

Wzrokowcy z dominującą lewą półkulą mózgową (W-L)

Opis ogólny

W-L przyswajają informacje wizualnie, a następnie zamieniają je na symbole lub elementy języka, takie jak litery, cyfry, słowa czy idee. Szczególnie zwracają uwagę na materiały drukowane, doskonale radzą więc sobie z lekturą książek, czasopism, instrukcji. Chętnie korzystają z tablic i innych pomocy graficznych. Myślą w sposób linearny, krok po kroku i skupiają uwagę kolejno na każdym szczególe. Gromadzą dane w sposób systematyczny, porządkują je alfabetycznie, numerycznie lub chronologicznie. Starają się zapisywać nowe informacje, segregują je, planują, ustalają harmonogramy, sporządzają zestawienia, z wprawą prowadzą korespondencję i programują komputery.

Szybkie uczenie się

W-L uczą się szybko, czytając i odbierając informacje wzrokowe w formie języka liter, słów i liczb.

Potrzebują także kontaktu z mową. Nowe informacje powinny być uporządkowane linearnie i przedstawione jasno i systematycznie. Podczas nauki języka obcego muszą wiedzieć dane słowo, jego definicje oraz otrzymać wizualne wskazówki dotyczące jego wymowy. Mogą się uczyć przy muzyce, jak i bez niej. Reguły, przepisy, formuły i regulaminy zapamiętują, jeśli materiał prezentuje im się w określonym porządku.

Muszą nie tylko widzieć, przyglądać się, ale i czytać, by dotrzeć do rozwiązania problemu.

W-L powinni sporządzić listę kolejnych kroków do zrobienia, tak aby mogli widzieć swój plan na papierze i upewnić się, że mają wszystko, czego potrzeba do wykonania każdej części zadania.

SKUTECZNE STRATEGIE UCZENIA SIĘ

- informacje wzrokowe w formie języka: liter, słów i liczb, przedstawione jasno i systematycznie,
- materiał drukowany: książki, gazety, podręczniki, instrukcje, przeźrocza z napisami, tablice, wykresy, plakaty,
- mogą pracować zarówno przy muzyce jak i w ciszy, ponieważ nie skupiają uwagi na bodźcach słuchowych,
- muszą mieć wokół siebie porządek,
- mają plan i pracują według niego,
- żeby wiedzieć jak coś zrobić, muszą o tym najpierw przeczytać,
- muszą mieć kontakt wzrokowy z nauczycielem.

Jeśli jesteś wzrokowcem z dominującą lewą półkulą to powinieneś stosować następujące zabiegi ułatwiające naukę:

1. czytaj i korzystaj z opracowań słownych materiału;
2. wiadomości układaj w sposób linearny, chronologicznie gromadź fakty i informacje;
3. czytaj instrukcje, które krok po kroku wyjaśniają sposób rozwiązania problemu;
4. możesz wybrać programy samokształceniowe oparte na pracy z tekstem;
5. do komunikacji używaj częściej maili niż telefonu – łatwiej będzie odpowiedzieć na informację zapisaną niż usłyszaną;
6. korzystaj z książek, czasopism, map, wykresów, programów komputerowych, filmów z napisami;

7. twoją zaletą jest niewątpliwie możliwość uczenia się również w sytuacji hałasu spowodowanego muzyką czy rozmową innych – potrafisz zignorować bodźce słuchowe na rzecz koncentracji na bodźcach wzrokowych;
8. rozpraszać twoją uwagę będzie natomiast bałagan, jak również błędy ortograficzne i literówki w czytanych tekstach oraz błędny zapis liczbowy;
9. szybciej uczysz się wiedzy podanej w formie reguł, np. ortograficznych, gramatycznych, z łatwością zapamiętujesz przykłady zawarte w podręczniku;
10. gromadzisz własną wiedzę dzięki czytaniu o kolejnych etapach działania szybciej, niż gdybyś to działanie widział;
11. rozwiązuj zadania i problemy w oparciu o sporządzony wcześniej plan działania – dzięki temu unikniesz sytuacji, w której o czymś zapomniałeś.

Zalety wzrokowców z dominującą lewą półkulą to:

1. dobrzy menedżerowie i administratorzy, którzy zawsze wypełniają swoje zadania w terminie;
2. prowadzenie kalendarzy, organizatorów i planów dnia – wszystko w celu zapamiętania wszystkiego i nie pominięcia żadnego z etapów działania;
3. mają dobrą pamięć wzrokową, zapamiętują w sposób sekwencyjny każde czytane słowo, wygląd książki, a nawet strony, na której znajduje się dany fragment;
4. zawody, w których się sprawdzają to: sekretarka, redaktor, korektor, pracownik naukowy, bibliotekarz, autor podręczników, instrukcji, krytyk literacki, księgowy, doradca podatkowy, wszelkie zawody związane z bankowością, finansami, matematyką, statystyką, programowaniem komputerowym.

