

SÍGRÚN JÓHANNESDÓTTIR

## NÁM ER SKÖPUN, EKKI NEYSLA ÁRANGURSRÍKAR NÁMSAÐFERÐIR Í FULLORÐINSFRÆÐSLU

Miklar breytingar hafa orðið á lífsháttum, viðhorfum og vinnubrögðum undanfarna áratugi. Þróun fræðslustarfs og kennsluáferða hefur ekki orðið með sama hraða og breytingarnar í þjóðfélaginu en við erum knúin til að finna og nýta aðferðir sem undirbúa okkur til að takast sem best á við nútímann. Það er því ekki að undra að hraðnámsaðferðirnar njóti vaxandi áhuga og athygli þeirra sem sinna fræðslumálum.

### ÞÖRF FYRIR SKILVIRKAR NÁMS- OG KENNSLUAÐFERÐIR

„Allt sem ég þarf að vita - lærði ég í leikskóla!“ er titill á metsölubók eftir Robert Fulghum. Í þessum titli felst það viðhorf að aðferðir leikskólanna séu árangursríkar en það nám sem á eftir kemur (næstu 10-20 ár) skipti minna máli! Þetta er að vísu nokkuð öfgakennt viðhorf en ýmislegt í nútímakennslufræði, svokallaðri hraðnámskennslufræði, styður þá staðhæfingu að aðferðir leikskólanna séu árangursríkar sem kennsluáferðir fyrir alla aldurshópa. Það er einnig viðurkennd staðreynd að enn er allt of algengt að notaðar séu gagnslitlar miðaldaaðferðir í formlegu fræðslustarfi allt frá grunnskóla til fullorðinsfræðslu. Sumir hafa nefnt þennan draug úr fortíðinni „Latínu-Grána“ – þar sem nemendur sitja óvirkir í beinum röðum og hlusta á kennara tala, hvern úr sínu hólfi fræðanna. Nemendur eru svo prófaðir í þekkingaratriðum, oft án tengingar við önnur fræði eða þær aðstæður sem við búum við í nútímaþjóðfélagi og þá lífsleikni sem við þurfum á að halda í lífinu. Enn leggjum við traust á próf og námstítla, sem oft og tíðum eru gagnslítill afsprengi miðaldaaðferðanna, í stað þess að leggja áherslu á að menntunin leiði til nauðsynlegrar lífsleikni og raunfærni sem nýtist nútímafólki í lífi og starfi.

Hver er þessi lífsleikni sem við þurfum á að halda núna og hvernig getum við nálgast náms- og kennsluáferðir sem duga betur í fræðslustarfi nútímans? Það er viðfangsfeini þessarar greinar að nefna nokkra lífsleikniþætti sem nauðsynlegir eru nútímamönnum og jafnframt að rýna aðeins í þá kennslufræði eða námstækni sem talin er henta vel. Hún hefur verið nefnd hraðnám, ofurnám eða árangursnám og er í vaxandi mæli notuð í fullorðins- og fyrirtækjafræðslu þar sem krafist er skilvirkni í námi.

### VERULEIKI NÚTÍMAMANNSINS

Ef við skoðum eftirfarandi fullyrðingar um ýmis einkenni nútímans þá sjáum við að síst af öllu hefur mannkynið verið að gera sér lífið auðveldara með framþróun liðinna áratuga:

- Þekking heimsins tvöfaldast á hverjum 18 mánuðum og allt stefnir í enn örari þekkingarmyndun.
- Þekkingin er aðgengileg við fingurgómana á okkur á nokkrum sekúndum getum við „gúglað“ fram svör við fjölbreytilegustu spurningum með aðstoð tölu og nets.
- Stöðugar breytingar eru á tækni, vinnubrögðum og viðhorfum til vinnu og verkefna.
- Störf hverfa og ný verða til.
- Samspil einstaklinga, fjölskyldu og þjóðfélags verður stöðugt flóknara.
- Heimurinn allur er eitt samskiptasvæði þvert á tungumál og menningarmun.
- Reynsla kynslóðanna er ekki lengur vegvísir til framtíðar.

