

و شیوه‌های کنترل آن در دانش‌آموزان آسیب‌شناسی مطالعه

بخش ششم

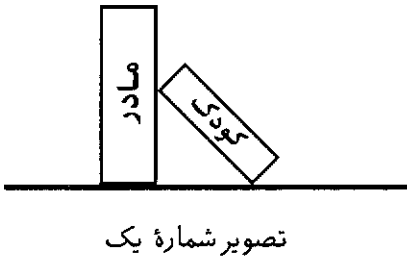
دکتر محسن ایمانی

در بسطش پنجم سلسله مقالات آسیب‌شناسی مطالعه در دانش‌آموزان، عوامل آسیب‌زایی که مورد بررسی قرار گرفت عبارت بودند از: عدم افزایش ساعات مطالعه همراه با افزایش سنوات تحصیلی، مطالعه در حین خستگی و بی‌توجهی به پیش‌نیازها. اینک توجه شما را به ادامه مقاله جلب می‌نماید.

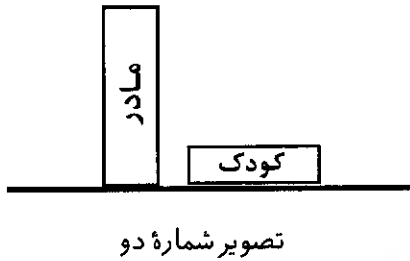
۱۷- قطع یک‌باره کمک‌های درسی در حین مطالعه

برخی از دانش‌آموزان از بدو ورود به مدرسه در کنار مادران به مطالعه می‌پردازند. یعنی از ابتدا این امکان را می‌یابند که به هنگام درس خواندن و مطالعه کردن از والدین خود و به ویژه مادران بهره بگیرند. چون این وابستگی شدت می‌یابد، فرزند خانواده به این امر عادت





تصویر شماره یک



تصویر شماره دو

مطالعه کردن روی می آورد.

۱۸- مطالعه منفعل^۱

از دیگر عواملی که باید در جریان آسیب‌شناسی مطالعه دانش‌آموزان مورد بررسی قرار بگیرد وجود حالت انفعالی در مطالعه آنهاست. این امر باعث می‌شود که آنها پیشرفت خوبی در مطالعه نداشته باشند. مطالعه انفعالی این است که در انجام آن، فراگیر تلاش وافر انجام نمی‌دهد، بلکه صرفاً بر روی نوشته‌های متون و کتاب‌ها نگاه کرده، از آنها گذر می‌کند. طبیعی است که در چنین حالتی، حجم مطالبی هم که می‌آموزد زیاد نیست. مطالعه زمانی سودمند و پر بازده است که فرد در جریان مطالعه فعال^۲ باشد و لذا می‌گویند که نمی‌توان مطالعه را رابطه‌ای یک جانبه دانست. ما به هنگام مطالعه دو دنیا را با هم پیوند می‌دهیم: دنیای اندیشه‌ها، سلیقه‌ها و عاطفه‌های خود را با دنیایی دیگرگون از همین

می‌کند. لذا اولاً بدون حضور مادر یا پدر مطالعه نمی‌کند، ثانیاً با قطع کمک‌های آنها، به مطالعه رو نمی‌آورد و رفته رفته دچار افت تحصیلی می‌شود. لذا همواره به مادرانی که فرزندشان در کلاس اول دبستان است، توصیه می‌کنیم که بچه‌های خود را به این گونه امور عادت ندهند، چرا که ترک عادت برای آنان امری دشوار است و معمولاً دیده می‌شود که وقتی کمک‌های والدین قطع می‌شود، آنها نیز افت می‌کنند. دو حالت کمک به دانش‌آموزان و قطع کمک به آنها، مانند تصویر یک و دو است.

برای پیشگیری از افت تحصیلی فرزندان در مطالعه باید به گونه‌ای عمل کرد که آنها حالت اتکایی به هنگام مطالعه پیدا نکنند و در صورت شکل‌گیری حالت اتکایی، نباید کمک‌ها به یکباره قطع شود، بلکه قطع کمک‌ها باید تدریجی صورت بگیرد، یعنی این امر در سنین بالاتر تحقق یابد. حتی در سال‌های دوره راهنمایی نیز قطع کمک‌ها به صورت یکباره منجر به افت تحصیلی جدی فرزندان شده است. لذا باید کمک‌های مادر به تدریج کاهش یابد و اگر دیده شد که با کاهش کمک‌ها مطالعه فرزند سیر نزولی طی می‌کند، این امر بدان معناست که هنوز زمان قطع مساعدت‌ها فرا نرسیده است. اما اگر کمک و یاری به فرزند قطع شد و او با همان روند قبلی به مطالعه پرداخت و دچار افت در تحصیل نشد، معلوم می‌شود که زمان قطع کمک‌ها فرا رسیده است و می‌توان فرزند را به حال خود وا گذاشت. در هر حال نظارت (نه دخالت) بر فرایند مطالعه او نیز امری لازم است، تا اگر احياناً دچار افت در مطالعه گردید، دوباره به او مساعدت شود. در غیر این صورت، دانش‌آموز به استقلال در

نیست که زمان مناسبی برای مطالعه باشد.

پدري نقل می‌کرد که در یکی از شب‌ها دیدم که پسرم ساعت را برای دو و نیم نیمه شب کوک کرد و برای خوابیدن به رختخواب رفت. او در کلاس دوم راهنمایی درس می‌خواند. از او پرسیدم که پسرم چرا ساعت را برای چنین وقتی کوک کردی؟ او گفت که می‌خواهم بیدار شوم و دو ساعت درس بخوانم. ساعت چهار صبح هم می‌خوابم. از او پرسیدم که چه کسی مطالعه کردن در این زمان را به تو توصیه کرده است؟ گفت: یکی از دوستان به من گفته است که در این ساعت بهتر درس می‌آموزیم و این وقت برای مطالعه مناسب است.

