

dr Urszula
Sajewicz-Radtke|
Psychologia
Edukacji

Mit 2. Ten o wielokrotnym czytaniu.

*Czy faktycznie
wielokrotne czytanie
tego samego tekstu
poprawia jego
zapamiętanie?*

Mit 2: Jeśli chcesz coś dobrze zapamiętać, chcesz się czegoś nauczyć, powinieneś wielokrotnie czytać tekst np. z podręcznika lub swoje notatki. Pozwoli to na lepsze i trwalsze zapamiętanie.

Czy to prawda?

1. **Wielokrotne czytanie tego samego materiału nie wspiera trwałego zapamiętania** – tak po pięciokrotnym przeczytaniu jakiegoś tekstu przez następne 5-10 minut będziesz wiele pamiętać, niestety już za tydzień pamiętać będziesz tylko 20% z tego co czytałeś.
2. **Przeceniamy skuteczność wielokrotnego czytania** – uczniowie stosujący praktykę wielokrotnego czytania podczas uczenia się uznawali tę technikę za wysoce skuteczną. Jednak to ci, którzy stosowali powtórki (z zamkniętym podręcznikiem) zapamiętywali 50% więcej informacji, niż ci którzy wielokrotnie czytali materiał.
3. **Powtórki mają moc** – ci uczniowie, którzy przed egzaminem uczyli się, a potem zastosowali powtórki z zamkniętym podręcznikiem (*retrieval practice*) otrzymywali o 30% wyższe wyniki niż ci którzy po okresie nauki zamiast powtórki jeszcze raz przeczytali materiał z podręczników.

*Uczenie się nie jest
po to, aby dobrze
wypadać
na sprawdzianach,
sprawdziany są po to
aby uczyć się
efektywniej i trwale.*

(Roediger i Karpicke, 2006)

Stosowanie powtórek z zamkniętym podręcznikiem jest dla uczniów interesujące i pobudza ich motywację do pracy, choć wymaga wiele wysiłku.

Wysoki poziom stresu sprawia, że korzystanie ze strategii wielokrotnego czytania obniża efektywność uczenia się o 17-26% - więc nie jest to dobra strategia na ważne egzaminy.

Wysoki poziom stresu nie wpływał na zdolności do zapamiętywania tych, którzy stosowali powtórki z zamkniętym podręcznikiem.

Dlaczego więc ten mit jest tak rozpowszechniony?

Robimy to od lat więc musi być skuteczne

Każdy z nas przynajmniej raz usłyszał, że jeśli czegoś nie pamięta z przeczytanego tekstu, to powinien przeczytać go jeszcze raz. Niestety nasze przekonania dotyczące skuteczności poszczególnych technik uczenia się, nie zawsze pokrywają się z wynikami badań.

Samooszukiwanie się

Badania dowodzą, że uczniowie silnie wierzą w to, że powtórne czytanie to lepsza technika uczenia się niż powtórki z zamkniętym podręcznikiem. Uczniowie nie doceniają istoty wysiłku jaki należy włożyć w naukę, aby była ona skuteczna. Wielokrotnie czytając ten sam

tekst samooszukujemy się, że z każdym przeczytaniem wiemy więcej. Jednak tylko wysiłek włożony w przypominanie pozwoli na trwałe uczenie się.

Strach przed testowaniem/sprawdzaniem

Niestety bardzo często w toku edukacji pojawia się u nas lęk przed byciem testowanym, sprawdzanym. Dlatego też chętniej sięgamy po takie techniki uczenia się, które nie narażają nas na konieczność sprawdzania swojej wiedzy. Jest to poważny błąd i może prowadzić do obniżenia efektywności uczenia się.

Gdzie możesz dowiedzieć się więcej?

1. Roediger, H. L. III, Karpicke, J. D. (2006). Test-enhanced learning: Taking memory tests improves long-term retention. *Psychological Science*, 17(3), 249–255
2. Smith, A.M., Floerke, V. A., Thomas, A. K. (2016). Retrieval practice protects memory against acute stress. *Science*, 354 (6315), 1046-1048.

Pracownia Testów Psychologicznych i Pedagogicznych

www.pracowniatestow.pl

www.poradniatecza.pl

www.terapiakognitywna.pl

www.trudnoscirozwojowe.pl