Við þessa upptalningu mætti bæta löngum lista en látum þetta nægja til að gefa til kynna í hverju lífsleikni nútímamanna felst. Það blasir strax við að við þessar aðstæður er það hæfileikinn til að læra á árangursríkan hátt, að skilgreina á röklegan hátt og leysa mál á skapandi hátt ásamt jákvæðu viðhorfi til breytinga og eigin endurmenntunar sem er mikilvæg lífsleikni. Einnig er mikilvægt að tengja og samþætta það sem lærist og vera snöggur að tileinka sér nýja færni, ná yfirsýn og heildarskilningi.



Hraðnámsaðferðir eru hlýlegri en miðaldaaðferðir

Það segir sig einnig sjálft að til að lifa við ofangreint ástand duga ekki miðaldaaðferðir við nám og kennslu heldur erum við knúin til að finna og nýta aðferðir sem búa okkur undir að takast sem best á við nútímann. Það er því ekki að undra að hraðnámsaðferðirnar njóti vaxandi áhuga og athygli þeirra sem sinna fræðslumálum. Mörg fræðslufyrirtæki, bæði vestanhafs og í Evrópu sérhæfa sig í hraðnámskennslufræði og útfærslu hennar og má finna mörg dæmi um það þegar „gúglad“ er á Netinu.

#### HVAÐ ER HRAÐNÁM?

Hraðnám, ofurnám eða árangursnám eru þýðingar á ensku hugtökunum „accelerated learning“ eða „superlearning“ sem notuð hafa verið um náms- og kennsluaðferðir sem minna um margt á aðferðir leikskólanna og reynst hafa mjög árangursríkar og henta vel til að efla þá lífsleikni sem okkur nútímamönnum er nauðsynleg. (Sjá orðskýringargreinina „Hvað áttu við?“ hér í Gátt). Mikið hefur verið skrifað um hraðnám og ótal skilgreiningar má finna um í hverju það felist en sameiginlegt með þeim er að það er skipulögð heildaraðferð við nám og kennslu sem felst

í því að virkja sem best allar námsnálgunarleiðir einstaklingsins. Hún er í raun safn ótal aðferða og leiða. Aðferðin byggist á nýjustu rannsóknum á heilastarfsemi við nám, kenningum um athygli, örvun og árangur og fjölgreindarkenningum. Almennur skilningur er sá að þegar nemendur fá næga námshvatningu og viðeigandi kennsluaðferðir geti allir lært, mun betur og á styttri tíma en áður var talið (Meier 2000, Russel 1999, DePorter 1999).

Í stuttu máli má segja að ávinningurinn af hraðnámi fyrir einstaklinginn sé að hann lærir hraðar, man betur, yfirfærir námið betur á líf og starf, fær aukið sjálfstraust og aukna löngun til að læra meira. Kennarar upplifa mun jákvæðara andrúmsloft á námsvettvangi, áhugasamari nemendur, bætt samskipti nemenda, stöðuga viðleitni allra aðila til að auka gæði námsins og að námið verður skemmtilegra. Vinnustaðir fá sveigjanlegri og meira skapandi einstaklinga sem eiga auðveldara með að laga sig að starfsumhverfinu og leysa þau vandamál sem upp koma í starfi (DePorter 2001).

Nokkrir grundvallarþættir eru uppistaðan í þessari kennslufræði og þegar þeir eru notaðir saman virka þeir sem aflgjafi fyrir árangursríkara, auðveldara og skemmtilegra nám (Meier 2000, Russel 1999, DePorter 1999, Rose 1997)!

Grundvallarþættir hraðnáms eru m.a.:

#### Almennt viðhorf til náms:

- Við lærum með öllum skilningarvitum, huga, hönd og líkama.
- Afar mikilvægur þáttur er jákvætt viðhorf kennarans/leiðbeinandans gagnvart viðfangsefninu og nemendum sem birtist í því að nota jákvætt orðalag og jákvæðar væntingar í öllum samskiptum.
- Hvernig við lærum skiptir meira máli en hvað við lærum – árangursríkar aðferðir duga ævilangt en innihald úreldist fljótt.
- Nám er ekki óvirk geymsla upplýsinga eða undirbúningur fyrir starf sem byggist á endurtekningum



heldur virk sköpun þekkingar og færni sem byggist á að hugsa, vefengja, rannsaka og skapa.

