

(روش های مطالعه)

آموزش خواندن

«سری دوم»

خواندن کتاب خوب، مکالمه با مدیران شرافتمند گذشته است. "دکارت"

آیا مطالعه، کاری سخت و طاقت فرسا است؟ نه، واقعیت این است که روش صحیح مطالعه را نمی دانید و متأسفانه در مدرسه و دانشگاه هم در مورد چگونه خواندن نمی آموزید. یادگیری و مطالعه، رابطه ای تنگاتنگ و مستقیم با یکدیگر دارند تا جایی که می توان این دو را لازم و ملزوم یکدیگر دانست. برای اینکه میزان یادگیری افزایش یابد، باید قبل از هر چیز مطالعه ای فعال و پویا داشت.

شیوه صحیح مطالعه، چهار مزیت عمده زیر را به دنبال دارد:

۱- زمان مطالعه را کاهش می دهد.

۲- میزان یادگیری را افزایش می دهد.

۳- مدت نگهداری مطالب در حافظه را طولانی تر می کند.

۴- به خاطر سپاری اطلاعات را آسان تر می سازد.

برای داشتن مطالعه ای فعال و پویا، نوشتن نکات مهم در حین خواندن ضروری است تا برای مرور مطالب، مجبور به دوباره خوانی نشویم و در زمانی کوتاه به یادداشت هایمان رجوع کنیم.

یادداشت برداری، بخشی مهم و حساس از مطالعه است که باید به آن توجهی خاص داشت. چون موفقیت شما را تا حدود زیادی تضمین می کند و مدت زمان لازم برای یادگیری را کاهش می دهد. خواندن بدون یادداشت برداری، یکی از عوامل مهم فراموشی است.

۱- خواندن بدون نوشتن: روشی نادرست برای مطالعه است. مطالعه، فرآیندی فعال و پویاست و برای رسیدن به این هدف باید از تمام حواس خود برای درک صحیح مطالب استفاده کرد. باید با چشمان خود مطالب را خواند، باید در زمان مورد نیاز مطالب را بلند بلند ادا و نکات مهم را یادداشت کرد. این کار دو فایده‌ی مهم دارد:

✓ با مطالب مورد مطالعه درگیر شده و حضوری فعال و همه‌جانبه در یادگیری خواهید داشت.

✓ هنگام لزوم، خصوصاً قبل از آزمون، بتوان از روی نوشته‌ها مرور کرد و خیلی سریع مطالب مهم را مجدداً به خاطر سپرد.

۲- خط کشیدن زیر نکات مهم: این روش شاید نسبت به روش قبلی بهتر باشد ولی روش کاملی برای مطالعه نیست؛ چرا که در این روش، بعضی از افراد به‌جای آنکه تمرکز و توجه بر روی یادگیری و درک مطالب داشته باشند؛ ذهن‌شان به خط کشیدن زیر نکات مهم معطوف می‌شود. روش صحیح خط کشیدن زیر نکات مهم بدین صورت است: ابتدا باید مطالب را بخوانند و مفهوم را کاملاً درک کنند و سپس زیر نکات مهم خط بکشند نه آنکه در کتاب به دنبال نکات مهم بگردند تا زیر آن را خط بکشند.

۳- حاشیه نویسی: این روش نسبت به دو روش قبلی بهتر است ولی باز هم روشی کامل برای درک عمیق مطالب و خواندن کتب درسی نیست ولی می‌تواند برای یادگیری مطالب کم‌اهمیت مورد استفاده قرار گیرد.

۴- خلاصه نویسی: در این روش، شما مطالب را می‌خوانید و آنچه را که درک کرده‌اید به‌صورت خلاصه در دفتری یادداشت می‌کنید. این روش نسبت به روش‌های قبلی، برای مطالعه مناسب‌تر است چرا که در این روش ابتدا مطالب را درک کرده سپس آنها را یادداشت می‌کنید اما باز هم بهترین روش برای خواندن نیست.

۵- کلیدبرداری: کلیدبرداری روشی بسیار مناسب برای خواندن و نوشتن نکات مهم است. در این روش شما بعد از درک مطالب، به‌صورت کلیدی نکات مهم را یادداشت می‌کنید و در واقع کلمه کلیدی کوتاه‌ترین، راحت‌ترین، بهترین و پرمعنی‌ترین کلمه‌ای است که با دیدن آن، مفهوم جمله تداعی شده و به خاطر آورده می‌شود.

۶- خلاقیت و طرح شبکه‌ای مغز: این روش، بهترین شیوه برای یادگیری خصوصاً فراگیری مطالب درسی است. در این روش، شما مطالب را می‌خوانید و بعد از درک حقیقی آنها، نکات مهم را به زبان خودتان و به‌صورت کلیدی یادداشت می‌کنید و سپس کلمات کلیدی را بر روی طرح شبکه‌ای مغز می‌نویسید (در واقع نوشته‌های خود را به بهترین شکل ممکن سازمان‌دهی و نکات اصلی و فرعی را مشخص می‌کنید) تا در دفعات بعد به جای دوباره خوانی کتاب، فقط به طرح شبکه‌ای مراجعه کرده و با دیدن کلمات کلیدی نوشته شده بر روی طرح شبکه‌ای مغز، آنها را خیلی سریع مرور کنید. این روش درصد موفقیت تحصیلی شما را تا حدود بسیار زیادی افزایش می‌دهد، درس خواندن را بسیار آسان می‌کند و بازده مطالعه را افزایش می‌دهد.