

Mierniki

Witaj,

Nazywam się Arkadiusz Włodarczyk. Od lat pomagam specjalistom i menadżerom oraz przedsiębiorcom z różnych branż przełamać barierę mówienia w języku angielskim oraz dojść do płynności językowej.

Poniżej znajdują się mierniki, które polecam stosować, by mierzyć swoje postępy w nauce. Wzmocni to Twoją motywację do dalszej pracy.

Zapraszam do zapoznania się i wdrożenia tych mierników, które uznasz za odpowiednie dla Ciebie!



Jeśli Twoim celem jest – dojechanie nad morze, to skąd będziesz wiedział czy zbliżasz się do celu? Po czym to poznasz? Skąd będziesz wiedział, ile będzie trwała podróż? Czy dojedziesz do celu za 3 czy 4 godziny? Po czym poznasz, że nie zbaczasz z kursu i nie jedziesz w złym kierunku? Jak zorganizujesz: tankowanie, postoje, czy posiłki? Analogicznie jest z nauką języka obcego - skąd będziesz wiedział czy nauka idzie w dobrym kierunku? Na jakiej podstawie stwierdzisz, że robisz postępy? Po czym poznasz że obrany kierunek czy to w nauce angielskiego czy w podróży, zaprowadzi cię tam gdzie planujesz?

W przypadku podróży nad morze jest to bardzo proste, wystarczy Ci mapa czy GPS, który dokładnie pokaże jak blisko jesteś zamierzonego celu. Widząc przebyte kilometry, to że co chwila ich przybywa, jesteś coraz bardziej zadowolony, ponieważ wiesz, że za jakiś czas wyjdiesz z samochodu i postawisz stopę na plaży, na piasku. Osiągniesz swój cel, dojedziesz do celu. Podróż była męcząca ale Ty ani przez chwilę nie pomyślałeś o tym by przerwać jazdę i zawrócić. Wręcz przeciwnie, Twoje podekscytowanie rosło z każdym kilometrem, prawda?

www.PrzelamBariere.pl



Pomagamy specjalistom, menadżerom i przedsiębiorcom przełamać barierę językową

i nauczyć się płynnie mówić

Copyright © Arkadiusz Włodarczyk Create Yourself

Materiał do swobodnej dystrybucji bez modyfikacji

A jak jest z językiem angielskim? Po czym poznasz, że obrałeś dobry kierunek? Niestety Ci, którzy nie osiągają świetnych wyników zwracają uwagę tylko na 1 rzecz, mianowicie – umiejętność rozmowy - potrafię albo nie potrafię rozmawiać, być albo nie być ☺ Jeżeli stwierdzisz, że nie potrafisz rozmawiać w języku obcym to najprawdopodobniej w Twojej głowie pojawi się myśl: „Aha, skoro jeszcze nie umiem mówić płynnie, to dalsze próby nauki nie mają sensu, jednak jestem beznadziejny, nie będę kontynuował. To bezsensu”. Bardzo szybko pojawi się uczucie demotywacji. Dlatego by temu zapobiec koniecznym jest abyś mierzył postępy w nauce, abyś mógł rozpoznać czy zmierzasz w dobrym kierunku, kierunku płynności językowej. Moi klienci, którzy mieli bardzo dobre efekty mierzyli swoje postępy. Na początku nauki musisz określić momenty i sposoby, za pomocą których będziesz mierzył swój rozwój językowy i efekty, by wiedzieć, czy nie zbaczasz z obranego kursu. Mierniki i częstotliwość ich sprawdzania zależy od celu który wcześniej wyznaczyłeś. Czy wiesz co konkretnie możesz mierzyć? Jeśli za kilka miesięcy jedziesz za granicę, na przykład na konferencję organizowaną przez Twoją firmę, to powinieneś zmierzyć na przykład w ilu kontekstach potrafisz już się poruszać – o czymś innym będziesz rozmawiał w przerwie między szkoleniem, gdy będziesz poznawał nowe osoby, a o czymś innym na kolacji przy lampce wina. Dlatego tutaj warto poznać inne frazy i słowa, które będą przydatne w tym kontekście. To jeden z mierników, który stosuję pracując z klientami.