- Náms er ekki lengur undirbúningur fyrir starf – það er starf.
- Nauðsynlegt er að byggja sem mest á styrkleikum fólks í allri nálgun.

#### Kennsla og umhverfi:

- Nemendur stíga af bremsunni og á bensínið, þ.e. það þarf að losa sem mest um þá þætti, bæði sálræna og úr umhverfinu sem hindra nám og jafnframt örva sem mest þá þætti sem auka árangur náms.
- Námsumhverfi er hvetjandi og þar ríkir jákvætt andrúmsloft. Tæki, gögn, umhverfi og leiðir að árangursríkum samskiptum eru vel úthugaðar.
- Sérstaklega er hlúð að hverjum einstaklingi og að skerpa námshvatningu hvers og eins með ýmsum aðgerðum og athygli í upphafi.
- Nemendur eru virkjaðir í að fara eigin leiðir og koma með tillögur um hvað þeir vilja gera til að ná árangri.
- Tónlist, sjónlist og leiklist er markvisst notuð til örvunar.
- Taktinum í náminu, þar sem mikilvægir þættir eru tilbreyting, margbreytileiki, hressing og hlé, er stýrt í samræmi við þarfir og væntingar.
- Kapp er lagt á að virkja bæði meðvitund og undir- meðvitund, tilfinningar og líkamlega vellíðan.
- Námið er sett í stærra samhengi svo að þátttakendur finni gagnsemi þess.

Þessi upptalning er ekki tæmandi en eins og sést af dæmunum reynir þessi aðferð töluvert á annars konar skipulag, undirbúning og framkvæmd en hefðbundin fyrirlestrar- aðferð. Útfærslan og leiðirnar eru margar og fjölbreyttar og um leið skemmtilegt samvinnuverkefni nemenda og kennara.

Mikið hefur verið rannsakað og kannað um árangur af þessum aðferðum bæði í háskólum og fyrirtækjum. Sá



Árangur hraðnáms

árangur felst t.d. í auknum skilningi, betra minni og aukinni færni í að beita gagnrýninni hugsun. Einnig hefur verið sýnt fram á aukna námshvatningu, sjálfstraust, samvinnu og hærri einkunnir nemenda en áður og allt þetta á styttri tíma en með hefðbundnum aðferðum (DePorter 2001).

Einn af upphafsmönnum þessarar kennslufræði var Georgi Lozanov, búlgarskur sálfræðingur sem notaði slökunaraðferðir, sjónlist, tónlist og jákvæðar væntingar og hvatningu til að auka árangur í tungumálanámi á 7. áratugnum (Wikipedia 29.9. 2006). Aðferðir hans hafa svo verið þróaðar og bættar með ýmsu móti í samræmi við nýja þekkingu í kennslufræðum en meira hefur verið uppgötvað um starfsemi heilans síðastliðin 15 ár heldur en í gjörvallri sögu mannkyns fram að því. Í kjölfarið hafa svo sprottið upp ýmiss konar fyrirtæki og fræðslustofnanir sem sérhæfa sig í ráðgjöf og kennslu um hraðnámsaðferðir og mikið hefur verið gefið út af efni og hjálpartækjum. Nægir þar að vísa í vefleitir á Netinu þar sem notuð eru hugtökin „accelerated learning“, „superlearning“ eða „suggestopedia“.



## DÆMI UM AÐFERÐ

Í kennslustund þar sem aðferðinni er beitt skapar kennarinn rétta andrúmsloftið og stemmninguna, er jákvæður, líflægur og vingjarnlegur – heilsar hverjum nemenda hlýlega. Augnsamband, viðeigandi athugasemd, nokkur orð: „Góðan daginn, gaman að sjá ykkur. Við ætlum að eiga saman skemmtilegan dag!“ – oft þarf ekki meira til í upphafi námskeiðs eða kennslustundar til að losa nemendur við neikvæðar tilfinningar og byggja upp jákvæðar væntingar um árangur í náminu. Kennarinn vinnur að því að skapa traust þannig að nemendur upplifi öryggi og afslappað andrúmsloft. Viðeigandi tónlist er spiluð sem liður í því að skapa jákvætt andrúmsloft og tilhlökkun gagnvart verkefnum fram undan.

