

كيف نتذكر

الأسس العلمية للاستذكار

تأليف

كليفورد مورجان و جون ديز

ترجمة

أحمد محمد العيسوي

الجزء الأول

** معرفتي **

www.ibtesama.com

مكتبات مجلة الإبتسامة

**** معرفتي ****
www.ibtesama.com
منتديات مجلة الإبتسامة

كيف تُذاكر

الأسس العلمية للاستذكار

الجزء الأول

**** معرفتي ****
www.ibtesama.com
منتديات مجلة الإبتسامة

كيف تُذاكر

الأسس العلميّة للاستذكار

تأليف
كليفورد مورجان و جون ديز
ترجمة
أحمد محمد العيسوي

الجزء الأول

مؤسسة دار الكتاب الحديث
للطباعة والنشر والتوزيع
الصفحة - الكويت

**** معرفتي ****
www.ibtesama.com
منتديات مجلة الإبتسامة

حقوق الطبع محفوظة
الطبعة الأولى
١٩٨٥/١٤٠٥

المقدمة

كتاب له قيمته ومكانته وجدته .

فهو الى جانب ما بذل في تأليفه من نصب ووصب مجوي بشمول تام النصائح والارشادات والتعليقات التي إن أخذ بها الطالب واحتداها وطبقها يستفيد اعظم فائدة ، ويخطو الخطى الواسعة في مدارج العلم والتطور العلمي ، بل في مدارج التنظيم الاداري الصحيح لما يتوخاه من دراسة وتقديم وفلاح .

والأخذ بما ورد فيه متى طالعه بتمعن وادراك يستوعب الكثير الكثير مما استبهم عليه فهمه ، ويتخطى تلك الدرجة او الدرجات التي قد يجد الطالب نفسه فيها متحيرا مترددا يضرب احماسا لأسداس ، ولا يعرف من أين يبدأ أو أين ينتهي . افاضة ما بعدها افاضة ، شملت كل التفاصيل ، واحتوت ما لا نجده في الكتب الشبيهة من ارشاد وتنوير .

إنه كتاب الادارة ، فيه تنظيم للوقت ، والدرس والعمل .

وإنه كتاب النفس ، فيه الحجم من البحث في نواح خطيرة هامة من الهداية النفسية - نصائح تصرف عن امور لا تفيد ، واخرى لمحت على امور فيها من الفائدة التي تربو على كل قياس .

إنه التنظيم الفريد اذا اقتبس منه الطالب كان الجني عظيماً ، وكان الكسب لا يضاويه كسب .

اجل ، التنظيم الرشيد الذي يبدد حيرتك ، ويلاشي بلبلك .

انه الفن في الدراسة ، انه محاسبة النفس ، بتمعن ونزاهة انطلاقاً مما نعرفه وما نجهله . وهذه المحاسن النفسية جوهرية في العلم ، فهي تجدد المعالم ، وتبدد الضباب الذي يعترى سماءنا .

انه التحليل العادل لمواطن الضعف فيك ، كي تتمكن بالتعقل والحكمة من تلافي الاخطاء والامور المنحرفة عن السوية ، في كل أداء لك .

ومختصر القول انه الدافع للتقدم الحثيث في كل مضمار لأنك في الجامعة ، تحل المشاكل المستعصية ، وتزيل العقبات وتذلل الصعاب .

انه السؤال والاستفهام ، تسأل عن واجباتك اليومية وتقررهما ، وتستفهم عن فروضك فتفضل الأخذ بهذا ، قبل الأخذ بذاك .

انه المذاكرة ، وتعيين اوقاتها ، وبعبارة اوضح ، انه توزيع الوقت بأناة وصبر وإخلاص لنفسك ولوقتك .

إنه الامتحان لما ينتظرك من امتحانات . وإنه المواظبة ، والتضحية ، والاهتمام بتدوين المذكرات وتنظيمها والرجوع اليها .

انه تكوين الملفات اللازمة للمحاضرات مع هوامش من الملاحظات التي تتبعها انت . انه تعيين غط القراءة عن تفكير وروية . . القراءة التي يكون لها هدف واستخلاص ، بل واستخراج الافكار الرئيسة ، والتفاصيل التي لا تستغني عنها ، مع التحاليل اللازمة لكل فقرة ونبذة .

والعينان لها دور ايضا ، فهما تعلمان من الكتاب كيف تقرأن ، وكيف تكفان ، وكيف تأملان متى كفتا .

إنه التوسع في مجال التعرف على ما لا تعرف . انه المسح الفكري لكل كتاب .
وتلخيصه في مخيلتك وذاكرتك بشكل صحيح وافر .

وغير هذا الكثير يضيق المجال عن سرده ، ولا مراء في أن ما احتواه الكتاب
يدخل ضمن باب الادارة والتنظيم والاساليب ، ولكن بصورة موسعة مفصلة ،
مدعومة بالارقام والرسوم التفصيلية المؤكدة لنظرية ما والمثبتة لفكرة من الأفكار .

أجل انه كتاب الادارة والتنظيم والاساليب ، وقد يقال انه مرجع شامل
للطالب في جميع درجات العلم ومدارجه .

وجدير بالتنويه هنا ان في الكتاب تحبذا لتعلم لغة اجنية او أكثر ، لان في
تعلم اللغة الاجنية مجالاً فسيحاً تتسع فيه الآفاق وتنمو المدارك . ويتسنى لك متى
تعلمت اللغة الاجنية ان تستفيد ابلغ فائدة من الآراء الحديثة التي يطالعنا بها الغرب
من آن الى آن .

اللغة الاجنية من الضروريات ، فتعلمها لترقى بمعلوماتك الى اعلى
المستويات ، فتكون هذه اللغة ظهيرا للفتك الاصلية .

وفي الكتاب فصول كثيرة عن قراءة الرسوم البيانية واستخدامها ، ثم
الاستعانة بالجداول لتقويم المعلومات التي تجدها في هذه الرسوم .

ماذا نقول أيضا في مقدمتنا ؟ هل نذكر المهارات الاساسية التي أوحى بها ،
هل نذكر النسب الكيميائية والمعادلات ، والأسس والجذور ، واللوغاريتمات ،
والجذر ، والجذر التربيعي ، وجداول من اصناف متعددة ، والاعداد السالبة ،
وكل ما يمت بصلة الى الرياضيات والحساب .

ماذا نقول عن تقبل العون وتقديم المساعدة ؟ اولى في هذا شهامة وتواضع
متوازيين على خط واحد .

ولا يغفل الكتاب عن الافلام الشفيفية التي بصورها المتحركة تعتبر من أجود
ما ابتكره العلماء من أساليب وبرامج . ناهيك عن التلفزيون الذي يتحفك

بالاشرة الوثائقية ، وناهيك عن التعليم المبرمج .

ولم يغفل واضع الكتاب عن المعلمين ودورهم وواجباتهم ، لم يغفل عن المرشد العلمي والمساعدات من مصادر خاصة ، والنجاة من مآزق نجد نفسك فيها ، والسلوك الشخصي ، والمجتمع والاندماج فيه .

ويتشي الكتاب في آخره الى البحث في الحياة الجامعية ، وما تنتهجه فيها ، وما تضعه من مخططات مهنية ، وما تأمل أن تصل اليه يوما من تقدم ، وما تصبح نمكنا منه من التعرف على قدراتك .

انه الادارة والتنظيم والاساليب . وفي مقدورك متى قرأت صفحاته أن تبدل وتعديل في معظم مناهجك وأساليبك وخططك .

فبالادارة والتنظيم والاساليب ، تستحيل الى شخص متدبر ، منظم ، ذي أسلوب صحيح كامل .

