdecydowanie niedoceniana. Ważne jest jednak to, w jakiej formie sporządzamy notatkę. Typowe linearne zapisy nudzą nasz mózg, a tym samym sprawiają, że wyłącza się kon-



Często zdarza się nam słyszeć stwierdzenie: „dzieci w ogóle się nie uczą”. Dostrzegamy u nich brak motywacji, zaangażowania, pasji. Dlaczego tak się dzieje? Brak aktywności edukacyjnej uczniów często nie wynika z ich lenistwa, a raczej z braku wiedzy z obszaru metodologii uczenia się.

centracja i nauka jest nieskuteczna. Uczeń się frustruje, ponieważ zainwestował swój czas, chęć do nauki, a osiągnięcia nie są satysfakcjonujące. Naprzeciw tym trudnościom wychodzi metoda myślenia wizualnego, czyli połączenie w notatce tekstu i prostych ikon, symboli, które zdecydowanie łatwiej kodujemy, zatrzymując informacje w pamięci na dłużej.

Co stanowi największą przeszkodę w efektywnym uczeniu się?

Często zdarza nam się słyszeć stwierdzenie: „dzieci w ogóle się nie uczą”. Dostrzegamy u nich brak motywacji, zaangażowania, pasji. Dlaczego tak się dzieje? Moje obserwacje wskazują na to, że brak aktywności edukacyjnej uczniów często wynika nie z ich lenistwa, a raczej braku wiedzy z obszaru metodologii uczenia się. Uczniowie słyszą „ucz się”, ale nie dostają do tego zadania instrukcji obsługi, nie wiedzą, jak mają to zrobić. Nawet jeśli początkowo wykazują wysokie ambicje, zdarza się, że na skutek nieefektywności działań zrażają się, zniechęcają i rezygnują. Kluczem do rozwiązania trudności jest wyposażenie ucznia w praktyczną wiedzę na temat metod skutecznego uczenia się.

Prowadzi Pani od lat w KSP zajęcia, które funkcjonują pod nazwą Akademia Kreatywności. Na czym one polegają?

Akademia Kreatywności to mój autorski projekt, stanowiący odpowiedź na podstawowe potrzeby uczniów związane z brakiem umiejętności uczenia się. Program zajęć obejmuje kilka obszarów warunkujących edukacyjny sukces. Trenujemy metody koncentracji, kreatywne rozwiązywanie problemów, ćwiczymy umiejętność planowania i zarządzania czasem. Uczniowie poznają

swój indywidualny styl uczenia się i dowiadują, jak przełożyć tę wiedzę na praktyczny dobór metod przyswajania nowych treści. Niesamowite jest to, że chociaż dzieci podczas tych zajęć bardzo intensywnie pracują, nigdy nie zdarzyło mi się usłyszeć skargi na zmęczenie czy przeciążenie. Myślę, że jest tak dlatego, iż zajęcia mają formę zabawy. Dzieci nie czują, że się uczą, traktują te zajęcia jako miły przerwany ciężkiego dnia. A uczą się, ponieważ wyeliminowana została nuda i przewidywalność, a w ich miejsce weszło zwiększone zainteresowanie podejmowanymi działaniami, skupienie na ich realizacji i motywacja do pracy, której finałem jest osobisty sukces każdego z nich.

Schematy... One nie pozwalają poruszać się naprzód, sięgać po nowe metody, łamać opór („Bo tak było zawsze, dlaczego mam to zmieniać?”). Jak sobie z nimi poradzić? Ma Pani bardzo ciekawe pomysły w tej kwestii. Proszę o nich opowiedzieć.

Dzieci lubią być zaskakiwane. Lubią, jak coś się dzieje. I nawet jeśli początkowo protestują w związku z zaangażowaniem ich w nowe formy pracy, zwłaszcza te, które od nich samych wymagają wzmożonej aktywności, to z czasem, obserwując skuteczność nowości, dają się porwać. Dokładnie tak wyglądały początki mojej pracy związanej z wprowadzeniem dwóch projektów zwiększających skuteczność nauki - pod hasłami: „Grafonotki” oraz „Pięć kroków do skutecznej nauki”.

