|  |
| --- |
| 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* |