وفي هذا الكتاب لا يسعنا إلا أن نقول بأنه الأسلوب الكامل المتكامل الجدير بكل ثناء واطراء .

تصدير المؤلفين

كتب هذا الكتاب للعدد المتزايد من الطلاب الذين يتابعون دراساتهم بعد المرحلة الثانوية. فهو كتاب لكل طالب علم يدرس أو يخطط للدراسة ، سواء أكان طالبا نظاميا أو منتسبا الى كلية أو جامعة أو معهد عال للهندسة أو التدريس ، وغيرها من معاهد التعليم العالي . ويمكن الاستفادة من هذا الكتاب بطريقتين : اتخذاه كبرنامج منتظم في كيفية الاستذكار أو تعلم نفسك بعض عادات الاستذكار الجيدة .

فالكتاب دليل عملي في طرق الاستذكار ، إذ يقدم إرشادات محددة لتخطيط واستغلال الوقت ، واستخراج فوائد الكتاب المقرر ، وتحديد وكتابة الملاحظات ، والاستعداد للامتحانات والتعامل معها . ويعطي توجيهات مفيدة فيما يتعلق بالمشكلات الخاصة كتعلم اللغات الأجنبية ، والعلوم ، والرياضيات ، وكيفية كتابة التكاليف والتقارير المختلفة . فالعمل الذي نقدمه هنا حصيلة سنوات من البحث التربوي الذي تمت تجربته بنجاح على آلاف من الطلاب ، وندرك جيدا مدى صلاحيته وإيجابيته .

وعلى الرغم من أنه ليس من المتأخر أبدا أن تطور مهارات إستذكارك (وهي مهارات ذات قيمة كبيرة في الحياة اليومية العادية كما هي في الحياة المدرسية) فانها تكون مبكرة بالكاد من حيث البدء . فاذا كنت طالبا بالمدرسة الثانوية وتخطط

للدراة بعد هذه المرحلة فاننا نحثك أن تقرأ وتتقن الأساليب الواردة هنا . ونعتقد أن على والديك أيضا قراءة هذا الكتاب كي يكونا عوناً لك ، ويتفهما بشكل أفضل بعض المشاكل الأكاديمية التي ستواجهها .

إن تعلم كيفية الاستدكار ليس أمراً سهلاً . فعليك أن تفعل ما هو أكثر من قراءة كتاب كهذا على عجل . بل الواجب ان تعمل على إكتسابها بجد ، وأن تطبق التمرينات الموجودة في الكتاب ، وأن تفعل الأشياء الأخرى التي يطلب منك عملها بالتحديد . واجعل الكتاب قريبا منك فان صادفتك مشكلة فاستعن به كمرجع . وانظر الى القسم الذي تقع فيه مشكلتك وحاول جاهدا أن تطبق الحل الذي وصفه . قد تستغرق بعض الوقت حتى تضع موضع التدريب كل الأساليب الفنية الموجودة هنا . لكنك إن اجتهدت في اكتسابها سريعا فستعود عليك بموفور الفائدة .

لقد طورت هذه الطبعة كثيرا عن الطبعة الأولى بفضل التعليقات المفيدة التي تلقيناها من أناس عديدين يضيق المقام عن ذكرهم كل باسمه . وهم من الطلبة ، والمدرسين ، والمكتبيين ، والمؤلفين ممن قرؤوا الطبعة الأولى ولفتوا إنتباهنا لبعض النقاط أو اقترحوا تضمين بعض الرؤوس وتوسيع البعض الآخر . لهؤلاء جميعا نقدم خالص الامتنان . فقد ساهموا معنا في جعل الكتاب أكثر تحديدا واستكمالا وأوفر حداثة من الكتاب الأول .

وأخيرا نزجي شكرا خاصا للسيدة آن ل . سانفورد Ann L . Sanford التي ساعدت الى جانب طباعة الأصل في الأبحاث المكتبية ومراجعة البروفات .

كليفورد مورجان

جيمس ديز

الفصل الأول

التعليم الكفاء

إذا كنت تدرس ، أو تنوي الالتحاق بأحدى الجامعات ، أو إذا كنت تحصل على دراسات مسائية ، أو أي أنواع التعليم المنظم فوق مستوى المدرسة الثانوية ، فهذا هو الكتاب الذي تحتاجه . وكما يتضمن عنوانه ، فهو يتعلق بالدراسة ، الدراسة بمعناها الواسع الذي يجب أن يقوم به جميع الطلبة ليصبحوا ناجحين في دراساتهم ، وللقيام بكل ما يتطلبه ذلك بكفاية وفعالية .

إن الدراسة والتعليم ، يتطلبان مجموعة من المهارات التي يجب تطويرها والتدريب عليها للمستويات التعليمية المختلفة ، ولأنواع المواد الدراسية المتعددة . وبالطبع فإن مهاراتك كانت كافية ، وربما كانت ممتازة لمستوى المدرسة الثانوية ، وإلا فكيف وصلت إلى الالتحاق بالجامعة . ولكن هناك احتمال بأنها غير كافية لمتطلبات الدراسة والعمل في هذا المستوى . وعلى الأقل فإن هذا هو ما استتجه التربويون المهتمون بعادات الدراسة فيما يتعلق بالغالبية العظمى من طلبة الكليات . ولذلك فإنك لو ألقيت نظرة فاحصة على عاداتك الدراسية ، فإنك - بدون شك - ستجد أنك تمارس بعض العادات - وربما الكثير منها - بطريقة غاية في السوء . ولهذا فإن الهدف من هذا الكتاب هو مساعدتك على اكتشافها ، وإيقافك على كيفية تحسينها فيها . فإذا نجح الكتاب في هذا - وهناك الآلاف من الطلبة الذين شهدوا

بهذا - فانه سيكون اكثر قيمة من أي كتاب آخر تستخدمه في كليتك .

ويبين مسح مشاكل طلبة الكليات ان الدراسة غير السليمة هي من أهم مشاكل الطلبة واكثرها ثباتا . وتبين تلك المسوح ايضا أنه من الممكن مساعدة الطلبة الذين يعترفون بأن طرق الدراسة الخاطئة هي احدى المشاكل التي يواجهونها . والواقع انه عن طريق إتباع طريقة منظمة لحل هذه المشاكل ، فانك تستطيع الوصول الى طرق تناسبك ، وهذا ما سيحاول هذا الكتاب القيام به : إنه يعتني بوصف الطرق الحديثة للدراسة ، والتي أدت إليها البحوث والطرق المسحية المختلفة ، وأن يقدمها لك بطريقة تمكنك من استخدامها .

من الذي قد يتحسن

هذا الكتاب ليس للطلاب الضعيف فقط ، اذ أن الطالب الجيد كالتالي الضعيف يستطيع الاستفادة منه لأنه سيصبح اكثر كفاءة في عاداته الدراسية . ان الطالب الضعيف ، أي الطالب الراسب ، أو الذي ينجح بالكاد ، يشعر بالحاجة اكثر بسبب خطورة حالته ، ولكن الطالب الجيد يستطيع في بعض الاحيان الاستفادة من هذا الكتاب بتعلمه للطرق الصحيحة اكثر مما يستطيع الطالب الضعيف . وهناك الآن العديد من الجامعات التي تقدم مقررات في كيفية الدراسة ، إما كمقررات منفصلة أو كجزء من مقررات توجيهية . وفي البداية كانت تقدم تلك المقررات للتلاميذ الذين يعانون من صعوبات فقط ، ولكن بمرور الزمن ، تبين ان اكثر الطلبة إمتيازاً يستطيعون الاستفادة أيضا من هذه المقررات ، وغالبا ما يكونون أكثر المستفيدين منها .