پدر این دانش‌آموز سؤال می‌کرد که آیا این وقت برای مطالعه مناسب است یا نه؟ در پاسخ به او گفتم زمان مناسب برای مطالعه وقتی است که فرد از آمادگی کافی برای یادگیری برخوردار است. در آن موقع شب که هنوز فرزند شما استراحت کافی نکرده است، وقتی که بیدار می‌شود، در اثر خواب آلودگی و خستگی نمی‌تواند مطلب زیادی فراگیرد. علاوه بر آن صبح نیز خسته وارد کلاس درس می‌شود و قطعاً با وجود خستگی، در سر کلاس هم نمی‌تواند مطالب را به خوبی فراگیرد. لذا باید وقت‌های مناسب برای مطالعه را به فرزندان معرفی کرد. اگر نوجوان وقتی که برای اقامه نماز صبح بر می‌خیزد و معمولاً در حدود یک ساعت برای رفتن به مدرسه وقت دارد، مقداری مطالعه کند، خوب است. اما بیداری او در صبح‌های خیلی زود برای مطالعه کار مناسبی نیست، زیرا او با داشتن خستگی زیاد به کلاس وارد می‌شود و به دلیل خسته بودن مطالب را به خوبی فرا نمی‌گیرد. همان گونه که

دست در کتاب، و این نمی‌تواند رابطه‌ای یک جانبه باشد. باید به هنگام مطالعه واکنشی فعال نشان داد. حتماً باید در هنگام مطالعه از قلم استفاده کنیم. واکنش فعال از به خواب رفتن در هنگام مطالعه پیش‌گیری می‌کند.^۳ مثلاً می‌توانیم ذیل اسامی و عناوین مهم خط بکشیم، دور کلماتی که معنای آن را در نمی‌یابیم دایره‌ای رسم کنیم، در حاشیه کتاب چیزی هر چند کوتاه بنویسیم، مطالبی را که آموخته‌ایم خلاصه کنیم یا آن چه را که فهمیده‌ایم به صورت خلاصه بیان نماییم (خلاصه‌گویی کنیم). انجام چنین کارهایی مطالعه دانش‌آموزان را به مطالعه‌ای فعال تبدیل می‌کند. بدین ترتیب یادگیری پایدارتر و ماندگارتر می‌گردد و شاگرد نیز با هشیاری و بیداری هر چه بیش‌تر به فراگیری می‌پردازد. با نوشتن و حاشیه‌نویسی علم آدمی محفوظ می‌ماند و علی (ع) فرمود: "قیدو العلم بالکتاب". یعنی علم را از طریق نوشتن محفوظ نگاه بدارید. پس اگر فرزندان تشویق و ترغیب شوند که در حین مطالعه فعال باشند، هم از خواب آلودگی در حین مطالعه به دور می‌مانند و هم مطالعه آن‌ها با افزایش بازده مواجه می‌شود. علاوه بر این‌ها آموخته‌های ناشی از مطالعه نیز در ذهن آن‌ها ماندگار و پابرجا باقی می‌ماند.

۱۹- بی‌موقع خواندن

سؤال این است که آیا زمان‌های مناسبی برای خواندن وجود دارد یا خیر و مراد از بی‌موقع خواندن چیست؟ خواندن درس در موقعی که فرد آمادگی برای یادگیری دارد، می‌تواند زمان مناسب برای مطالعه و خواندن باشد و در غیر این صورت، دیگر زمان‌ها معلوم



قبلاً متذکر شدیم بهترین زمان یادگیری فاصله بین دو استراحت می باشد. پس مطالعه در بعد از نیمه شب نمی تواند مناسب باشد و خوب است که فرزندان با والدین استراحت کنند و با آن ها نیز از خواب برخیزند. زیرا اگر خدای ناکرده اتفاق ناگواری بیفتد، والدین در بیداری می توانند به آن ها کمک بکنند. وقتی که والدین و بچه ها با هم می خوابند، والدین نگران وضعیت فرزندان خود نیستند و از این جهت دغدغه خاطری ندارند. علاوه بر آن فرزندان نیز در زمان مناسبی به مطالعه پرداخته اند. پس مطالعه بی موقع به سود فرزند شما نیست.

۲۰- پیوسته خواندن یک درس

گاه دیده ام که دانش آموزان در مراجعه به مرکز مشاوره سؤال می کنند که آیا خوب است یک درس را به مدت طولانی بخوانیم، بعد آن را کنار بگذاریم و به سراغ مطالعه درس دیگری برویم؟ مثلاً شش ساعت پشت سرهم فیزیک

بخوانیم و بعد درس های دیگر را هم به همین ترتیب مطالعه کنیم. آیا با این روش درس را بهتر یاد نمی گیریم؟ معمولاً در پاسخ به این قبیل دانش آموزان می گویم که این شیوه درستی برای مطالعه نیست، زیرا مطالعه را یکنواخت می کند و یکنواختی خستگی می آورد و باعث دل زدگی شما نسبت به مطالعه می گردد. آدمی معمولاً به تنوع علاقه مند است و این امر در مورد مطالعه هم مصداق دارد، پس باید در مطالعه هم به تنوع توجه داشت. بدین ترتیب که وقتی از خواندن یک کتاب خسته شدید، به سراغ کتاب دیگر بروید. تازگی کتاب دیگر شما را از رنج یکنواختی کتاب قبلی به در می آورد و این امر باعث می شود که حوصله خواندن کتاب بعدی را داشته باشید.