Námsstaðurinn/kennslustofan er vandlega skipulögð og úthugsuð: lýsing, blóm, uppröðun, tónlist og sjónlist sem styðja við þá þekkingu og færni og þau gildi sem unnið er með á hverjum tíma.

Hlutverk kennarans er svo að kveikja athygli og áhuga og gefa yfirsýn en að öðru leyti er byggt á virkni nemenda þar sem notaðar eru hinar fjölbreytilegustu aðferðir þannig að nemendur upplifa námið sem skemmtilega og eðlilega framvindu sem þeir taka sjálfir þátt í að skapa í örvandi umhverfi.

## HVAÐ HINDRAR OKKUR Í AÐ BEITA ÞESSARI KENNSLUFRÆÐI?

Að koma á breytingum í fræðslustarfi er hvorki einfalt né fljótlegt. Það byggist m.a. á viðhorfi stjórnenda, kennara og nemenda til náms og kennslu. Kennarar og skipuleggjendur þurfa að vera sannfærðir um gildi aðferðanna og tilbúnir að leggja á sig þá vinnu og undirbúning sem aðferðirnar krefjast því að þær breyta á margan hátt hlutverki kennarans sem þarf þá að:

- rækta með sér annars konar sjálfmynd og viðhorf
- flytja áhersluna frá þekkingarmiðlun í aðferðamiðlun
- leggja áherslu á að hafa víða yfirsýn í stað þröngs fræðasviðs

- eiga samstarf við aðra á tengdum sviðum
- hafa vald á mörgum mismunandi aðferðum, tækjum og tólum
- skipuleggja sveigjanlegar kennsluáðstæður
- fást við efasemdarviðhorf nemenda og samstarfsmanna
- vera jafnt leiðtogi og leiðbeinandi

Þessi upptalning sýnir vissulega miklar kröfur sem gerðar eru til leiðbeinenda og kennara og oft eru þeir sem sinna fullorðinsfræðslu með mikið á sinni könnu og því erfitt að gera til þeirra auknar kröfur. Það er hins vegar mikið í húfi ef hægt er að ná betri árangri á styttri tíma og gera námið um leið ánægjulegra og augljósara fyrir nemandann.

## HEIMILDIR

DePorter, Bobbi (2001). *Accelerated Learning*. Seattle, New Horizons for Learning. Sótt 29.8. af <http://www.newhorizons.org/strategies/accelerated/deporter.htm>

Meier, Dave (2000). *The Accelerated Learning Handbook: A Creative Guide to Designing and Delivering Faster, More Effective Training Programs*. N.Y., McGraw-Hill

Rose, Colin & Malcolm J. Nicholl (1997). *Accelerated Learning for the 21st Century. The 6-step Plan to Unlock your Master Mind*. London, Piatkus.

Russell, Lou (1999). *The Accelerated Learning Fieldbook*. San Francisco, Jossey-Bass/Pfeiffer.

Wikipedia – *The free encyclopedia*. GeorgiLozanov. Sótt 29. september 2006

## UM HÖFUNDINN

Sigrún starfar nú sem sérfræðingur hjá Fræðslumiðstöð atvinnulífsins. Þar sér hún m.a. um kennslufræðinámsskeið fyrir leiðbeinendur í fullorðinsfræðslu. Einnig er hún stundakennari við Listaháskóla Íslands.

Hún hefur Phil.Cand.-menntun í uppeldis- og sálarfræði frá Háskólanum í Lundi í Svíþjóð, M.S.-próf í menntunarhönnun og -stjórnun og kennslutækni frá National University í Kaliforníu og framhaldsmenntun í fullorðinsfræðslu frá Háskólanum í Linköping í Svíþjóð. Sigrún hefur einnig víðtæka reynslu af fræðslustarfi, menntunarstjórnun og starfsþróunarmálum.



## ABSTRACT

Great changes have taken place in lifestyle, opinion and in work practices during the last decades. Training and teaching methods have not changed as quickly as changes in society in general but we are driven to find and use new

methods that will prepare us as well as possible to meet the challenges of the new era. It comes as no surprise that accelerated learning methods enjoy the attention and interest of those who deal with training.