Przyda się inny zestaw mierników jeśli Twoim celem jest wyjazd prywatny za granicę, gdy lecisz tam całą rodziną, prawda?

Co może się stać kiedy tego nie zrobisz? Wróć do przykładu o podróżowaniu - to tak jakbyś jechał samochodem przed siebie i nie miał pojęcia dokąd, ani ile kilometrów już przejechałeś, ani ile jeszcze przed Tobą. To byłoby frustrujące, prawda?

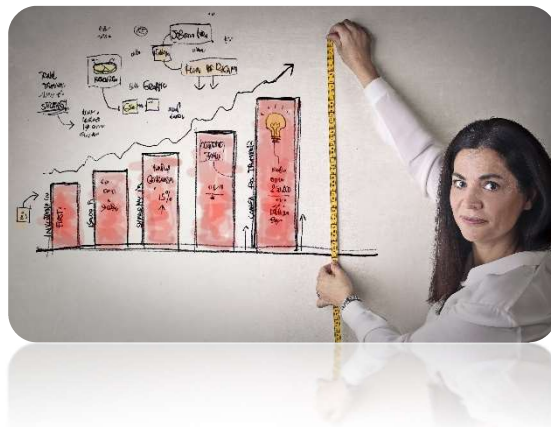
Jeśli nie chcesz być sfrustrowany i zły na to, że nauka angielskiego stoi w miejscu i że nie ma żadnych efektów - wprowadź moje mierniki i monitoruj je. Każdego miesiąca zrób krótkie podsumowanie i sprawdź co udało Ci się osiągnąć.

Poniżej znajdują się mierniki, które możesz stosować w celu mierzenia swoich postępów.

Nie wszystkie pewnie przypadną Ci do gustu, dlatego wybierz kilka z nich i stosuj je podczas nauki. Kilka z nich z jakiś powodów będzie ważniejszych dla Ciebie. Nie ma reguły, który jest bardziej potrzebny, czy ważniejszy od innych, dlatego wybierz intuicyjnie.

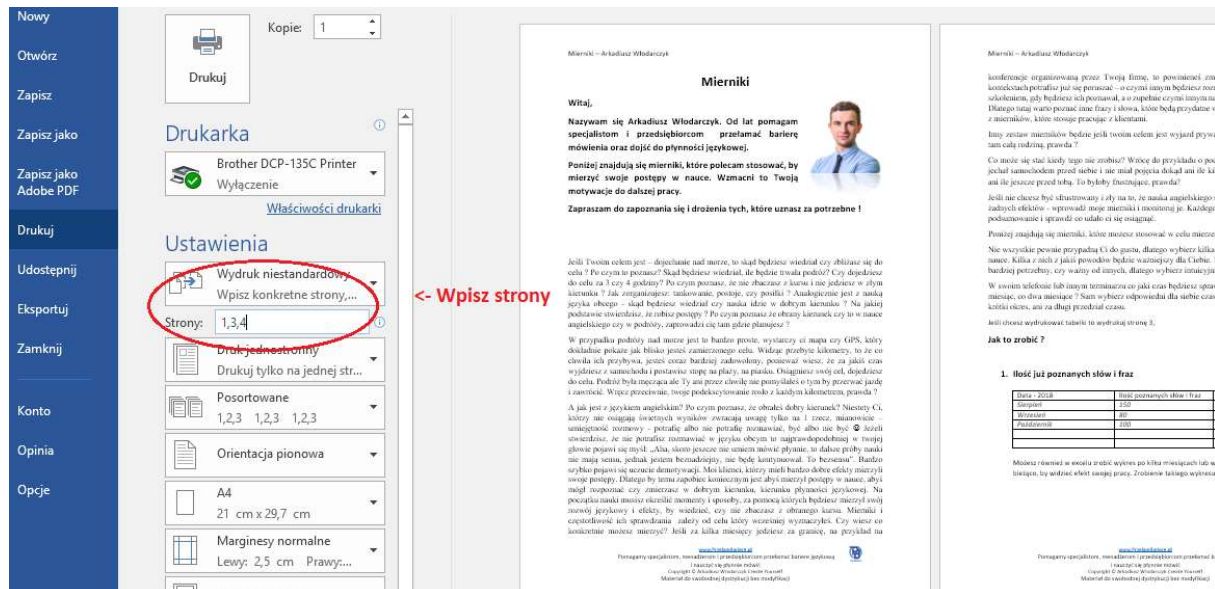
Ustal w swoim telefonie lub innym terminarzu co jaki czas będziesz sprawdzał mierniki.

