|  |
| --- |
| Aquarell, Pinselstrich, Farbe, Abstrakt, Textur, Bürste**Άσκηση 2: Το στυλ μάθησης - τι χρειάζεστε για να μαθαίνετε σωστά;** |
| Σκεφτείτε τις συνθήκες κάτω από τις οποίες εσείς οι ίδιοι μπορείτε να μαθαίνετε καλύτερα.   * Τι πρέπει να εκπληρωθεί στον εαυτό σας; * Μπορείτε να μάθετε καλύτερα όταν είστε εντελώς ήρεμοι και χαλαροί, όταν είστε ελαφρώς ενεργοί ή όταν είστε πολύ ενθουσιασμένοι; (Επιβίωση) * Πώς μπορείτε να δημιουργήσετε αυτήν την κατάσταση όταν σκοπεύετε να μάθετε κάτι; * Πόσο πολύ και για πόσο χρόνο μπορείτε να μάθετε προτού μειωθεί η συγκέντρωσή σας; (Ελευθερία) * Όταν παρατηρήσετε ότι η συγκέντρωσή σας ολισθαίνει, είναι καλή ιδέα να κάνετε ένα διάλειμμα όπου μπορείτε να κινηθείτε και να αφήσετε αυτό που μάθατε να εντυπωθεί σε εσάς πριν συνεχίσετε. * Τι σας βοηθά να μάθετε συγκεντρωτικά; (Δύναμη) * Χρειάζεστε ένα άδειο τραπέζι όπου τίποτα δεν σας αποσπά την προσοχή, χρειάζεστε κίνηση, είναι πιο εύκολο για σας αν διαβάζετε φωναχτά ή αν σημειώνετε τα σημαντικά μέρη; * Πώς μπορείτε να παρακινήσετε τον εαυτό σας να μάθει εάν θεωρείτε ότι το υλικό δεν είναι τόσο ενδιαφέρον; (Διασκέδαση) * Σκεφτείτε τα οφέλη από το να μάθετεκάτι καλά. Πού στη ζωή σας μπορεί να σας βοηθήσει αυτό; Πώς μπορείτε να ανταμείψετε τον εαυτό σας με ουσιαστικό τρόπο; |
| *Οι σημειώσεις σας* |