



12 TIPŮ PRO SNADNĚJŠÍ STUDIUM ČEHOKOLI

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 lektoři 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 trénovaná 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 nebo po zkoušce prakticky vše zapomene. Jak to udělat, aby vás učení bavilo, ať už jste ve školní lavici, nebo na pracovní židli?

1. Otestujte si, zda jste zrakový, pocitový nebo sluchový typ a upravte tomu svůj způsob učení. Každý jsme jiný. Každý mozek pracuje trochu jinak. Každému člověku tedy vyhovuje i jiný způsob učení. Obecně v oblasti učení můžeme popsat **3 základní typy** – **zrakový** (vizuální) typ, **pocitový** (kinestetický) typ a **sluchový** (auditivní) typ. *“Neprojde do paměti, co neprojde přes smysly”*, řekl kdysi dávno Jan Amos Komenský.
2. Vždy si jasně určete, čeho a proč chcete dosáhnout. Vidina konkrétního cíle je skvělou motivací.
3. Vyhledejte odbornou pomoc a zbavte se navždy škodlivých přesvědčení o tom, že učení je náročné, nejste studijní typ nebo že postrádáte talent na jazyky.
4. 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.
5. Místo lineárního psaní malujte v prostoru. Vytvářejte myšlenkové mapy, pište klíčová slova, používejte barvy, šipky a obrázky. Čím více smyslů zapojíte, tím lépe.
6. Upgradujte svou mysl – kreativita a pestrost myšlení dnes v mnoha profesích významně ovlivňují kariéru i příjmy. Zaměstnání by nemělo být jen o penězích, ale také o naplnění. Pokud tomu tak není, dlouhodobá nespokojenost v práci vede k vyhoření, depresím a nemocem. Proto je důležité se stále učit a rozvíjet.

JAK SE SPRÁVNĚ MOTIVOVAT KE STUDIU A VZDĚLÁVÁNÍ?

Na základních školách je motivace žáků zejména na učitele. Jeho úkolem je žáky zaujmout a naučit. Pedagog, který dokáže vyvolat zvědavost studentů, dokáže také probudit a využít jejich přirozenou touhu po poznání. Pokud učitel dítě namotivovat neumí, zůstává tento úkol na moudrosti rodičů a jejich podpoře. Ve vyšších stupních škol zodpovědnost za kvalitu studia spočívá více a více i na studentech. Ti, kteří se před začátkem učení správně naladí, vydrží se déle koncentrovat a učí se několikanásobně rychleji. Hlavní úlohu v motivování by však stále měl mít učitel/trenér. Jako v jiných oblastech, i v učení nám silná motivace hodně pomůže. Je klíčové si jasně určit, **čeho chceme** učením **dosáhnout**. Pokud je náš cíl málo zřejmý a vyjádřený obvyklou formulací “musím se učit”, je chybně stanovený. Užitečnou pomůckou pro stanovení správného, specifického cíle jsou následující otázky:

Proč se to chci naučit?

- Kým budu, až se to naučím?
- Jak to ovlivní můj život?
- Jak se budu cítit, až to budu umět?
- Jak na to budou reagovat ostatní?

Až si osvojíte výše uvedené tipy a zodpovíte otázky, půjde vám studium mnohem snadněji. Zažijte na vlastní mozkové závity ten rozdíl.

Hodně úspěchů při studiu vám přeje,

Libor Činka

TISÍC SLOV ZA 3 DNY

Expresně si rozšíříte svou slovní zásobu o slovíčka a slovní spojení, která jsou pro anglickou konverzaci důležitá s využitím originálních paměťových postupů. Kurz je obohacen o postupy, které využívá US NAVY a Prince Charles Secondary School.

1.-3.11.2019

JAK LÉPE PRACOVAT S INFORMACEMI A SE SVOU PAMĚTÍ

Dnešní doba má vysoké nároky na každého jedince. Nejvíce výkonní jsou ti, kteří si hodně pamatují. Všeobecný přehled a propojování informací jsou benefitem každého schopného zaměstnance.

12.-13.11.2019

ANGLIČTINA S HYPNÓZOU A VIRTUÁLNÍ REALITOU

Chtěli byste něco říci, ale v nitru se bojíte, že se ztrapníte? Bojíte se výslovnosti nebo máte strach, že si na dané anglické slovíčko ani nevzpomenete? Slyšíte angličtinu a i přes roky učení jí stále nerozumíte? Překladač nebo anglický slovník je váš věčný kamarád?

16.11.-22.11.2019

OVLÁDNI (SEBE)VĚDOMÝ PROJEV

Díky intenzivnímu kurzu si prakticky osvojíte pravidla působivého vystupování a naučíte se vtahovat posluchače do děje. Posluchači chtějí prožívat to, co jim sdělujete. Unylí panáci, kteří si dají ruce v bok a čtou své pečlivé prezentace, ještě nikoho neuchvátili.

26.11.-27.11.2019



ANGLIČTINA S HYPNÓZOU II. PRO MÍRNĚ POKROČILÉ

Kurz je pro všechny, kteří již mají slovní zásobu, ale bojují s ostychem z mluvení a strachem. Komunikujte suverénně, kladte otázky a odpovídejte.

30.11. -6.12.2019

ONLINE PROGRAMY VAŠE CESTA KE VZDĚLÁNÍ I ODPOČINKU

20 let praxe a tisíce ověřených tipů jsme vložili do online programů pro váš posun ve studiu, práci i osobní život. K programům se můžete připojit odkudkoli na světě - obsahují mp3 nahrávky, videa a dokumenty ve formátu pdf. Ponořte se do nich a posuňte se k vašim cílům mílovými kroky.

VYSPAT SE DOKONALE
Speciální stimulace mozku pro Váš kvalitní spánek.

ULTRA MEDITACE
Speciální video meditace.

SEBEJISTOTA TRVALE
Proměňte vaše sny v nová naplnění.

ELIMINACE PROKRASTINACE
Překonávejte snadněji své překážky.

HYPNO KONCENTRACE
Soustředění je základem úspěchu.

HYPNO TRIUMF
Nahrávka pro snadné dosahování vašich cílů.

Také je pro vás tak těžké si něco zapamatovat? Začíná to u nákupních seznamů, pokračuje to přes neschopnost zapamatovat si jména, končí to u slovíček cizího jazyka. Cokoliv se naučit je pro vás úkol v podstatě nadlidský? Začněte konečně využívat superpočítač, který máte mezi ušima. Ano, ano, řeč je o vašem mozku. Jak to uděláte? **Stáhněte si e-knihu SUPERPAMĚŤ.** Jen za 15 minut čtení zjistíte, jak mozek efektivně využívat a jak se bez větší námahy cokoliv naučit.



STÁHNĚTE SI E-KNIHU SUPERPAMĚŤ Z WWW.LIBORCINKA.CZ