

## **Czy muzyka pomaga w nauce?**

Większość z nas uczy się w słuchawkach z różnego rodzaju muzyką, która czasami nas relaksuje lub motywuje do nauki i działania. Jednak nie zawsze efekty uczenia się z muzyką są pozytywne. Zadajmy sobie pytanie - czy muzyka pomaga nam w nauce?

Często podczas czytania podręcznika lub zapamiętywania dat możemy stwierdzić, że muzyka pomaga przyswoić różne informacje szybciej i dokładniej, lecz nie zawsze tak to działa. Najczęściej muzyka rozprasza nas na samym początku nauki - słuchamy wszak naszych ulubionych utworów od ulubionych artystów. Owszem, tego typu muzyka wprowadza nas w lepszy stan, dodaje więcej energii i poprawia naszą koncentrację, jednak nie sprawia, że zaczniemy się efektywniej uczyć. Jak zatem muzyka może nam pomóc?

Najczęściej do różnego rodzaju nauki wybiera się inną muzykę. Na naukę nowych wzorów z przedmiotów ścisłych lub dat historycznych zaleca się muzykę spokojną i bez żadnych słów, czyli klasyczną lub ambient. To właśnie słowa w muzyce sprawiają, że najszybciej się rozpraszamy. Do powtórek tematów, które już znamy, zaleca się muzykę wciąż spokojną, choć może być szybsza i z wyższym BPM (Beats Per Minute). Piosenek ze słowami nie powinniśmy słuchać również przy pisaniu, czy rozwiązywaniu zadań tekstowych.

Osobiście uważam, że muzyka pomaga nam w nauce, lecz tylko wtedy, gdy jest odpowiednio dostosowana. Dobór muzyki zależy osobiście od indywidualnych preferencji. Sam często uczę się, słuchając spokojnego rapu, który najlepiej pomaga mi się skupić i zapamiętywać informacje. Nie ma tu jednoznacznej odpowiedzi, czy muzyka pomaga czy nie, ale efektywność nauki ze słuchawkami zależy od tego, co robimy i jakiej muzyki słuchamy.

Autor: Krzysztof Baron 1E