



Většina českých školáků se neumí učit. Problém si s sebou nesou i v dospělosti

PRAHA, 12. ZÁŘÍ 2019 – Takřka 80 procent studentů základních a středních škol má problémy s učením. Největším problémem je učit se látku nazpaměť bez zájmu, porozumění a souvislostí. To vede k rychlému zapomínání a špatné orientaci v naučené látce. Špatné návyky si s sebou většina studentů odnese i do dospělého života.

Málo efektivní učení v českých studentech pěstuje systém vzdělávání. Zatímco v Česku se metodám učení téměř nikdo nevěnuje, v západních zemích je tomu naopak. Do škol docházejí lektori komunikace či psychologové, kteří studentům odborně radí s tím, jak se efektivně učit. „Problém je, že české školní osnovy nezahrnují předměty Jak se učit, Jak si pamatovat, Jak kriticky vyhodnotit informaci předanou pedagogem a podobně. **Urputně přetrvávající školní představa, že něco umět znamená umět to zopakovat ideálně doslova, je z hlediska výzkumů zcela scestná.** Zásadním problémem je to, že paměť je od dětství trénována jen memorováním a biflováním zvuků a slov. **Takto učené se zachytí v krátkodobé paměti, ale do té dlouhodobé se informace už neuloží.** Student tak doma umí, ale následně často ze zkoušky přinese špatnou známku anebo po zkoušce prakticky vše zapomene,“ vysvětlil specialista na procesy učení Libor Činka.

Učení není o memorování. Opakování učiva stále stejným způsobem je ve skutečnosti velmi neefektivní, mozek podvědomě nudí a bývá příčinou selhání a takzvaných dysfunkcí. „Každému člověku vyhovuje jiný způsob učení. **Obecně v oblasti učení lze popsat tři základní typy - zrakový, pocitový a sluchový. Aby se člověku lépe učilo, je cenné rozpoznat, jaký typ učení mu vyhovuje nejlépe.** A právě tady je podstatná role učitele či psychologa. Bohužel skutečně profesionální pomoc v českém školství naprosto chybí. **Primární je studenty pro danou látku nadchnout.** Na základních školách je motivace žáků primárně na učiteli. Jakkoli se později o aktivaci motivace se studenty dělí, tak přes polovinu práce je na něm. **Jen pedagog, který dokáže vyvolat zvědavost studentů, dokáže probudit a rozvíjet jejich přirozenou touhu po poznání, má právo nazývat se učitelem,**“ řekl Libor Činka.

Častou chybou učitelů je předávání informací studentům bez praktických zkušeností. Mozek nejen žáků má přirozenou tendenci ignorovat informace, vycítí-li že dotýčný nemá hlubokou praxi. Například když učitel přednáší ekonomickou látku týkající se podnikání. Je však pouze teoretikem, sám nikdy nepodnikal. **Na úrovni dat sice může sdělovat mnoho z toho, co bude chtít po studentech, jeho podvědomí však přenáší nezkušenost do řeči těla a podvědomí studentů tento nesoulad na podprahové úrovni registruje. Není pak chybou studentů, že nepřijali pozorně informace, protože jejich podvědomí je chráněno před přijetím rozporné, a tedy pro život až potenciálně nebezpečné informace,**“ poukázal Libor Činka.



LIBOR ČINKA

TISKOVÁ ZPRÁVA

Špatné učební návyky získané ve škole si s sebou studenti odnášejí i do dospělého života. Je ale možné je odbourat. Účinnou pomocí s efektivním učením je psychoterapie a hypnóza. Tu využívá stále více lidí. „Lidé za mnou přicházejí přesvědčení, že chyba je v nich. Chtějí ode mě psychoterapii zaměřenou na problém se zapamatováním a s pozorností. Často si o sobě myslí, že jsou líní. Čekají, že je v hypnotickém transu naprogramuji na to, aby byli schopni se nabířovat na zkoušky, aby přestali odkládat přípravu ke zkouškám nebo psaní diplomových prací. **Ještě předtím, než začnu se svými klienty řešit jejich problémy s učením, je však potřeba vymazat přesvědčení, že chyba je na jejich straně,**“ popsal hypnoterapeut Libor Činka.

Opuštěním školních lavic učení zdaleka nekončí a špatné návyky mají vliv nejen na pracovní život, ale i na sebe prezentaci. „**Své klienty učím, jak lépe pracovat s myšlením a pamětí a vůbec pochopit fungování mozku.** Umí pak se svým mozkem lépe pracovat a jsou schopni své myšlenky efektivně prezentovat. Vedlejším produktem je i to, že sami pak umí lépe předávat informace například svým podřízeným,“ uvedl Libor Činka.

PĚT TIPŮ, JAK SE LÉPE UČIT:

1. Vždy si jasně určete, čeho a proč chcete dosáhnout. Vidina dosažení konkrétního cíle je skvělou motivací.
2. Efektivní učení je o vyváženém přijímání i vydávání informací. Přijímejte z textů i nahrávek, představujte si, že naučené prezentujete, jako byste hráli roli experta ve filmu, vyslovujte nahlas klíčové části nebo malujte myšlenkové mapy se vztahy.
3. Buďte v klidu, vyhněte se dlouhému učení v jednom kuse a vytvořte si podmínky, ve kterých se budete cítit dobře – učení vám půjde mnohem lépe.
4. Čím více smyslů zapojíte, tím lépe.
5. Pokud věříte, že na učení nemáte buňky, vyhledejte expertní pomoc a zbavte se navždy škodlivých přesvědčení o tom, že učení je náročné nebo že nejste studijní typ.

KONTAKT PRO MÉDIA:

Mgr. Petra Ďurčíková **_mediální konzultant**

pear__media

+420 733 643 825, petra@pearmedia.cz

pearmedia.cz



TISKOVÁ ZPRÁVA

LIBOR ČINKA, liborcinka.cz

Od roku 1992 vede tréninky pro vzdělávací společnosti, firmy i jednotlivce. Je autorem řady knih, online programů, nahrávek, kurzů a tréninků právě v oblasti paměti, učení, psychoterapie a osobního rozvoje.

Ve své praxi pomáhá lidem řešit jejich problémy více než 15 let. V roce 2002 absolvoval první výcvik hypnotické a nehypnotické psychoterapie, na kterou navázal akreditovaným výcvikem v systemické terapii, který ukončil v roce 2005. V následujících letech absolvoval řadu výcviků Ericksonovské hypnózy a neurolingvistického programování (NLP), a to i v zahraničí. Celkem absolvoval přes 1400 hodin výcviku. Jeho specializací je trénink paměti, rychločtení, motivace a psychologie vlivu, NLP.

Mimo jiné pomáhá lidem naučit se angličtinu jednou a provždy, a to pomocí kurzu Angličtina s hypnózou. V posledních dvou letech zařazuje do výuky i virtuální realitu. Výuku angličtiny podporuje i dalšími on-line programy a pomůckami pro učení angličtiny hrou.

Je autorem knih Ovládněte svůj mozek, Anglická gramatika bezbolestně i pro blondýnky, LentiCool karet Super Mnemo Sentences a řady originálních online programů.