

Zkoumá, jak se správně učit: dokola si číst text a podtrhávat není efektivní



DENISA GDOVINOVÁ, DENNÍK N

=



Nemyslím si, že je memorování pro učení prospěšné, tvrdí Kamila Urban. Foto: Ludvík Hradílek, Deník N

Na vysokou školu přicházejí gymnazisté, kteří očekávají, že dostanou klíčové informace v prezentaci. Když jim dáme článek, text nebo učebnici, neumějí si vytáhnout to podstatné, říká výzkumnice Kamila Urban.

Kamila Urban zkoumá efektivní způsoby učení a považuje za chybu, že děti ve školách nejsou vedeny k metakognici, tedy k tomu, aby poznávaly a sledovaly své vlastní přemýšlení. Kdyby to uměly, naučily by se vybírat si efektivní techniky učení. Zároveň by mohly získat lepší představu o sobě samých.

V rozhovoru se kromě jiného dočtete:

- jaké jsou efektivní techniky učení,
- jak dětem ve školce citlivě říct, že se mýlí,
- jak dětem klást otázky, které jim vybudují zdravý sebeobraz,
- jak se mají nové věci učit dospělí.

[TIP: Souhrn dne podle redaktorů Deníku N do vašeho e-mailu. [Odebírejte Pointu N](#) s výběrem nejdůležitějších událostí dne a s odkazy na zajímavé texty.]

Setkáváte se s tím, že člověk stráví 13 let ve školním systému, a na konci stále neví, jak se efektivně učit?

Učím pedagogickou psychologii. Když se na první hodině studentů ptám na jejich představy o tomto tématu, říkají mi: „Chceme se konečně naučit, jak se učit.“ Když pak probíráme efektivní strategie, zpětná vazba je každý rok stejná: „Proč jsme se to nedozvěděli dřív?“

Jaké strategie učení si děti nejčastěji osvojí?

Ať jsou to naše, nebo zahraniční výzkumy, všechny ukazují, že nejčastější strategií při učení je opakované čtení učebního materiálu. Někteří si jej dokonce nahrávají a poslouchají. To je ale ten nejméně efektivní způsob, jak se něco naučit. Další nejčastější strategií je podtrhávání textu. Zde je ovšem důležité, zda si student dokáže zvýraznit klíčová slova.

Jak to myslíte?

Dokáže-li student podtrhnout ta správná slova, přispívá to ke snazšímu „vylovení“ klíčové informace z paměti. Například místo bitvy, jméno panovníka nebo rok. Problém je, že studenti nevědí, co si mají zvýraznit.

A zvýrazňují si všechno.

Na internetu kolovaly vtipy o studentech medicíny, kteří mají zvýrazněné celé strany textu. Opravdu to tak funguje – studenti si zvýrazňují všechno, protože nevědí, co si vybrat. Na střední škole nejsou vedeni k tomu, aby si z textu vytáhli klíčové informace a poznámkovali ho. Potom nám na vysokou školu přicházejí gymnazisté, kteří očekávají, že dostanou klíčové informace v prezentaci a ty se naučí. Když jim dáme článek, text či učebnici, to podstatné si z nich vybrat neumí a stěžují si, že mají velmi mnoho učení.

Proč jim to dělá problém?

Protože je to nikdo neučí. Se zkoumáním učení začal v devadesátých letech Michael Pressley. Zjišťoval, čím se v USA liší žáci, kteří se učí dobře, od těch, co se učí špatně.

Dobří žáci využívali jiné strategie, například elaboraci. To znamená, že uměli novou informaci propojit s jinou vědomostí, kterou už měli osvojenou. Díky tomu dokázali o této informaci diskutovat nebo kombinovat studijní materiály. Slabší studenti tohle nedokázali – ti se pouze vše naučili nazpaměť. Když začal Pressley podobné strategie detailně studovat, začali se o nich učit budoucí učitelé. Naše učitele to ale nikdo neučí, a proto je svým žákům nepředávají.

Takže na začátku neefektivního učení stojí to, že dítě neumí identifikovat klíčové části textu?

