

TANULÁSMÓDSZERTAN





INFORMÁCIÓK A TANTÁRGYRÓL

- **Tantárgyfelelős:** Dr. Majoros Pál (BGF KKFK)
- **Tantárgy megnevezése:** Tanulás- és kutatósmódszertan / Tanulásmódszertan
- **Tanórák száma:** 1 előadás + 2 szeminárium / hét
- **Kreditértéke:** 3
- **Kódja:** B.3.6.
- **Meghirdetés:** minden tanév őszi félév
- **Oktatás nyelve:** magyar
- **Előtanulmányi rend:** nincs
- **Választható tantárgy**



INFORMÁCIÓK A TANTÁRGYRÓL

Tantárgyat oktatók:

Oláhné Zieser Zsuzsanna

- Üzleti Szakoktató Intézet, Alk. Fsz. 10.
- Fogadóóra: péntek 9.30 – 10.30
- E-mail: olahne.zieserzsuzsanna@kvifk.bgf.hu

- Vörösné dr. Keszler Erzsébet



INFORMÁCIÓK A TANTÁRGYRÓL

- **A hallgató ismerje meg a tanulás és tudás örömét, a sikeres tanulmányi munkát követő életerzést, ennek pozitív hatásait személyiségére és egyéb tevékenységeire, egyben tartsa elengedhetetlen feltételnek a szakmai elméleti és gyakorlati tudás elsajátításához.**
- **A hallgató szerezzon jártasságot, illetve sajátítsa el azokat a készségeket, képességeket, melyek elengedhetetlenek a sikeres felsőfokú tanulmányokhoz szükséges tanuláshoz, egyben alapját képezik az egész életen át tartó tanulás képességének és motivációs bázisának megalapozásának.**



INFORMÁCIÓK A TANTÁRGYRÓL

- **Ismerje meg egyéni adottságait, személyiségének jellemzőit**, legyen képes ezek tudatos felhasználására és fejlesztésére a tanulási folyamat szempontjából. Képes legyen kialakítani, fejleszteni tanulási stílusát és a különböző tanulási feladatoknak megfelelő módszereit.
- Ismerje meg a motiváció, az érdeklődés, a figyelem, az emlékezet, a gondolkodási módok szerepét és fontosságát a tanulási folyamatban, **szeressen jártasságot az e területeken történő önfejlesztésben.**



INFORMÁCIÓK A TANTÁRGYRÓL

- Sajátítsa el az információ/ismeret szerzésének, feldolgozásának, szelektálásnak és rögzítésének (olvasástechnika, jegyzetelés, különböző információforrások kezelése, tanulást segítő technikai eszközök használata) módszereit, **legyen képes az iskolai oktatás** (előadás, szeminárium, konzultáció, egyéb programok) **tudatos felhasználásra az önálló tanulás során.**
- Az elsajátított ismeretek felhasználásával képes legyen a tanulás ütemezésére, **egyéni tanulási terv** készítésére, és ezek megvalósítására.



INFORMÁCIÓK A TANTÁRGYRÓL

- **Tudatosan alakítsa ki tanulási környezetét,** illetve képes legyen adott, esetleg nehezítő körülmények kiküszöbölésére.
- Tudja kezelni és megoldani a tanulással járó **belső és külső konfliktusokat,** legyen képes a szorongás, a stressz feloldására. Ismerje meg saját jellemzőit és fejlesztési lehetőségeit a sikeres vizsgák letételéhez.



A tananyag feldolgozása

- A minden második héten tartandó **előadások** egy-egy nagyobb téma elméleti bevezetői.
- **A konzultáció** rövid bevezetője az előadás témájának felidézése, melyet a gyakorlatvezető tart. Ezt követi, a témákhoz kapcsolódó, gyakorlatok, tesztek, szituációk, beszélgetések segítségével, különböző munkaformákban az elsajátítandó ismeretekhez kapcsolódó készségek, jártasságok kialakítása.
- Minden konzultációt otthoni gyakorlás, témakutatás, egyéni fejlesztő tevékenység követ, melynek tanulási ideje heti 2-3 óra. E produktumok, feladatok elkészítések ellenőrzése esetleges, de a hallgatók feladatmegoldással kapcsolatos felmerülő problémái a gyakorlati konzultáció részei, egyben segítik a beadandó házi dolgozat elkészítését.