Co spowalnia naukę wzrokowców z dominującą lewą półkulą:

1. konieczność podsumowania zdobytej wiedzy i odszukanie głównej myśli;
 2. konieczność wnioskowania na podstawie przeczytanego materiału;
 3. tok zajęć prowadzony bez wcześniejszego przedstawienia planu pracy.
-

Wzrokowcy z dominującą prawą półkulą mózgu (W-P.)

W-P. przyswajają informacje za pomocą oczu, zwracając szczególną uwagę na wizerunki, obrazy, elementy graficzne, kolory, kształty, wzory i relacje przestrzenne. Przetwarzają informacje i myślą o tych elementach w sposób symultaniczny, dostrzegając od razu globalny obraz całości. Dopiero potem mogą skoncentrować się na szczegółach. Słuchając kogoś, utrzymują z nim kontakt wzrokowy i często obserwują ruchy ust mówcy i wyraz jego twarzy.

W-P. idą z prądem, dają się ponieść ideom i pomysłom i często tak bardzo angażują się w jakiś projekt, że tracą poczucie czasu. Zaczynają więc i kończą pracę nie według zegara, ale odpowiednio do wymagań, jakie stawia im dane zadanie. Lubią tworzyć ładne rzeczy i upiększać świat kolorami, atrakcyjnymi wzorami.

Szybkie uczenie się

W-P. uczą się, korzystając z pomocy o charakterze graficznym i ilustracyjnym, które umożliwią im ujrzenie globalnego obrazu danego zagadnienia. Teksty pełne słów i liczb nie są dla nich przydatne, chyba że są prezentowane w atrakcyjnej oprawie kolorystycznej, mają oryginalny kształt, wzór, specjalną kaligrafię lub artystyczną czcionkę. W-P. mają trudności z koncentracją, sam wykład nie zdaje w ich przypadku egzaminu. Jeśli nie mają czego oglądać, powinni zwracać uwagę na słowa o charakterze opisowym lub zatrudnić wyobraźnię i stworzyć w głowie odpowiedni obraz umysłowy, odnoszący się zwłaszcza do kolorów. Pomaga im lepiej rozumieć i uczyć się: oglądanie pokazów na żywo, przedmiotów z realnego życia, wideo, filmów, telewizji lub zdjęć. Mogą uczyć się przy muzyce, jak i bez niej. W uczeniu się powinni wykorzystywać naturalną skłonność do dokonywania silnych skojarzeń, bogatych w elementy wizualne. Bardzo korzystne są dla nich metody typu „burza mózgów”. Zanim rozpoczną pracę, muszą mieć ogólny obraz całości, ale instrukcje opisujące działania krok po kroku nużą ich. Chcą od razu zabrać się do dzieła i odkryć wszystko samemu w czasie pracy.

W-P. czytają szybciej, jeśli zamienią tekst w sekwencje obrazów tak, aby mogli widzieć w głowie to, co czytają. Mają jednak kłopoty z uchwyceniem znaczenia słów, które nie niosą z sobą skojarzeń (np. rodzajniki, czasowniki posiłkowe lub przyimki). Jeśli mają więc opanować jakiś materiał abstrakcyjny, powinni rozwinąć charakterystyczną dla prawej półkuli technikę wizualizowania. W notowaniu szczególnie przydatne dla nich są Mapy Myśli .

SKUTECZNE STRATEGIE UCZENIA SIĘ

- pomoce w formie graficznej, ilustracje i schematy, diagramy i wykresy umożliwiające spojrzenie na całość zagadnienia od razu,
- środowisko kolorowe, atrakcyjne wizualnie, inspirujące,
- wygodne miejsce do siedzenia,
- kontakt wzrokowy z nauczycielem,
- przy czytaniu dobrze jest wyobrażać sobie treść w formie barwnego filmu w głowie,
- ważne informacje zaznaczają kolorem,
- może słuchać muzyki przy uczeniu się (choć generalnie nie powinny to być piosenki, lecz muzyka instrumentalna).

Wzrokowcy z dominującą prawą półkulą

Spróbuj zastosować następujące rady:

1. Jeśli musisz opanować materiał słowny w postaci graficznej, zapisz go w ciekawym otoczeniu, zmienną czcionką, stosując podkreślenia, pogrubienia, różne kolory, itp.
 2. Organizuj materiał, który musisz opanować w taki sposób, by móc ogarnąć go całościowo – jako sieć wzajemnych powiązań.
 3. Jeśli uczestniczysz w wykładzie zwracaj szczególną uwagę na osobę mówcy, jak również na wszelkie stosowane przez niego pomoce graficzne.
 4. W przypadku zadań matematycznych staraj się obrazować ich treść.
 5. Ucz się stosując burzę mózgów i wyszukując związki między poszczególnymi zdarzeniami.
 6. Wizualizuj czytany tekst, rozwijaj tę umiejętność, by z czasem móc wizualizować nawet abstrakcyjne pojęcia.
 7. W czasie wykładu rób notatki – w ten sposób zmienisz słowo mówione w pisane.
-

Słuchowcy z dominującą lewą półkulą mózgową (S-L)

