

TANULÓI KREATÍVITÁS,
ÖNSZABÁLYOZÁS ÉS MOTIVÁCIÓ
FEJLESZTÉSE.

KÉSZÍTETTE: BÍRÓ ZOLTÁN RÓBERT

TÉMA FELVETÉS

- Munkám során milyen jelenségekkel találkozom
- Téma aktualitás

TANULÓI KREATIVITÁS: MIÉRT FONTOS?

SEGÍTI AZ ÖNÁLLÓ GONDOLKODÁST ÉS A PROBLÉMAMEGOLDÁST.

FEJLESZTI A RUGALMASSÁGOT ÉS AZ ALKALMAZKODÓKÉPESSÉGET.

NÖVELI A TANULÁSI MOTIVÁCIÓT ÉS AZ AKTIVITÁST.

TÁMOGATJA AZ ÖNKIFEJEZÉST ÉS AZ ÖNBIZALOM FEJLŐDÉSÉT.

A MUNKAERŐPIACON IS KIEMELTEN FONTOS KOMPETENCIA.

A KREATIVITÁS MÉRÉSE

- DIVERGENS GONDOLKODÁSI FELADATOK ALKALMAZÁSA.
 - ÖTLETGAZDAGSÁG, EREDETISÉG ÉS RUGALMASSÁG VIZSGÁLATA.
 - PROJEKTMUNKÁK ÉS ALKOTÓ FELADATOK ÉRTÉKELÉSE.
 - MEGFIGYELÉS TANÓRAI HELYZETEKBEN.
 - KREATIVITÁSTESZTEKSEL TÖRTÉNŐ MÉRÉS.
- **PSZICHOLÓGIAI MÉRŐESZKÖZÖK**
 - ELLIS PAUL TORRANCE KREATIVITÁSTESZTJE (TTCT)
 - GUILFORD DIVERGENS GONDOLKODÁSI FELADATAI
 - REMOTE ASSOCIATES TEST (RAT)
 - RAJZOS ÉS TÖRTÉNETALKOTÓ FELADATOK
 - PORTFÓLIÓALAPÚ ÉRTÉKELÉS

ÖNSZABÁLYOZÁS: MIÉRT FONTOS?

- SEGÍTI A TUDATOS TANULÁSSZERVEZÉST.
- FEJLESZTI A KITARTÁST ÉS A FELADATTUDATOT.
- JAVÍTJA A TANULMÁNYI TELJESÍTMÉNYT.
- TÁMOGATJA AZ ÉRZELMEK ÉS VISELKEDÉS SZABÁLYOZÁSÁT.
- HOZZÁJÁRUL AZ ÖNÁLLÓ PROBLÉMAMEGOLDÁSHOZ.

• **AZ ÖNSZABÁLYOZÁS MÉRÉSE**

- KÉRDŐÍVEK ÉS ÖNJELLEMZŐ SKÁLÁK ALKALMAZÁSA.
- TANULÁSI SZOKÁSOK ÉS STRATÉGIÁK VIZSGÁLATA.
- MEGFIGYELÉS TANÓRAI HELYZETEKBEN.
- CÉLKITŰZÉS ÉS IDŐGAZDÁLKODÁS ELEMZÉSE.
- VISELKEDÉSES FELADATOK ALKALMAZÁSA.

MÉRŐESZKÖZÖK

MSLQ (MOTIVATED STRATEGIES FOR LEARNING QUESTIONNAIRE)

SRQ (SELF-REGULATION QUESTIONNAIRE)

LASSI (LEARNING AND STUDY STRATEGIES INVENTORY)

STROOP-TEST

ÖNSZABÁLYOZOTT TANULÁS MODELLJE

ARRY ZIMMERMAN MODELLJE

AZ ÖNSZABÁLYOZOTT TANULÁS SORÁN A TANULÓ AKTÍVAN IRÁNYÍTJA SAJÁT TANULÁSI FOLYAMATÁT.

A TANULÁS TUDATOS TERVEZÉSEN, NYOMON KÖVETÉSEN ÉS ÉRTÉKELÉSEN ALAPUL.

A MODELL HÁROM FÁZISA

ELŐZETES FÁZIS (FORETHOUGHT)

CÉLKITŰZÉS

TERVEZÉS

MOTIVÁCIÓ

TELJESÍTMÉNY FÁZISA (PERFORMANCE)

FIGYELEM FENNTARTÁSA

TANULÁSI STRATÉGIÁK ALKALMAZÁSA

ÖNMONITOROZÁS

ÖNREFLEXIÓ (SELF-REFLECTION)

ÖNÉRTÉKELÉS

VISSZACSATOLÁS

KÖVETKEZTETÉSEK LEVONÁSA

A FOLYAMAT CIKLIKUS, AZ ÖNREFLEXIÓ HATÁSSAL VAN A KÖVETKEZŐ TANULÁSI CIKLUSRA.