Tantárgyi követelmény:

Kollokvium, melynek része az alábbi három követelmény teljesítése:

- **Beadandó dolgozat készítése**, melyben a hallgató bemutatja saját tanulásának jellemzőit, ennek fejlődését a tantárgy ismereteinek elsajátítása során, felvázolja erős és gyenge pontjait, és egyben megjelöli saját maga számára a további fejlesztendő területeket, ennek módjait. A házi dolgozatban a hallgató konkrét tanulmányi eredményei (első negyedéves vizsgák) alapján értékeli tanulásmódszertanát. A házi dolgozat terjedelme 5-8 gépelt oldal (a fedőlap nélkül). Az elbírálás szempontjai az önálló elemzés mélysége és részterületei, a félév során történt egyéni fejlődés bemutatásában a tanultak alkalmazása, egyéni fejlesztési terv megléte, valamint a dolgozatkészítés szabályainak betartása

A tantárgy tematikája:

A tanulás –

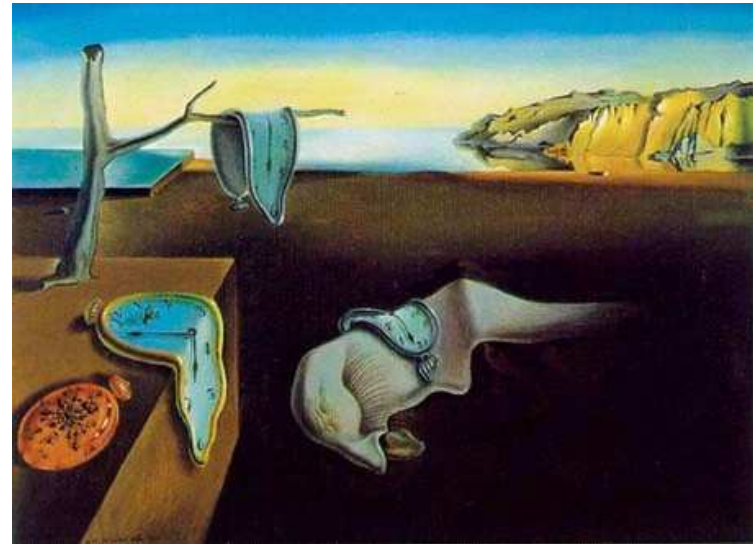
- a tantárgy célja
- fogalma
- jellemzői
- kapcsolódása más tudományokhoz
- kutatási irányai
- jövőképe
- hatása az általános és életviteli kompetenciák fejlesztésére
- szerepe az egyéni célok elérésében, a sikeres életút kialakításában



A tantárgy tematikája:

Tanulási stílus, módszer

- a fogalmak tisztázása, tartalma
- fontosságuk feltárása
- egyéni jellemzők megismerése
- tanulási szokások kialakítása
- egyéni időrend
és tanulási ütemterv készítése
- önsegítés
- tananyag, információ specifikussága
- fejleszthetősége





A tantárgy tematikája:

Az információfeldolgozás a tanulásmódszertan szempontjából

- **Iskolai oktatás hasznosításának, feldolgozásának módja**
- előadások, konzultációk ismereteinek rögzítése és felidézése, megfigyelés jellemzői, személyes élmények hatása
- technikai fejlődés és jövőkép
- **Ismeretfeldolgozás, olvasás és jegyzetelés**
- gondolkodás és szövegértés, elemzés
- jegyzetelés – módjai
- tanulási térkép
- ismeretközlő- továbbító eszközök használata
- tanulási segédeszközök használata (szótár, szöveggyűjtemény, stb.)
- **Korábbi ismeretek, tapasztalatok**
- jelentése, jellemzői
- miben befolyásolják és miben segítik az új ismeretek elsajátítását
- értékek, ítéletek, sztereotípiák, előítéletek hatása

A tantárgy tematikája:

Az ismeretsajátítás belső tényezői a tanulásmódszertan szempontjából

Figyelem

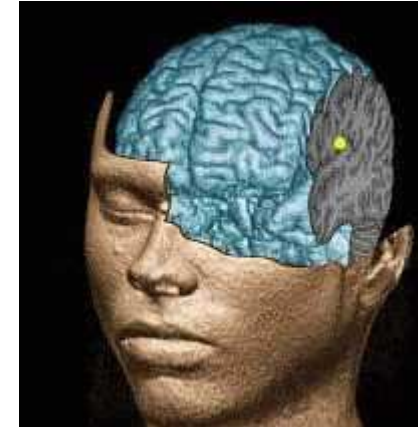
- jelentése, jellemzői
- kialakítása, fenntarthatósága, intenzitása
- fejleszthetőségének módjai
- **Motiváció**
- jelentése, jellemzői
- külső és belső
- motivációs szint – siker és kudarc
- önmotiváció, belső konfliktusok