Opis ogólny

S-L uczą się słuchając nowego materiału prezentowanego w formie języka albo za pomocą słów lub liczb, w sposób szczegółowy, krok po kroku. Myślą, wypowiadając na głos swoje myśli i rozmawiając z innymi. Radzą sobie dobrze ze ścisłymi danymi. Są wrażliwi na sposób mówienia innych ludzi, na ogół sami są bardzo dobrymi mówcami. Nie znoszą zupełnej ciszy. Jeśli jest za cicho, wytwarzają sami niezbędne bodźce nucąc, śpiewając, gwizdząc, mówiąc na głos, np. Ciszy potrzebują tylko w trakcie nauki, gdyż hałas, muzyka, rozmowa rozprasza ich uwagę, nie mogą wtedy „słuchać” własnych myśli. Pracują w sposób sekwencyjny, uporządkowany. Słowa i liczby są tym medium, poprzez które komunikują się ze światem

Szybkie uczenie się

S-L przyspieszą proces uczenia się słuchając i mówiąc w jego trakcie. Uczą się szybko w czasie wykładów, ustnych prezentacji i dyskusji. Szczegóły zapamiętują wtedy, jeśli przedstawia się je systematycznie i krok po kroku. Nowy materiał powinni słyszeć, rozmawiać o nim, odczytywać go na głos. Szybko chwytają sens komunikatów i nie muszą zamieniać ich na obrazy. Pomocne są więc dla S-L takie materiały jak płyty, filmy, a także radio i telewizja. Czytając słyszą wszystkie słowa w swojej głowie. W czasie czytania powinni robić częste przerwy i zadawać sobie pytania na temat tego, co czytają.

SKUTECZNE STRATEGIE UCZENIA SIĘ

- mogą słuchać innych i dyskutować o swoich własnych koncepcjach,
- tylko jeden bodziec słuchowy w jednym czasie,
- żadnej muzyki w tle podczas nauki i czytania – absolutna cisza (choć bardzo lubią muzykę),
- uporządkowane otoczenie z segregatorami i harmonogramami,
- pomagają im odczytywanie na głos tekstu do nauczenia się albo jego głośne powtarzanie lub odsłuchiwanie nagrania lekcji (wykładu),
- mogą uczyć się z drugą osobą, omawiając zagadnienia.

SŁUCHOWCY Z DOMINUJĄCĄ LEWĄ PÓLKULĄ MÓZGOWĄ

- najlepiej uczą się słuchając nowego materiału prezentowanego w formie języka albo za pomocą słów lub liczb, w sposób szczegółowy, krok po kroku.
- myślą, wypowiadając na głos swoje myśli i rozmawiając z innymi.
- radzą sobie dobrze ze ścisłymi danymi.
- są wrażliwi na sposób mówienia innych ludzi, na ogół sami są bardzo dobrymi mówcami.

SŁUCHOWCY Z DOMINUJĄCĄ LEWĄ PÓLKULĄ MÓZGOWĄ – EFEKTYWNA NAUKA

- przyspieszają proces uczenia się słuchając i mówiąc w jego trakcie.
- uczą się szybko w czasie wykładów, ustnych prezentacji i dyskusji.

- szczegóły zapamiętują wtedy, jeśli przedstawia się je systematycznie i krok po kroku.
 - nowy materiał powinni słyszeć, rozmawiać o nim, odczytywać go na głos.
 - szybko chwytają sens werbalnych komunikatów i nie muszą zamieniać ich na obrazy.
 - pomocne są płyty i kasety, filmy, taśmy wideo, a także radio i telewizja.
 - czytając słyszą wszystkie słowa w swojej głowie. W czasie czytania powinni robić częste przerwy i zadawać sobie pytania na temat tego, co czytają.
-

Sluchowcy z dominujacą prawą półkulą mózgową (S-P.)

S-P uczą się słuchając, są wrażliwi na dźwięki, muzykę, rytm, tembr głosu oraz silnie nacechowane sensoryczne słowa, które dają pogląd o ogólnym obrazie całości. Lubią podróżować, aby oderwać się od miasta, wypoczywają wśród przyrody. Mają dobry słuch muzyczny, szczególnie odpowiada im muzyka relaksacyjna. Nie lubią całkowitej ciszy. Jeśli spotykają się z taką sytuacją sami wytwarzają niezbędne bodźce gwizdząc, nucąc, wystukują rytm palcami np. W czasie rozmowy zwykle patrzą na boki. Szybko wyczuwają czyjeś negatywne uczucia – ukryty gniew, złość, ironię, ale za okazaną życzliwość i przyjazne, sympatyczne podejście rewanżują się tym samym. Wydaje się, że czytają w myślach innych ludzi. Myślą bez słów, potrafią dojść do odpowiedzi intuicyjnie, odkrywając rozmaite związki i relacje, kiedy jednak chodzi o szczegóły, mogą popełniać błędy. Liczbę 378 mogą odczytać i zapamiętać jako 738 albo 837. S-P. są na ogół spokojnymi, wyciszonymi i pogodnymi ludźmi, którzy lubią harmonię i muzykę oraz pozytywne wibracje, jakie płyną ku nim od innych ludzi.