Co miesiąc, co dwa miesiące? Sam wybierz odpowiedni dla siebie czas. Nie może to być ani za krótki okres, ani za długi przedział czasu.



Jak to zrobić?

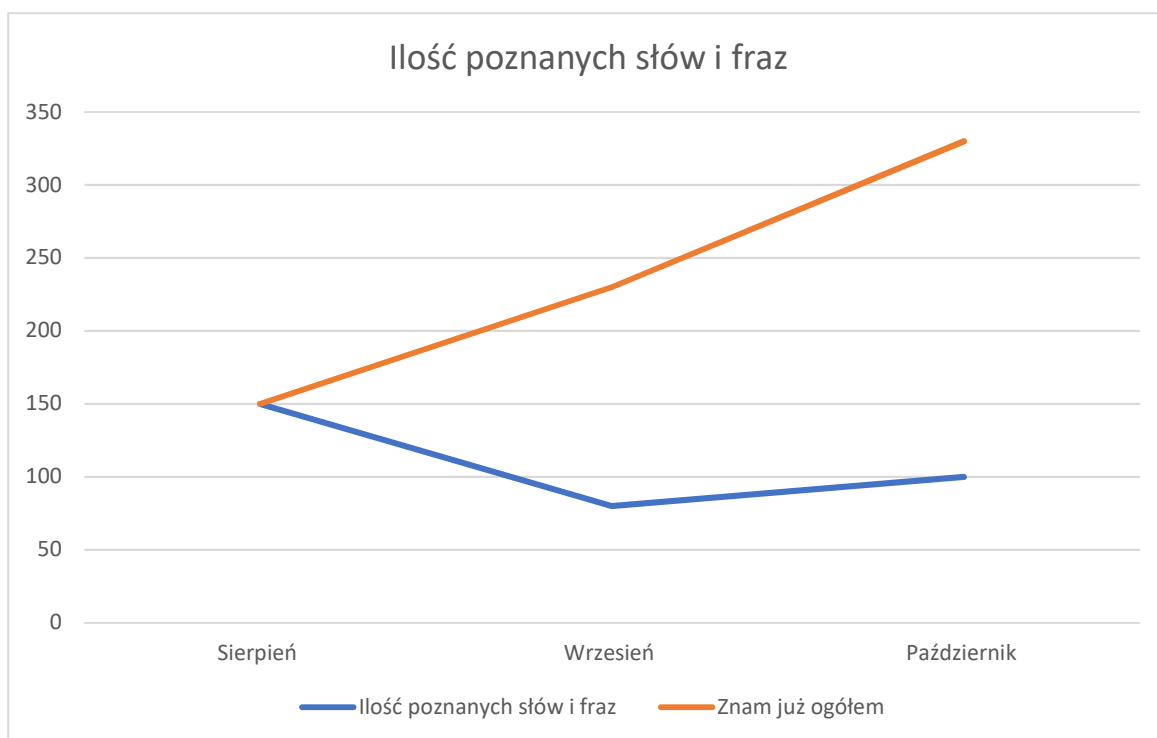
Jeśli chcesz wydrukować tabelki to wydrukuj stronę 3, 5, 7, 8, 9, 11, 13, 15, 17, 19 i 20.