Úkolem učitelky je nabídnout dětem strategie, jak identifikovat klíčové informace v textu. Není to až tak složité. Když dítě čte, jako první identifikuje slova, kterým v textu nerozumí. K čemuž se váže základní otázka: „Které z těchto slov neznáš?“ Když je vyhledá, učitelka se zeptá: „Dobře, zkus význam těchto slov odvodit z okolního textu.“ Dítě se učí vyhledávat neznámá slova a odvodit jejich význam. V dobrém školství tento proces funguje již v předškolním vzdělávání.

Opravdu?

Ano, učitelka čte dětem příběhy a klade otázky – dokonce už před čtením, aby uměly odhadnout, o čem asi příběh bude. Ptá se jich i během příběhu: „Co se teď v příběhu stalo? Co myslíte, proč se to stalo? A co asi bude následovat? Bylo tam něco, čemu jste nerozuměly?“ Na závěr se děti zeptá na souhrn příběhu. Děti se tím učí monitorovat, jak textu rozumějí. To je hodně důležité k tomu, aby si ve škole uměly vybrat efektivní strategie učení.

Proč?

Když dítě už od předškolního věku umí říct, co a proč se odehrálo v pohádce, v prvním ročníku dokáže udělat z přečteného textu krátké shrnutí. Takto se učí identifikovat klíčové pasáže a ostatní ignorovat. Takže když čte text o fotosyntéze, identifikuje definici fotosyntézy jako klíčovou část a tu si podtrhne. Ví, že zbývající text je tam jenom proto, aby mu pomohl definici lépe pochopit.

Kamila Urban

Je vědeckou pracovnící na Ústavu výzkumu sociální komunikace Slovenské akademie věd a odbornou asistentkou na Katedře psychologie Filozofické fakulty Univerzity Karlovy v Praze.

Výzkumně se věnuje metakognitivnímu vývoji, autoregulovanému učení, tvořivosti a motivaci ve vzdělávání. Přednáší témata z vývojové a pedagogické psychologie. V roce 2021 strávila díky Fulbrightovu stipendiu půl roku na výzkumném pobytu na North Carolina State University v USA.

Takže když rodič nebo učitel dětem při čtení pohádky klade zdánlivě banální otázky, ve skutečnosti mu může pomoci k tomu, aby se ve škole dobře učilo?

Ano. Základem je klást dítěti otázky již od předškolního věku. „Rozuměl jsi tomu, co jsme si četli? Co se tam stalo?“ Když své dítě nebo svého žáka znám, umím odhadnout, se kterým slovem se ještě nesetkali, a můžu se na to zeptat. Role rodiče nebo učitele je na začátku aktivní, aby dítěti k učení pomohli.

Když děti neumějí najít slova, kterým nerozumějí, učitel je vybere sám. Učitel je na začátku aktivní a sám ukazuje, jak vypadá jeho přemýšlení. Tím modeluje dítěti, jak by nad tím mělo přemýšlet i ono. Na začátku tedy učitel ukáže různé způsoby učení a ve vyšším věku si dítě už samo vybírá, jakou efektivní strategii použije.

Jako například?

V prvních ročnících dítě hledá slova, kterým nerozumí, a snaží se je pochopit. Později zjišťuje, že když se učí složitější definice, musí používat jiné strategie. Na druhém stupni už musí pochopit složité učivo, vždyť jen taková chemie je abstraktní a složitý předmět. Nestačí, když se nazpaměť naučí vzorec. Musí porozumět principům a procesům, které se tam dějí.

Na začátku se tedy dítě učí hledat klíčová slova, ale časem mu to už nestačí a musí hledat jiné způsoby, jak se učit.

Ano. Děti do třetího ročníku z vývojového hlediska ještě neumějí zpracovat spoustu nových informací. Spoléhají se na učitele, že jim ukáže, co je důležité. Už by se ovšem měly postupně učit, jak mohou samy monitorovat své porozumění. Dítě se učí pozorovat, co udělalo správně a co ne. V našem výzkumném týmu se věnujeme výzkumu předškoláků, kteří jsou v tomto specifictí.

Jak to myslíte?

Jsou velmi optimističtí – myslí si, že všechno mají správně a všechno vědí. Jakmile jim učitel neukazuje, kdy se mýlí, může je to negativně poznamenat. Učitel má rovněž předškolákům ukázat, že někdy se mýlit mohou a je to v pořádku. Co mají dělat, když něco neumějí? Zeptat se. A to na našich školách úplně chybí. Tuhle nejzákladnější strategii učení děti neumějí využívat.