وعلى هذا ، وبصرف النظر عن مدى اعتقادك بكفاءة طريقة دراستك ، فانه يجب ان تمضي بعض الوقت مع هذا الكتاب إذ أنه يحتوي على بعض الأشياء التي لا تعرفها . والتي ستعود عليك بالنفع الكثير . فاذا كنت تحصل الآن على درجات ممتازة ، فانه قد يصعب عليك أن ترفع من متوسطك ، ولكن ربما يكون اكثر اهمية

من ذلك ، انك قد تستطيع الوصول الى نفس المستوى مع بذل جهد وإنفاق وقت أقل بالإضافة لرضى أعظم وقيمة أكثر بقاءً . وإذا كنت تحصل على تقديرات أقل من التقديرات العليا ، فانك تستطيع الحصول على الفوائد السابقة ، بالإضافة لرفع معدل تقديراتك ، وخاصة في المواد التي تسبب لك قدرا أكبر من المشاكل .

فن الدراسة

والآن ، ما هي الدراسة ؟ ربما كنت تعتقد أنها ما تفعله عندما تجلس ومعك كتاب لتستعد للمحاضرة التالية أو لاختبار ما . وهذا بالطبع جزء من العملية ، ولكنه جزء يسير منها . إن الدراسة حقيقة هي الجهد الكلي للتعلم ، ويحدث التدريب الناجح فقط عندما تتعلم تعليماً جيداً وذا كفاءة . ولكي تحصل على فكرة محددة عن كل الأشياء التي تتضمنها الدراسة السليمة ، والنقائص التي قد تعاني منها ، عليك بقراءة أسئلة استبيان مهارات الدراسة والإجابة عليها (لتعرف الى أي مدى أنت طالب جيد) وسوف نستعرض النقاط بصورة عامة في الفقرات التالية .

ما هو مدى كفاءتك

إن فن الدراسة يبدأ بطريقة إدارتك لحياتك ، فصاحب المصنع الذي ينتظر حتى تنفذ مواد الخام قبل ان يشتري مخزونا جديدا ، لن يكتب له الإستمرار في العمل ، وكذلك الطالب لن يكون اداؤه جيدا إذا انتظر اقتراب ميعاد الامتحان ليبدأ في دراسته ، او ميعاد تقديم ابحاثه ليبدأ في عملها .

تنظيم الوقت

لكي تستطيع مواصلة الدراسة ، يجب ان تنظم وقتك . ولذا يجب ان تخطط مقدما لليوم وللأسبوع ، بل وحتى للفصل الدراسي ، وعندما تبدأ من الصباح ، يجب ان تكون لديك فكرة واضحة عما ستقوم به في هذا اليوم ثم تلتزم به للدرجة معقولة ، ويجب ان تفعل نفس الشيء ، بالنظر الى أبعد من ذلك ، كالنظر للوحدات

الهامة في جدولك الدراسي ، كالاختبارات القصيرة والاختبارات ، والبحوث الخاصة بالفصل الدراسي . وبدون هذا التنظيم لن يكون لديك الوقت الذي تحتاجه للقيام بالدراسة المطلوبة منك . إن مهارات الدراسة لن تنفعك كثيرا إذا لم تسيطر على هذه الأشياء بدرجة تمكنك من استخدامها .

ولا يعني تنظيم الوقت عدد ساعات الدراسة الاسبوعية فقط ، او تأكدك من أنك قد أدت عملك في الوقت المحدد ، اذ أن هناك أسبابا محددة لعمل الأشياء في أوقات معينة ، مثال ذلك : دراستك للغة الانجليزية* أو الكيمياء في ساعة معينة من اليوم بدلا من ساعة أخرى ، ولن نستطيع تناول هذه الأسباب الآن ، ولكننا فيما بعد سنساعدك في وضع الجدول ، وتنظيم الوقت الذي يناسب حالتك الخاصة ، ونوضح لك طريقة تعديله على ضوء خبرتك في تنفيذه .

ما هي درجة امتيازك كطالب ؟

اقرأ بعناية ، كل سؤال من الأسئلة التالية ، وأجب عنها بأمانة بكتابة كلمة « نعم » أو « لا » في الفراغ الموضح أمام كل سؤال . وعندما تنتهي من إجابتك انظر تعليقات التصحيح في نهاية الاختبار .

١ - هل تظن أن هناك أي شيء يمنعك من أداء عملك على أكمل وجه ؟

٢ - هل اعتدت أن تدرس في نفس المكان يوميا ؟

٣ - هل اعتدت أن تعرف في الصباح كيف ستضي يومك ؟

٤ - هل يوجد على مكتبك أي شيء قد يصرف انتباهك عن عملك ؟

٥ - هل كثيرا ما تتخطى الرسومات التخطيطية والجداول التي توجد في

كتابك الدراسي ، عندما تدرس ؟

* اورد المؤلف اللغة الألمانية ولكننا اضيفناها باللغة الانجليزية كلفة تشجع دراستها في وطننا العربي (المترجم) .

- ٦ - هل كثيرا ما تقوم بعمل رسومات تخطيطية أو خرائط مبسطة لتوضيح بعض النقاط المتصلة بقراءتك ؟
- ٧ - هل اعتدت أن تبحث في القاموس عن الكلمة التي تقرأها ولا تعرف معناها ؟
- ٨ - هل اعتدت على تصفح الفصل قبل أن تقرأ بالتفصيل ؟
- ٩ - هل اعتدت على إلقاء نظرة سريعة على الفصل الذي تقرأه ، للتعرف على عناوين الفقرات المختلفة ؟
- ١٠ - هل اعتدت على قراءة الملخص الذي يوجد في نهاية الفصل قبل قراءته ؟
- ١١ - هل تحفظ المذكرات الخاصة بكل مادة مع بعضها البعض ؟
- ١٢ - هل أنت معتاد على كتابة مذكراتك في المحاضرة بطريقة مختصرة ؟
- ١٣ - هل أنت معتاد على كتابة مذكرات موجزة عن قراءاتك ؟
- ١٤ - هل تحاول عادة أن تلخص قراءاتك في جملة أو فقرة قصيرة ؟
- ١٥ - بعد قراءتك لفصل ما وتدوين ملاحظتك عليه ، هل أنت معتاد على كتابة ملخص له ككل ؟
- ١٦ - هل تستذكر الى وقت متأخر في الليلة السابقة للامتحان ؟
- ١٧ - لكي تستعد للامتحان ، هل تحاول حفظ الكتاب عن ظهر قلب ؟
- ١٨ - عندما تستذكر بعض الأشياء عن ظهر قلب ، هل اعتدت أن تحاول استذكارها كاملة في جلسة واحدة ؟
- ١٩ - هل تحاول في بعض الأحيان تحليل عملك لكي ترى فقط ، أين يجتمل أن تكمن أوجه ضعفك ؟
- ٢٠ - هل يحدث كثيرا ان تكتب اجابتك على سؤال ، ثم تتحقق بعدئذ ان هذه الاجابة تبدو كما لو كانت اجابة على سؤال آخر في الاختبار ؟
- ٢١ - هل تحاول شعوريا استخدام بعض الحقائق التي تعلمتها في أحد

المقررات لتساعدك في عملك في بعض المقررات الاخرى ؟
٢٢ - هل اعتدت على كتابة مذكراتك في الفصل بأقصى سرعة تستطيع
الكتابة بها ؟

منذ عدة سنوات ، قدمت ليولا كول بريسي Luella Cole Pressy اسئلة
كالاسئلة السابقة لخمسين طالبا ممتازا وخمسين طالباضعيفا من طلبة جامعة ولاية
اوهايو Ohio State University ، فوجدت أن الطلبة الممتازين غالبا ما أجابوا
بالطريقة التالية وذلك بمقارنتهم بالطلبة الضعاف .

