

## روش های مطالعه (قسمت ۲)

یادگیری و یادآوری به موقع حاصل مطالعه بیش از اندازه نیست، بلکه صحیح خوانی فرد را در یادگیری و یادآوری یاری می‌کند. مطالعه بیشتر و مؤثر با بکار گرفتن شیوه‌های مطالعه حاصل می‌شود. هرچه بیشتر مطالعه شود، روشهای بهتری در مطالعه بدست می‌آید و به کتابها و منابع زیادتری دسترسی پیدا می‌شود. عادت به مطالعه صحیح یک امر اکتسابی است یعنی همانطور که یک انسان خواندن و نوشتن را یاد می‌گیرد می‌تواند راه صحیح مطالعه کردن را هم یاد بگیرد. متناسب با هدفی که فرد از مطالعه دارد و حتی به تناسب محتوا و نوع مطلب روشهای مختلفی در مطالعه کردن وجود دارد. این روشها عبارتند از:

### روشهای سریع خوانی یا عبارت خوانی

روشی را گویند که به چشم عادت می‌دهد تا به جای توقف بر روی یکایک کلمات تمرکز بر روی گروه کلمات انجام گیرد. در این صورت میدان دید وسیعتر میگردد و چشم حرکت سریعتری خواهد داشت، در نتیجه با نگاه کردن به سطور متوجه مجموعه‌های بزرگتری از کلمات و عبارات که حاوی معانی بیشتری هستند می‌شویم. با تمرین این روش هر دانش آموز معانی و مفاهیم مطالب خواندنی را با حرکت کند چشم از کلمه‌های به کلمه دیگر هدر نمی‌دهد. به طور مثال از کتابهای ساده شروع تا به کتابهای عمیق و حجیم برسد.

### ۱- روش اجمالی

هدف از این روش دست یافتن به نکات و مطالب مهم کتاب در یک زمان کوتاه و با سرعت زیاد است تا بتوان یک آشنایی کلی نسبت به نوشته به دست آورد. در این روش از جزئیات صرف نظر میگردد، به عناوین، جداول و نمودارها توجه می‌شود و به کلماتی که با حروف درشت یا کج نوشته شده دقت بیشتری می‌گردد.

در مطالعه اجمالی در پی آن است که بدانند:

۱- چرا این کتاب نوشته شده است؟

۲- مؤلف را از لحاظ سابقه، تجربه و سبک نوشتن بشناسد.

۳- اهمیت مطالب و نکات مهم را دریابد.

۴- دشواری و سادگی مطالب چگونه است؟

۵- وقت لازم جهت مطالعه را حدس بزند.

### ۲- روش دقیق خوانی

هدف از به کار گرفتن این روش، درک کامل مطالب خوانده شده و نگهداری آنها به طریق منظم و منطقی در حافظه است که یادآوری و بازشناسی مطالب برای استفاده‌های بعدی میسر باشد. دقیق خوانی را به روشی گفته میشود که مطالعه کننده در هنگام مطالعه به حاشیه نویسی و علامت گذاری بپردازد. نکات مهم با دایره یا با خط کشیدن مشخص میشود و در مواردی هم خلاصه نویسی انجام می‌گیرد.

آیا به نظر شما برای یادگرفتن درسی باید چندین بار آن را خواند؟

آیا تا به حال از دانش آموز خود شنیده‌اید که شکایت کنند و بگویند چند بار یک مطلب را میخوانند ولی یاد نمی‌گیرند یا زمان امتحان با اینکه آن مطلب را چند بار خوانده‌اند، توانایی پاسخگویی کامل به پرسش را ندارند یا این که پرسش برایشان آشنا است ولی پاسخ آن را به خاطر نمی‌آورند. دانش آموزانی هستند که با خواندن زیاد، در یادگیری مطالب ضعف دارند و در مقابلشان هم دانش آموزانی دیده میشوند که با یکی، دو بار خواندن تسلط کامل بر روی درس را پیدا می‌کنند.