Umět se mýlit

Proč se děti neptají?

Byla jsem na školách v USA a viděla jsem, že děti se tam ptají neustále, po celou dobu chtějí mluvit. U nás děti učíme, že když se pracuje, je třeba být zticha. Prostor pro otázky nastává, až když práce skončí. Ale to už je pozdě, otázky mají přirozeně přicházet v procesu učení. Samotný učitel má klást otázky již před samotnou učební látkou. I já to dělám, když se na první hodině studentů zeptám, co od této hodiny očekávají. Zjistím jednak jejich představy, ale také jejich mylná přesvědčení. To je další problém našeho školství.

Jaký?

Spousta dětí si myslí, že věcem dokonale rozumějí a umějí je vysvětlit, ačkoli je jejich poznatek zcela nesprávný – děje se to často zejména v oblasti přírodních věd. Když si jako učitel zjistím možná chybná přesvědčení hned na začátku, umím s tím pracovat. Zeptám se: „Kdo ví, co je fotosyntéza? Setkal se s tím slovem někdo? Kdo ví, proč jsou rostliny zelené?“ Učitel si zjistí, na čem může stavět a co má korigovat.

Proč je důležité dětem mylnou představu vyvrátit?

Výzkumy v metakognici ukazují, že jakmile si člověk myslí, že něčemu rozumí, při dalším učení už tomu nevěnuje tolik pozornosti a úsilí. Vždyť už to ví, proč by se měl dál učit?

Žák sebevědomě a s nadšením řekne, že něco ví. Ale učitel ho odbude, že nemá pravdu. Je to správné? Jak má učitel žákovi vyvrátit mylnou představu?

Citlivě. Může říci: Tohle není úplně správně. Já používám právě slovní spojení „úplně správně“, protože v žakově odpovědi je vždy aspoň střípek pravdy, kterého se dá chytit. Odpíchnu se od toho a vysvětlím, co bylo nesprávně. Dítě má potom pocit, že nebylo úplně mimo.

Zároveň si vytvářím prostor k tomu, aby mě aktivně poslouchalo a učilo se, jak může svůj pohled změnit. O to jde v metakognici: „Ty sis myslel, že je to takhle. Ale ve skutečnosti je to jinak. Zkusme se nad tím zamyslet.“ Dítě tím učíme nad tématem přemýšlet.

O tom se zmiňujete i ve své **tematické analýze – tedy o metakognici: **Žák se má nejdřív naučit poznávat své myšlení, například jak přemýšlí nad daným úkolem. Jak to vypadá? Dokážou to i malé děti?**** Čím menší dítě, tím obtížněji vám vysvětlí, jak přemýšlí. Jednak kvůli slovní zásobě, jednak proto, že nad tím aktivně neuvažuje. U malých dětí to lze odvozovat spíše podle chování. Například když dítě skládá puzzle a vůbec se nedívá na původní obrázek, jen cpe kousky, kam se dá, vidíte, že nad tím nepřemýšlí. Nepoužívá žádnou strategii, pouze postupuje metodou pokus–omyl.

Ale když se dítě nejprve podívá na obrázek, svoji aktivitu plánuje. Plánování je první krok jakéhokoli efektivního učení. Sledujeme, co dítě dělá, když si vezme do ruky kousek puzzle. Dívá se na obrázek, kam by mohl patřit? Jak monitoruje své chování? Pokud se mu to tam nevejde, co udělá? Podívá se na obrázek a zkusí něco jiného?

Jak můžeme metakognici u dítěte rozvíjet?

Učitelka to může dělat pomocí otázek: „Jak jsi na tuhle odpověď přišel?“ Dítě odpoví: „Věděl jsem to.“ Učitelka může reagovat: „Aha, a jak tvé řešení vypadalo?“ Dozví se, že žák se podíval sem a sem a takhle dal odpověď dohromady. Důležité je, že učitelka klade otázky s klíčovými slovy jako myslet, vědět, pamatovat si, zapomínat. Jsou to slovesa, která poukazují na myšlení. Čím více jich rodič nebo učitel používá, tím lépe. Například řekne: „Myslel jsem si, že tenhle dílek skládačky bude pasovat sem. Ale pak jsem se podíval na obrázek a zjistil jsem, že patří jinam.“ Všechny výzkumy ukazují, že když rodič taková slova používá, dítě si je osvojí.