(١) لا	(٧) نعم	(١٣) نعم	(١٩) نعم
(٢) نعم	(٨) نعم	(١٤) نعم	(٢٠) لا
(٣) نعم	(٩) نعم	(١٥) نعم	(٢١) نعم
(٤) لا	(١٠) نعم	(١٦) لا	(٢٢) لا
(٥) لا	(١١) نعم	(١٧) لا	
(٦) نعم	(١٢) نعم	(١٨) لا	

تنظيم العمل

وبالاضافة لتنظيم الوقت ، يتلزم فن الدراسة العديد من الأشياء التي
يحتمل أنك لم تأخذها بالجدية اللازمة ، مثال ذلك : وصولك للفصل في الموعد
المحدد حتى لا تفوتك تعليمات المدرس الخاصة بالدراسة والاختبارات ، وحرصك
على ألا يفوتك حضور المحاضرات إلا في حالات الضرورة القصوى ، وأن تجد
المكان الملائم للدراسة والخالي من التشويش ، والتأكد من جودة الاضاءة وتوفير
الأدوات اللازمة وغير ذلك من التسهيلات الفيزيقية اللازمة للعمل . وأن تعرف متى
وأين توجه أسئلتك للمدرس فيما يتعلق بدراستك ، وأن تنظم العوامل التي قد
تتطفل على تنظيمك لأوقات عملك ، وأن تقاوم الاغراءات التي قد تعمل على
تأجيلك للدراسة ، وأن تتبع التعليمات التي يتطلبها العمل المفصل الخاص بكل

مقرر دراهمي . وأن تتوفر لديك المواد اللازمة لأخذ مذكرات منظمة ، وأن تحفظ تلك المذكرات بطريقة منظمة تسهل الوصول إليها . والواقع أن بعض هذه النقاط قد تبدو واضحة ، في حين أن البعض الآخر قد لا يبدو كذلك . وحتى عندما نتعرف بأهميتها ، فإنك قد لا تنجح في عمل ما يجب أن تفعله حيالها ، ومن ثم فإنك قد تحتاج للمساعدة في التطبيق لأكثر الأشياء وضوحا .

وللاشارة إلى هذه الأشياء فإننا سنسأل مجموعة من الأسئلة متسلسلة ، ولذلك فالملطوب منك أن تقرأها بكل عناية ، وأن تسألها لنفسك ، وأن تحاول الإجابة عليها ، وبهذه الطريقة ستصبح قادرا على أن ترى ما سنغطيه فيما بعد ، وستعرف أين تستطيع الاستفادة من هذا الكتاب .

ما هي نوعية مذكراتك ؟

لنأخذ مشكلة المذكرات الخاصة بالعمل في الفصل وأثناء القراءة : هل تدون محاضراتك ؟ (إن البعض لا يدونها) . ما هي نوعية المذكرات التي تدونها؟ هل تعتقد أنها كافية ؟ هل يلزمك الشعور بأن الاستاذ يضمن إختباراته نقاطا لا تناولها المحاضرات والقراءات المطلوبة منك ؟ إبدأ في الضكبر في جميع الأشياء التي تعتقد أنها خاطئة في مذكراتك والكيفية التي قد تستطيع تحسينها بها ، وستجد بعض الاقتراحات المحددة فيما يتعلق بذلك في الفصل الخامس .

هل تستطيع القراءة ؟

ستقول أن هذا السؤال من الأسئلة الغبية ، فانا بالطبع استطيع القراءة . فعلا ، إنك تستطيع القراءة ، ولكن هل فكرت في مدى جودة قراءتك ؟ إن بعض الناس ضعفاء في القراءة للغاية . إنهم أميون عمليا . هل فكرت في مدى سرعتك في القراءة ؟ (إن كل فرد تقريبا يستطيع القراءة بدرجة أسرع مما يقوم به بدون تدريب خاص لسرعة القراءة) . ما هو القدر الذي تتذكره مما تقرأ ؟ (إن معظم التلاميذ لا يستطيعون تذكر أكثر من نصف ما يقرأون ، حتى بعد قراءته مباشرة) . هل تستطيع

أن نحدد ما يستحق محاولة التذكر ؟ هل تقرأ الرسومات البيانية والجداول التي توجد في الكتاب ؟ هل تقرأ العناوين والبيانات الخاصة بها ؟ ماذا تفعل عندما تبدأ في قراءة تعين* من التعينات ؟ ماذا تفعل عندما تنتهي من قراءة التعين ؟ (بعض التلاميذ يخلقون الكتاب ويتحولون لشيء آخر) . ما هو عدد مرات قراءتك لتعين ما ؟ ومتى تقوم بذلك ؟ وهل تقرأ الكتاب المقرر بنفس الطريقة التي تقرأ بها رواية من الروايات ؟ وهل تقرأ الكيمياء بنفس الطريقة التي تقرأ بها الأنتروبولوجيا ؟ وإذا لم يكن الأمر كذلك ، فما هو الفرق ؟

كيف تقوم بعملية الاعداد ؟

وفي النهاية دعنا نشير بعض الأسئلة التي تتعلق باعدادك للدروس والامتحانات ؟ هل تقوم بالقراءة المطلوبة منك قبل أم بعد ذهابك للمحاضرة ؟ وإذا كنت تقوم بالقراءة قبل المحاضرة في بعض المقررات ولا تفعل نفس الشيء في مقررات اخرى ، فما هي تلك المقررات ولماذا ؟ وهل تذهب للمحاضرة ولديك بعض الأسئلة التي تود الحصول على إجابات عليها ؟ وما هو قدر مراجعتك لقراءاتك ومذكراتك ؟ ومتى تقوم بعملية المراجعة ؟ وهل تتبع نفس الطريقة في مراجعة جميع المواد أم أن مراجعتك تختلف من مقرر الى آخر ؟ ولماذا ؟ ولماذا يختبر إختبار المقال ؟ وماذا يختبر الإختبار الموضوعي ؟ وكيف يجب أن تكون المراجعة لهذه الأنماط المختلفة من الإختبارات ؟ وهل يدركك الوقت أثناء الامتحان قبل إنتهائك من الاجابة ؟ ولماذا ؟ وهل حدث أن وقعت في أخطاء سخيفة في الامتحانات أدت بك للحصول على تقدير منخفض ؟ وما هي تلك الأخطاء ؟ ولماذا تقع فيها ؟ وهل الامتحانات اليومية والاختبارات الأولى في المقرر تساعدك على الاستعداد وحسن الأداء في الاختبارات التالية ؟ وإذا لم يكن الأمر كذلك ، فلماذا ؟ (يجب أن تساعدك تلك الامتحانات والاختبارات) .

* ما يعينه الأستاذ للقراءة أو الدراسة .

* الأنتروبولوجيا أو علم الانسان هو العلم الذي يبحث في أصل الجنس البشري وتطوره وأعماله وعاداته ومعتقداته .

وقد تعتبر هذه الأسئلة كافية في الوقت الحالي ، حيث أن أكثر الطلبة إمتيازاً لا يعرفون الإجابة عليها بأكملها ، وحالما يعتقد الطالب انه يعرف جميع الاجابات فانه غالباً ما يكون مخطئاً . وسنقوم نحن بالاجابة على جميع هذه الأسئلة في هذا الكتاب - بل وأكثر منها ، إذ أنها لا تغطي بأي حال من الأحوال جميع النقاط الهامة المطلوبة للدراسة الجيدة .