برای یادگیری نیاز به تکرار بیش از حد مطالب نیست بلکه باید شیوه صحیح مطالعه کردن را فراگرفت. با فرا گرفتن شیوه صحیح مطالعه کردن است که میتوان زمان مطالعه را کاهش داد و میزان یادگیری را بالا برد. در این صورت مدت نگهداری مطالب در حافظه طولانیتر می‌شود. این نکته‌های است که کلیه دانش آموزان به خصوص کنکوریها باید به آن توجه داشته باشند. دانش آموزانی که برای کنکور آماده می‌شوند باید زمان مطالعه خود را به حداقل برسانند. نحوه مطالعه کردن در دانش آموزان متفاوت است و روشهای گوناگونی وجود دارد، روشهایی که در گذشته بوده و روشهای نوین که کاربرد آن تأثیر بسیار زیادی در یادگیری دارد ما در اینجا این شیوه‌ها را به اختصار بیان می‌کنیم:

یک روش نوشتن نکات مهم درس در هنگام مطالعه است. یادداشت برداری از مطالب یکی از عواملی است که می‌تواند در یادگیری مؤثر باشد و مدت زمان یادگیری را کاهش دهد در این صورت هنگام مطالعه فقط نکات مهم یادداشت شده مطالعه میشود و نیاز به خواندن مجدد کل کتاب نخواهد بود.

در روش دیگر افراد هنگام خواندن دروس، زیر نکات مهم را خط میکشند و برای این کار از انواع ماژیکها استفاده میکنند تا در هنگام مرور، آن مطلب جلب توجه کند البته این روش زمانی مؤثر است که ابتدا مطلب خوانده و مفهوم آن کاملاً درک شود سپس زیر نکات مهم خط کشیده شود زیرا در غیر این صورت افراد در هنگام خواندن مطالب تمرکز نداشته و توجهشان به خطهایی که زیرمطلب کشیده اند جلب می‌شود.

روش دیگری که میتوان از آن یاد کرد روش حاشیه نویسی است که باید مطالب را خواند و نکات مهم را در حاشیه کتاب نوشت تا در دفعات مراجعه بتوان آنها را مرور کرد. البته این روش برای خواندن مطالبی که اهمیت چندانی ندارند و خواندن آنها باعث اتلاف وقت می‌شود، مناسب است.

روش دیگر که جزو بهترین شیوه های مطالعه است روش کلید برداری یا کلمه کلیدی است، در این روش یک مفهوم خوانده میشود و سپس بعد از درک آن یک کلمه کوتاه و پرمعنا که تداعی کننده آن مطلب است انتخاب، سپس جایگزین آن میگردد. استفاده از کلمه کلیدی نسبت به روشهای دیگر مناسبتر و کاملتر است. کلمه کلیدی کلمه‌های است که با دیدن آن معنی و مفهوم جمله در ذهن تداعی میشود. حتما هم نباید کلمات کلیدی عین جمله باشند بلکه میتوان کلمه‌های را برای آن انتخاب کرد که جدای مطالب باشد ولی بتوان به گونه‌های به آن ربط داد. به طور مثال برای به خاطر سپردن کتابهای نظامی گنجوی که شامل (مخزن الاسرار، لیلی و مجنون، خسرو و شیرین، هفت پیکر و اسکندرنامه) است، کلمه کلیدی برای آن کلمه ملخها رامیتوان انتخاب کرد.

روش دیگری که از مؤثرترین روشها به شمار می‌رود، به کارگیری طرح شبکه ذهنی یا ایجاد یک طرحواره ذهنی است. بهترین شیوه برای به خاطر سپردن، درک و فهمیدن مطالب، سازماندهی و دسته بندی آنهاست. بنابراین در هنگام مطالعه یک مبحث در ابتدا باید موضوع مشخص شود بعد نکات اصلی و سپس نکات فرعی شناسایی گردد. اگر اطلاعات را به صورت شبکه‌های درآوریم و آن را سازماندهی کنیم، در به یادآوری اطلاعات سرعت عمل بیشتری خواهیم داشت. به جای اینکه کلمات کلیدی را پشت سر هم بیاوریم می‌توانیم آنها را از طریق طرح شبکه‌ی ذهنی خود گسترش دهیم و همچنین به صورت شبکه‌های ترسیم نماییم. مطالب باید خوانده شود و پس از درک کامل آن مشخص شود که چند نکته اصلی در آن وجود دارد. نکات اصلی شامل سر فصلهای مهم درس و موضوع اصلی درس میباشد. سپس آنها را به صورت شبکه مشخص می‌کنیم.

مانند: طرح کلی -----> نکات اصلی -----> نکات فرعی

می‌توان از شکل‌های مختلف و رنگ‌های متنوع استفاده کرد. البته بایستی اشکال سه مرحله متفاوت باشند. هر قدر اشکال به کار رفته برای کلمات کلیدی متنوع‌تر باشد به خاطر سپاری و یادآوری مطالب راحت‌تر خواهد بود. برای ارتباط این اشکال و خانه‌ها از می‌توان از فلشها و اشکال متنوع استفاده کرد. به این ترتیب مفاهیم خانه‌ها به هم ربط داده می‌شوند.

منبع: انتشارات مبتکران