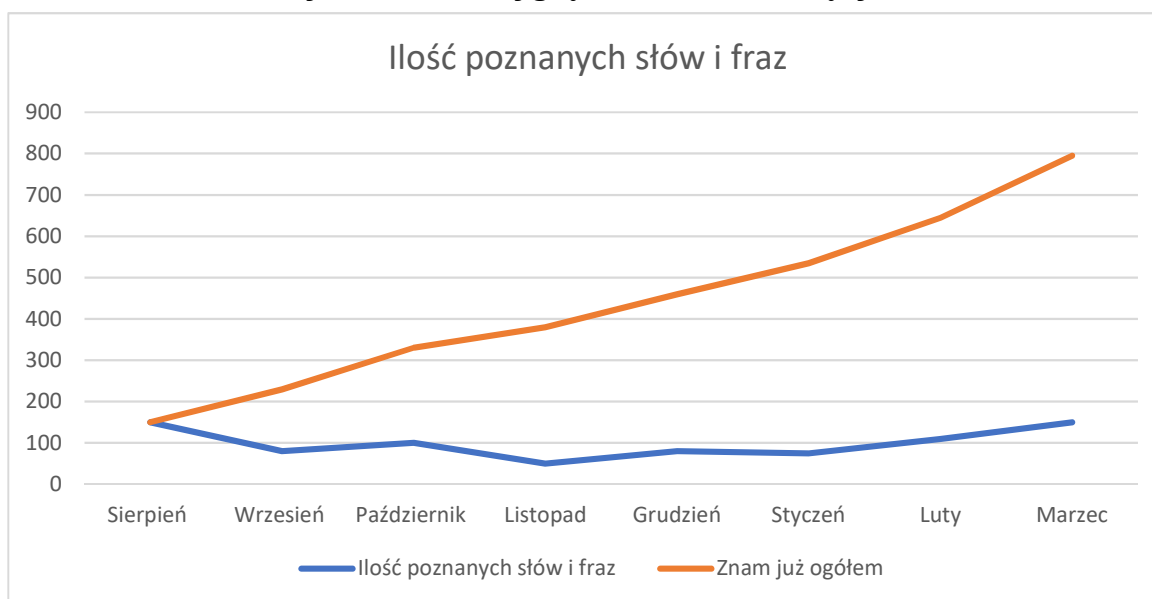
1. Ilość już poznanych słów i fraz

Data - 2018	Ilość poznanych słów i fraz	Znam już ogółem
Sierpień	150	150
Wrzesień	80	230 (150 + 80)
Październik	100	330 (150 + 80 + 100)

Możesz również w Excelu zrobić wykres po kilku miesiącach lub wprowadzać dane na bieżąco, by widzieć efekty swojej pracy. Zrobienie takiego wykresu zajmuje ok 3-4 min.



Jak wykres może wyglądać za 6-8 miesięcy ?



Ilość już poznanych słów i fraz

[illegible]

2. Ilość poznanych czasów gramatycznych

Poniżej znajdziesz prostą tabelkę dzięki, której możesz mierzyć płynność i swobodę poruszania się w czasach gramatycznych.

Po lewej stronie znajduje się również umiejętność zadawania pytań. Warto, by ten punkt tam się znalazł, ponieważ często okazuje się, że osoby nawet na wysokich poziomach językowych, nie potrafią zadawać pytań. Są świetni w mówieniu, jednak zadawanie pytań przychodzi im z trudnością. Dlatego zadbaj o to.

Bazuj na swoich osobistych odczuciach jak również informacji zwrotnej nauczyciela.

