

Sprawdź swój styl uczenia się

Ćwiczenie Oceń każdą z możliwości odpowiedzi, przydzielając 1, 2 lub 3 punkty. Gdy skończysz, policz punkty w każdej z kolumn.

Lp.	pytanie	odpowiedzi			
1.	Kiedy pierwszy raz posługuję się nowym dla mnie sprzętem..	Czytam instrukcję	Słucham, ewentualnie dopytuję	Uczę się obsługi na zasadzie prób i błędów	
2	Kiedy zgubiłem/am drogę...	Patrzę na mapę	Pytam ludzi o wskazówki	Idę „na czuja”, ewentualnie używam kompasu	
3	Kiedy gotuję nową potrawę..	Podążam za instrukcjami w przepisie	Dzwonię do znajomego i proszę wytłumaczenie	Gotując, próbuję	
4	By kogoś czegoś nauczyć...	Piszę instrukcje	Tłumaczę	Demonstruję i daję szansę na spróbowanie	
5	Mówię zazwyczaj...	Widzę, o co Ci chodzi	Z tego, co słyszę...	Wiem, co czujesz	
6	Zazwyczaj mówię...	Pokaż mi	Powiedz mi	Daj mi spróbować	
7	Zazwyczaj mówię...	Zobacz jak to się robi	Wytłumaczę ci	spróbuj	
8	W czasie wolnym wolę	Muzea lub galerie	Muzykę lub rozmowy	Aktywność fizyczną	
9	Kiedy idę na zakupy zazwyczaj...	Oglądam i wtedy decyduję	Pytam o radę obsługi	Próbuję, przymierzam	
10	Wybierając wakacje	Czytam broszurki	Radzę się znajomych	Staram się wyobrazić sobie, jak to będzie	
11	Wybierając nowy samochód	Czytam opinie	Rozmawiam ze znajomymi	Decyduję się na jazdę próbną samochodem, który mi się podoba	
12	jak chcę się poskarżyć na wadliwy towar	Sporządzam pismo	Dzwonię	Wracam do sklepu, albo odsyłam wadliwy produkt do dyrektora	
13	Ucząc się czegoś nowego	Patrzę, jak to robi nauczyciel, wykładowca, trener	Omawiam wszystko dokładnie krok po kroku	Próbuję sam/a to rozpracować	
14	Wybierając z menu w restauracji...	Wyobrażam sobie, jak danie będzie wyglądało	Rozważam „różne pozycje w mojej głowie	Zastanawiam się, jak to będzie smakowało	
15	Słuchając muzyki...	Wyśpiewuję tekst w głowie lub na głos	Słucham tekstu i melodii	Wyobrażam sobie to, o czym śpiewają	
16	Najlepiej zapamiętuję...	Robiąc notatki i przeglądając kartki	Czytając na głos powtarzając sobie w głowie najważniejsze punkty	Wyobrażając sobie treści, których się uczę i przetestowując nową wiedzę w działaniu	
17	Moje pierwsze wspomnienie dotyczy...	Widoku czegoś	Czyjś głos	Robienia czegoś	
18	Kiedy czegoś się obawiam..	Wyobrażam sobie najgorsze scenariusze	Omawiam problem w głowie	Nie mogę usiedzieć w miejscu, kręcę się to tu, to tam	

19.	Czuję się blisko z ludźmi, ze względu na to...	Jak wyglądają		Co do mnie mówią	Jak się przy nich czuję
20	Kiedy powtarzam materiał na egzamin...	Robię mnóstwo notatek, używając różnych kolorów		Czytam notatki, sobie lub znajomym	Wyobrażam sobie, jak piszę różne sformułowania, wzory
21	Kiedy komuś coś tłumaczę..	Pokazuję, o co mi chodzi		Opowiadam na różne sposoby, aż druga osoba zrozumie	Zachęcam, by ktoś zaczął to robić i w międzyczasie omawiam trudności
22	Moje główne zainteresowania to	Fotografia, oglądanie filmów		Słuchanie muzyki, radia, rozmowy ze znajomymi	Aktywność fizyczna, dobre wino, jedzenie, taniec, uprawiając sport
23	Większość wolnego czasu spędzam	Oglądając telewizję		Rozmawiając ze znajomymi	Na aktywności fizycznej, na pracach manualnych
24	Przy pierwszym kontakcie z jakąś osobą...	Organizuję spotkanie twarzą w twarz		Rozmawiam z nią przez telefon	Staram się coś wspólnie zrobić czy załatwić
25	Przy pierwszym kontakcie	Jak osoba wygląda i jak jest		Jaki ktoś ma głos i jak mówi	Jaką osobą ma postawę i jak się
26	Kiedy jestem bardzo zdenerwowany/a, to...	Odtwarzam sobie w głowie to, co mnie zdenerowało		Wykrzykuję i mówię ludziom, co czuję	Tupię, trzaskam drzwiami, rzucam rzeczami
27	Najłatwiej zapamiętuję...	Twarze		imiona	Rzeczy, które robiłem/am
28	Podaję, że ktoś kłamie, gdy..	Widzę, że unika wzroku		Słyszę zmianę w tonie głosu	Czuję to
29	Kiedy widzę się ze starym przyjacielem	Mówię: "Jak dobrze Cię widzieć"		„Jak dobrze wreszcie usłyszeć Twój głos	Ściskam go lub podaję rękę
	W sumie – kanał :	W		S	R