Érdeklődés

- jelentése, jellemzői
- széles és szűk, szak- és általános
- változásai

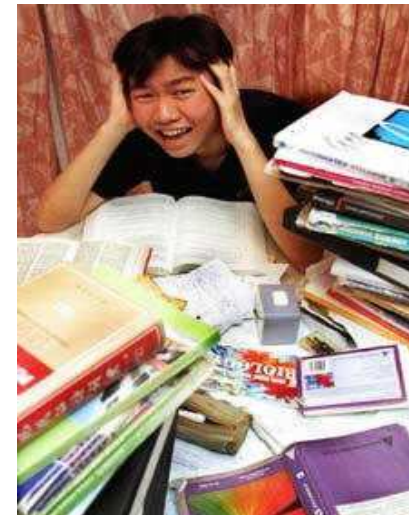
Emlékezet

- jelentése, jellemzői
- rövid, közép és hosszú távú
- emlékezeti gátlások
- mnemotechnikák
- **Gondolkodási módok**
- jelentése, jellemzői
- elsajátítandó ismeretek és gondolkodási módok kapcsolata
- elvont és praktikus gondolkodás
- problémakeresés és megoldás



A tantárgy tematikája:

- Számonkérés követelményeinek való megfelelés
- Félévközi feladatok és
- Házi dolgozatok készítésének szabályai
- **Vizsga**
 - a vizsgaidőszak jellemzői,
 - ütemterv, taktika
 - szorongás és stressz növekedése, kezelése
 - életvitel: étkezés, pihenés és alvás, mozgás, szabadidő
 - serkentőszerek használata
 - befektetés és megtérülés
 - kommunikációs eszközök
 - **írásbeli vizsga**
 - a felkészülés sajátosságai
 - jellemzői, tesztek, esszék
- **szóbeli vizsga**
 - a felkészülés sajátosságai
 - jellemzői





A tantárgy tematikája:

- **Külső tényezők hatásai a tanulásmódszertan szempontjából**
- **Téma összefoglalása**
 - Külső konfliktusok kezelése
 - Tanulási környezet
 - Az önálló tanulási eszközök
 - Páros és csoportos iskolán kívüli tanulás előnyei és hátrányai
 - mikor, mit, miért, kivel és hogyan



„A tudás: hatalom” *Francis Bacon*

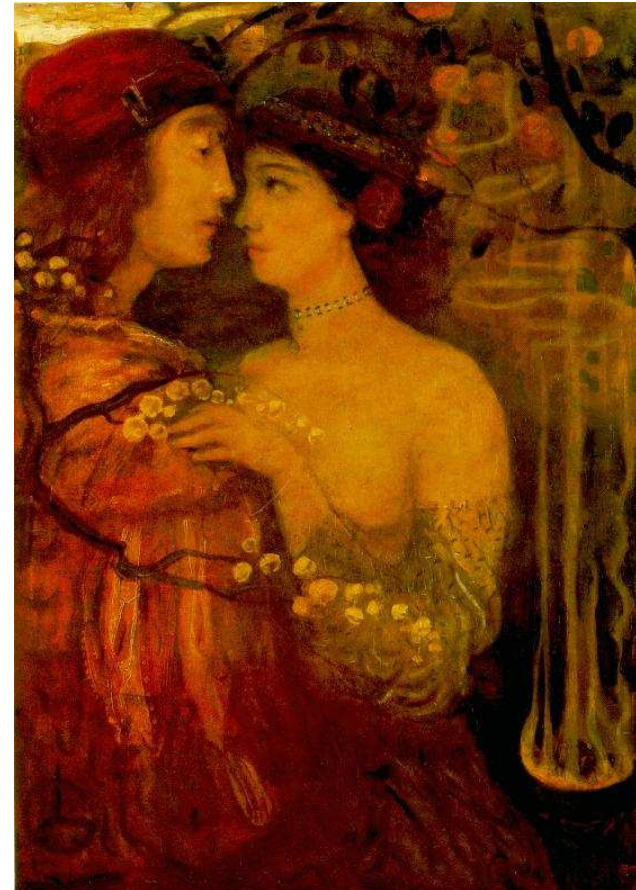
A tanulás

- A tanulás olyan folyamat, amelynek eredményeképpen tartósan megváltozik egy személy vagy egy állat viselkedése
- Szociális tanulás
- Life Long Learning – Élethosszig tartó tanulás
- Formális, nem formális, informális formák

