

Uľahčovanie a podporovanie učenia.

Princípy učenia. Vybrané prístupy teórie výchovy, učenia a ich využitie pre pozitívnu zmenu u chorých

Výchova k zdraviu II.VZ

PhDr. Simona Kelčíková, PhD.



Pojmy „učenie sa“ a „učenie“

- Učenie sa - zapamätávanie si info., štúdium, osvojovanie si poznatkov subjektom - edukantom
 - proces rozvojovej zmeny vo vedomostiach, v schopnostiach, postojoch ... a prejavujú sa v zmene správania sa a prežívania
- Učenie – uľahčovanie, aktivovanie, motivovanie, ovplyvňovanie alebo usmerňovanie procesov učenia

(proces žiaducich zmien v poznaní, hodnotení, komunikovaní a konaní jednotlivca, rodín a komunit)

Teórie učenia

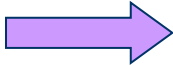
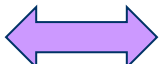
Vysvetľujú, prečo sa ľudia učia

Učenie – je cesta nie konečný cieľ

Teórie psychológie a pedagogiky:

- Behaviorizmus
- Humanizmus
- Kognitivizmus

Vybrané prístupy

- Vzťah človek – prostredie (pri vysvetľovaní mechanizmu učenia a jeho využitia v edukácii jednotlivcov alebo skupín)
 1. človek  prostredie : behavioristický prístup
 2. človek  prostredie : humanistický prístup
 3. človek  prostredie : kognitivistický prístup

Vybrané prístupy

Smer aktivity vyjadruje šípka:

1. v učení zohráva **aktívnu rolu prostredie** a človek sa adaptuje na podnety prostredia, ktoré ho svojim vplyvom tvarujú; **B**
2. **človek je aktívny**, vyhľadáva prostredie, ktoré by mu umožňovalo realizovať plány učenia; **H**
3. **človek s prostredím sú** v optimálnej a aktívnej **rovnováhe** – aktívne spoznáva svet. **K**

Behavioristický prístup

(ang. behavior – správanie, prejav človeka)

Schéma učenia:

- zmeny v myslení človeka sú vyvolané tlakom prostredia,
- ak je možné človeka riadiť vonkajšími podnetmi, dá sa vopred naprogramovať a presne definovať výsledný produkt edukačného procesu,
- učitelia sa je viac či menej naprogramovaný zvonka jeho aktívnym prostredím,
- pri uplatňovaní behaviorálnych cieľov sa usilujeme dosiahnuť, aby jednotliviec/skupina zmenili svoje správanie a získali určité spôsobilosti a rozhodnutie pre zmenu správania a konania,
- posilňovanie žiaduceho správania

Základom učenia musí byť postoj toho, kto sa učí

VSTUP – obsah učiva ; **VÝSTUP** – vymedzený edukačný cieľ

CESTA k cieľu musí byť ľahká, priamočiara: precvičovanie, cvičenie, odmena, pochvala, trest, pestovanie želaných, správnych návykov.

Humanistický prístup

Predpokladá, že u človeka existuje prirodzený sklon k získavaniu nových poznatkov a učenie prekvitá v stimulujúcom prostredí

Je zameraný na rozvoj ľudskej osobnosti:

slobodná, zodpovedná, tvorivá, tolerantná, empatická, senzitívna, vytvárajúca ušľachtilé vzájomné vzťahy, rešpektuje iných, porozumenie medzi ľuďmi a iných prosociálnych vlastností

Základom humanistickej výučby je:

- umožniť človeku objaviť seba ako jedinečnú osobnosť,
- nájsť v sebe tie kvality, ktoré ho robia človekom.

Humanistický prístup

Zabezpečiť: zdroje a vhodné podmienky:

- toľko času, koľko je potrebné so zreteľom na individuálny štýl a možnosti,
- sám sa musí naučiť, ako ma riešiť svoj problém tak, aby sa terapia stala nedirektívnou,

ANDRAGOGIKA – umenie a veda, ako pomôcť dospelým učiť sa

- východisko vytváranie pozitívnej socioemocionálnej klímy EP, nedirektívne eduk. postupy, stratégie, interpersonálne porozumenie, emocionálny aspekt pri formovaní jednotlivca/skupiny, orientácia k problému, vnútorná individuálna motivácia

Poznatky andragogiky

- V procese dozrievania prechádza človek od závislosti k nezávislosti
- Dospelý môže pri učení čerpať z predchádzajúcich skúseností
- Pohotovosť dospelého získavať nové vedomosti často súvisí so zadanou úlohou alebo spoločenským postavením
- Dospelý je viac zameraný na získavanie vedomostí, keď môže naučené využiť hneď, a nie až v budúcnosti

Kognitivistický prístup

Učenie pokladá za komplexnú psychickú aktivitu

Orientovaný na štúdium:

- spôsobov subjektívneho poznávanie,
- individuálneho osvojovania,
- konštrukcia poznatkov.

Sústred'ujeme sa na:

- poskytovanie informácií, vysvetľovanie, riešenie problémov, zapamätanie poznatkov

Kognitivistický prístup

Pri kognitívnom učení je nevyhnutné:

- poznanie kognitívnych vstupných determinantov (charakteristík) jednotlivcov/skupín
 - ▶ predpokladaný typ vedomostí, zručností, schopností – podstatné pre nové učenie,
 - ▶ postoj a motivácia k edukácii

Edukácia je „zmena“

- v správaní, zmena v sociálnej oblasti a pod.