Charakterystyka

Wzrokowiec

Uczy się korzystając z kolorowych plansz, wykresów. Myśląc ma tendencję do spoglądania w górę, słuchając potrzebuje kontaktu wzrokowego z mówcą. Ma dobrą pamięć do wizualnych elementów (do materiału wydrukowanego, narysowanego). Ucząc się siedzi dość spokojnie, zazwyczaj szybko mówi. Komunikaty werbalne zamienia na obraz. Uczy się szybko jeżeli informacje są uporządkowane. Gdy mówi jest dobrze widoczny. Zwraca uwagę na kolor, kształt, ładny wygląd stroju, mieszkania, książki.

Podczas nauki pamiętaj...

- stwórz materiał graficzny tego co się uczysz
- sporządzaj mapy myśli
- wyobrażaj sobie dany problem i sposób jego rozwiązania
- rób notatki, używaj cienkopisów, mazaków, zakreślaczy

Podczas nauki języków obcych pamiętaj...

- sporządzaj rysunki

- znaczenia danych słówek
 - sporządzaj mapy myśli
 - zapisuj nowo poznane słowa
 - sporządzaj karteczki, notatki, z nieznanymi słowami, naklejaj je na miejsca na które często patrzysz
 - wyobrażaj sobie to słowo i jego znaczenie
 - omawiaj scenki i rysunki
- wyobrażaj sobie siebie mówiącego w obcym języku
- staraj się dużo pisać w obcym języku
 - czytaj obcojęzyczne książki, czasopisma

Słuchowiec

Uczy się zazwyczaj słuchając, mówiąc na głos. Potrzebuje ciągłych bodźców słuchowych, ale podczas nauki preferuje ciszę, bodźce słuchowe mogą nadmiernie koncentrować jego uwagę. Gdy mówi jest dobrze słyszany. Nie potrzebuje kontaktu wzrokowego z rozmówcą. Ma dobrą pamięć do dialogów, muzyki, dźwięków...

Podczas nauki pamiętaj...

- twórz mapy myśli i na głos omawiaj jej elementy
- czytaj tekst na głos
- dyskutuj z kimś o danym problemie, wytłumacz go i pozwól sobie go wytłumaczyć
- ucz się w ciszy, muzyka czy inne hałasy mogą nadmiernie koncentrować Twoją uwagę

Podczas nauki języków obcych pamiętaj...

- staraj się dużo mówić w obcym języku
- stwarzaj obcojęzyczną atmosferę
- wypowiadaj na głos nieznanne słowa, zwracając uwagę na ich wymowę
- nagrywaj nieznanne słówka/zwroty i odtwarzaj je
- oglądaj obcojęzyczne filmy, słuchaj obcojęzycznej stacji radiowej, śpiewaj obcojęzyczne piosenki

Ruchowiec/Czuciowiec

Podczas nauki swobodnie rozsiada się, bawiąc się długopisem czy innym przedmiotem. Jest zaangażowany w aktywność ruchową, uczy się gdy ciało jest w ruchu. Gdy coś się dzieje ciekawego w otoczeniu wodzi za tym wzrokiem. Ma dobrą pamięć do działań i ruchów ciała. Patrząc na innych odczytuje ich mowę ciała. Lubi pracować w środowisku przyjaznym fizycznie i emocjonalnie.

Podczas nauki pamiętaj...

- sporządzaj plan pracy
- odgrywaj scenki
- twórz wizualizację tego co się uczysz
- jak się uczysz spaceruj, idź do parku

Podczas nauki języków obcych pamiętaj...

- odgrywaj scenki w obcym języku
- czytaj nieznane słowa będąc w ruchu
- bierz do ręki przedmioty, których znaczenie w obcym języku chcesz zapamiętać
- gestykuluj podczas mówienia w obcym języku