Szybkie uczenie się

S-P. przyspieszają proces uczenia się słuchając muzyki. Niezbyt chętnie korzystają z tekstów drukowanych, nie są wyculeni na symboliczny, sekwencyjny i abstrakcyjny język. Lepiej jeśli sami zapiszą nowe informacje i sami je odczytają, będą o nich mówić lub nagrają je i potem kilkakrotnie odsłuchają. Powinni kojarzyć nowe informacje z muzyką, rytmem, rymem, rymowaną, chwytliwą piosenką lub melodią, spotem reklamowym, poezją, stukaniem, uderzeniem, np. Chcą wiedzieć, jaki jest cel, ku któremu zdążają, i jaki jest obraz całości. Łatwo łapią sedno sprawy. Najlepsze pomoce naukowe dla S-P. to muzyka na żywo, płyty, pokazy z muzyką, filmy, programy telewizyjne, programy CD.-ROM i wszelkie materiały, zawierające efekty dźwiękowe, głosy i muzykę. Doskonale zapamiętują i lubią demonstracje na żywo z racji znakomitej pamięci wizualno-przestrzennej prawej półkuli. Słowa czytanego tekstu powinni zamieniać w umyśle na ruchome obrazy filmowe z efektami dźwiękowymi, wyimaginowaną muzyką. Powinni wizualizować i mówić, rozumiejąc ogólny obraz całości, a następnie uzupełniając szczegóły. Ponieważ ośrodek języka zlokalizowany jest zwykle w lewej półkuli mózgowej, S-P. mogą nie być w stanie podążać szybko za wypowiedzianymi przez mówcę słowami (np. na wykładzie). Powinni więc często powtarzać te same wskazówki lub ważne fragmenty po kilka razy. Dobrze jest, jeśli będą odwoływać się do swoich map myśli, realnych obiektów i pokazów.

SKUTECZNE STRATEGIE UCZENIA SIĘ

- mogą słuchać muzyki przy wykonywaniu zadań, które nie wymagają abstrakcyjnego myślenia w formie słów,
- żadnej muzyki w tle podczas czytania i nauki,
- muszą dobrze słyszeć nauczyciela,
- potrzebują podsumowania wykładu w formie krótkich zdań z najważniejszymi treściami,
- powinni wyobrażać sobie to, co słyszą jako film z efektami dźwiękowymi,
- potrzebują opowiedzieć komuś to, czego się nauczyli.

SŁUCHOWCY Z DOMINUJĄCĄ PRAWĄ PÓLKULĄ MÓZGOWĄ

- najlepiej się uczą słuchając, są wrażliwi na dźwięki, muzykę, rytm, tembr głosu oraz silnie nacechowane sensoryczne słowa, które dają pogląd o ogólnym obrazie całości.
- mają dobry słuch muzyczny,
- szybko wyczuwają czyjeś negatywne uczucia – ukryty gniew, złość
- myślą bez słów, potrafią dojść do odpowiedzi intuicyjnie, odkrywając rozmaite wiązki i relacje, kiedy jednak chodzi o szczegóły, mogą popełniać błędy.

SŁUCHOWCY Z DOMINUJĄCĄ PRAWĄ PÓLKULĄ MÓZGOWĄ – EFEKTYWNA NAUKA

- przyspieszają proces uczenia się słuchając dźwięków, muzyki lub silnie nacechowanych sensorycznie słów, umożliwiających im przegląd sytuacji lub dających pogląd na ogólny obraz całości.
 - niezbyt chętnie korzystają z tekstów drukowanych, ponieważ nie są wyczuleni na symboliczny, sekwencyjny i abstrakcyjny język.
 - lepiej jeśli sami zapiszą nowe informacje i sami je odczytają, będą o nich mówić lub nagrają je na magnetofon i potem kilkakrotnie odsłuchają.
 - powinni kojarzyć nowe informacje z muzyką, rytmem, rymówką.
 - powinni korzystać z płyt i kaset, filmów, programów multimedialnych i wszelkich materiałów zawierające efekty dźwiękowe.
 - słowa czytanego tekstu powinni zamieniać w umyśle na ruchome obrazy filmowe z efektami dźwiękowymi, wymagowaną muzyką i odgrywanymi przez nich dialogami.
-

Dotykowcy z dominującą lewą półkulą mózgową (D-L)

Opis ogólny

D-L uczą się w sposób sekwencyjny za pomocą języka liter, liczb i słów. Ucząc się używają rąk, palców, zmysłu dotyku oraz emocji. Często trzymają w dłoni długopis albo ołówek i piszą coś, co pozwala im lepiej myśleć i słuchać. Są wrażliwi na język sprzężony z komunikatami pozawerbalnymi, takimi jak wyraz twarzy mówcy, język ciała, tembr głosu podczas rozmowy. Na ogół łatwo wczuwają się w emocje innych. Chętnie gestykują i zachowują się dość ekspresyjnie. Łatwo ich zranić. Myślą sercem i wyrażają myśli w uczuciach. Chętnie nawiązują znajomości, ważne dla nich jest przebywanie z rodziną i kochanymi osobami, pisanie listów i rozmowy telefoniczne. Posługują się logiką i zdolnością do wyrażania uczuć słowami, które przekonują innych do ich idei. Chętnie angażują się w zawody mające coś wspólnego z uczuciami, pomaganiem innym, łagodzeniem cierpienia.

