

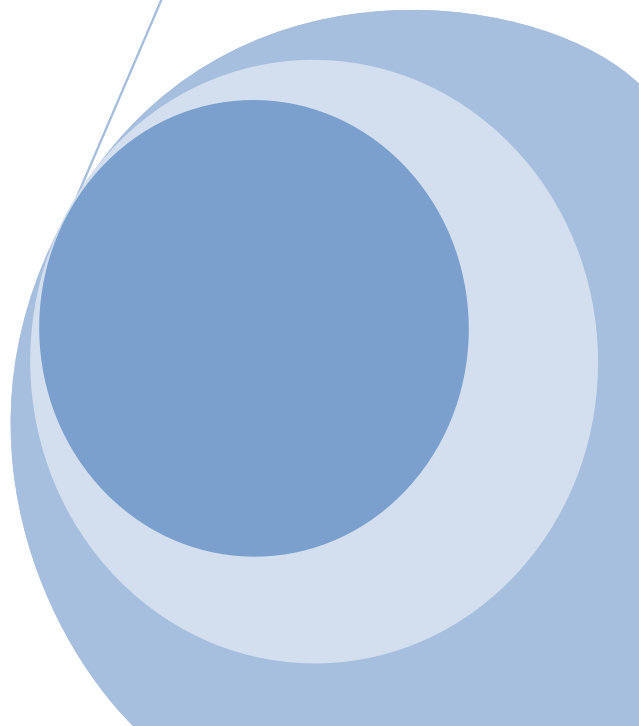
ALFABETYZACJA DOROSŁYCH

od tworzenia radosnego doświadczenia
edukacyjnego do aktywnego obywatelstwa

Wskazówki dla trenera –

Metody Radosnego Uczenia się

Mnemotechniki



1. Mnemotechniki

1.1. Opis metody

Systemy mnemoniczne powstały już w starożytnej Grecji, gdzie były z powodzeniem wykorzystywane przez członków Rady Starszych, następnie rozwinęły się w Rzymie, pozwalając senatorom robić spore wrażenie na plebsie i innych politykach. Proste metody sprawiały, że zapamiętywali oni tysiące jednostek informacji, danych statystycznych, czy imion.

Punktem wyjścia do omówienia Mnemotechnik jest to, że pamięć nie funkcjonuje przypadkowo, ma swoje naturalne, dane nam w chwili urodzenia mechanizmy i prawa.

Techniki zapamiętywania są dlatego tak skuteczne, ponieważ wykorzystują te naturalne prawa i mechanizmy. Pamięć wykorzystuje przede wszystkim prawo wyobrażeń i "żywych" skojarzeń, prawo początku i końca, prawo powtórek, prawo kreatywności, prawo wyjątkowości i rozumienia.

Mózg działa mądrze. Podczas nauki jest systematyczny. Funkcjonuje na kilku płaszczyznach, a jego prace można podzielić na kilka etapów. Pierwszym z nich jest koncentracja, rozumiana jako dłuższe skupienie uwagi. Drugi etap, to kodowanie nowych informacji, czyli próba przeniesienia ich z pamięci krótkotrwałej do długoterminowej dostępnej. Mnemotechniki pomagają w tym zwiększając szybkość i skuteczność nauki, oraz co równie ważne radość z procesu zdobywania wiedzy. Mała ilość tych technik pozwala zapamiętywać informacje z każdej dziedziny naszej aktywności. Tak naprawdę, chodzi zaledwie o trzy podstawowe, stanowiące trzon wiedzy o praktyce nowoczesnego uczenia się: łańcuchowa metoda zapamiętywania, zakładkowa metoda zapamiętywania i technika słów zastępczych.

Kolejnym etapem jest utrwalenie śladów pamięciowych i porządkowanie zapamiętanych informacji w celu ich właściwego zapamiętywania. Odbywa się to dzięki systemowi powtórek, w którym najważniejszą rolę odgrywa sposób i czas. Ostatnim etapem, bardziej związanym z przypominaniem sobie niż z zapamiętywaniem, jest odtwarzanie.

Wszystkie techniki łączą te same mechanizmy zapamiętywania. One stanowią filary wiedzy o działaniu pamięci, decydują też o skuteczności postępowania się nowoczesnymi technikami uczenia się. Oto one:

1. Myślimy obrazami i jeśli nauczymy się świadomie zmieniać nowe informacje na pojedyncze obrazy lub ich serie, wtedy informacje te staną się o wiele bardziej zrozumiałe dla umysłu, a przez to o wiele łatwiej zapamiętywane. Wszystko da się zobaczyć: cyfrę, liczbę, dowolne słowo w dowolnym języku, dowolny dźwięk, pojecie, kształt...