Ilość poznanych czasów gramatycznych

CZAS GRAMATYCZNY				STY	LUT	MAR	KWI	MAJ	CZE	LIP	SIE	WRZ	PAŹ	LIS	GRU
Teraźniejsze	Present Simple	Zdania twierdzące	Swoboda poruszania się (0-10)												
		Zadawanie pytań													
	Present Perfect	Zdania twierdzące													
		Zadawanie pytań													
	Present Perfect Continuous	Zdania twierdzące													
		Zadawanie pytań													

www.PrzelamBa



Pomagamy specjalistom, menadżerom i przedsiębiorcom przełamać barierę językową

i nauczyć się płynnie mówić

Copyright © Arkadiusz Włodarczyk Create Yourself

Materiał do swobodnej dystrybucji bez modyfikacji

CZAS GRAMATYCZNY			STY	LUT	MAR	KWI	MAJ	CZE	LIP	SIE	WRZ	PAŹ	LIS	GRU
Przeszłe	Past Simple	Zdania twierdzące												
		Zadawanie pytań												
	Past Continuous	Zdania twierdzące												
		Zadawanie pytań												
Przyszłe	Future Continuous in the Past	Zdania twierdzące												
		Zadawanie pytań												
	Future Perfect Continuous	Zdania twierdzące												
		Zadawanie pytań												

**Swoboda
poruszania
się
(0-10)**

	Future Perfect	Zdania twierdzące													
		Zadawanie pytań													
	Future Continuous	Zdania twierdzące													
		Zadawanie pytań													
	Future Simple	Zdania twierdzące													
		Zadawanie pytań													

3. Ilość i biegłość poznanych struktur gramatycznych

Warto monitorować struktury, które poznajesz. Ucząc się języka możesz zapomnieć jak dużo już zrobiłeś lub jak bardzo skupiasz się na tym. Mija czwarty miesiąc, a Ty skupiasz się dalej tylko na jednej strukturze, np. stronie biernej, dlatego warto to również monitorować.

Ilość i biegłość poznanych struktur gramatycznych

Struktura gramatyczna	STY	LUT	MAR	KWI	MAJ	CZE	LIP	SIE	WRZ	PAŹ	LIS	GRU
	Biegłość posługiwania się (0 -10)											
Strona bierna	4	5	7	7	7	8						
Mowa zależna												
Okres warunkowy 1												
Okres warunkowy 2												
Okres warunkowy 3												
Wprowadź swoje struktury:												

5. Ilość popełnianych błędów językowych

Jeśli ważny dla Ciebie jest brak popełniania błędów, to pewnie zaraz po spotkaniu z klientem biznesowym, czy innym obcokrajowcem będziesz dobrze pamiętał ile tych błędów popełniłeś. To je szczególnie będziesz pamiętał, dlatego przy najbliższej okazji możesz powiedzieć: „Bezsensu, ja w ogóle sobie nie radzę językowo, nie dogadam się”. Nie widzisz, że mówiłeś też poprawnie, bo zapamiętujesz tylko czarne sytuacje (myślenie czarno-białe) i białego już nie widzisz.

Dlatego bardzo ważne jest, by zaraz po rozmowie (z klientem, czy z lektorem na lekcji), zapytać siebie ile popełniłeś błędów językowych. Policz je. Teraz zestaw je z ilością w ogóle wypowiedzianych słów.

Wikipedia podpowiada nam, że średnio wypowiadamy 125 do 150 słów na minutę. Przyjmijmy, że jeśli rozmawiasz w języku obcym, to wypowiadasz słowa z mniejszą częstotliwością i niech to będzie ok. 100 słów/min. W ciągu 60 min będzie to ok. 6000 słów (wyliczenia są jedynie poglądowe).

Założmy, że z tych 60 minut zapamiętasz na przykład 10 ważnych/głupich/ogromnych/rażących błędów co będzie stanowiło ok...UWAGA! 0,2% wszystkich użytych przez Ciebie słów.. Idźmy dalej i bądźmy bardziej rygorystyczni. Wyobraź sobie, że podczas takiego spotkania popełniłeś 1000 błędów językowych, co będzie stanowiło 16% (czyli 1/6). Oznacza to, że 84 % wypowiedzianych słów było ok.

Czemu w takim razie zwracasz uwagę tylko na te 16% albo 0,2 %, skoro 84% słów było wypowiedzianych dobrze?