نکته دیگری که باید مطرح شود این است که دانش آموزان هر روز باید مقداری مطالعه نمایند تا درس های روز بعد را آماده کنند. اگر به مدت طولانی فقط یک درس را مطالعه کنند، دیگر فرصت مطالعه درس های دیگر را برای

درس‌ها دارند از مطالعه سایر دروس باز می‌مانند. به هر حال صورت مسئله هر چه باشد، نتیجه آن کم و بیش یکی خواهد بود. ولی در مورد اخیر باید از روش‌های مناسب برای علاقه‌مند کردن او به دیگر دروس بهره جست تا بدین ترتیب به میزان مناسبی از مطالعه هر درس دست یافته، با مطالعه‌ای متوازن، نسبت به یادگیری هر درس بپردازد و موفقیت لازم را در تمام دروس به دست آورد. این امر متحقق نمی‌گردد مگر با رعایت تنوع در مطالعه.

۲۱- صرف وقت زیاد برای بخشی از مطالب و

کمبود وقت برای مطالب دیگر

برخی از دانش‌آموزان سعی می‌کنند که مطالب کتاب را برای امتحان با دقت بخوانند و به خوبی یاد بگیرند، لذا وقت زیادی صرف مطالعه می‌کنند. بدین ترتیب فصول اولیه کتاب را به خوبی یاد می‌گیرند به نحوی که فرصت کافی برای یادگیری بقیه کتاب ندارند، لذا همیشه در سر جلسه امتحان یا پرسش کلاسی بخشی از مطالب را حاضر نکرده‌اند و اگر معلم از بخش‌هایی سؤال بدهد که شاگرد آن را نیاموخته است، قطعاً در امتحان موفق نخواهد شد.

یادم است در دورانی که تحصیل می‌کردم، برخی از دانش‌آموزان به دلیل کمی وقت بخش‌های خاصی از کتاب را می‌خواندند و برخی از قسمت‌ها را مطالعه نمی‌کردند و می‌گفتند که خدا کند آقای معلم از قسمت‌هایی که نخوانده‌ایم سؤال ندهد و اتفاقاً از همان قسمت‌ها هم سؤال می‌آمد.

باید به دانش‌آموزان فهماند که برخی از معلمان با درک این مشکل شاگردان بر تعداد

روز بعد نخواهند داشت و این امر باعث افت تحصیلی آن‌ها می‌گردد.

پس همان‌گونه که استفاده مکرر از یک نوع غذا موجب دل‌زدگی می‌شود، مطالعه مداوم یک درس، آن هم به مدت طولانی موجب خستگی و آزردگی می‌گردد. لذا برای حفظ علاقه فرزندان به مطالعه باید بر تنوع در مطالعه تأکید نمود. این امر در مورد کودکان و نوجوانان می‌تواند مصداق داشته باشد.

مسئله دیگری که باید بر آن تأکید شود این است که برخی از دانش‌آموزان به دلیل علاقه خاصی که به مطالعه یک درس و گاه برخی از



حل کند. والدین در مراجعه به مرکز مشاوره این مشکل را چنین مطرح می‌کنند: "وقتی که به فرزندان می‌گوییم مطالعه یا تمرین نکن، می‌گویند که درس را بلد هستیم و نیازی هم به مطالعه و تمرین ندارم، ولی وقتی که نمراتش را به منزل می‌آورد، هرگز نمرات خوبی نیست. چرا چنین احساسی دارد و چگونه باید با او رفتار کرد؟"

واقعیت این است که در مواجهه با چنین دانش‌آموزانی دریافته‌ام که هر یک از آن‌ها مشکلات خاصی دارد که در مقالات قبل به نوعی به آن اشاره کرده‌ایم. مثلاً ممکن است دانش‌آموزی فاقد تمرکز و دقت کافی باشد یا این که دارای اضطراب، وسواس یا افسردگی بوده، مبتلا به تحرک بیش از حد باشد، ولی نتواند مشکل خود را به خوبی بیان کند و والدین نیز احساس نکنند که او دارای مشکلی است که باید به متخصص مراجعه کند. پس گاهی فرزند برای رهایی از فشار والدین این جمله را بر زبان می‌آورد که درس را بلد و والدین نیز در ابتدا آن را باور می‌کنند اما به تدریج وقتی که نمرات سطح پایین فرزند خود را می‌بینند، نسبت به گفته او دچار تردید می‌شوند. آن‌ها گاهی نمی‌دانند که باید با فرزند خود چگونه رفتار نمایند. حال باید دید که شیوه اصولی برای برخورد با این مسئله چیست؟

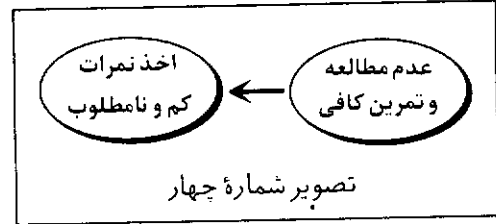
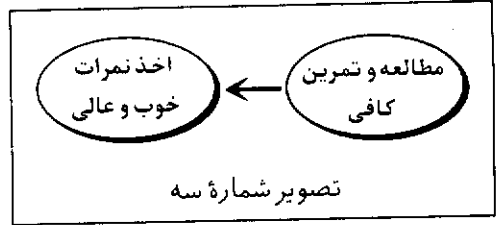
سؤالاتی که از بخش‌های آخر کتاب می‌دهند می‌افزایند و باید دانش‌آموز بیاموزد که همه مطالب کتاب را فرا بگیرد، زیرا معلم مقید نیست که فقط از بخش‌های خاصی از کتاب سؤال بدهد، بلکه او اختیار دارد که از هر جای کتاب که مصلحت بداند، سؤال طرح کند. پس فرزند شما باید وقتی را که برای مطالعه دارد، بر تعداد صفحات کتاب تقسیم نماید و تقریباً وقتی در همان حدود را برای هر صفحه صرف کند. البته این بدان معنا نیست که اگر صفحه‌ای را خوب نفهمید، از آن گذر کنید، بلکه می‌تواند برای آن صفحه خاص وقت بیشتری صرف کند. شایان ذکر است که مسئله تقسیم وقت برای هر صفحه در سال‌های راهنمایی و دوره دبیرستان بیشتر مصداق خواهد داشت. از سوی دیگر باید مسئله شانس و تصادف و کم بودن این احتمال را که معلم از بخشی از مطالب امتحان نگیرد، برای فرزندان توضیح بدهیم تا از ارتکاب چنین اشتباهاتی مصون بمانند. هم‌چنین باید متذکر شد که اگر بخشی از مطالب را فراموش کنند، بعدها در درک مطالب دیگر مشکل پیدا خواهند کرد. زیرا یادگیری بسیاری از مطالب درگرو فراگیری مطالب قبلی است. طرح این‌گونه مسائل باعث واقف شدن فرزندان نسبت به فراگیری همه مطالب می‌گردد.