المهارات الأساسية

وهناك مشكلة عادة ما تتطلبها الدراسة الجيدة ولكننا لم نذكرها حتى الآن ، وهي النقص فيما نطلق عليه اسم المهارات الأساسية Basic Skills وهي المهارات التي يفترض أن يكون الطلبة قد اتقنوها عند التحاقهم بالجامعة ، ولكن ذلك لا يحدث في أغلب الأحيان .

قراءة أفضل

لقد سبق تضمين هذه النقطة في السؤال الخاص بمعدل سرعتك في القراءة ، وباستخدام أي معيار لما يستطيع الطلبة فعله ، نجد أن معظمهم قراء تعسيف ، فهم لا يقرأون ببطء شديد فقط ، ولكنهم لا يقرأون أيضاً بطريقة صحيحة . فهم يركون شفاههم ، ويكررون كلماتهم ، ويفعلون غير ذلك من الأشياء التي تعيق فهمهم لما يقرأون ، وتزيد من بطنهم . ويعتبر هذا العيب من العيوب التي يصعب معالجتها عن طريق كتاب من الكتب ، لأنها تحتاج لتدريب خاص ، بيد اننا نستطيع مساعدة الشخص الذي يعتبر على درجة متوسطة من الاعاقة بسبب ضعف مهاراته القرائية .

المفردات

وهناك مهارة هامة اخرى تتصل بالمفردات ، صحيح أن التلاميذ لا يتوقع منهم أن يعرفوا جميع الكلمات التي تواجههم في دراستهم الجامعية ، لأن تعلم معنى

الكلمات الأكثر تجريدا وتقنية تعتبر جزءاً مما يكتبه الفرد من تلك الدراسة . صحيح أن بعض المدرسين ومؤلفي الكتب الدراسية يدمنون - بدون داع - على استخدام الكلمات والجمل الطويلة المعقدة ، ولكن بعض التلاميذ ، لسبب أو آخر ، لم يتعلموا المعنى الدقيق للكلمات التي يفترض أن يعرفها جميع طلبة الجامعات . وقد تدهش لكثرة تكرار أسئلة الطلبة للمدرس أثناء الامتحان عن معنى أكثر الكلمات سهولة . إن مثل هؤلاء التلاميذ لم يلقوا انتباهاً للطرق التي تستخدم بها الكلمات في الكتابات اليومية ، ولم يجعلوا القاموس رفيقهم الحميم والذي يجب أن يكون . انهم مقيدون بهذا العجز داخل فصولهم ومع كتبهم ، ويفوتهم مغزى الكثير مما يقرأون ويسمعون . ويرجع ذلك فقط لأنهم لا يفهمون حقيقة معنى الكلمات المستخدمة . وقد تكون أنت هذا العاجز ، ولكن لحسن الحظ من الممكن عمل شيء لتصحيح هذا الضعف اللفظي .

مهارات الرياضيات

ويعتبر الحساب البسيط ، والرياضيات الأولية المهارة التالية التي يعاني من الضعف فيها العديد من طلبة الجامعات . ويعتبر هذا النقص خطيراً بوجه خاص بالنسبة للتلاميذ الذين يدرسون العلوم وإن كان يعتبر معوقاً حتى بالنسبة لطلبة الآداب ، فالعديد من التلاميذ لا يستطيعون التوصل للحل الصحيح للمسائل البسيطة للضرب والقسمة . ومعادلة جبرية أولية مثل $a + b = c$ من تجرد أطرافهم . إن هذا الضعف يعتبر معوقاً خطيراً للدراسة الجامعية . ومثل هؤلاء الطلبة قد يستطيعون اجتياز امتحانات التاريخ واللغة الفرنسية أو الأدب ، في حين أنهم يكونون بلهاء في الرياضيات ، في الوقت الذي يكون مطلوب منهم دراسة مقرر واحد على الأقل في العلوم ، وعلاوة على ذلك ، فإن العديد من المقررات الدراسية الأخرى كعلم النفس ، والعلوم السياسية ، والاقتصاد تتضمن على الأقل حساباً بسيطاً مبنياً على استخدام الأرقام والرموز . وحتى إذا استطاع هؤلاء التلاميذ أن يدرسوا المقررات الجامعية دون أن يرسبوا نتيجة ضعف مهاراتهم في الرياضيات ،

فانهم سيواجهون المتاعب عند التحاقهم بمجال العمل ، أو حتى عندما يحاولون إدارة ميزانياتهم الشخصية . ولذلك ، فان هذه المهارة تعتبر من المهارات التي يجب على الطلبة أن يكتسبوها ، وان يفعلوا شيئاً حياها إذا ما كانوا يعانون من نقص فيها .

لقد حاولنا أن نذكر لك في هذا الجزء لماذا يجب على كل طالب يدرس حالياً في الجامعة ، أو يخطط للالتحاق بها ، أن يزيد من معرفته بكيفية الدراسة . ونحن نأمل أن نكون قد أقتنعناك ، لأننا قد وجدنا من الخبرة ومن الدراسات المسحية للطلبة أنهم يحتاجون لأن يتعلموا كيف يدرسون ، وعلاوة على ذلك ، فنحن نعرف أن معظم من يحتاجون لتحسين عاداتهم الدراسية يستطيعون تحقيق ذلك . ان كل شخص يعاني من جوانب ضعف خاصة به في إنفاق وقته ، والطرق الخاصة للدراسة ، أو في المهارات الأساسية ، ولذا فنحاول في الفصول التالية أن نوضح لك ما تستطيع القيام به حياها ، وفي نفس الوقت سنقدم بعض الخلفيات الخاصة بالعمل الجامعي ، وسأخذ في الاعتبار الدوافع الخاصة بذلك .

مختلف الجامعة عن المرحلة الثانوية

في المدرسة الثانوية قد يكون زملاؤك ممثلين لقطاع مستعرض كبير من الشباب العربي* ، وعلى أي حال ، فان هذا القطاع يتضمن العديد من التلاميذ الذين لا يرغبون في الالتحاق بالجامعة . ولهذا السبب ، فان سرعة التعلم الذي يجب عليك القيام به يكون مبنياً على ما هو متوقع من الطالب المتوسط . وربما تكون قد اكتشفت ، كالعديد من الناس ، أنك تستطيع النجاح بقدر بسيط جداً من الجهد ، أو حتى ربما تكون قد بذلت جهداً شاقاً بعض الشيء ، ولكن المنافسة لم تكن حادة للغاية ، ولم يكن من الضروري بوجه خاص أن تكون على درجة عالية من الكفاءة الدراسية .

* استبدلت كلمة الأمريكي بالعربي (المترجم) .

معايير العمل

والآن ما هو الموقف في الجامعة ؟ بالرغم من وجود بعض الاستثناءات ، فإن معظم طلبة الجامعة يكونون من الطلبة الذين كانوا يحتلون مراكز المتصف العلوي أو ما يفوق ذلك في صفوفهم في المدرسة الثانوية . وفي العديد من الكليات التي تتطلب تقديرات عالية للالتحاق بها فإن طلبتها يكونون ممن يحتلون مراكز تمثل الـ ١٠٪ أو حتى الـ ٥٪ من الطلبة الممتازين في المدرسة الثانوية . وبالتأكيد فإن العديد من الطلبة الممتازين يلتحقون بالجامعة بالمقارنة مع الطلبة الضعاف ، ولذا فإنك الآن موجود في حلبة للسباق ، فجميع المحيطين بك يكونون من الطلبة الممتازين أو على الأقل من الطلبة الذين أجادوا في المدرسة الثانوية ، وربما كنت أول صفك في المدرسة الثانوية ، ولكن الصف الأول بالجامعة عادة يكون به درازن* من أوائل صفوفهم في المدرسة الثانوية . كما أن سرعة التعليم ومعايره في الجامعة قد كفت لمجموعة الطلبة الممتازين ولم تكيف للطلبة المتوسطين الذين عرفتهم في المدرسة الثانوية ، كما أن نوع العمل الذي اعتدت على القيام به لتستحق عنه تقدير ممتاز أو جيد جيداً يمكن أن يعطي الآن وبسهولة التقدير جيد أو مقبول أو حتى راسب .