Szybkie uczenie się

D-L uczą się szybko, wykonując czynności wymagające posługiwania się palcami. Potrzebują więc manipulowania i dotykania przedmiotów, budowania czegoś własnymi rękami w sposób linearny. Zwykle zapisują to, co widzą i słyszą, co sprzyja uczeniu się. Nowy materiał powinni łączyć z jakimiś doznaniem fizycznymi lub emocjonalnymi. Nowe idee przyswajają jako pewien rodzaj intuicji lub przeczuć, a następnie realizują je stopniowo, krok po kroku. Kiedy myślą lub słuchają, powinni mieć coś do bazgrania, rysowania i trzymania czegoś w dłoni. Powinni zapisywać i opisywać rezultaty badań, rysując, dotykając i doświadczając na poziomie emocjonalnym. Szczegóły o charakterze wzrokowym i słuchowym zapamiętują w powiązaniu z emocjami. Doskonale zapamiętują wszystkie ciepłe uczucia. W uczeniu się korzystają tylko z muzyki, którą lubią (i która budzi pozytywne uczucia). Czytając powinni poczuć to, co opisują słowa i co czują postaci.

SKUTECZNE STRATEGIE UCZENIA SIĘ

- samo pisanie pomaga im zapamiętać i uporządkować materiał,
- lepiej myślą i słuchają, gdy bazgrzą, rysują lub trzymają coś w dłoni,
- dobrze, gdy za oknem mają widok na drzewa, góry, jezioro,
- lubią uczyć się, siedząc w wygodnym fotelu czy leżąc na kanapie,
- muzyka, którą lubią, pomaga im w koncentracji.

DOTYKOWCY Z DOMINUJĄCĄ LEWĄ PÓLKULĄ MÓZGOWĄ

- ucząc się używają rąk, palców, zmysłu dotyku oraz emocji.
- równoczesne słuchanie i pisanie pozwala im lepiej myśleć i słuchać.
- są wrażliwi na język sprzężony z komunikatami pozawerbalnymi, takimi jak wyraz twarzy mówcy, język ciała, tembr głosu i nastrój rozmowy.
- wyrażają myśli w kategoriach uczuć.
- ważne dla nich jest przebywanie z ludźmi, którzy darzą ich sympatią

EFEKTYWNA NAUKA

- uczą się szybko, wykonując czynności wymagające posługiwania się dłońmi i palcami.
 - potrzebują więc manipulowania i dotykania przedmiotów, budowania czegoś własnymi rękami w sposób linearny.
 - zapisują to, co widzą i słyszą, co sprzyja uczeniu się sekwencyjnemu.
 - nowy materiał powinni łączyć z jakimiś doznaniem fizycznymi lub emocjonalnymi.
 - notują linearne, chociaż rzadko do takich notatek wracają, bowiem sam akt zapisania pomaga ich mózgowi w przetworzeniu i zapamiętaniu informacji.
 - kiedy myślą lub słuchają, powinni mieć coś do bazgrania, rysowania i trzymania czegoś w dłoni.
 - szczegóły o charakterze wzrokowym i słuchowym zapamiętują najlepiej w powiązaniu z emocjami.
-

Dotykowcy z dominującą prawą półkulą mózgu (D-P.)

Opis ogólny D-P. są wrażliwymi ludźmi, którzy mają skłonność do myślenia w sposób globalny. Postrzegają ogólny obraz całości i uczą się używając dłoni i palców, zmysłu dotyku i emocji. Wykorzystują intuicję, wyobraźnię, język wyrażający uczucia i słowa nacechowane sensorycznie Radzą sobie dobrze z odczytywaniem komunikatów, a także sami wyrażają się w ten właśnie sposób, robiąc miny i wydając dźwięki zadowolenia i niezadowolenia, także gestykulując. Są wrażliwi na uczucia innych, ich własne zaś można łatwo zranić. Wzruszają ich smutne sceny w książkach i filmach. Aby dobrze funkcjonować, muszą się dobrze czuć emocjonalnie. Kiedy myślą, spoglądają w dół i w bok. Myślą sercem. Nowe idee i informacje przyjmują w sposób intuicyjny. Wiele rzeczy robią impulsywnie, ale nie są zbyt skrupulatni w przekształcaniu swoich idei w działania. Często zgadują trafnie, o czym myśli dana osoba. Pracują we własny oryginalny i pełen inwencji sposób.

Szybkie uczenie się

D-P. uczą się używając dłoni, palców i uczuć. Nie są wrażliwi na język symboliczny, uczą się za pomocą komunikacji pozawerbalnej, co umożliwia im uzyskanie globalnego obrazu całości. Uczą się szkicując i wykonując rysunki, diagramy, ilustracje, mapy oraz rzeźbiąc i modelując.