۲۲- داشتن احساس بلد بودن (دانستن)

یکی دیگر از مواردی که در آسیب‌شناسی مطالعه قابل طرح است، حالتی است که در آن دانش‌آموز احساس می‌کند درس را فرا گرفته است و لذا دیگر نیازی نیست که آن را دوباره بخواند یا تمرین مربوط به درس را

در این گونه موارد باید فرزند را متقاعد کرد که اگر کسی درسی را بلد باشد یا به اندازه کافی مطالعه کرده باشد، حتماً نمرات خوبی خواهد گرفت، زیرا ثمره مطالعه و تمرین کافی و خوب، معمولاً دست یافتن به نمراتی خوب و عالی است. (مانند تصویر شماره سه)

کافی یا اختلال در توجه، اضطراب، وسواس در مطالعه و ابتلا به افسردگی به عنوان موانع جدی بر سر راه موفقیت فرزند باشند و اجازه ندهند که مطالعه و یادگیری خوب به عملکرد خوبی بینجامد و دست نیافتن به عملکرد خوب موجب کاهش نمره دانش آموز شود (مانند تصویر شماره پنج)



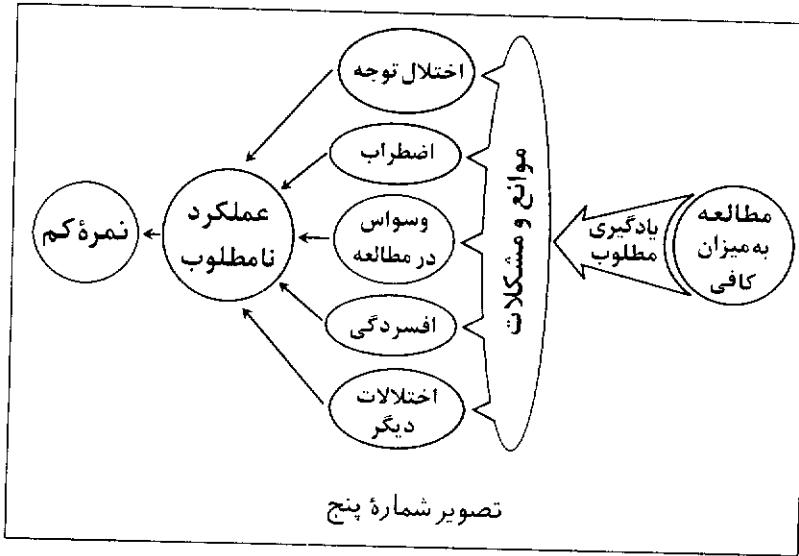
برای حل این مشکل چه باید کرد؟ یعنی وقتی که دانش آموز واقعاً به میزان کافی مطالعه کرده است و احساس بلد بودن را دارد (که این احساس مبتنی بر واقعیت هم می باشد)، اما نمی تواند نمره خوب بگیرد، چه باید کرد؟

باید مقدمتاً به این نکته اشاره کنیم که یادگیری هر اندازه خوب باشد، معلم به یادگیری خوب نمره نمی دهد، بلکه نمره معلم به عملکرد دانش آموز تعلق می گیرد و در توضیح عملکرد می گویند که آن رفتار قابل مشاهده و اندازه گیری است.^۷ پس اگر عملکردی که از شاگرد سر می زند خوب و مطلوب باشد معلم به شاگرد نمره خوب می دهد و بالعکس. برای این که یادگیری خوب به عملکردی مثبت و مطلوب بینجامد، باید موانع را از سر راه فرزند برداریم، یعنی اختلالات او را درمان کنیم، تا بدین ترتیب مطالعه کافی به یادگیری مطلوب منجر شود و یادگیری مطلوب به عملکرد مطلوب بینجامد که نمره آن نیز دست یافتن به نمرات خوب و عالی است (مانند تصویر شماره شش)

مسئله دیگر این که گاه فرزند به مطالعه کافی نمی پردازد و اظهار می دارد که درس را بلد است، زیرا او به شناس و تصادف اعتقاد زیادی

اما وقتی که فرد نمرات خوبی نمی گیرد ممکن است دلایل خاصی وجود داشته باشد که فرد را از دست یافتن به نمره خوب محروم می سازد و قطعاً یکی از دلایل آن عدم مطالعه کافی و تمرین لازم است. یعنی چون فرد تلاش کافی نکرده است، نمره خوبی هم نمی گیرد و لذا گفته اند:

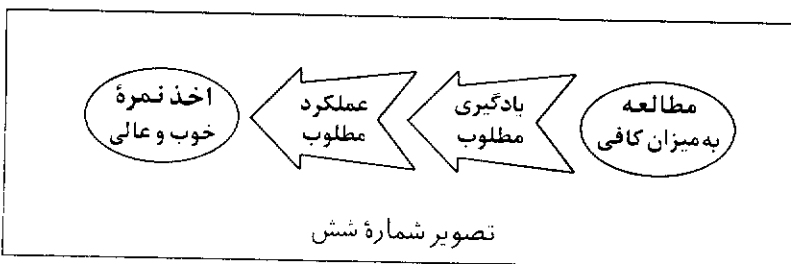
سعی ناپرده در این راه به جایی نرسی
مزد اگر می طلبی طاعت استاد ببر
قرآن نیز می فرماید: " لیس للانسان الا
ماسعی".^۸ نیست برای انسان مگر آنچه او برای
به دست آوردن آن سعی و کوشش می کند. پس
دانش آموزی که کم تر تلاش می کند کم تر هم
نمره می گیرد (مانند تصویر شماره چهار)
در این حال باید به دانش آموز تفهیم کرد که اگر
کسی واقعاً خوب مطالعه و تلاش کند و درس را
بلد باشد می تواند نمره خوبی هم بگیرد. اما اگر
او برای مطالعه وقت بیشتری را صرف کرد و
نمرات او بهتر نشد، باید به دنبال کشف
مشکلات دیگری بود. همان طور که متذکر
شدیم ممکن است مشکلاتی نظیر عدم تمرکز

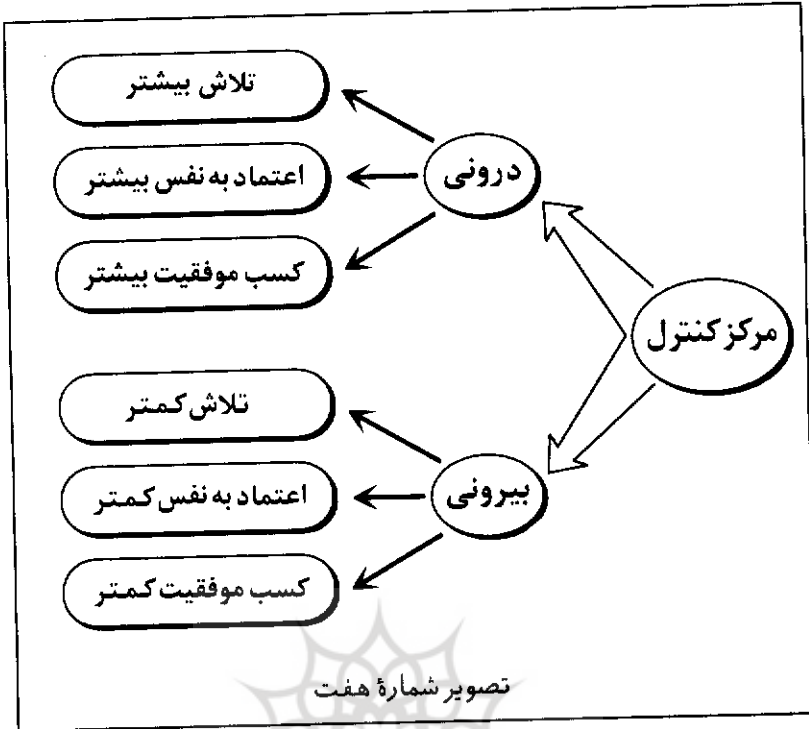


دارد و به تعبیر راتر، مرکز کنترل او^۸ بیرونی است. افرادی که مرکز کنترل بیرونی^۹ دارند، بیش‌تر موفقیت‌های خود را به شانس و تصادف و اموری نظیر این‌ها احاله می‌دهند و وقتی که از آن‌ها می‌پرسید چطور شد که در این درس نمره خوبی گرفتید، می‌گویند: شانس آوردیم. اما کسانی که مرکز کنترل آن‌ها درونی^{۱۰} است وقتی که در مقابل چنین سؤالی قرار می‌گیرند، می‌گویند: خوب معلوم است تلاش کردیم تا توانستیم نمره خوبی را اخذ کنیم. کسانی که مرکز کنترل آن‌ها بیرونی است، اعتماد به نفس^{۱۱} کم‌تری دارند، ضمناً واقع‌بینی آن‌ها هم کم‌تر از کسانی است که مرکز کنترل آن‌ها درونی

است. مانند تصویر شماره هفت. حال سؤال این است که در برخورد با این گونه فرزندان باید چگونه رفتار کنیم؟

در پاسخ باید گفت که وظیفه داریم این دانش‌آموزان را با اهمیت سعی و تلاش خودشان آشنا گردانیم تا دریابند که علت موفقیت یا عدم توفیق آنان بستگی به تلاش یا عدم کوشش آن‌ها دارد و نه به شانس و اموری نظیر این‌ها. باید به آن‌ها تفهیم کرد که عنصر تعیین‌کننده اساسی عزم و اراده آنان است و نه شانس و تصادف. یکی از وظایف مشاوران هم این است که این گونه دانش‌آموزان را با واقعیت آشنا گردانند. در تعریف مشاوره گفته‌اند که





ویژه مخرب است و باید تلاش نمود که او خود را باور کند و به توانایی های خود ایمان بیاورد. این امر از طریق سپردن نقش هایی در حد توان بسرای او میسر می گردد. پس نقش اطرافیان فرزند در اعتماد به نفس او بسیار مؤثر است و حتی یکی از جامعه شناسان به نام کولی، سخن از خود آئینه سان^{۱۲} دارد و می گوید اگر انسان کاری بکند که خوب و موفق باشد و مورد تحسین اطرافیان قرار بگیرد، مفهوم خود در نزد او بالا می رود و برای خویشتر ارزش بیشتری قائل می شود و بالعکس^{۱۳}. هورنای که از صاحب نظران مکتب روانکاوی است می گوید فردی که تحقیر می شود، به جای شکوفا کردن استعدادهایش در صدد مقابله با اضطراب هایی بر می آید که حاصل تحقیر کردن هاست^{۱۴}. پس با احترام گذاشتن به فرزند، سپردن نقش هایی در