Czym są „Grafonotki”?

„Grafonotki” to nauka notowania oparta na zasadach myślenia wizualnego. Uczniowie poznają zasady tworzenia notatek graficznych, bardzo szybko przekonując się o ich skuteczności. Początkowo słyszałam, że to nie dla nich, ponieważ nie potrafili rysować. Szybko jednak okazało się, że myślenie wizualne to nie sztuka, a koncepcja, pomysł. Uczniowie regularnie stosujący tę metodę w krótkim czasie poprawili koncentrację, kreatywność, wyrenowali systematyczność. Ich nauka stała się twórcza, a nie odtwórcza. Moi uczniowie nie uczą się na pamięć. Rozumieją treści, które przyswajają. A to wszystko dzięki grafonotkom.

A na czym polega drugi pomysł: „Pięć kroków do skutecznej nauki”?

Powstał jako wynik moich obserwacji poziomu zrozumienia przez uczniów tekstu z podręcznika. Okazuje się, że wykazywali oni duże trudności w wyselekcjonowaniu z treści istotnych informacji. Nie umieli streścić tekstu, szybko się dekoncentrowali. Utrzymywali skupienie na czytanej treści tylko przez chwilę, potem się nudzili i rozpraszali. „Pięć kroków...” to propozycja efektywnej pracy z tekstem, konkretne wytyczne dla tych, którzy chcą się uczyć w domu. Uczniowie poznają metodę czytania fotograficznego, uczą się dokonywać selekcji materiału pod kątem określenia najistotniejszych informacji. Trenują notowanie graficzne, które w kolejnych etapach wykorzystują do sprawdzenia i powtórzenia materiału.

Proponuje Pani szkolenia dla rodziców, nauczycieli. Jak się z Panią skontaktować?

Zapraszam wszystkich na mój fanpage na facebooku. Strona nazywa się Akademia Kreatywności. Publikuję na niej informacje traktujące o technikach skutecznej nauki. Ze stroną połączona jest grupa „Grafonotki”. To miejsce wzajemnej inspiracji, kreatywnych wyzwani, wymiany pomysłów. Pokazujemy, jak przełożyć trudny podręcznikowy język na zdecydowanie bardziej przyjazne dla mózgu notatki obrazkowe. Zapraszam wszystkich uczących się i nauczających, rodziców i dzieci.

Dziękuję za rozmowę.

KS. PAWEŁ SIEDLANOWSKI

DOMINIKA PRZYBYŁEK
- UCZENNICA KL. III
KATOLICKIEGO GIMNAZJUM
W SIEDLCACH



Metoda „grafonotkowa” polega na graficznym przedstawieniu informacji. Wypisujemy potrzebne nam słowa, a następnie dorysowujemy znaki, obrazki, które - wedle zasady skojarzeń - odpowiednio pomagają nam poukładać treści. Poznałam tę metodę w kl. VI szkoły podstawowej. Na początku korzystałam tylko z cienkopisu i kartek w kratkę. Po pewnym czasie wymieniłam je na białe karty i kolorowe mazaki. Najczęściej w ten sposób robię notatki z historii. Ale nie tylko. Zaglądam niekiedy na stronę internetową „Pinterest” oraz do książek na temat wizualnego myślenia, aby tam znaleźć inspiracje, nowe pomysły.

W czym pomagają mi grafonotki? Wbrew pozorom rysowanie nie stanowi problemu, ponieważ w pewnym momencie staje się to czymś oczywistym, prostym. Dzięki nim łatwiej zapamiętuję treści. Stają się bardziej kreatywne w ich porządkowaniu, układaniu. „Widzę je” przed sobą. Jest to ważne, bo egzamin gimnazjalny zbliża się wielkimi krokami...