Vhodné je voliť k zmene **racionálno-empirický prístup** –
fajčiar / zdravý rozum/ maximálny úžitok

Zmena: 1. plánovaná a radikálne
2. neplánovaná

Neplánovaná zmena

Je náhla a jej následky sa nedajú predvídať/ súvisí často so situačnou zmenou.

Zmenu môžeme charakterizovať viacerými ekvivalentmi: neutrálnosť – angažovanosť
realita – ideál
vízia
služba – moc
solidarita - oslobodenie a pod.

Podoby „zmeny“

- **„Drift“** (posun, poháňanie) — nastáva bez toho, aby sa o ňu niekto pokúšal. Narodenie dieťaťa — mení sa životný štýl rodičov = menej spoločenských aktivít, kín, utrácanie peňazí. Uvedomujú si ju až po určitom čase
- **Tradičná zmena**
- **Vývojová zmena** — počas životného cyklu (pomaly, postupne..)
- **Situačná zmena** — vojna, katastrofy, nečakaný postup v práci
- **Skrytá zmena** — nastáva bez toho, aby si ju jedinec uvedomoval (postupná strata sluchu)
- **Zjavná zmena** — uvedomuje si ju (nástup bolesti brucha, sťažené dýchanie...) Je často spojená so zmenami správania, u každého inak, v závislosti od jeho potrieb a cieľov

Plánovaná zmena

- zámerný, účelný postup ovplyvňovania súčasného stavu jednotlivca/skupiny/organizácie...

Cieľom je:

- zlepšiť život
- prácu
- iné podmienky (sociálne, zdravotné apod.)

Zmeny predpokladajú vzájomnú spoluprácu aktérov zmien.

Teórie plánovanej zmeny – postupnosť 3 štádií podľa Kurt Lewina

1. Štádium rozmrazovania – motivácia k zmene, jednotlivec si uvedomuje potrebu zmeny = **kognitívny proces**

(uvedomenie si problému → pozná lepšiu metódu riešenia → potrebu zmeny)

 **Poznať** podporujúce/obmedzujúce tlaky zmeny

Teórie plánovanej zmeny

podľa Kurt Lewina

2. Štádium pohybu – zmena sa už detailne plánuje a začína sa uskutočňovať



Dôležité je aby aktéri podporovali/stotožnení so zmenou /prijali, že súčasný stav je neželateľný
Prostredie = stimulujúce/podporujúce

Uvažovať o tom, akou odmenou stimulovať a posmeliť želateľné správania

Teórie plánovanej zmeny podľa Kurt Lewina

3. Štádium znovuzmrazovania – stabilizácia zmeny, jednotlivci ich premietajú do svojich systémov hodnôt a konania.



Proces akceptovania zmeny by mal prebiehať prirodzene

Proces odmietania zmeny býva najsilnejší vtedy, keď myšlienka nezodpovedá súčasnej potrebe

Ďalšie teórie zmeny

- Gordon a Lippitt (1973) – plánovaná zmena 7 fáz
- Havelock (1973) modifikoval Lewinovu teóriu plánovanej zmeny – 6 fáz (dôraz na plánovanie)
- Rogers (1983) v procese zmeny pokladá zázemie a okolie za veľmi dôležitú súčasť zmeny

(Kozierová 1, s. 280; tab 16 – 2)
Kontrolované samoštúdium

Princípy učenia

Pre E dôležité **poznať faktory**, ktoré učeniu **napomáhajú**, ale aj, ktoré ho **brzdia**.

Faktory prekražajúce v učení:

úzkosť, neistota,
obavy

fyziologické prekážky
(bolesť, strata sluchu, vážna
dg)

kultúrne bariéry
(jazyk, hodnoty)

Faktory napomáhajúce učeniu

- **Motivácia** - vnútorné pohnútky človeka....
- **Pohotovosť** – (pripravenosť, ochota) učiť sa
Aktívna účasť na procese učenia – zmysluplnejšie !!!
- **Spätná väzba** – informácia o dosiahnutí stanoveného cieľa
Pozitívna spätná väzba:
(pochvala, odmena za žiaduce správanie, posmeľujúco vyjadrená korekcia správania a návrhy alternatívneho konania)
Negatívna spätná väzba: (zlosť, výsmech, sarkazmus = odradenie od učenia)

Faktory napomáhajúce učeniu

- Učenie od jednoduchých poznatkov k zložitým
- Opakovanie
- Keď je čas medzi naučením sa a využitím naučeného v praxi krátky
- Optimálne prostredie na učenie (osvetlenie, teplota, vetranie, hluk, súkromie)

Oblasti učenia

- Bloom opísal tri domény/oblasti učenia:

Kognitívna (mentálna) oblasť – intelektové schopnosti
(myslenie, poznanie, porozumenie)

Afektívna oblasť – zážitky, emócie, záujmy, postoje a hodnoty

Psychomotorická oblasť – motorická zručnosť

(Kozierová, 282 – 283..)



Ďakujem za pozornosť