ومعظم التلاميذ الذين يلتحقون بالجامعة لا يتحققون من قدر العمل المتوقع منهم ، ونظراً لأن العديد منهم لم يعدوا أنفسهم للعمل الدراسي الأكثر صعوبة ، فانهم يأسون ، وتخور شجاعتهم نتيجة لضعف أدائهم . وهذا هو السبب في اعتقادنا بفائدة هذا الكتاب لطالب المدرسة الثانوية والطالب الذي يلتحق بالجامعة على وجه الخصوص ، إذ أنه إذا أمكن أن يحصل مثل هذا الطالب على فكرة حقيقية عما ينتظره ، وكيف يستعد له فإن فرصته في الاستمرار بالجامعة ، وحبها ، والقيام بأداء جيد فيها سيزداد بدرجة هائلة . وقد تندعش إذا عرفت أن عدد التلاميذ الذين يتسربون من الجامعة دون الحصول على شهاداتهم مع العلم بأن العديد منهم لديه نفس القدرة التي لدى من يستطيعون التخرج وأنه في العديد من الحالات قد تؤدي

* الدرزن يساوي إثني عشر

المعرفة القليلة بالطرق الملائمة للدراسة لاستمرارهم وبقائهم في الجامعة .

أنت مستقل الآن

وبالإضافة للمنافسة ومعايير العمل ، هناك فرق كبير آخر فيما بين الجامعة والمدرسة الثانوية ، ففي المدرسة الثانوية يكون العمل مخططاً لك بدرجة كبيرة ، كما أن معظمه كان يغطي في الفصل ، وكانت الواجبات المنزلية سهلة بالنسبة للطالب الممتاز ، وكان من الممكن عملها في فترة أو فترتين مخصصان للدراسة ، وكان تقديرك يعتمد لدرجة كبيرة على ما قمت به في الفصل ، والواجبات اليومية التي تقدمها ، وربما كان يطلب منك تقديم بحوث قليلة خلال الفصل الدراسي ، وأن تعتمد على نفسك في تنفيذ بعض التعيينات ، ولكن السواد الأعظم من عمالك كان محكوماً بالدورة اليومية للحصص الدراسية .

ولكن هذا كله ينعكس في الجامعة ، فأنت تنفق ساعات قليلة في الفصل ، كما أنك لا تقيم بدرجة كبيرة على مشاركتك في الفصل وذلك بالطبع فيما عدا فترات المعمل والاختبارات القصيرة ، وبدلاً من أن يكون مطلوب منك عمل في المنزل لمدة ساعة أو ساعتين لكل خمس أو ست ساعات تقضيها في الفصل ، يكون مطلوب منك الآن ساعتين أو ثلاث ساعات من العمل الخارجي لكل ساعة تقضيها في الفصل . كما أنه لا توجد فترات للاستذكار* والتي لم يكن لك فيها اختيار كبير غير الدراسة . وبدلاً من ذلك ، هناك ساعات فيما بين الحصص الدراسية يمكن الاستفادة منها أو قضيتها تبعاً لمشيئتك . وعلى وجه العموم ، فأنت غير مطالب بعمل واجبات منزلية يوماً بيوم ، وأن تعدها للحصص التالية ، وبدلاً من ذلك ، فإنك تعطى بعض الواجبات ، ولا يتحقق أحد من عمالك لها ، أو إتمامها لفترة أسبوع أو شهر أو حتى للفصل الدراسي بأكمله . صحيح أنك قد تأخذ امتحاناً قصيراً أو اختباراً لمدة ساعة ، ولكن رسوبك أو نجاحك في معظم المقررات سيعتمد على كيفية أدائك في

* في الولايات المتحدة تخصص بعض المدارس الثانوية بعض الحصص للاستذكار أثناء اليوم الدراسي (المترجم) .

اختبار أو إثنين أو ثلاثة.

وكل هذا يعني أنك قد أصبحت فجأة معتمداً على ذاتك ، وأنتك تعامل الآن كرجل ، يمكن أن يعطي توجيهات عامة ثم يترك بعد ذلك ليقرر بنفسه كيف ومتى يقوم بما هو مفروض عليه القيام به . وهذا الموقف يختلف اختلافاً جوهرياً عن المواقف السابقة ولذا فهو يتطلب تخطيطاً طويلاً المدى ، ودوافع ثابتة ، وتنظيماً حكماً للوقت . ولكن العديد من طلبة الجامعة لا يكونون معدين لذلك .

الضغوط الوالدية

يعتبر التغير المفاجيء فيما بين المدرسة الثانوية والجامعة مشكلة كافية للطلاب ، ولكنه عادة ما لا يمثل كل مشاكله ، فهناك العديد من الأشياء الأخرى التي تزيد منها ، ومن بين هذه الأشياء وأكثرها شيوعاً ، الضغوط التي يتعرض لها الطالب من والديه . ويجب ان نعرف أن هناك نماذج متعددة من الوالدين ، وجميعها تقريباً حسنة النية ، ومع ذلك فإن البعض منها لا يساعد على تسهيل عملية تكيف الطالب للجامعة .

وقد يرجع ذلك لسبب واحد ، وهو أن الوالدين غالباً ما لا يفهمان ما سبق أن أوضحناه ، فهما لا يتحققان من أن المنافسة في الجامعة أكثر حدة ، وأن معايير العمل أعلى في مستواها ، وأن أولادهم لم يعدوا الأعداد الكافية لهذا التغير . لقد كانا فخورين بامتياز ابنائهما في المدرسة الثانوية ، واعتادا على أن يحصل أولادهم في بطاقات التقدير* على تقديرات « ممتاز » و « جيد جداً » ، وقد يسوءهما كثيراً أن تكون التقديرات الجامعية الأولى لابنائهما أدنى من ذلك . وقد نجد أن أكثر أنواع الوالدين إمتيازاً هم من يسألان لماذا لا يكون أداء ابنائهم أكثر إمتيازاً ، وعماً إذا كانوا يبذلون كل ما يستطيعون من جهد ، وما إلى ذلك . أما أسوءهم فيهددون باخراجهم من الجامعة ما لم يتميزوا في أدائهم عن ذلك .

* الشهادات التي ترسلها المدرسة لولي أمر الطالب (المترجم) .

أي أن جزءاً من المشاكل يتمثل في عدم فهم الآباء للفرق بين الجامعة والمدرسة الثانوية ، ولهذا السبب فلننا نقترح قراءة الآباء لهذا الكتاب للحصول على فكرة واضحة عما يواجهه أبناءهم .

القدرات والميول

وهناك نقطة هامة أخرى ، وهي أن المكافأة التي يعطيها الوالدين والمجتمع للجامعة ، بالإضافة لعدم توفر أي هدف مهني للكثير من الأبناء يعمل على اجتذاب بعض الطلبة للجامعة ممن لا تتوفر لديهم الميول والقدرات اللازمة للعمل فيها - على الأقل وقت التحاقهم بها . إنهم يدفعون للالتحاق مع عدم توفر الدافعية العقلية لديهم ، ولكنهم يلتحقون لأن الوالدين والأصدقاء يتوقعون منهم ذلك . صحيح أنه يحتمل أن يكونوا مستعدين للالتحاق بالجامعة فيما بعد فترة من العمل ، أو أداء الخدمة العسكرية ، ولكنهم ليسوا مستعدين الآن ، ولذلك يجب على أي حال ألا يكونوا بالجامعة .

