

## NABYWANIE WPRAWY



Używać danej umiejętności tak często, aż stanie się w pełni zautomatyzowaną, naturalną czynnością, stosowaną adekwatnie do sytuacji i celów.

Nabywanie wprawy ostatecznie sprowadza się do uczenia się stosowania umiejętności w praktyce, w różnych okolicznościach.

Używać tak często  
aż będzie  
**ZAUTOMATYZOWANA**



Zrozumienie poznawcze oznacza zrozumienie, po co i w jakich sytuacjach warto stosować daną umiejętność. Zrozumienie behawioralne oznacza zapoznanie się z zachowaniami, które składają się na daną umiejętność. Wymaga ono przyjrzenia się sekwencji zachowań, które są elementami składowymi umiejętności, a następnie ich powtórzenia przez daną osobę. Zrozumienie behawioralne nie oznacza nabycia wprawy w stosowaniu umiejętności, a jedynie oswojenie się z zachowaniami dla niej istotnymi.

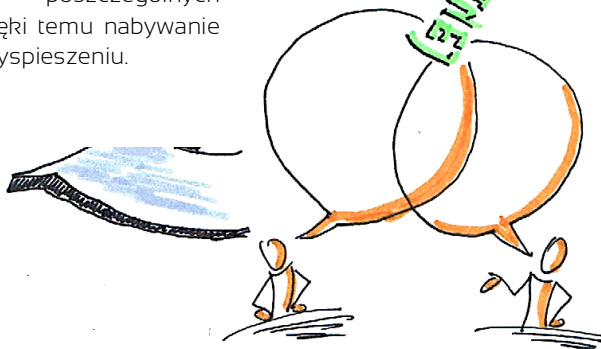
**ABY ROZWINĄĆ  
DOWOLNĄ UMIEJĘTNOŚĆ  
POWINIENES**



Nabywanie wprawy oznacza stopniowe przenoszenie akcentu z doskonalenia czynności składających się na złożoną umiejętność na jej płynne, całościowe wykonanie. Dostęp do informacji wrotnych pozwala wprowadzać korekty do sposobu wykonywania poszczególnych umiejętności. Dzięki temu nabywanie wprawy ulega przyspieszeniu.

mieć i dostęp do  
**INFORMACJI WROTYCH**

Po oswojeniu się zachowaniami składającymi się na daną umiejętność konieczne jest kontynuowanie treningu, którego celem jest nauczenie się płynnego i swobodnego wykonywania odpowiednich czynności. Jest to etap nabywania wprawy.



Źródło: Smółka P. Kompetencje społeczne. Oficyna a Wolters Kluwer business. Kraków 2008