2. Mózg podczas nauki łączy nowe informacje z czymś, co już zna, co zapamiętał już wcześniej. Dlatego mówimy dziś o tzw. odwróconej piramidzie wiedzy człowieka. Od chwili narodzenia odbieramy zmysłami pierwsze wrażenia z otaczającego świata: kolorową plamę obrazu nad łóżeczkiem, dotyk matki, jej zamazaną twarz, głos ojca itd. Łączymy te pierwsze informacje se sobą i tak wiedza zaczyna przyrastać i trwa aż do kończ życia. W świetle tego, co dzisiaj wiadomo, górnej granicy tej piramidy nie ma.

3. Nic nam z głowy nie wylatuje. Mózg przechowuje wszystko, co kiedykolwiek w życiu przez zmysły dotarło do niego. Tylko czasem nie możemy sobie tego przypomnieć.

Zgodnie z dwoma pierwszymi mechanizmami mózg najpierw stara się "zobaczyć" nowe informacje (myślimy obrazami) a potem tak obrobione połączyć ze sobą i (lub) z pokładami dotychczasowej wiedzy (nowe łączymy ze starym). Okazuje się, że jeśli to łączenie ma być skuteczne wytworzony "żywy" obraz musi być odpowiedniej jakości, tzn. spełniać pewne warunki. Obraz "żywy" powinien być ostry, barwny, wyraźny, szczegółowy i tak namacalnym że może wpłynąć na nasz stan fizjologiczny (czyli jest w stanie wywołać reakcje naszego ciała). Tworząc go należy stosować przesadę, co do ilości i (lub) wielkości wyobrażanych detali, dołączać do obrazu emocje tak wyraźnie, aby je odczuć. Szczególnie pozytywne emocje jak radość, szczęście, zadowolenie, euforia. Obraz powinien być niecodzienny, śmieszny, nonsensowny, wręcz poza granicami absurdu. Należy do obrazu dodać akcję, równie śmieszna i nonsensowna, a przy tym gwałtowną i dynamiczną.

Znaczenie "żywej" pracy wyobraźni w procesach zapamiętywania oddaje równanie:

OBRAZ + AKCJA + EMOCJE = PAMIĘĆ

Opracowano na podstawie: Marek Szurawski - "Pamięć. Trening interaktywny".
Wydawnictwo Aha!, 2009 r.

W nauczaniu na poziomie podstaw alfabetyzacji można wykorzystać głównie 2 metody: technikę słów zastępczych i metodę zakładkową.

1. Technika słów zastępczych polega na zastępowaniu nieznanego słowa słowem lub słowami znanymi w języku ojczystym lub innym dobrze znanym.

2. Metoda zakładkowa opiera się na kojarzeniu nowych informacji (w formie obrazu) z informacjami, które mamy dobrze utrwalone. Te ostatnie są jakby zakładkami, które otwierają dostęp do szerszej wiedzy. Zakładki często są porównywane do wieszaków w szafie, na których możemy „powiesić” mnóstwo nowych informacji lub do haczyków, do których doczepiamy to, co chcemy zapamiętać. Zakładki wybieramy sami z rzeczy, które już znamy (np. zakładki osobowe: włosy, czoło, oczy, nos...; zakładki z pomieszczeń czy mebli w naszym pokoju; zakładki z liter alfabetu itp.) lub z rzeczy które wymyśliliśmy (np. wymyślony pałac, miasto, fantastyczne zwierzę i jego skrzydła, łapy, rogi...)

1.2. Przykłady praktycznych ćwiczeń / Wykorzystanie metody w projekcie Alfabetyzacji Dorosłych.

Zajęcia były prowadzone metodą warsztatową, która pomaga na dłużej zapamiętać wykonywane czynności i przekazaną wiedzę. Wprowadzono też głównie technikę słów zastępczych, aby kursanci na dłużej i szybciej zapamiętali nowe terminy. Nikt z uczestników nie znał j. Angielskiego.

Technika doskonale sprawdziła się przy zapamiętywaniu funkcji klawiszy, które są opisane w j. Ang. I tak, np.:

SZHIFT - [szift] (klawisz, który sprawia, że małe litery „stają się” wielkimi) - słowo to zostało zastąpione i skojarzone z podobnie brzmiącym w języku polskim słowem „szlif”.

Kursanci wyobrazili sobie, że mają przed sobą duuuuży blok plastiku, takiego, z jakiego wykonana jest klawiatura i szlifują na nim swoje inicjały, które zawsze piszemy wielkimi literami.