مشاوره عبارت است از کمک کردن به فرد تا با واقعیت رابطه مفیدتری برقرار کند. پس وقتی که دانش آموز در باید موفقیت او در گرو تلاش وی است، بیش تر تلاش خواهد کرد. نکته دیگر این است که این گونه فرزندان به علت کمی اعتماد به نفس، به جای تأکید بر کار و تلاش خود و اهمیت قائل شدن برای نقش خود، بر عوامل بیرونی مانند شانس تأکید می نمایند. پس وظیفه دیگر این است که برای افزایش اعتماد به نفس آنها تلاش کنیم. برای این منظور ضمن مراجعه به مشاوره متخصص و متعهد برای حل معضل او، خود نیز باید در خانواده رویه های مناسب تری در پیش بگیریم و از اموری که از اعتماد به نفس او می کاهد، پرهیز نماییم. به کار بردن جملاتی نظیر این که: تو موفق نمی شوی، امیدی به تو نیست، برای چنین فرزندانگی به

بارها شاهد حضور دانش‌آموزانی در مراکز مشاوره بوده‌ام که والدین آن‌ها اظهار می‌داشتند فرزندشان در ریاضی قوی نیست و دلیل عمده آن هم این است که او تمرین نمی‌کند. بارها والدین اعلام کرده‌اند که فرزندانشان در شب‌های امتحان به جای تمرین کردن به دفترچه تمرین ریاضی خود صرفاً نگاه می‌کنند و این امر باعث می‌شود که آن‌ها درس ریاضی را خوب یاد نگیرند. حال در برخورد با این دانش‌آموزان چه باید کرد؟

نخست باید به دانش‌آموزان تفهیم گردد که هر درسی روش‌های خاصی برای مطالعه و یادگیری دارد که جز با به کار بستن آن روش‌ها یادگیری مطلوب آن ممکن نیست. درس ریاضی نیز برای یادگیری محتاج به تمرین است. ثورندایک یکی از اموری که مورد تأکید قرار می‌دهد، تکرار و تمرین^{۱۶} است. انجام تمرینات مختلف، باعث می‌شود که ذهن فرزند ورزیدگی خاصی پیدا کند و دربابد که مسائل ریاضی متعدد و متنوع‌اند و هر یک با شکل خاصی مطرح می‌شوند و راه حل‌های گوناگونی را هم می‌طلبند. لذا حل یک مسئله ریاضی به تنهایی کافی نیست و اگر کسی بخواهد در درس ریاضی موفق باشد باید تمرینات زیادی حل کند تا به خوبی بر مباحث تازه ریاضی تسلط یابد. لذا اگر دانش‌آموزی روحیه تمرین حل کردن ندارد، غالباً فرد مناسبی برای انتخاب رشته ریاضی - فیزیک نیست. پس تمرین لازمه موفقیت در مطالعه و یادگیری درس ریاضی است. علوم دیگری هم که به ضرورت از ریاضی بهره می‌گیرند، نیازمند تمرین‌اند، مانند دروس فیزیک و شیمی و ...

البته گاه عدم تمایل دانش‌آموز به انجام

حد توان به او و کاهش اضطراب‌های وی به افزایش اعتماد به نفس او کمک می‌کنیم. نتیجه آن که گاهی داشتن احساس بلد بودن و اعلام این امر، راهی برای نجات از فشارها و تأکیدهایی است که والدین بر مطالعه کردن دارند و فرزند علاقه‌ای به آن ندارد. دوم این که گاه فرزند وی که می‌گوید بلد هستم، واقعاً بلد است اما موانعی بر سر راه او قرار دارد مانند اضطراب و اختلال توجه و نظایر آن که باید آن‌ها را از سر راه فرزندانش برداشت تا بتوانند در تحصیل موفق شوند. نکته سوم این که برخی از فرزندانش ما دارای مرکز کنترل بیرونی هستند که باید آن‌ها را با واقعیت‌ها آشنا گرداند و بر میزان اعتماد به نفس آنان افزود.

۲۳- خواندن و مرور کردن به جای تمرین کردن

سؤال این است که برای یادگرفتن دروس ریاضی چه باید کرد؟ نخست باید دانست که ریاضی درس مهمی است و این خلدون در خصوص اهمیت آن می‌نویسد: "بر سر در خانه^{۱۵} افلاطون این جمله را نوشته بودند: "هر کس هندسه نداند، به این خانه وارد نشود." استادان ما می‌گفتند ممارست در علم هندسه برای اندیشیدن به مثابه صابون برای جامه است که از آن ناپاکی‌ها و آلودگی‌ها را می‌زداید و آن را از هرگونه پلیدی پاک می‌گرداند. حال که درس ریاضی تا این حد از اهمیت برخوردار است، شیوه یادگیری آن نیز مهم تلقی می‌شود. لذا بدون به کارگیری روش مناسب، هرگز نمی‌توان به مطالعه و یادگیری دروس ریاضی پرداخت. روش مناسب برای یادگیری ریاضیات، انجام تمرینات ریاضی است.



گونه‌ای عمل کنیم که فرزندان ما برای تمرینات ریاضی احساس رغبت کنند و این درس که خود نیز از ریاضت گرفته شده است و همراه با دشواری است، با مشورت‌ها حلاوت بیشتری پیدا کند و علاقه فرزندان را به خود معطوف دارد.

کتاب‌هایی که حاوی تمرین‌های ریاضی است می‌تواند در اختیار فرزند قرار بگیرد، تا برای یادگیری بیشتر به حل آن‌ها بپردازد. علاوه بر این‌ها در صورت تسلط والدین بر دروس ریاضی، آن‌ها نیز می‌توانند در شب‌های امتحان برخی از تمرین‌های کتاب را به فرزند خود بدهند و با شناخت ضعف‌های او، نسبت به رفع آن‌ها اقدام نمایند.