Az ismeret

Az ismeret: legáltalánosabb megközelítésben az objektív valóságról, a valóság reális rendszereiről a megismerés folyamata (kogníció) eredményeként **az emberi pszichikumban képződő képmások**

- Hasznosíthatóvá, közössé a **kommunikáció** révén tehető





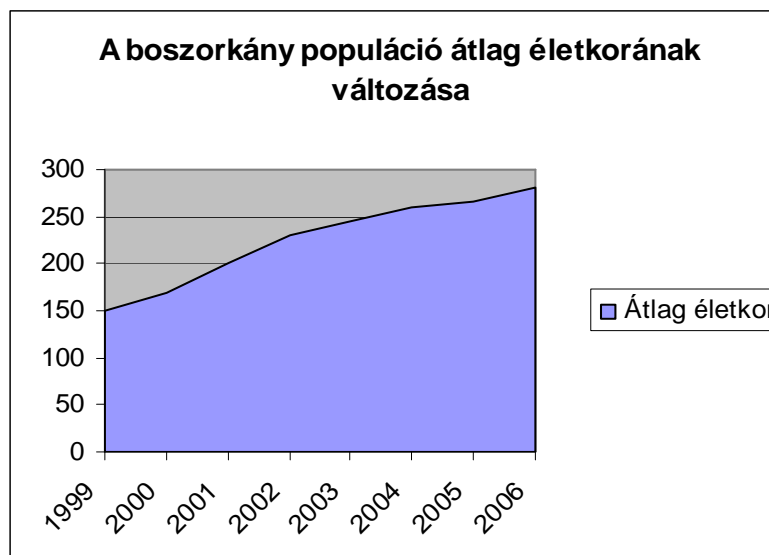
Az ismeret

Kialakulása (leegyszerűsítve) alapvetően

- **az első jelzőrendszer**, az agykéreg szenzoros (látás, hallás, szaglás, ízlelés, tapintás) és motoros területén az érzékeléssel indul el
- **a második jelzőrendszer szintjén történik**. az észleletek magasabb szintű, absztrakt reprezentációja az agykéreg legnagyobb részét kitevő, a viselkedés komplexebb vonatkozásaival (emlékezés, gondolkodás, nyelv) kapcsolatos asszociációs területen
- Ilyen alapon két formája különböztethető meg:
 - (1) **képzet és**
 - (2) **verbális** (nyelvi jelrendszerrel objektivált)

Az ismeret

- Képzet – entitás
- Látás, hallás –
kiemelkedő szerepe:
vizuális és akusztikus
képzetek
- Diagrammatikus
reprezentáció: a verbális
információk
strukturálásának és
integrálásának kiváló
eszközei – **szinkrónia**,
míg a verbális közlés
diakrónia





Az ismeret

- A különböző fajta **ismeretek** – kvalitatív és kvantitatív jellemzőiktől, szerkezetüktől és absztrakciós szintjüktől függően – **végtelenül sokféle relációba kerülhetnek egymással.** Kapcsolataik lehetnek esetlegesek vagy rendezettek, szervezettek.
- A rendszeralkotás szempontjából megkülönböztetendő az **egyedi fogalom, a halmazfogalom és a rendszerfogalom.** Ezekkel bármely tantárgy fogalomstruktúrái megalkothatók



A tudás

„**A tudatnak két dolga van: (a)** önmagunk és környezetünk folyamatos követése, vagyis érzéleteink, emlékeink és gondolataink pontos leképezése; és **(b)** önmagunk és környezetünk folyamatos kontrollja, amely lehetővé teszi, hogy viselkedéses és kognitív cselekedeteinket elindítsuk és befejezzük.” (Atkinson, 1994.)