Oczywiście nie jest to realne, żebyś popełnił tyle błędów 😊 Jeśli masz spotkania z lektorem, sam **policz ile razy zwróci Ci uwagę podczas takiego spotkania i jak zmienia się to na przestrzeni kolejnych spotkań, tygodni i miesięcy**. Ważne jest, byś notował swoje postępy. Twoim zadaniem jest zobaczenie innych barw pomiędzy czarnym i białym. Zadaniem takiego ćwiczenia jest wyciąganie swojego myślenia w drugie ekstremum (z nie umiem do umiem).

Jeśli nie chcesz tego robić podczas spotkania z lektorem, nagraj siebie na dyktafon, a potem policz ilość błędów. Zrób to ponownie za jakiś czas.

Miernik	Ilość popełnianych błędów językowych											
	STY	LUT	MAR	KWI	MAJ	CZE	LIP	SIE	WRZ	PAŹ	LIS	GRU
Na 10 min wypowiedzi	8											
Spotkanie z lektorem												
Prezentacja												
E-mail												
Artykuł												
Wprowadź swoje:												

6. Płynność językowa

Zmierzenie płynności językowej nie jest łatwe, ponieważ dla każdego z nas będzie to oznaczało zupełnie co innego. Ktoś na poziomie podstawowym będzie myślał o tym, by się dogadać za granicą w miarę komunikatywnie, a osoba bardziej zaawansowana pomyśli o poziomie językowym na poziomie native speaker.

W Internecie znajdziesz oferty szkół i nauczycieli, które mówią: „płynność językowa w 3-6 miesięcy” – tylko co to dokładnie oznacza? Według własnej skali stworzonej przez tę szkołę, czy nauczyciela? No właśnie! Dlatego tutaj ważne jest, by samemu to **określić i również to monitorować**.

Jak zatem możesz mierzyć płynność językową? Bazuj na swoich osobistych odczuciach. Możesz również zapytać się swojego nauczyciela, czy przełożonego, czy współpracownika. Czasami bazowanie tylko na własnej opinii może być ryzykowne. Dlaczego? Przeczytaj poniżej.

Najlepiej – **nagraj na dyktafon** (na telefonie) swoją kilkuminutową wypowiedź na dowolnie wybrany temat i zrób to ponownie za jakiś czas, np. za 1,2, czy 3 miesiące i wystaw sobie ocenę. Osoby bardziej krytyczne w stosunku do siebie mogą powiedzieć, że po 3 miesiącach nie zrobiły postępu, dlatego warto nagrać swoją wypowiedź, by później siebie nie oszukać! Dlaczego? A pamiętasz co robiłeś w zeszły weekend? No właśnie! Nie pamiętasz czasami co robiłeś kilka dni temu, a co dopiero 3, czy 4 miesiące temu.

Płynność językowa

	STY	LUT	MAR	KWI	MAJ	CZE	LIP	SIE	WRZ	PAŹ	LIS	GRU
Płynność wypowiedzi (0 – 10)	4	5	5	5	6	7	8	8				

Albo co 3-4 miesiące:

	STYCZEŃ	MARZEC	CZERWIEC	SIERPIEŃ	PAŹDZIERNIK	GRUDZIEŃ
Płynność wypowiedzi (0 – 10)	4	5	5	5	6	7

7. Pewność siebie

Wiele osób rozpoczyna naukę (osoby z różnych branż, specjaliści przedsiębiorcy, których uczymy), ponieważ z jednej strony chcą uniknąć kompromitacji, a z drugiej zyskać więcej pewności siebie w różnych zawodowych sytuacjach. Stąd ich motywacja do zapisania się na kurs, by poczuć się lepiej w sytuacjach zawodowych (wyjazd służbowy, rozmowa z klientem przez telefon, czy poruszanie się w środowisku międzynarodowym).

Dlatego warto również mierzyć swoje subiektywne poczucie pewności siebie. Gdy Uczniowie opowiadają mi o swoich sukcesach językowych z ostatnich dni, przypominam im, że w podobnej sytuacji (na przykład 2 miesiące temu), byli przestraszeni i nie byli tak pewni siebie jak w obecnej sytuacji. Wtedy mówią: „Racja! Prawda”. Zapominamy o tym, dlatego warto monitorować stan poczucia pewności siebie.

