

Savjeti - Najbolje i najgore tehnike učenja

Autor: BUKA

14.01.2013. 06:17

Pogledajmo koje to tehnike učenja promoviše upravo nauka. Naime naučna literatura proučava ove tehnike unazad decenijama i kroz hiljade i hiljade objavljenih članaka, pa je za prosječnog roditelja, nastavnika ili poslodavca prekomplikovano da se bave svim ovim materijalima.



U svijetu koji se brzo mijenja i u kojem je puno informacija, svako od nas, bilo da se radi o djetetu u školi studentu ili odrasloj osobi, mora znati kako da dobro uči. Dosadašnja praksa pokazuje da većina od nas ne koristi tehnike učenja za koje je nauka dokazala da su najefektivnije. Naprotiv, većina nas koristi tehnike koje su najmanje efektivne, kao što je ponavljano čitanje ili podvlačenje bitnog.

Pogledajmo koje to tehnike učenja promoviše upravo nauka? Naime naučna literatura proučava ove tehnike unazad decenijama i kroz hiljade i hiljade objavljenih članaka, pa je za prosječnog roditelja, nastavnika ili poslodavca prekomplikovano da se bave svim ovim materijalima.

Ali, na svu sreću, tim sastavljen od pet vodećih psihologa na čelu sa Džonom Dunlovskim sa državnog Univerziteta Kent, pažljivo je istražio 10 tehnika učenja i svaku tehniku ocijenio na osnovu dokaza koje su prikupili. I evo kratkog rezimea njihovog izvještaja.

Najgore tehnike

Prema ovom istraživanju, najgore tehnike učenja su upravo one koje koristimo najčešće - podvlačenje i naglašavanje "bitnog". Iako je ovo najčešći metod učenja, od nje, tvrde stručnjaci nema druge koristi osim samo čitanja teksta. Pojedina istraživanja pokazuju da metoda isticanja bitnog može stati na put učenju, jer naglašava individualnu činjenicu i može ugroziti proces povezivanja i izvođenja zaključaka.

Skoro jednako loše je ponovno čitanje ("rereading") koje je manje efektivno od drugih zabilježenih tehnika. Uslovno rečeno kao najmanje loš metod pokazuje se sumiranje pročitano ili hvatanje bilješki, koji mogu biti od koristi za one koji su vješti u tome, ali opet, postoje daleko bolji načini kako utrošiti svoje vrijeme učenja. Prema rezultatima istraživanja, podvlačenje, sumiranje, odnosno "hvatanje zabilješki" su se pokazale kao najmanje korisne metode.

Najbolje tehnike

Za razliku od spomenutih postupaka poput podvlačenja ili ponovnog iščitavanja materijala strategije učenja koje donose najviše rezultata nisu toliko poznate izvan psiholoških laboratorija. Uzmimo na primjer distribucijsku praksu ("distributed practice"). Ova tehnika uključuje širenje sesije učenja, a manje predlaže maratonska učenja. Učenje u zadnji minut možda vam može pomoći da položite test, ali će vam te informacije brzo nestati iz sjećanja. Mnogo je bolje materijal savladavati tokom dužeg vremena, jer ćete na taj način kvalitetnije zapamtiti informacije.

Druga strategija učenja koja se preporučuje od više stručnjaka je praksa testiranja. Naravno, ovdje ne mislimo na testiranje za ocjenu. Praksa testiranja nije uobičajena tehnika učenja iako postoji mnogo dokaza da ovaj pristup dovodi do kvalitetnog usvajanja informacija, a tehnološka pomagala i mnoge aplikacije koje su dostupne u savremenom svijetu mogu nam pomoći u ovoj tehnici učenja. Najzastupljenije su fleš kartice i aplikacije poput Quizlet, StudyBlue i FlashCardMachine, a praksa pokazuje njihovu veliku korisnost.

Ostalo

Ostale tehnike procijenjene od strane Dunlovskog i njegovih kolega nisu se pokazale kao najučinkovitije. Te metode uključuju mentalne slike i odnose se na sluke koje će vam pomoći da zapamtite tekst, elaborativna ispitivanja koja se odnose na stalno propitivanje "zašto", a to je često neugodna metoda jer podsjeća na malo dijete koje konstantno vuče za rukav sa pitanje "zašto".

Još jedan metod koji je predložen je samo-objašnjenje koje se odnosi na tjeranje da sebi u detalje objasnite tekst, ali njegova učinkovitost zavisi od toga koliko su tačna vaša objašnjenja. Miješanje različitih vrsta problema nije se pokazalo kao korisno. Sve ove tehnike su ocijenjene kao umjereno niske, jer se vrijeme koje se na njega potroši, ne iskoristi na najkvalitetniji mogući način.

Tekst je preuzet sa Time.com, autor Annie Murphy Paul, prevod i prilagođavanje teksta BUKA

Copyright © 2009 - 2013 Centar za informativnu dekontaminaciju mladih Banjaluka - Sva prava zadržana