Szubjektíve két komponense van:

- az egyiket mindazon képződmények, lenyomatok együttese alkotja, melyek a fenti értelmezés szerinti **követés**, vagyis a megismerés eredményeként jönnek létre;
- a másik komponensét a **cselekvéssel**, cselekedni tudással, cselekvésképeséggel kapcsolatos tudati képződmények bonyolult rendszere alkotja. Az előbbi alkotóelemeit összefoglalóan **ismereteknek**, ismeret jellegű tudásnak, gondolati rendszereknek, az utóbbi csoportot **képességeknek**, képesség jellegű tudásnak nevezik.
- Objektív létet az exteriorizációban nyer a szubjektív tudás, amikor jelekben, jelrendszerekben jelenik meg. Az objektívált tudás általánosított neve az **információ**.



A tudás

- Minden egyén tudásának korlátai vannak: **senki sem lehet birtokában az emberiség által felhalmozott tudás teljességének.**
- Az egyén műveltsége tudásának mennyiségével és összetételével jellemezhető. (elméleti, gyakorlati)
- A tudás verifikációja – igaz vagy hamis, szembesítés, igazolás
- Hiedelmek, irreális hipotézisek



A tudás

- **Az alkalmazható tudás:** a tudásnak az a formája, amely más helyzetekben is felhasználható, nem csupán abban a (szervezett, iskolai) kontextusban, melyben az elsajátítás történt
- **Teljesítményképes tudás:** valamely ismeret elsajátításának az a szintje, melyet alkotó alkalmazás, új feladatok megoldásában történő kombinált felhasználás jellemez



Készség és képesség

- **Készség:** a motoros tevékenységek elvégzése során tanúsított könnyedség, gyorsaság és pontosság mértéke
- **A képesség** egyének pszichikus tulajdonsága, ami valamilyen tevékenységgyakorlása révén fejlődik ki, és a tevékenység végzésében nyilvánul meg. A képesség kifejlesztésének alapját az adottságok képezik



A megismerés

Az ismereteket eredményező értelmi tevékenység

- **A megismeréssel kapcsolatos filozófiai nézetek**

Komplex értelmezés:

- **Érzékelés és észlelés ➔ szenzoros integráció**
 - ➔ **beszéd és fogalomrendszer**
- **Gondolkodási műveletek, a megismerés módszerei: indukció és dedukció**



A tanulás folyamata

- Korábbi filozófiai, pszichológiai és pedagógiai nézetek
- **Habituáció – megszokás**

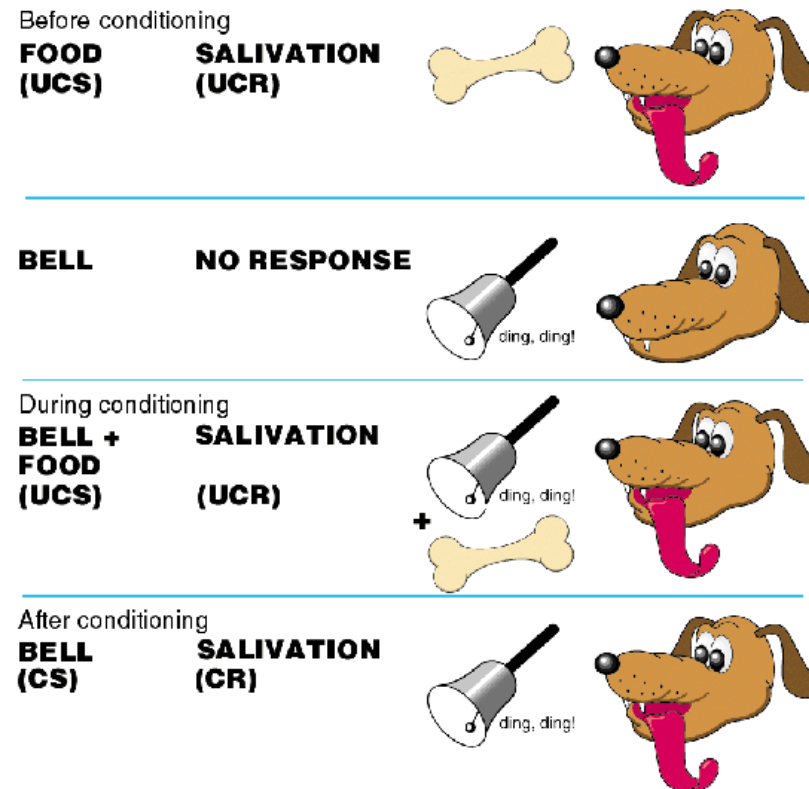
Bizonyos ingereket megszokunk, közömbössé válnak számunkra, míg a megszokottaktól eltérő, váratlan ingerek felkeltik a figyelmet
- **A szenzitizáció**

A habituáció ellenkezője: ha egy ingerről bebizonyosodik, hogy különleges, kitüntetett jelentősége van a számunkra, akkor arra különösen érzékenyek és fogékonyak leszünk.
- **Imprinting, bevésődés**

Az élőlény fejlődésében van egy szenzitív (érzékeny) periódus, amikor találkoznia kell egy adott ingerrel, hogy az kiváltson és egy életre bevessen egy információt.