MOTIVÁCIÓ

- A MOTIVÁCIÓ A TANULÁSI VISELKEDÉS ELINDÍTÁSÁNAK, FENNTARTÁSÁNAK ÉS IRÁNYÍTÁSÁNAK ALAPVETŐ TÉNYEZŐJE.
 - BEFOLYÁSOLJA A TANULÁSI TELJESÍTMÉNYT, A KITARTÁST ÉS AZ ELKÖTELEZŐDÉST.
 - MEGKÜLÖNBÖZTETÜNK BELSŐ ÉS KÜLSŐ MOTIVÁCIÓT.
 - A BELSŐ MOTIVÁCIÓ HOSSZABB TÁVON STABILABB TANULÁSI TELJESÍTMÉNNYEL JÁR EGYÜTT.
- **PSZICHOLÓGIAI MÉRŐESZKÖZÖK**
 - EDWARD L. DECI ÉS RICHARD M. RYAN ÖNMEGHATÁROZÁS-ELMÉLETE (SELF-DETERMINATION THEORY)
 - ACADEMIC MOTIVATION SCALE (AMS)
 - INTRINSIC MOTIVATION INVENTORY (IMI)
 - TANULÁSI ATTITÜDÖKET VIZSGÁLÓ KÉRDŐÍVEK

AZ ÖNSZABÁLYOZÁS ÉS A MOTIVÁCIÓ KAPCSOLATA

- A MOTIVÁCIÓ BIZTOSÍTJA A TANULÁSI TEVÉKENYSÉGHEZ SZÜKSÉGES ENERGIÁT.
 - AZ ÖNSZABÁLYOZÁS SEGÍTI A CÉLOK ELÉRÉSÉT ÉS A TANULÁSI FOLYAMAT IRÁNYÍTÁSÁT.
 - A MOTIVÁLT TANULÓK GYAKRABBAN ALKALMAZNAK HATÉKONY TANULÁSI STRATÉGIÁKAT.
 - A SIKERES ÖNSZABÁLYOZÁS NÖVELI AZ ÖNHATÉKONYSÁG ÉRZÉSÉT ÉS A BELSŐ MOTIVÁCIÓT.
 - A KÉT FOLYAMAT KÖLCSÖNÖSEN ERŐSÍTI EGYMÁST.
- **PÉLDA**
 - MOTIVÁCIÓ: „SZERETNÉM JÓL MEGÍRNI A DOLGOZATOT.”
 - ÖNSZABÁLYOZÁS: TANULÁSI TERV KÉSZÍTÉSE, IDŐBEOSZTÁS, ÖNELLENŐRZÉS.

MEGKÜZDÉSI MÓDOK

A MEGKÜZDÉS A STRESSZKELTŐ HELYZETEK KEZELÉSÉRE IRÁNYULÓ KOGNITÍV ÉS VISELKEDÉSES FOLYAMAT. FONTOS SZEREPET JÁTSZIK A TANULÁSI NEHÉZSÉGEK ÉS KUDARCOK KEZELÉSÉBEN.

FŐ TÍPUSOK

PROBLÉMAFÓKUSZÚ MEGKÜZDÉS

ÉRZELEMFÓKUSZÚ MEGKÜZDÉS

ELKERÜLŐ MEGKÜZDÉS

MEGKÜZDÉSI MÓDOK A TANULÁSBAN

AZ ALKALMAZOTT MEGKÜZDÉSI STRATÉGIA HATÁSSAL VAN A TANULÁSI EREDMÉNYESSÉGRE.

A PROBLÉMAFÓKUSZÚ STRATÉGIÁK ÁLTALÁBAN KEDVEZŐBB KIMENETELLEL JÁRNAK.

AZ ÉRZELMEK SZABÁLYOZÁSA TÁMOGATJA A MOTIVÁCIÓ FENNTARTÁSÁT.

A HALOGATÁS ÉS AZ ELKERÜLÉS CSÖKKENTHETI A TELJESÍTMÉNYT.

PÉLDÁK IDŐTERVEZÉS RELAXÁCIÓS TECHNIKÁK SEGÍTSÉGGKÉRÉS TANANYAG STRUKTURÁLÁSA

ELMÉLETI ÁTTEKINTÉS

MOTIVÁCIÓ (EXTINZIK ÉS INTRINZIK)

SZORONGÁS

STRESSZ (EUSTRESSZ ÉS DISTRESSZ)

MEGKÜZDÉSI MÓD (COPING)

MMPK

A MEGKÜZDÉSI MÓD PREFERENCIA KÉRDŐÍVET OLÁH ATTILA ÉS MUNKATÁRSAI PUBLIKÁLTÁK 2005-BEN .A KÉRDŐÍV A MEGKÜZDÉSI MÓDOKAT VIZSGÁLJA. A KÉRDŐÍV ÖSSZESEN 51 KÉRDÉSBŐL ÁLL, AZ ÉRTÉKELÉS SORÁN 8 FAKTOR ÁLLAPÍTHATÓ MEG.

1. Problémacentrikus reagálás

2. Támaszkeresés

3. Feszültségkontroll

4. Emóciófókusz

5. Figyelem elterelés

6. Emóció kiürítés

7. Önbüntetés

8. Belenyugvás

ÖSSZEGZÉS

A KREATIVITÁS, AZ ÖNSZABÁLYOZÁS ÉS A MOTIVÁCIÓ A SIKERES TANULÁS KULCSTÉNYEZŐI. EZEK A KOMPETENCIÁK FEJLESZTHETŐK ÉS MÉRHETŐK. AZ ÖNSZABÁLYOZOTT TANULÁS ELŐSEGÍTI A HATÉKONYABB TANULÁSI FOLYAMATOT. A MEGFELELŐ MEGKÜZDÉSI STRATÉGIÁK TÁMOGATJÁK A TANULÓK JÓLLÉTÉT ÉS TELJESÍTMÉNYÉT. A PEDAGÓGUS KIEMELT SZEREPET JÁTSZIK EZEN KÉSZSÉGEK FEJLESZTÉSÉBEN.

**„ ÉN AZT HISZEM, NINCS
NAGYOBB ÖRÖM, MINT VALAKIT
MEGTANÍTANI VALAMIRE, AMIT
NEM TUD”**

MÓRICZ ZSIGMOND