نکته اساسی‌یی که باید بر آن تأکید شود این است که برخی از دانش‌آموزانی که در شب‌های امتحان دفترچه تمرینات ریاضی خود را باز می‌کنند و به آن نگاه می‌کنند باید به ایراد

تمرینات ریاضی، بلد نبودن مباحث قبلی است و تا او آن‌ها را نیاموزد، قادر نیست که از عهده حل تمرینات جدید برآید. نکته دیگر هم این است که ممکن است فرزند درس ریاضی را در هنگام خستگی مورد مطالعه قرار بدهد و فرصت و آمادگی تمرین را نداشته باشد. پس برای یادگیری و تمرین درس ریاضی، باید آن را در موقع مناسب مورد مطالعه قرار داد و آن موقع معمولاً پس از بیدار شدن یا رفع خستگی است.

مسئله دیگری که در تمرین ریاضی مهم تلقی می‌شود این است که نباید به فرزند بیش از حد تکلیف و تمرین ریاضی داد و معلم نیز باید به این امر توجه کند که تمرینات بیش از حد موجب خستگی و بی‌زاری از حل تمرینات ریاضی می‌شود. راه دیگر برای توجه دادن فرزندان به انجام تمرینات ریاضی، استفاده از روش‌های تشویق و تقویت است. یعنی باید به

برای آنان فراهم می‌سازد.

برای اتخاذ رویه مناسب برای برخورد با این دانش‌آموزان باید آن‌ها را با درجات مختلف هوش آشنا کرد و به ایشان تفهیم نمود که هر کس با دیگری فرق دارد و به این امر در روان‌شناسی تفاوت‌های فردی می‌گویند. پس همان‌طور که صورت و ظاهر افراد با هم فرق دارد، میزان هوش^{۱۷} و استعداد‌های آن‌ها نیز با یکدیگر متفاوت است. هوش شبیه نردبانی با پله‌های گوناگون است که هر کس بر پله‌ای ایستاده است و این پله از برخی پله‌ها بالاتر و از بعضی پله‌ها پایین‌تر است. هر کس می‌تواند به قدر توان و هوش خود تلاش کرده، جایگاه و پله خود را حفظ کند و به همان میزان نیز مفید باشد. مضافاً این که همه دز پله‌های بالاتر قرار نگرفته‌اند (مانند تصویر شماره هشت). پس هر کس در این دنیا جایگاهی دارد و ضمن تلاش برای رشد و بالندگی باید به مفید بودن خود در آن جایگاه بیندیشد. لذا گفته‌اند:

جهان چون خط و خال و چشم و ابروست
که هر چیزی به جای خویش نیکوست
باید به فرزند تفهیم کرد که مثلاً یک کودک آموزش‌پذیر که بهره هوش او زیر ۲۵ است هر چه قدر تلاش کند نمی‌تواند در این نردبان به پله‌های بالاتر برود، یا کودکان مرزی هر چه مطالعه کنند، نمی‌توانند در پله‌های مربوط به افراد متوسط قرار بگیرند. پس گاه ممکن است شاگرد متوسطی با تلاش بیشتر بتواند نمره‌ای در حد نمره شاگرد ممتاز بگیرد، اما این امر معمولاً وقتی اتفاق می‌افتد که شاگرد ممتاز که فردی تیزهوش است درس را نخوانده باشد، اما اگر شاگرد ممتاز نیز درس را به خوبی

استفاده از چنین روشی واقف گردند، زیرا در چنین حالتی چون راه حل‌ها در زیر مسائل نوشته شده است، دانش‌آموز به آن‌ها نگاه کرده، از آن‌ها عبور می‌کند و چون راه حل‌ها را می‌بیند فکر می‌کند آن‌ها را بلد است، یا لاف‌ها را فکر می‌کند که اگر راه حل‌ها را فقط نگاه کند کافی است و لذا مسائل و معماهای حل شده آسان می‌نماید و دانش‌آموز برای یادگیری آن تلاش نمی‌کند. به هر حال این نکته باید برای آن‌ها روشن شود که برای یادگیری دروسی نظیر ریاضی، تمرین کردن و فهمیدن لازم است و نه خواندن و نگاه کردن.










۲۴- ناامیدی از مطالعه به هنگام برخورد

با هم‌کلاسی‌های موفق

در مشاوره با دانش‌آموزان به مشکل خاصی برخورد کرده‌ام که برای برخی از آنان پیدا می‌شود. این مشکل هنگامی بروز می‌کند که دانش‌آموزی به رغم تلاش‌های بسیار نمی‌تواند به عنوان شاگرد ممتاز کلاس مطرح بشود و لذا از آن به بعد احساس سرخوردگی پیدا کرده، یا همچون گذشته مطالعه نمی‌کند و یا این که در اثر ناراحتی مطالعه را کنار می‌گذارد. راستی با این‌گونه شاگردان چگونه باید برخورد کرد؟ معمولاً یکی از سؤالاتی که این دانش‌آموزان در جلسات مشاوره مطرح می‌کنند این است که چرا با این‌که زمان مطالعه ما بیشتر از دانش‌آموز ممتاز کلاس بود، ما نتوانستیم نمراتی مانند نمرات او به دست آوریم؟ او با این که کم‌تر می‌خواند نمرات بهتری می‌گیرد. این امر باعث می‌شود که آن‌ها احساس بی‌میلی نسبت به مطالعه پیدا کنند و کم‌تر سراغ کتاب و مطالعه بروند و این امر زمینه عدم موفقیت را

که هوش امری است که در آن وراثت و محیط نقش اساسی و عمده‌ای دارند. هوش حاصل ضرب وراثت و محیط است، مانند مساحت مستطیل که حاصل ضرب طول در عرض آن است. از سوی دیگر مقدار هوش غالباً مقدار کم و بیش ثابتی است. پس آشنا کردن دانش‌آموزان با این واقعیت مهم می‌تواند به آن‌ها کمک کند تا لاق از هوش و استعدادی که دارند بهره بگیرند و درصدد رقابت نابجا با افرادی برنیایند که از بهره هوش بالاتری برخوردارند.