K čemu je vůbec dobré, aby dítě objevovalo, jak přemýšlí?

Když se má prvňák naučit svůj první úkol, jak zjistí, jestli se jej naučil? Paní učitelka mu řekne: „Dvakrát si přečti tento text.“ Dítě to udělá, ale neví, co to znamená. Proč ho měl číst? Znamená to, že už mu rozumí? Rozdíl je, když mu učitelka zadá úkol jinak: „Přečti si tenhle text a řekni mi, o čem byl. Odpověz, jak by text mohl pokračovat.“ Dítě už musí

monitorovat, co je třeba udělat, aby úlohu zvládlo. Musí si zhodnotit, zda jeho odpověď souvisí s otázkou, kterou mu učitelka položila. Jak mám vymyslet pokračování textu, když nevím, o čem příběh je?

Takže metakognice dětem nepomáhá jen lépe se učit, ale také skládat si obraz o sobě – o svých skutečných schopnostech a znalostech.

V analýze to pojmenováváte pojmem self-efficacy.

Každý má o sobě nějakou představu – v čem jsme dobří a v čem ne. Tato představa se tvoří již v předškolním věku na základě toho, co nám o nás říkají učitelé či spolužáci. Jsem například jen průměrně chytrá, ale hodně se snažím. V mateřské škole snahu ocení jako schopnost. Ty už znáš pět písmen? Ty už se umíš podepsat? Jsi tak chytrá! Ale vidíme, že tím dítěti vytváříme falešný sebeobraz. Což řeším už od své disertační práce.

Jak dětem v mateřské škole ukázat, že se mohou mýlit? Všechny teorie na to reagují otázkou: Chceme to vůbec? Vždyť děti jsou díky tomu šťastné a motivuje je to.

Opravdu je to potřeba?

Problém nastane, když dítě přijde do školy. Do lavice si sedne s tím, že všechno ví, ale najednou začne přicházet zpětná vazba, že to není tak docela pravda. Jeho sebeobraz bude konfrontován s realitou. Je zmatené – zatímco ve školce bylo dobré ve všem, teď není dobré v ničem.

Sebevědomí se mu rapidně sníží a přesvědčí samo sebe, že neumí ani číst, ani psát, ani počítat. Motivace může klesnout natolik, že už nebude chtít provádět žádné aktivity.

Sebeobraz tedy zásadně ovlivňuje naši motivaci učit se?

Úzce souvisí s tím, do jakých aktivit se pouštíme. Když si myslím, že jsem v něčem dobrá, tak to vyzkouším. Jakmile si myslím, že mi to nejde, pouštět se do toho nebudu. Když dítě reálně sleduje svůj výkon, umí se zdravě pouštět do různých činností. Ví, že matematika mu až tak nejde, ale na nějaké úrovni ji zvládá. Za úkol dostane dvojku, což jeho představě o sobě samém odpovídá. Bude spokojenější, nebude mít ze školy a z učení úzkosti. Získá zdravý sebeobraz, čemuž přizpůsobí své učení.

Vaše výzkumy ukazují, že výrazně nízké sebevědomí mají děti ze sociálně znevýhodněných skupin. Proč?

Tyto děti přistupují k většině úkolů s tím, že je nezvládnou. K učení přistupovaly způsobem: „Nebudu to vědět, protože nemám ani kapacitu to zvládnout.“

Takovou představu získaly od učitelů a okolí?

Přesně tak. Děti se od určitého věku přirozeně srovnávají. Když kreslí obrázky, slyší od učitelky: „Jožko, ty jsi to moc nezvládl, při vybarvování jsi nedokázal zůstat v hranicích obrázku. Podívej se, jak to má Anička pěkné!“ Jožko si tím začíná budovat obraz, že jemu kreslení vůbec nejde.

Takže jak malým dětem budovat zdravý obraz – abychom je nedemotivovali, ale zároveň zrealnili?