A tanulás folyamata

- **Klasszikus kondicionálás:** ingerek közötti asszociációk kísérleti vizsgálata
- **Pavlov kísérletei:** egy addig semleges jelzőingerre olyan választ adjon, mely eredetileg egy másik, biológiailag fontos ingerhez kapcsolódik





A tanulás folyamata

Operáns kondicionálás

- „Próba-szerencse” tanulás: véletlenszerűen megjelent viselkedés azért marad fenn, mert kedvező a következménye, azaz pozitív megerősítés követi
- Jutalom = Megerősítés
- Büntetés = Viselkedés kioltódik



A tanulás folyamata

- **A belátás:** a legmagasabbrendű tanulási forma. Nem próba-szerencse alapon oldjuk meg a feladatot, hanem előre elkészített terv, belátás alapján.
- Mentális reprezentációk készítése



Tanulási képesség

- A tanulási képesség kialakulásához készségek és stratégiák sokasága járul hozzá, melyek hatására egyre nagyobb ügyességre teszünk szert az információk megfelelő csoportosításában, tökéletesedik a rögzítés technikája
- **Metakogníció:** tanulás tanulása



Tanuláshoz való viszony

*„Nem a tudásban van a boldogság,
hanem a tudás megszerzésében!”*

(Poe)

- A tanulásban szerepet játszó motívumok és célok rendszere
- Megelégedettség, mint érzelmi-gondolati-erkölcsi értékelés, aktivitást vált ki
- Az életkor előre haladtával, a motivációs bázis bővülésével, egyre értékesebb tanulási indítékok kerülnek előtérbe



Tanulási módszer

- A tudáshoz (eredményhez) elvezető tervszerű, egyéni út.
- Olyan tanulási **eljárások**, tanulási **technikák**, tanulási **szokások**, amelyek a tanulás folyamatában eltérő ismeretanyagok elsajátításakor, különböző célok elérése érdekében hasonló módon valósulnak meg.



Tanulási szokások

- Feltételes reflexek kiépülésén alapuló, **az egyénre viszonylagos állandósággal jellemző tanulási sajátosságok összessége**, amelyek leginkább az önálló tanulás szakaszaiban mutatkoznak meg
- önkontroll, a tanulási feladatok megtervezése, szervezés, az írás és olvasás gyorsasága, a napirend, a szövegtanulás módszerei (feldaraboló, – globális, – kombinált) és a tanulás egyéb jellemzői - memorizálás



Tanulási tapasztalat

- **Indukciós bázisként szolgál újabb ismeretek, ill. tevékenységek elsajátításához**
- **Fontos szerepe van a tanulási képesség kialakításában**



Tanulási stílus

- A tanulás (az információfeldolgozás) sajátos, domináns, egyénre jellemző módja

Vizsgálhatjuk

- Gondolkodás módja
- Emlékezet
- Motiváció
- Társas környezet
- Környezeti ingerek szerint



Gondolkodás sajátossága szerint:

Impulzív tanulási stílus

- Mérlegelés és tudatos megfontolást mellőző tanulási stílus
- Első benyomások által befolyásolt
- Beleérezés alapján való döntés
- DE – kreativitás, problémamegoldás



Gondolkodás sajátossága szerint:

Reflektív tanulási stílus

Problémamegoldást megelőzi:

- az információ rendezése logikai egységekbe
- a megoldást tudatos érvekkel támasztja alá
- képes a megoldást megmagyarázni



Tanulási stílus az emlékezés szempontjából

- **Auditív**
- **Motoros**
- **Vizuális**



Tanulási stratégia

Tanulási tevékenységre vonatkozó terv

Szakaszai:

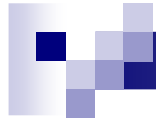
- Információgyűjtés
- Feldolgozás
- Előhívás

Metakogníció: feladat – adekvát stratégia



Tanulási ütemterv

- A tanulási stratégia része
- Rövid-, közép- és hosszú távú tervek
- Rögzítése
- Realitás
- Ellenőrzés, betartás
- (motivációs eszközök)