ALT - (klawisz ten sprawia, że litery „dostają” kropek, przecinków, ogonków, czyli znaków diakrytycznych) - został zastąpiony słowem „alt”, który oznacza rodzaj głosu śpiewaka. Należy wyobrazić sobie wielką śpiewającą literę, która śpiewa z taką siłą, że aż z jej ust wylatuje ślina. Kropeczki tej śliny, to właśnie te kropeczki nad „ż”, czy kreseczki nad „ć”, „ź”

DELETE - (usuwa niepotrzebne fragmenty tekstu) - zamieniono i skojarzono ze słowem „delta” (rzeki). Uczestnicy za każdym razem kiedy będą chcieli usunąć większy fragment tekstu powinni wyobrazić sobie, że topią go w rzece, brudnej bagnistej delcie z której nigdy nie wypłyną.

NICK(NAME) - [nik] - zamieniono i skojarzono z akronimem NIK. Wyobrażamy sobie, że ukrywamy się przez Najwyższą Izbą Kontroli pod maską i wymyśloną nazwą zamiast imienia i nazwiska. Propozycja jednej z kursantek: to urzędnik NIK-u chce nas sprawdzić i dla niepoznaki podaje się za kogoś innego. Na twarzy ma śmieszna maskę, mówiąc jąka się i przedstawia się jako „koko” (od ko-ko-ko-kontrola).

EDIT- pod tą zakładką znajduje się polecenie „cofnij”. Słowo zostało zastąpione popularnym imieniem Edyta. Uczestnicy mieli wyobrazić sobie bardzo szczegółowo im znaną Edytę, która cofa się, tz. chodzi tyłem dookoła komputera.

EMOTIKON - słowo wiążące się z emocjami, które chcemy przekazać. Na początku prowadząca narysowała uśmiechniętą twarz, potem rysunek przekręciła o 90° i wyjaśniła, że dwukropek, to są oczy; myślnik, to nos a zamknięcie zawiasu to jest uśmiech.

Wyjaśniono też jak należy interpretować i co oznaczają często używane ikony w edytorach tekstu, np.:

ułożenie tekstu na stronie , odpowiednio do lewego marginesu, wyśrodkowany, do prawego i do obu marginesów;

lub:

czcionka : „grubiej”, „koślawo” i „podkreślona”.

Technikę zakładkową starano się wykorzystać przy zapamiętywaniu urządzeń wyjścia i wejścia.

Jednakże uczestnicy stwierdzili, że dokładna znajomość i nazwy nie są im potrzebne w tym momencie. Jeśli będą chcieli dodać jakieś urządzenie, to wtedy w sposób oczywisty będą znali jego nazwę. Teoretyczna znajomość możliwych urządzeń wyjścia i wejścia nie jest dla nich nieodzowna.

1.3. Czego się nauczyliśmy podczas używania tej metody / Rekomendacje

Metoda słów zastępczych doskonale sprawdziła się w zapamiętywaniu funkcji klawiszy i nowych terminów. Była skuteczna i wprowadzała elementy humorystyczne do procesu nauki. Pozwalała wszystkim na wzięcie oddechu podczas wysiłku długiego, ciągłego skupienia nad realizowanymi tematami. Podczas pewnych zajęć, dyrektorka biblioteki weszła na salę z pytaniem na ustach: „A co wam tu tak wesoło?”

Myślę, że metoda zakładkowa także spełniła by swoją rolę, gdyby zaistniała konieczność nauki wielu elementów w określonej kolejności lub po prostu pamiętaniu o każdym z nich.

1.4 Źródła / Bibliografia

http://www.ted.com/talks/joshua_foer_feats_of_memory_anyone_can_do/transcript

<http://www.youtube.com/watch?v=9ebJlcZMx3c>

<http://studyplace.ccnmtl.columbia.edu/w/images/9/9c/Yates-1966-Art-of-Memory-excerpt.pdf>

CREATIVE TOOLKIT

Mnemotechniki

Autor

Renata Woron - trener

FUNDACJA EDUKACJI I KULTURY IM. STANISŁAWA MICHAŁSKIEGO

Tenczynek, Ul. Na Grobli 42

32-065 Krzeszowice

Poland

rw.michalsky@gmail.com

Projekt jest realizowany przy wsparciu finansowym Komisji Europejskiej w ramach programu „Uczenie się przez całe życie”.

Publikacja powstała w wyniku projektu zrealizowanego przy wsparciu finansowym Komisji Europejskiej w ramach programu „Uczenie się przez całe życie”. Publikacja odzwierciedla jedynie stanowisko autora.

Komisja Europejska ani Narodowa Agencja nie ponoszą odpowiedzialności za umieszczoną w niej zawartość merytoryczną ani za sposób wykorzystania zawartych w niej informacji.

© Adult Literacy Partnership, 2015