Jako efektivní metoda se ukazuje neporovnávat výsledky mezi dětmi navzájem, ale porovnávat progres samotného dítěte. Mluvíme s dítětem: „Jožko, nakreslil jsi obrázek, co myslíš, jak se ti to podařilo?“ Odpoví: „Nepodařilo se mi nakreslit domeček úplně rovně. Nemám tu ani panáčka.“ Já mu řeknu: „Dobře, ale vzpomeň si, že když jsi nastoupil do školky, neuměl jsi nakreslit ani rovnou čáru. A teď už tady máš celý domeček!“ Můžeme si oba obrázky i porovnat. Mohu ho povzbudit, aby dále pracoval a příště nakreslil i panáčka, a nabídnu mu s tím pomoc. Dítě ví, kam se posouvá, kam ještě může jít, a ví, že na to není samo.

Co dělat, když nám dítě ukáže opravdu nepovedený obrázek a zeptá se, jestli se nám líbí?

„Líbí se mi“ je natolik subjektivní kategorie, že klidně můžete říci, že se vám líbí. Tohle totiž neříká nic o tom, zda je dítě dobré, nebo ne. Můžete si na obrázku i něco vybrat: „Líbí se mi, jak jsi nakreslil to sluníčko.“ Jeho samotné schopnosti můžeme podpořit ve spojení s jeho předchozí prací.

Veliká kognitivní zátěž

Jak vlastně vypadá proces učení?

Vezměme si modelový příklad, když se dítě učí z textu. Nejdřív si ho jen čte – nastává povrchové porozumění. Rozeznává slova, termíny, definice. Z toho čtení přecházejí informace do krátkodobé paměti. Teď si například čtu o metakognici a tenhle termín si krátkodobě zapamatuji.

Když chci, aby mi pojem a jeho definice přešly do dlouhodobé paměti, musím použít některou ze strategií. Pak si večer v posteli před spaním

zkusím vzpomenout, jestli si ještě tuto definici pamatuji. Aha, to jsem si přirovnala k nakupování v obchodě, a tak vím, že metakognice je tohle a tohle.

Takže tohle je učení – přes povrchové porozumění dostávám informace do krátkodobé paměti a poté využíváním různých strategií do té dlouhodobé. A z ní to umím vytáhnout tehdy, kdy to potřebuji.

Takže pasivní strategie u učení – jako opakované čtení textu nebo nesprávné podtrhávání – dobře nefungují. Jaké strategie naopak fungují dobře?

Používáme tři typy strategií. Kognitivní strategie nám slouží k tomu, abychom si něco zapamatovali a uměli to z paměti vydolovat.

Metakognitivní strategie potřebujeme k tomu, abychom si uměli vybrat způsob plnění daného úkolu a abychom uměli monitorovat své schopnosti. A pak máme motivační strategie – něco se nám dělat chce, a něco ne. S tím je také třeba naučit se pracovat.

Jaké jsou kognitivní strategie učení?

Když si chci něco zapamatovat, můžu to udělat pasivně – pořád dokola si číst text. Chvíli mi v paměti zůstane, ačkoli mi to nedává smysl. Něco si můžu zapamatovat i aktivně – například mnemotechnickými pomůckami. Takto jsme se učili obvod země či vyjmenovaná slova po bé. Při této strategii zapojuji několik kognitivních funkcí a v paměti mi to zůstane trochu déle. Tyto techniky bychom měli využívat, když se potřebujeme naučit fakta či termíny. Nejefektivnější, ale také nejsložitější jsou elaborační a organizační techniky.

O co jde?

U nich musíme vyvinout velkou kognitivní zátěž. Například když se chci naučit fotosyntézu, můžu si ji připodobnit k něčemu, co už znám. Připomíná mi něco, co se už stalo v mém životě? Nepřipomíná mi něco, co jsem zažil na výletě? Nevyprávěla mi máma příběh, se kterým si ji umím spojit? Nečetl jsem tohle slovo v nějaké knize o rostlinách?

Začnu o pojmu aktivně přemýšlet a propojuji si ho s informacemi, které už znám. V chemii jsme se přece učili chemické procesy.

Takže propojím své dosavadní znalosti plus zkušenosti ze života plus nové informace z učebnice plus vysvětlení paní učitelky. Když si všechno dám dohromady, porozumím tomu a umím o fotosyntéze mluvit i za dvacet let.

A jak to vypadá? Dítě sedí před učebnicí a přemýšlí?