Do wykonywanych w trakcie nauki notatek rzadko jednak wracają, gdyż sama czynność rysowania ułatwia im przetwarzanie i zapamiętywanie nowych informacji, nie są wyczuleni na język abstrakcyjny, korzystne jest gdy widzą obrazy lub przedstawienia graficzne, które mogą skopiować. Aby lepiej słuchać i myśleć D-L muszą coś robić z rękami lub coś w nich trzymać (długopis, glina, piłeczka lub jakiś inny przedmiot). Jeśli tego nie mają, zaczynają się niepokoić, stukają o blat palcami lub bawią się włosami. Potrzebują globalnego obrazu całości, a nie drobnych szczegółów – w przeciwnym razie gubią się. W czasie nauki powinni eksperymentować i manipulować, dając zatrudnienie dłoniom. Jeśli użycie rak nie wchodzi w rachubę, D-P. powinni wykorzystać wyobraźnię do wizualizowania siebie samych wykonujących dane zadanie i odczuwających przy tym doznania emocjonalne. Muzyka dla D-P. ma zdecydowanie korzystny wpływ w procesach uczenia się – uspokaja ich i relaksuje, minimalizuje smutne i negatywne uczucia, podnosi na duchu. Aby szybciej czytać i czytać z większym zrozumieniem, powinni zidentyfikować się na poziomie emocjonalnym z tematem lub jakąś postacią. Teksty czytane powinni opatrywać ilustracjami. Powinni także obserwować realistyczne demonstracje i sporządzać mapy myśli ukazujące globalny obraz całości.

SKUTECZNE STRATEGIE UCZENIA SIĘ

- uczą się, wykonując szkice, rysunki,
- potrzebują przyjaznej atmosfery w miejscu, gdzie mają się uczyć, negatywne emocje obniżają ich zdolność uczenia się,
- mogą uczyć się przy muzyce,
- podczas czytania powinni robić notatki kolorowymi pisakami lub ważne pojęcia zapisywać artystyczną, ozdobną czcionką,
- mapy umysłowe z wieloma ilustracjami ułatwiają zapamiętanie materiału.

DOTYKOWCY Z DOMINUJĄCĄ PRAWĄ PÓLKULĄ MÓZGU

- mają skłonność do myślenia w sposób globalny.
- postrzegają ogólny obraz całości i uczą się używając dłoni i palców, zmysłu dotyku i emocji.
- wykorzystują intuicję, wyobraźnię, język wyrażający uczucia i słowa nacechowane sensorycznie
- aby dobrze funkcjonować, muszą się dobrze czuć emocjonalnie.
- pracują we własny oryginalny i pełen inwencji sposób.

DOTYKOWCY Z DOMINUJĄCĄ PRAWĄ PÓLKULĄ MÓZGU – EFEKTYWNA NAUKA

- uczą się najszybciej, używając dłoni, palców i uczuć.
 - uczą się szkicując i wykonując rysunki oraz rzeźbiąc i modelując.
 - aby lepiej słuchać i myśleć muszą coś robić z dłońmi lub coś w nich trzymać (długopis, glina, piłeczka lub jakiś inny przedmiot)
 - potrzebują globalnego obrazu całości, a nie drobnych szczegółów – w przeciwnym razie gubią się.
 - uczą się poprzez działanie, eksperymentowanie
 - jeśli użycie rak nie wchodzi w rachubę, powinni wykorzystać wyobraźnię do wizualizowania siebie samych wykonujących dane zadanie dłońmi i odczuwających przy tym doznania emocjonalne.
 - aby szybciej czytać i czytać z większym zrozumieniem, powinni zidentyfikować się na poziomie emocjonalnym z tematem lub jakąś postacią.
 - teksty czytane powinni opatrywać ilustracjami i rysunkami.
 - powinni sporządzać mapy myśli
-

Kinestetycy z dominującą lewą półkulą mózgową (K-L)

Opis ogólny

K-L myślą w sposób zorganizowany i systematyczny, ucząc się przez ruchy swoich mięśni motorycznych. Czynności ruchowe potrafią opisywać również systematycznie i w sposób zorganizowany, dzięki rozwiniętym funkcjom językowym, zlokalizowanym w lewej półkuli. K-L lubią dużo i często się poruszać; stają się niespokojni, gdy muszą jakiś czas przebywać beczynnie w jednym miejscu; wtedy wiercą się lub kołyszają, machają nogami lub od czasu do czasu podnoszą się. Lubią sporty zorganizowane lub ćwiczenia o określonych regułach. Czują się doskonale w sytuacji wyzwań, rywalizacji, dokonywania odkryć. Chcą zwyciężać. Lubią rozmawiać w czasie ćwiczeń lub pracy. W czasie rozmowy lub namysłu K-L na ogół patrzą w dół i w bok. Ich kinestetyczne potrzeby mogą czasem oznaczać ruch umysłowy, a więc np. przeskakiwanie od jednego tematu czy projektu do drugiego.

