

Din nou la școală Metode eficiente de a învăța

„Analfabetul de mâine nu va fi cel care nu știe să scrie și să citească, dar cel care nu va învăța cum să învețe.” (Alvin Toffler)

Majoritatea elevilor, vrând-nevrând, își petrec câteva ore pe zi pregătindu-se pentru școală. În fiecare zi învață, în fiecare zi renunță la timpul liber pentru teme. Însă, unii obțin rezultate pe măsură, în timp ce alții nu reușesc să învețe bine, în ciuda efortului depus. Dezamăgirea lor se datorează în mare parte și faptului că nu știu să învețe, folosind metode care nu duc la o învățare temeinică.

Metodele eficiente de învățare ne ajută să reținem informațiile pe termen lung fără să le deformăm și să ne putem folosi de ele atunci când avem nevoie. Informațiile bine învățate formează o rețea organizată în mod logic, în care noile cunoștințe le completează și le îmbogățesc pe cele pe care le avem deja. Metodele ineficiente, pe de altă parte, duc la o învățare superficială, care nu durează, doar creează iluzia învățării.

Această iluzie se referă la credința greșită că, dacă am înțeles ceva, am și învățat acel lucru. Dacă am înțeles ce ne-a explicat profesorul, e clar că vom ține minte informațiile. Dacă recitesc un text cu ușurință, atunci l-am învățat. Dacă ideile subliniate sunt clare, atunci sigur le voi ține minte. Dar, din păcate, nu este așa.

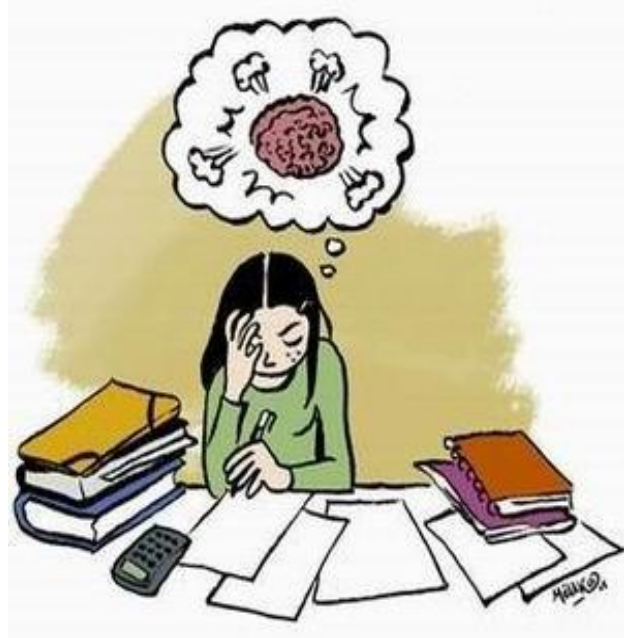
Înțelegerea este o condiție esențială a unei învățări bune, însă este doar primul pas. Procentul de informații pe care îl reținem din ceea ce am înțeles este mult mai mic decât credem .

Iluzia învățării nu se referă numai la procentul de informații pe care credem că l-am reținut, ci și la trăinicia lor. Cu efort, putem într-adevăr să reținem multe lucruri, însă le vom uita imediat, pentru că ele nu au timp să se integreze în sistemul de cunoștințe pe care îl avem deja. Spre exemplu, putem reține multe informații cu o seară înainte de test, însă le vom uita, aproape pe toate, imediat după test.

Inevitabil, acest aspect ne face să fim dezamăgiți de propriile performanțe. Cât de trist este când, după ce ai învățat câteva ore bune, descoperi

în fața foii testului că, de fapt, nu mai ții minte mare lucru din ce trebuia să știi! Unii rămân cu impresia că au o problemă de memorie, că nu sunt deștepți sau că ceva nu e în regulă cu ei.

Metode eficiente pentru a învăța



Când recitim un text, subliniem ideile sau copiem informațiile, facem de fapt o treabă foarte ușoară. Practic, ne rezumăm să luăm contactul cu informația, să ne obișnuim cu ea și să o recunoaștem. Din cauză că nu necesită un efort psihic susținut, aceste metode sunt mai plăcute și mai căutate de elevi (în plus, cât timp recitești, mintea îți poate zbura în voie la lucrurile care chiar te interesează).

Metodele eficiente sunt de fapt opusul celor facile: solicită mai mult efort psihic și mai multă implicare din partea ta. Sparg iluzia învățării și te fac să-ți vezi lacunele în cunoaștere. Nu-i dau voie minții să fugă, ci îți solicită concentrare deplină.

Cele mai eficiente metode de învățare sunt cele care se bazează pe testarea informațiilor reținute. După ce citești un text, scrie din memorie ce ai reținut și, apoi, verifică cu textul inițial în față. Astfel, vei observa ce ai înțeles, ce nu ai înțeles de fapt și ce idei ai uitat. Recitește textul, punând accentul pe părțile pe care nu le-ai înțeles, și apoi testează-te iar. Fă asta până când poți explica cu cuvintele tale toate ideile din text.

Această metodă, deși este veche și banală, te obligă să te implicii activ în actul de a învăța și nu te lasă să o iei pe scurtăturile care creează doar o iluzie a învățării.

Iată câteva variante ale acestei metode:

- Să explici materialul cuiva care să aibă răbdare să te asculte și să fie curios punând întrebări.
- Explică, folosind cuvintele tale, ideile învățate.

- Pentru definiții sau date exacte să îți faci bilețele cu 2 părți: pe o parte scrii cuvântul care trebuie definit și pe cealaltă parte scrii definiția corectă. Extragi cuvântul, spui din minte definiția și apoi întorci bilețelul pe partea cealaltă, ca să verifici dacă ai spus bine.
- Fă analogii între informațiile nou învățate și cele pe care le știi, din alte domenii. Cu ce seamănă lucrul despre care trebuie să înveți? La ce te duce cu gândul această informație?
- Dă exemple de situații în care îți este de folos să știi informațiile noi. Când și cum te poate ajuta să știi aceste lucruri? Ce poți face cu informația nou aflată?

Simplu, nu? Nu, nu-i chiar așa. Ceva îmi spune că acum, chiar dacă știi că aceste metode sunt foarte eficiente, totuși nu te prea trage inima să te apuci de ele. Aceasta se întâmplă din cauză că ele chiar presupun un efort psihic mai mare și simplul gând că trebuie să depui efort este ușor neplăcut. În plus, pentru a învăța în felul acesta nu poți să stai ore în șir, ci este nevoie de pauze de minim 10-15 minute, în care chiar să te odihnești și să îți iei mintea de la învățat. Până la urmă, gândește-te că metodele eficiente pentru a învăța îți consumă la fel de mult timp ca și cele ineficiente. Diferența este că timpul petrecut cu ele chiar este valoros!



Profesor Florentina Drăgan