U každého dítěte to může vypadat jinak. Když děti nevědí, jak pracovat s elaborací, budou k tomu potřebovat pomocné otázky. Například: „Potkal ses už někdy s tímto jevem? Pamatuješ si, když jsme tohle téma probírali v chemii? Jak to spolu souvisí? Co se na Zemi stane, když pokácíme polovinu amazonského pralesa?“ Dítě nad tím začne aktivně přemýšlet a díky otázkám si propojuje informace.

A pak si to shrne?

Je ideální, když si na závěr udělá krátké shrnutí. A pak si porozumění prozkouší – kdybych měl tohle naučit svého mladšího bratra, jak bych mu to vysvětlil? Což je nejlepší způsob, jak zjistit, jestli jsem učivo dobře pochopil.

Nedávno jsem na konferenci slyšela skvělý příspěvek odborníka na učení Maartena Vansteenkisteho, který říkal, že prvňáčků bychom se měli ve škole ptát na to, jaké mají doma knihy. Když souvisí s tématem, o kterém se budou učit, dítě je motivované k tomu, aby knihu na hodinu doneslo a ostatním dětem o ní povíдалo.

Pomáhá jim to dát si učivo do souvislosti s informacemi, které už znají, a motivuje je to dále se danému tématu věnovat. Jenže u nás s tím nepracujeme. Tolik dětí přece miluje encyklopedie, ale nikdy si nespojí, že učivo ve škole úzce souvisí s tím, o čem si čtou večer před spaním.

Jak vypadají organizační strategie učení?

Ty se často využívají na vysoké škole. Nebo spíše takto – kdybychom měli dobré vysokoškolské vzdělání, využívaly by se. Student má najít všechny materiály, které k tématu potřebuje. Má si z nich vybrat informace a propojit je a na základě toho si vytvořit vlastní poznámky. Studenti to dělají při tvorbě prezentací nebo seminárních prací. Jenže otázka je, jak efektivně. Učitelé by měli vést studenty k tomu, aby jako první nesahali po Wikipedii, ale po seznamu povinné literatury nebo vědeckých článků. A pak si prohlédli videa na Youtube, TED talky nebo popularizační články.

Umějí to studenti dělat?

Na středních, ale i vysokých školách se často stává, že studenti informace z více zdrojů propojit neumějí. První slide z prezentace udělají z první kapitoly učebnice, druhý slide z druhé a podobně. A když mají další informace, nevědí, kam s nimi, tak je hodí všechny na poslední slide. Vidím to i na bakalářských pracích. První podkapitola: „Gavora řekl tohle.“ Druhá podkapitola: „Zápotočná řekla toto.“ Když se jich zeptám, proč je nepropojili, pouze popřesouvají odstavce.

Ale organizační strategie není jen o přečtení tří zdrojů, ale také o hledání souvislostí tak, abych uměla napsat: „Zatímco Gavora říká toto, Zápotočná k tomu přidává tohle.“

Smysl učení

Proč se v našich školách děti nevedou k tomu, aby se učily učit se?

Když v USA zjistili, že některé strategie jsou pro učení efektivnější, rozhodli se je překlomit do vzdělávání učitelů. Budoucí učitelé se tedy musí naučit, jak zmíněné techniky převést do praxe. Vědí, že tohle mají děti učit. Jenže u nás tohle není samostatná část vzdělávání.

Proč?

Klademe důraz na to, aby učitel biologie byl specialista na předmět a uměl své znalosti předat dětem. Ale už se podrobně neučí, jakými různými způsoby to může udělat. A hlavně že i učitel biologie by měl děti učit, jak efektivně číst z učebnice. Na pedagogických školách se klade důraz i na motivaci, proto naši učitelé obvykle na začátek hodiny zařadí motivační aktivitu, aby děti zabavili. A pak jim látku přednášejí, protože jejich úkolem je předat obsah.

Takže budoucí učitelé se o těchto strategiích vůbec neučí?

Vědí, že tyto strategie existují a že jsou efektivní. Ale nevědí, jak je dostat do své praxe. Učí se didaktiku předmětu – například jak děti naučit vyjmenovaná slova. Ale už ne, jak děti vést k tomu, aby se naučily různé způsoby učení a vybíraly si ten nejefektivnější podle daného úkolu.

A proč se to přenášet do praxe neučí? Vždyť to, jaké jsou efektivní techniky učení, už se přece ví dlouho.