كما أنه من المحتم أيضاً أن نعرف أن بعض الشباب لن تتوفر لديهم الميول للحياة الجامعية ، أو لمواصلة العمل الذي يركز على الجوانب العقلية . إنهم قد يفضلون أن يكونوا بحارة أو ميكانيكيين أو زراعيين ، ولا يوجد خطأ في مثل تلك الميول لأن المجتمع يحتاج لهذا النوع من الناس الذين لا يذهبون إلى الجامعة كحاجته لمن يتدربون في الجامعة ، وعلاوة على ذلك فإن خريجي الجامعة لا يحتكرون السعادة والرضى من عملهم ، ولذلك يجب ألا يكره فتى أو فتاة على الالتحاق بالجامعة إذا كانا أكثر ميلاً للالتحاق بمجالات أخرى .

التقييم الذاتي

إذا أخذنا بعين الاعتبار توقعاتك للنجاح في الجامعة ، فهناك نقطة هامة يجب أن تحتفظ بها في ذهنك وهي أن الطلبة بوجه عام يحكمون ضعاف على قدراتهم وسياتهم

الشخصية الذاتية ، فالبعض يغالون في تقدير أنفسهم ، والبعض الآخر يبخسون من تقديراتهم ، ولكن أغلبهم يغالون في هذا التقدير . ولاثبات ذلك ، سنورد مسحاً كبيراً أجري على طلبة فصول بأكملها بالمدارس الثانوية والجامعة حيث طلب من كل طالب أن يضع تقديرا لذاته على كل عبارة من العبارات الخاصة ببعض الصفات مثل سرعة القراءة ، والمفردات ، والقدرة على أخذ المذكرات ، والتهجي ، والقواعد ، عن طريق وضع نفسه في مجموعة من ثلاث : الـ ٢٠٪ العليا ، والـ ٦٠٪ الوسطى ، والـ ٢٠٪ الدنيا . ولم يطلب منهم كتابة أسمائهم ، ولذلك فإن الطلبة لا ينجدون إلا أنفسهم إذا لم يقدروا أنفسهم تقديرا صحيحا . فان كانت أحكامهم على أنفسهم أحكاما صحيحة ، فاننا نتوقع أن تتوزع تقديراتهم بنفس النسب السابقة أي ٢٠٪ في القمة ، ٦٠٪ في الوسط ، ٢٠٪ في المجموعة الدنيا . ولكن النتيجة لم تأت بهذه الطريقة . وبدلاً من ذلك وجد أن ما بين ١ - ٨٪ فقط - ويعتمد ذلك على العبارة - قد وضعوا أنفسهم في مجموعة الـ ٢٠٪ الدنيا ، في حين أن ما بين ٣٥ - ٦٠٪ قد وضعوا أنفسهم في مجموعة الـ ٢٠٪ العليا . ويتضح من ذلك أن الطلبة لم يكونوا راغبين في الاعتراف بأنهم قد يعانون من نقص أو تأخير في بعض الصفات ، وأنهم يميلون لأن يروا أنفسهم من خلال منظار وردّي .

ومع ذلك ، فان هذا لا يعتبر صادقا لكل فرد ، فبعض الناس يقيمون أنفسهم تقييما صحيحا للدرجة كبيرة ، والبعض يغالون فيه ، والبعض يبخسونه بوجه عام ، ففي دراسة من الدراسات وجد أن حوالي ٤٠٪ وضعوا أنفسهم في القسم الصحيح ، وأن ٤٠٪ قد غالوا في تقديراتهم ، و ٢٠٪ قد حطوا من تقديراتهم لقدراتهم الذاتية (أنظر الجدول التالي والذي تستطيع عن طريقه تقدير قدراتك وميولك الذاتية) .

التقدير الذاتي للسمات والقدرات

ضع علامة في الفراغات التالية ، في المكان الذي تعتقد أنك تحتله بالنسبة لكل سمة وقدرة من تلك المدونة فيه ، والتزم في ذلك الامانة الكاملة . وبعد ذلك ،

ناقش تقديراتك مع بعض من يعرفونك معرفة حقيقية - تلاميذ ، أصدقاء ،
والدين ، مرشدين - والذين قد يبينون لك مواضع مغالاتك أو بخسك لذاتك :

في كليتي أعتقد أنني احتل

	الخمس الأدنى	الثلاثة أخماس الوسطى	الخمس العلوي
في سرعة قراءة الكتب الدراسية			
في القدرة على فهم الكتب الدراسية			
في القدرة على كتابة المذكرات			
في الاعداد العام للكلية			
في كم الوقت الذي أدرس فيه			
في عدم إضاعة الوقت			
في عادات العمل			
في المفردات (الكلمات التي اعرفها واستخدمها)			
في القواعد والترقيم*			
في التهجي			
في المهارات الخاصة بالرياضيات			

* الترقيم هو وضع الفواصل والنقطوما الى ذلك بهدف توضيح المعنى (لترجم) .

خدمات الارشاد.

ماذا يفعل الفرد اذا لم يكن قادرا على تقدير سماته وقدراته الذاتية تقديرا صحيحا ؟ وفي الوقت الحالي عادة ما يطبق على التلاميذ العديد من الاختبارات في الصفوف الدنيا وعند التحاقهم بالجامعة* ، وعندما يكون من الممكن أن يعرف الفرد درجته ، فيجب تدوينها وتقييمها . ومع ذلك فلنكني يحدث التقويم يجب أن يضع الطالب في اعتباره نوعية الأفراد الذين طبق عليهم الاختبار ، أي الأفراد الذين تنافس معهم ، ففي اختبار للاستعداد يطبق في المدرسة الثانوية قد تكون درجتك مساوية للمئيني التسعين Ninetieth Percentile تبعا لمعايير المدرسة الثانوية ، وهذا يعني أنك قد تفوقت على ٩٠٪ من الطلبة الذين طبق عليهم الاختبار ، ومع ذلك فإن نفس هذه الدرجة إذا قورنت فقط بدرجات الطلبة الذين يذهبون للجامعة ، فقد لا تتعدى المئيني الخمسون ، وبعدئذ ، وتبعا لاختلاف المتطلبات من كلية لأخرى ، قد تجد أن نفس هذه الدرجة مساوية للمئيني الثلاثين بالنسبة للطلبة الذين يلتحقون بكليتك . ومن ثم فإن معنى أية درجة يكون منسوبا لنوعية الجماعة التي يجد الفرد نفسه عنصرا فيها . ولذلك ، فإنه قد يكون من المفيد أن تعرف ، اذا كان ذلك ممكنا ، ترتيب قدرتك في كليتك أو في الكلية التي تود الالتحاق بها .

ولعمل ذلك ، قد يتوجه الطالب إلى المرشد في مدرسته الثانوية ، أو لمركز خدمات الارشاد في كليته . ولقد انشأت معظم الكليات في السنوات الأخيرة مثل هذه المراكز للاختبارات والمقابلات والارشاد للتلاميذ فيما يتعلق بمشاكلهم الأكاديمية والشخصية ، وفي مثل هذه المراكز يتوفر المرشدون المدربون الذين لا يعرفون فقط كيف يطبقون ويفسرون الاختبارات ، وإنما أيضا يكونون صورة متكاملة عن المؤهلات الأكاديمية والشخصية للفرد . والواقع أن الاختبارات في حد ذاتها تكون

* ينطبق هذا الكلام على المدارس في الولايات المتحدة حيث تطبق اختبارات للبول والذكاء والقدرات والتحصيل وغير ذلك من الاختبارات المقتنة على طلبة المدارس في المراحل المختلفة ، واختبارات الاستعداد والقدرات على الطلبة عند التحاقهم بالجامعة (المترجم) .