Szybkie uczenie się

K-L mogą przyspieszyć uczenie się, podchodząc do tematu w sposób zorganizowany i systematyczny, krok po kroku oraz angażując ruchowo swoje ciało i mięśnie. Są zorientowani na język, potrafią opisywać to, co robią. Powinni wsiąść na rower treningowy i czytać lub uczyć się w trakcie pedałowania lub też chodzić po pokoju, ucząc się jakiegoś tekstu na pamięć. Znakomicie pomagają im gry edukacyjne, symulacje, odgrywanie ról i współzawodnictwo. W pracy lubią korzystać z jakiejś struktury, formuły lub planu. Powinni często wstawiać w czasie pracy lub nauki, pisać na tablicy dużymi markerami, co daje zatrudnienie mięśniom całych ramion, jako dodatkowy element kinestetyczny. Lubią być czynnymi, a nie biernymi obserwatorami pokazu, bowiem zapamiętują nie to, co robi nauczyciel lub instruktor, ale to, co zrobią sami. Przy rozwiązywaniu zadań, powinni odnosić je do sytuacji z realnego życia. Jeśli ruchy ciała nie są możliwe, K-L powinni wyobrażać sobie siebie w ruchu, działać w wyobraźni, np. w związku z czytaniem tekstem, instrukcją.

SKUTECZNE STRATEGIE UCZENIA SIĘ

- najlepiej uczą się w ruchu – chodząc po pokoju czy pedałując na rowerze treningowym,
- lubią pisać na dużych tablicach lub planszach w pozycji stojącej,
- potrafią uczyć się w ciszy i przy muzyce,
- gestykulacja i odgrywanie czytanych treści pomaga je lepiej zapamiętać.

KINESTETYCY Z DOMINUJĄCĄ LEWĄ PÓLKULĄ MÓZGOWĄ

- myślą w sposób zorganizowany i systematyczny,
- uczą się przez ruchy swoich dużych mięśni motorycznych.
- lubią dużo i często się poruszać

EFEKTYWNA NAUKA

- aby przyspieszyć uczenie się powinni podchodzić do tematu w sposób zorganizowany i systematyczny, krok po kroku oraz angażować ruchowo swoje ciało i mięśnie.
 - powinni czytać lub uczyć się w trakcie chodzenia po pokoju.
 - znakomicie pomagają im gry edukacyjne, symulacje, odgrywanie ról i współzawodnictwo.
 - powinni często wstawać **w czasie pracy lub nauki,**
 - **powinni pisać na tablicy** dużymi markerami, co daje zatrudnienie mięśniom całych ramion
 - zapamiętują nie to, co robi nauczyciel lub instruktor, ale to, co zrobią sami.
 - przy rozwiązywaniu zadań i problemów, powinni odnosić je do sytuacji z realnego życia
 - jeśli ruchy ciała nie są możliwe powinni wyobrazić sobie siebie w ruchu, działać w wyobraźni, np. w związku z czytaniem tekstem, instrukcją, itp.
-

Kinestetycy z dominującą prawą półkulą mózgu (K-P.)

K-P. uczą się poruszając dużymi mięśniami motorycznymi w kreatywny, imaginacyjny, spontaniczny i nieustrukturyzowany sposób. Odbierają informacje intuicyjnie. Stają się niespokojni, gdy muszą siedzieć w bezruchu lub długo przebywać w jednym miejscu. Potrafią myśleć symultanicznie o kilku rzeczach i często zajmują się wszystkimi naraz, przy czym każda z nich zajmuje w ich umyśle osobne miejsce. Pracują szybko, w sposób impulsywny, pragnąc widzieć rezultaty i zająć się kolejnym działaniem. Widzą obraz całości, nie szczegóły. Zdarza się, że uważają jakąś pracę za ukończoną tylko dlatego, że pomyśleli o niej wcześniej. Niektórzy wysuwają jakiś pomysł, wykonują wstępne działania, po czym przechodzą do następnego projektu. Potrzebują więc ludzi zorientowanych na szczegóły, aby pozbierali wszystkie kawałki i dokończyli zadanie. K-P. są zorientowani na cel, brak im dobrej orientacji czasowej, zwykle nie przestrzegają harmonogramów. Po prostu dają się ponieść prądowi i robią to, na co w danej chwili mają ochotę. W pracy błyszczą kreatywnością i wyobraźnią, a inni muszą zaakceptować u nich brak poczucia czasu. To dlatego albo spóźniają się do pracy albo zostają po godzinach, zaabsorbowani zadaniem, które pragną doprowadzić do końca. K-P. potrafią bez słów wyrazić to, co się dzieje, używając przy tym ramion i całego ciała do dramatyzowania lub ujawniania swoich emocji. W rozmowie posługują się krótkimi słowami opisującymi działanie i szybko przechodzą do sedna sprawy.

