

## 嘉新心泉"。

發行人:許永諒 編輯:潘慧綺 連絡電話:05-2373029#141

## 最好的學習策略:教會別人,你會變得更強!

作者:陳志恆(諮商心理師)

我常去學校裡帶假日的工作坊,各種主題都有。課間休息時間,常見到一些學生把教科書拿出來研讀與複習。

有一回,我看見一個孩子的周遭圍著幾個同學,後頭還排了幾位同學拿著書本在等待。原來,那孩子的成績優異,同學們正把握時間向他請益。我過去湊熱鬧,同學們指著他說:「他是學霸呀!」

我很好奇,找了機會私下問他,成績優異的秘訣是什麼?

他說:「你不是看到了嗎?」

我不解。他笑著說:「就是教會同學嘛!」

我們不難理解「教學相長」這個道理,但要能夠達到教會同學的境界,顯然自己也需要花費心思在課業上。而他是如何做到的?

「我其實也沒把握,但教同學時,如果我沒辦法講得很清楚,我就會再回去鑽研。 所以,**是教同學功課,幫助我學得更好的。**」

「而且,對同學每講一次,就會加深印象,特別是那些複雜的概念。所以,我不太需要額外花太多時間複習。」

真有這樣的學生存在,我的下巴就快掉下來了!

回想國小的時候,這樣的場景也曾出現在我身上。當時,我的課業成績還算不錯,也曾有同學拜託我教他功課。出於熱心,我利用下課時間幫同學複習功課,也會出考題給同學作答,再幫同學批改。

為了出考題,我開始認真研究測驗卷上的題目是怎麼出的,試著從命題者的角度去思考如何評量學生。這過程收穫最大的,當然是我自己——難怪後來會從事教職。

因此,如果你問我,最好的學習策略是什麼?我會說:「去把別人教會!」。最簡單的方式,就是把自己學到的知識或概念,講解一次給別人聽。這麼做有幾個好處:

第一,當你講過後,連帶著自己也複習了一次,印象更深刻了。

第二,當你要用語言呈現腦袋裡的知識學問時,需要經過再次整理與轉化等高層次的認知歷程;而當你能清楚且完整地講述,表示你對欲傳達的概念有足夠的掌握。 因此,教導本身就有助於對知識理解得更清晰。

第三、藉由對方的回饋,你會知道自己還有哪些概念是模糊清晰的,哪些地方仍存在著盲點;於是,你有機會回頭去複習與探究,補強不足之處。

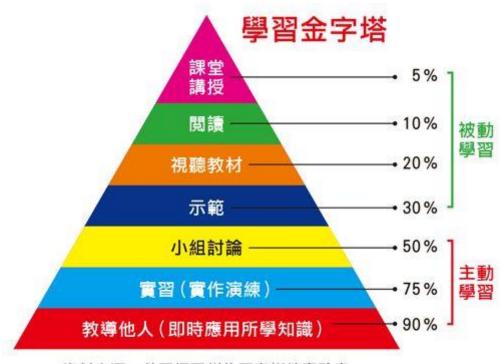
**分享本身是一件快樂的事情,分享知識則會讓人充滿成就感**。為了分享知識,孩子會更努力把不清楚的搞懂,把沒學好的學好,並且思考如何表達。當然,額外的收穫就是更受同儕歡迎。

現在,我不再需要為了考試而讀書。然而,因為在實務工作上需要回應讀者、聽眾及求助者的各種問題,迫使我必須不間斷地閱讀與學習;為了向大眾清楚傳達某些重要但複雜的概念,我得不斷釐清與整理相關概念之間的關連,加深對這些概念的理解與體悟。

逐漸地,我對某些議題的掌握能力也提升了——我正在快速成長中!

是的「教會別人」,真的是幫助自己快速精進的最佳途徑。

下圖是【學習金字塔】,金字塔愈底層的學習方式愈能獲得更大的學習效果, 同學可參考金字塔去調整自己的學習方式哦!



資料來源:美國緬因州的國家訓練實驗室