مسئله‌ای که در مورد تفاوت‌های هوشی مطرح کردیم کم و بیش در مورد استعدادها نیز مصداق دارد. این امر حتی در مورد دو دانش‌آموزی که از هوش مساوی برخوردارند نیز مصداق پیدا می‌کند. یعنی ممکن است از دو دانش‌آموزی که هر دو از بهره هوشی ۱۲۰ برخوردارند، در مورد خاصی، یکی استعدادی قوی‌تر از دیگری داشته باشد. بپاژه می‌گوید: آن چه دو فرد دارای هوش مساوی را از یکدیگر متمایز می‌کند، استعداد آن‌هاست. به هر حال این تفاوت در استعداد نیز ممکن است باعث شود که یکی از دو فرد دارای هوش مساوی از این که نمی‌تواند در زمینه خاصی با دیگری به رقابت پردازد از مطالعه کردن و تمرین نمودن دلسرد شود. برای جلوگیری از بروز چنین حالتی چه باید کرد؟ باید به دانش‌آموز تفهیم شود که برخی از استعدادها تحت تأثیر شرایط محیطی قرار می‌گیرند و کوشش فرد در آن‌ها مثمرتر خواهد بود. برای توضیح در این باره می‌توان به نظریات ترکسلر و نورث اشاره کرد که می‌نویسند: "وقتی که فرصت‌های یادگیری برای تمام اعضای یک گروه تقریباً مساوی

	خیلی سرآمد ۱۳۰ و بالاتر	△
	تیزهوش (سرآمد) ۱۱۵ الی ۱۳۰	△
	افراد متوسط بالا ۱۰۰ تا ۱۱۰ الی ۱۱۵	△
	افراد متوسط پایین ۹۰ الی ۱۰۰	□
	افراد مرزی ۷۰ الی ۹۰	▽
	عقب ماندگی ذهنی خفیف ۵۰ الی ۵۵ تا حدود ۷۰	▽
	عقب ماندگی ذهنی معتدل ۳۵ الی ۴۰ یا ۵۰ الی ۵۵	▽
	عقب ماندگی ذهنی شدید ۲۰ الی ۲۵ یا ۳۵ الی ۴۰	▽
	عقب ماندگی ذهنی عمیق ۵ الی ۲۰	▽

تصویر شماره هشت

I.Q طیف

(نمایش درجات مختلف هوشمندی)

خواننده باشد و شاگرد متوسط هم درس را خوب یاد گرفته باشد، معمولاً نمره شاگرد ممتاز بالاتر خواهد بود، مگر در موقعی که سؤالات امتحان به قدری ساده باشد که هم شاگرد ممتاز نمره عالی بگیرد و هم شاگرد متوسط و در غیر این صورت نمره این دو نفر برابر نخواهد بود.

نکته دیگری که باید به فرزندان که دارای هوش متوسط هستند، فهمانده شود این است

از طرف دیگر برخی از استعدادها به سهولت تحت تأثیر عوامل محیطی و تجربی قرار نمی‌گیرند. به عنوان مثال به نظر می‌رسد که استعداد در موسیقی و هنر، عوامل ارثی مهمی را شامل می‌شود.^{۱۸} پس در استعدادهایی که قابلیت رشد بیشتری دارند، می‌توان زمینه‌های لازم را برای رشد آن‌ها فراهم کرد و با پیشرفت در این زمینه‌ها، می‌توان از بروز دلسردی در مطالعه دانش‌آموزان پیش‌گیری به عمل آورده، موجبات موفقیت آن‌ها را فراهم ساخت.

پی‌نوشت‌ها:

- 1-PASSIVE
- 2- ACTIVE
- ۳- روش مطالعه، صفحه ۳۸.
- ۴- همان.
- ۵- سوره نجم، آیه ۳۹.
- 6- PERFORMANCE
- ۷- روان‌شناسی تربیتی، صفحه ۵۱.
- 8- LOCUS OF CONTROL
- 9- EXTERNAL
- 10- INTERNAL
- 11- SELF - CONFIDENCE
- 12- LOOKING GLASS SELF
- ۱۳- مقدمه‌ای بر جامعه‌شناسی، صفحه ۶۷-۷۷.
- ۱۴- عصبيت و رشد آدمی، صفحه ۱۰.
- ۱۵- مراد آکادمی افلاطون است.
- ۱۶- روان‌شناسی تربیتی، صفحه ۴۵.
- 17- INTELLIGENCE
- 18- APTITUD
- ۱۹- با استفاده از کتاب کودکان استثنایی، جلد اول، صفحه ۹۷.
- ۲۰- فنون راهنمایی، صفحه ۶۴.

باشد، اختلاف نمرات آن‌ها در تست‌ها، ناشی از تفاوت‌های آنان در استعدادها، علایق و انگیزه‌هایشان خواهد بود. محیط خانواده و همسایه‌ها در فرصت‌هایی که فرد برای یادگیری به دست می‌آورد، نقش مهمی ایفا می‌کنند. لذا عوامل محیطی را از این نظر می‌توان در میزان امتیازی که فرد در تست‌های استعداد به دست می‌آورد، مؤثر دانست. این امر در مورد آن دسته از تست‌ها که پیش‌تر تحت تأثیر عوامل فرهنگی قرار می‌گیرند، مانند تست‌های زبان یا ریاضیات، بیش‌تر صادق است. افراد متعلق به محیط‌های محدود که گرفتار فقر فرهنگی هستند، در ارزیابی به وسیله این گونه تست‌ها عقب‌ماندگی بیش‌تری نشان می‌دهند. اقدامات درمانی در توسعه لغات و خواندن می‌تواند به شاگرد در بهبود استعداد کلامی‌اش کمک کند. هم‌چنین اقدامات مشابه در زمینه حساب نیز می‌تواند استعداد طفل در ریاضیات را قوت بخشد. دوره‌ای در مهندسی طراحی وجود دارد که ظاهراً می‌تواند استعداد فرد را در درک روابط فضایی وسعت بخشد.