Tanulási ritmus

- Egyéni tanulásban döntő szerepe van
- A tanulás folyamatának szakaszolása
- Szabályai és egyéni adottságok
- (motivációs eszközök)



Tanulási környezet

- Hogyan alakítsuk ki
- Rend, szervezettség, információk és tudásbázisok elérhetősége
- Helyváltoztatás
- Tanulás különböző helyszíneken



Tanulási módszer

Alaptétel:

Értelmes és mechanikus tanulás aránya

- A tanulási folyamatban történő intellektuális részvétel aránya
- A kettő megfelelő „keverése” a döntő
- Befolyásolja: tanulási szokások, várható értékelés sajátosságai
- (szöveghűség)



Tanulási módszerek

- Társas tanulás – kooperatív tanulási stratégia
- Szituatív tanulás
- Verbális tanulás
- Asszociatív
- Felfedezésemes
- Szelektív



Gyakorlás

Ismeretek, készségek, jártasságok ismételt, céltudatos felhasználása, alkalmazása

Típusai:

- Ismétlő
- Alkalmazó
- Komplex

Ismeret adekvát felidézése – teljesítményképes tudás



Tanulási technika

Az önálló tanulás eszközei:

- Olvasás
- Jegyzetelés
- Hanganyag
- Képi információk
- Fentiek kombinációja
- Tanulási segédeszközök, tudásbázisok



A tanulást befolyásoló belső tényezők

- Érdeklődés
- Figyelem
- Emlékezet
- Motiváció
- Gondolkodási módok, műveletek



Érdeklődés

- Életkorral változik
- Széles és szűk
- Felkeltése és fenntartása
- Érzelmi töltet, motivációs bázis
- Érdeklődés és emlékezet



Figyelem

Értelmezése:

- Szelektív, tudatos információ kiválogatás
- Erőfeszítési folyamat – mentális energia elosztása, beosztása
- Éber állapotot fenntartó folyamat – vigilancia, idegrendszeri aktiváció, hatékony készenlét az információ felvételre



Emlékezet

- Inger nyomán kialakuló élmények, gondolatok, viselkedések, mozgásválaszok, érzelmi reakciók – egyszóval a tapasztalat – megőrzése az idegrendszerben
- Három szakasza:
 - Kódolás – tárolás - előhívás



Emlékezet

Típusai:

- Rövid
- Hosszú

Módjai:

- Explicit
- Implicit



Rövid távú memória

- Egy időben csak korlátozott mennyiségű tapasztalati anyagot tudunk csak megjegyezni, s azt is mindössze néhány percig
- Akusztikus és vizuális buffer (tár)
- 7 ± 2 tétel megjegyzése
- Tömbösítés (chunk)



Rövid távú memória

Mire használjuk:

- Munkamemória – teljesítménye véges
- Problémamegoldás: tényezők, elemek
- Számolás, de romlik ha szöveg is van
- A hosszú távú előszobája - ismételtetés



Hosszú távú memória

- Tartama lényegében korlátlan, s a megtartási idő akár a személy egész élettartama is lehet
- A rövid távúból „áttolódik” az információ + konszolidációs periódus (REM alvás)
- Itt is létezik a három szakasz:
- Kódolás – tárolás - felidézés



Hosszú távú memória

- A jelentést kódoljuk, nem a részleteket
- Szöveghűség: a szavak sorrendiségét is kódoljuk
- De kódolunk hangot, képi benyomást, ízeket és szagokat
- Értelmes és értelmetlen kapcsolatok



Hosszú távú memória

- Információ elvesztése – hozzáférhetetlen, nem tudjuk előhívni – nem találjuk az előhívási támpontot
- Felismerés és felidézés
- Interferencia: proaktív és retroaktív
- Szervezés, kontextus – állapotfüggő tanulás
- Érzelmi tényezők



Az emlékezet fejlesztés

- Folyamatos, aktivitás, karbantartás
- Mnemotechnika: sajátos kódolási rendszer kialakítása:
 - Kulcsszó
 - Hely
 - Kontextus
 - Képi ábrázolás
- Előhívás gyakorlás
- PQIRST-módszer: áttekintés – kérdés – olvasás – felmodás – ellenőrzés



Konstruktív emlékezet

- Részletekből következtetünk az egészre – emlékezünk nem megkapott információkra is
- Baleset felidézése