Tento výzkum probíhal na Západě v osmdesátých a devadesátých letech. Mají před námi náskok několik desetiletí. Trvalo dlouho, než jsme téma objevili, a když jsme ho začali poznávat, v západních školách už byly podobné techniky etablované. Přeskočili jsme celou etapu, během níž západní výzkumníci v praxi ověřovali, jak je dětem efektivně předat. My teoreticky víme, co funguje, ale ještě jsme se nedopracovali k tomu, jak to dostat do praxe.

V praxi je to možná komplikovanější i proto, že každé dítě může mít při učení trochu jiné preference. Pro učitele může být obtížné zkoušet žonglovat s různými technikami u různých dětí – už toho i tak mají ve třídě dost. Není toto logisticky náročné?

Učitelé by mohli začít tím, že dětem ukážou různé způsoby. Například si zkusí ověřit, zda danému textu rozumějí. Jak? Přes tři pomocné otázky. Zkuste udělat sumář textu, podívejte se, zda rozumíte všem slovům, a vysvětlete jejich význam na základě kontextu. Po čase by to pro dítě bylo přirozené a učení by si regulovalo samo.

Stále více se prosazuje, aby děti ve školách méně memorovaly a učily se více přes aktivity, experimenty. Na druhé straně někteří odborníci říkají, že bychom neměli zatracovat ani staré dobré biflování, že i to má důležitou roli. Co na tuto polemiku říkáte vy – jaké učení je lepší? Na rovinu vám řeknu, že jsem na straně aktivního učení. Nemyslím si, že je memorování pro učení prospěšné. Oponenti ale podle mě nemají na mysli memorování hromady učiva, ale mluví o aktivním zapamatování si. Někdy si člověk musí umět zapamatovat nějaký fakt. Díky aktivní technice si umím zapamatovat rok bitvy a jména hlavních účastníků. Ale abych pochopila kontext, proč se bitva odehrála a jaký měla vliv na dějiny, k tomu už memorování nestačí. Smyslem učení je, že si to zkusím propojit s aktuálním děním – existuje konflikt, který začal z podobných příčin jako tehdy? Jak jej řešili v minulosti a jak dnes?

Jak se mají učit dospělí? Nedávno jsem po letech znovu sáhla po učebnici o základech pečení. Zjistila jsem ale, že obyčejné čtení a podtržení nestačí a druhý den jsem si nic z předešlé kapitoly nepamatovala. Zároveň se přiznám, že se mi už nechce tak aktivně učit, jak jsem na to byla zvyklá ve škole.

Tak to jste teď potvrdila vše, o čem jsme si povídaly. Využívání aktivních technik učení se je kognitivně velmi namáhavé. Ale je to jediný způsob,

jak si věc zapamatovat dlouhodobě. Učení u dospělých se liší od toho u dětí jen jednou věcí, a to, že dospělý člověk si jej řídí sám. K tomu potřebuje znát techniky učení a musí dokázat monitorovat, jak rozumí textu, který čte. Rovněž si musí sám vybrat další materiály – knihy či videa, které mu pomohou pochopit téma.

Jak bych se tedy měla učit?

Vzala jste si tedy učebnici o pečení. Co bylo smyslem podtrhávání? Zapamatovat si klíčová slova? Nebo postup? Pokud to bylo klíčové slovo, měla jste si vymyslet mnemotechnickou pomůcku. Jestli to byl postup, zkuste si to připodobnit k něčemu, co jste už v životě dělala, a připomenete si to. Pusťte si k tomu video, jak to dělají. A pak si to zkuste shrnout. Kdybych šla péct chleba, jak bych postupovala? Na co jsem zapomněla? Který krok mi nedává smysl? Je to velmi podobné tomu, co učíme děti ve škole.

Můžu mít alespoň tu výmluvu, že dospělým jde učení hůře než dětem?

Ne. Můžete se vymluvit na to, že kognitivní funkce dospělých jsou pomalejší a paměť nereaguje na nové pobídky tak dobře jako u malých dětí. Nemůžete se ale vymlouvat na učení, protože to je jen o vašem přístupu. Je přirozené, že to slovo máte na jazyku, ale nemůžete si na něj vzpomenout. Jenže měla jste se snažit lépe si ho zapamatovat, protože vámi zvolená strategie zřejmě nefungovala.