Szybkie uczenie się

K-P. mogą szybciej się uczyć, poruszając się w nieustrukturyzowany, imaginatywny i swobodny sposób. Aby się uczyć, muszą utrzymywać swoje ciało i mięśni w ruchu. Zapamiętują przede wszystkim to, co robili w czasie nauki. Nie potrzebują dodatkowych instrukcji opisujących wszystko krok po kroku. Zabierają się po prostu do rzeczy i robią to, co trzeba. Nowe informacje przyswajają w sposób intuicyjny i emocjonalny, uczą się metoda prób i błędów, prowadzą badania i dokonując odkryć. Rozwiązania znajdują bez słów. Ucząc się podążają od całości do części. Łatwo chwytają i zapamiętują kwintesencję – najważniejsze elementy i wynik końcowy. K-P. słuchają uważniej, gdy są w ruchu ze wzrokiem skierowanym w dół i w bok od rozmówcy. Ucząc się powinni wykorzystywać doświadczenia z realnego życia i symulację. Jeśli nie mogą wykonywać ruchów lub innych czynności, powinni oglądać działania innych w telewizji, na wideo lub w kinie. Aby zapamiętać to, czego się uczą powinni odgrywać materiał, nadając im formę dramatyczną lub wizualizować siebie samych, tak jakby w swoich głowach wyświetlał im się film. Dobrym materiałem edukacyjnym dla K-P. są wszelkie przedmioty, którymi można manipulować, gry, materiały budowlane (klocki), narzędzia, plansze, markery, modele, itp. Powinni w czasie nauki angażować się w rywalizację, współzawodnictwo i realizację wyzwań. Powinni uczyć się w spokojnym otoczeniu, gdyż ruch, np. innych ludzi rozprasza ich uwagę. K-P. czytają ze względu na główną ideę lub globalny obraz całości, przeskakują detale i stają się niecierpliwi, mając do czynienia ze słowami. Stąd mają tendencję do błędnego odpowiadania na pytania sprawdzające stopień rozumienia tekstu, a dotyczące szczegółów, sekwencji czasowych oraz idei. Żeby zapamiętać te szczegóły muszą po prostu korzystać z technik przeznaczonych dla osób z dominującą prawą półkulą. Potrafią się uczyć oglądając jedynie ilustracje, rzucając okiem na nagłówki lub kartkując podręcznik i wyławiając rozproszone zdania, które mogą dostarczyć im wiadomości na dany temat. W trakcie nauki bardzo przydatne są dla nich diagramy, zdjęcia i ilustracje. Zanim zaborą się do pracy K-P. muszą znać cel, rezultat końcowy. Na przykład powód dla którego czytają. Nabiorą większej motywacji, jeśli poczują, że lektura pomoże im lepiej wykonywać jakąś czynność.

SKUTECZNE STRATEGIE UCZENIA SIĘ:

- lepiej uczą się, grając w gry edukacyjne i ruchowe
- mogą pracować przy muzyce lub w ciszy,
- gdy się uczą otoczenie musi pozostać nieruchome, bo ruchy innych osób mocno rozpraszają,
- przed rozpoczęciem nauki powinni przejrzeć cały rozdział, oglądając ilustracje i wykresy.

KINESTETYCY Z DOMINUJĄCĄ PRAWĄ PÓLKULĄ MÓZGU

- uczą się poruszając dużymi mięśniami motorycznymi w kreatywny, imaginacyjny, spontaniczny i nieustrukturyzowany sposób.
- nie myślą w kategoriach słów, lecz odbierają informacje intuicyjnie.
- widzą obraz całości, nie szczegóły.
- są zorientowani na cel, chociaż brak im dobrej orientacji czasowej, dlatego zwykle nie przestrzegają harmonogramów, rozkładów zajęć czy ustalonych terminów.
- potrafią bez słów wyrazić to, co się dzieje, używając przy tym ramion i całego ciała do dramatyzowania lub ujawniania swoich emocji.
- w rozmowie posługują się krótkimi słowami opisującymi działanie i szybko przechodzą do sedna sprawy.

EFEKTYWNA NAUKA

mogą szybciej się uczyć, poruszając się - muszą utrzymywać swoje ciało i mięśni w ruchu.

- zapamiętują przede wszystkim to, co robili w czasie nauki.
- nowe informacje przyswajają w sposób intuicyjny i emocjonalny, prowadząc badania i dokonując odkryć.
- ucząc się podążają od całości do części
- ucząc się powinni wykorzystywać doświadczenia z realnego życia i symulację,
- jeśli nie mogą wykonywać ruchów lub jakichkolwiek czynności, powinni oglądać działania innych w telewizji, na wideo lub w kinie.
- aby zapamiętać to, czego się uczą powinni odgrywać materiał, nadając im formę dramatyczną lub wizualizować siebie samych, tak jakby swoich głowach wyświetlał im się film.
- dobrym materiałem edukacyjnym są wszelkie przedmioty, którymi można manipulować, gry,
- powinni w czasie nauki angażować się w rywalizację, współzawodnictwo i realizację wyzwań.
- powinni uczyć się w spokojnym otoczeniu, gdyż ruch, np. innych ludzi rozprasza ich uwagę
- potrafią się uczyć oglądając ilustracje, rzucając okiem na nagłówki lub kartkując podręcznik i wyławiając rozproszone zdania, które mogą dostarczyć im niezbędnych wiadomości na dany temat.
- powinni sporządzać mapy myśli