Ważne !!! Zwracanie uwagi na stan pewności siebie może powodować jej wzrost, ponieważ to na czym się koncentrujesz rośnie. Przy kolejnej rozmowie telefonicznej będziesz chciał być bardziej pewny siebie niż ostatnio. **Dzięki temu, że to monitorujesz, będziesz zwracał na to uwagę.**

Pewność siebie							
Kiedy (notatka)	Marzec - rozmowa z Johnem z UK	Rozmowa z klientem z Czech					
Rozmowa z klientem przez telefon	7	8					
Kiedy (notatka)	Genewa	Bruksela					
Wyjazd służbowy	6	8					
Kiedy (notatka)							
Prezentacja							
Wystąpienie							
Rozmowa z przełożonym							

5. Przerobione materiały

Wiele osób nie jest świadomych jak dużo robi w ciągu miesiąca, pracując nad swoim angielskim. Zdarza się również, że pomniejszają swoje zasługi oraz ilość pracy jaką włożyli w naukę języka.

Warto doceniać siebie i zauważać postępy swojej pracy, by później siebie nagradzać. **Nagradzanie wzmacnia nawyk uczenia się.** Jeśli zobaczysz, że w poprzednim dniu, tygodniu, czy miesiącu (od Ciebie zależy co ile ustawisz miernik) zrobiłeś niewiele, to w następnych dniach, czy tygodniach będziesz chciał zrobić więcej, by chociaż nie odczuwać poczucia winy związanego z nicnierobieniem.

Przerobione materiały – częstotliwość - tydzień

Ilość	STY:	I TYDZ	II TYDZ	III TYDZ	IV TYDZ	LUT:	I TYDZ	II TYDZ	III TYDZ	IV TYDZ	MAR:	I TYDZ
Artykuły		4	0	0	0							
Godzin spędzonych na mówieniu		4	4	6	10							
Przesłuchane podcasty		1	4	5	5							
Filmy, seriale												
Przeczytane książki												
(wpisz dowolny swój miernik)												

www.PrzelamBariere.pl



Pomagamy specjalistom, menadżerom i przedsiębiorcom przełamać barierę językową
i nauczyć się płynnie mówić

Copyright © Arkadiusz Włodarczyk Create Yourself

Materiał do swobodnej dystrybucji bez modyfikacji

Przerobione materiały – częstotliwość - miesiąc

Ilość	STY	LUT	MAR	KWI	MAJ	CZE	LIP	SIE	WRZ	PAŹ	LIS	GRU
Artykuły	3	4	0	0	0							
Godzin spędzonych na mówieniu	4	4	4	6	10							
Przesłuchane podcasty	2	1	4	5	5							
Filmy, seriale												
Przeczytane książki												
(wpisz dowolny swój miernik)												

www.PrzelamBariere.pl



Pomagamy specjalistom, menadżerom i przedsiębiorcom przełamać barierę językową
i nauczyć się płynnie mówić

Copyright © Arkadiusz Włodarczyk Create Yourself

Materiał do swobodnej dystrybucji bez modyfikacji

Zdaję sobie sprawę, że może być trudno wdrożyć to
wszystko samemu osobie, która nie ma
doświadczenie w profesjonalnej nauce języka
angielskiego. Bez obaw – gdy zaczniemy
współpracować, pomogę Ci przejść ten proces.

Zadzwoń do mnie 533-990-414

albo zamów rozmowę w dogodnym terminie:

<https://przelambarierejezykowa.pl/>

www.PrzelamBariere.pl



Pomagamy specjalistom, menadżerom i przedsiębiorcom przełamać barierę językową
i nauczyć się płynnie mówić

Copyright © Arkadiusz Włodarczyk Create Yourself

Materiał do swobodnej dystrybucji bez modyfikacji