عرضة للخطأ ، ويرجع ذلك جزئيا الى أن وكالات الاختبارات غالبا ما لا تجرب التلاميذ عن كيفية أدائهم للاختبارات ، ويعرف المرشدون ذلك ، ولكنهم يعرفون أيضا كيف يأخذون جميع جوانب مشاكل الطالب في اعتبارهم ، وأن يساعدهم بطريقة تناسب حالته الفردية .

الدافعية للعمل الجامعي

تعتبر الدافعية من أخطر المشاكل التي تواجه العديد من الطلبة ، فغالبا ما يبدو أن الطلبة لا توجد لديهم أية ميول لمقرراتهم الدراسية ، أو على الأقل للبعض منها . إنهم يشعرون أن عليهم أن يأخذوا عملهم الجامعي بجدية أكثر ، وكثيرا جدا ما يشعرون بالذنب لعدم استذكارهم ، ولكنهم لا يعرفون كيف يستيرون دوافعهم لذلك . إن نقص الدافعية يعتبر معوقا خطيرا للدراسة المفيدة ، ونحن لا نستطيع أن نعطيك تلك الدافعية ، ولكننا ربما نستطيع أن نقدم لك بعض الأشياء التي تساعدك على تكوين بعضها .

نقص الدافعية

لماذا تعتبر الدافعية مشكلة لطلبة الجامعة ؟ يرجع ذلك جزئيا للفرق الشاسع فيما بين المدرسة الثانوية والجامعة ، وهو ما تحدثنا عنه فيما سبق . إذ أنه عندما يكون هناك من يتابعك يوميا لتأدية عملك ، فإن ذلك لا يتطلب أي دافع من الداخل . أي أن الدافعية تأتي من الخارج ، ولكن في الجامعة ، لا تكون هذه الضغوط الخارجية كبيرة للغاية ، ولذلك فانت تترك لتحرك نفسك من أجل اتمام العمل المطلوب منك .

وهناك سبب آخر يتعلق بالأهداف المهنية ، فمعظم التلاميذ الذين يلتحقون بالجامعة يعبرون عن نوع أو آخر من الأهداف المهنية ، فهم يريدون أن يصبحوا أطباء أو محامين أو مهندسين أو رجال مبيعات أو رجال أعمال الخ . ومع ذلك فهذه الأهداف غامضة لدرجة كبيرة ، ومتذبذبة أيضاً ، ولا يوجد هناك إلا عدد قليل

للاغاية من الطلبة المتأكدين تماما من رغباتهم المهنية ، وعدد أقل لديه فكرة عما يجب عمله بالجامعة ليعدوا انفسهم لمهنتهم المختارة . إن الارشاد المهني في المدرسة الثانوية وفي الجامعة ينمو سريعا ، ويساعد ذلك بدون شك العديد من الطلبة على أن يعقدوا العزم اكثر تبكيرا عن رغباتهم المهنية . وبالرغم من ذلك ، فانه من المحتم أن يظل بعد ذلك عدد من الطلبة لا يستطيعون تقرير رغبتهم المهنية أو أن تظل تلك الرغبة غامضة لديهم . وفي الحقيقة ، قد يكون من الصعب عليهم لدرجة كبيرة أن يعرفوا ما يميلون اليه أو ما يأملون فيه من أعمال مهنية الى ما بعد استمرار بقائهم في الجامعة لفترة ما . صحيح أن من بين الأشياء التي يجب على الجامعة أن تفعلها من أجلك هي أن تساعدك على تنمية أهدافك . وحتى مع ذلك ، فإن الاختيار المهني غالبا ما يكون صعبا وخاصة بالنسبة للمقررات الأدبية لأنها تكون عامة لدرجة كبيرة ، وبعيدة كل البعد عن المشاكل العملية لأية مهنة من المهن .

(أنظر القائمة في الصفحة التالية ، فقد تساعدك على تنظيم تفكيرك المتصل

بالدافعية)

اننا لا نستطيع أن نفعل الكثير في هذا النوع من الكتب لمساعدتك على بلورة أهدافك المهنية ، لأن هذا يعتبر عملا الخاص من ناحية ، وما يجب عليك أن تقوم به بنفسك ، ومن ناحية أخرى لأنه يتطلب وقتا . فإذا كنت متردداً وغير متأكد ، وإذا كانت الخدمات الارشادية متوفرة ، فيجب عليك أن تستفيد منها . إذ أنه كلما ازدادت سرعتك في معرفة ما تريد أن تكونه ، وما تستطيع عمله حيال ذلك ، كلما ازدادت سرعة إستقرارك وباستمرارك في العمل الجامعي ، ووجود هدف حقيقي لذلك . إذ أنه عندما يتحدد لديك الهدف ، ستجد انه من السهل اكتساب العادات والمهارات الضرورية للدراسة بمستوى عال من الكفاءة ، وكذلك النجاح الأكاديمي .

الدافعية للجامعة

لقد وضعت الأسئلة التالية لمساعدتك على التفكير والتبصر في دافعتك ،

ولذلك عليك قراءة كل مجموعة من العبارات بأكملها ، وبعد ذلك رتبها تبعا لأهميتها باعطاء رقم ١ للعبارة التي تنطبق عليك لأقصى درجة ، ورقم ٢ للعبارة التي تليها في التطابق وهكذا .

(١) السبب في أنني التحقت (أو سألتحق) بالجامعة هو :

انني أعرف ما هي المهنة التي أرغب فيها ، والتي يعتبر الاعداد الجامعي ضرورياً لها .

أن أهلي يريدون مني ذلك ، بالرغم من معارضتي .
إنني أعتقد أن ذلك سيكون فيه الكثير من اللذة .
انني أرغب في اكتساب معرفة أكثر ، وفهما أعمق بالعالم الذي أعيش فيه .

لأن الكثير من أصدقائي فعلوا ذلك ، ولذلك أردت أن أكون معهم .
انني أردت الابتعاد عن المنزل .
انني أميل للأنشطة الرياضية والأنشطة الطلابية على وجه الخصوص .
ان الشهادة الجامعية تبدو ضرورية ولا غنى عنها في هذه الأيام .
انني أحب الدراسة وخاصة لمواد معينة .

(٢) أريد الحصول على تقديرات جيدة بحيث تكفي :

لاستمراري في الدراسة .
لمقابلة احتياجات الدرجة العلمية التي أدرس لها .
للسماح لي بالاشتراك في النشاطات الخارجة عن المنهج .
لوضعي على لائحة الشرف وحصول على إعراف خاص بي .
لتمكيني من الحصول على سجل ممتاز بالجامعة .

(٣) دوافعي للحصول على التقديرات هي :

ان أثبت لذاتي انني اتعلم شيئا .

حصولي على توصية جيدة للعمل .

اسعاد عائلتي .

أن أتميز على من ينافسوني .

الاستمرار في حصولي على سمعة أنني طالب ممتاز .

أن أحترم من قبل أساتذتي .

(٤) في بعض الأحيان ، لا أدرس في الوقت الذي يجب علي أن أدرس فيه ، ويرجع ذلك الى :

قلقي المتعلق بمشاكلي الشخصية

انني لا أستطيع تكوين الميل اللازم لمقررات معينة .

اندماجي الكبير في الأنشطة الخارجة عن المنهج .

شعوري بالضعف والمرض .

انني كثيراً ما أصبح مشوشاً بسبب ما يجري حولي .

انني اميل لتأجيل عملي .

سهولة إغرائني بعمل اشياء اكثر تشويقاً .

النجاح الأكاديمي والمهني

بالرغم من أن تقرير ما تريد أن تمارسه من عمل يعتبر من شئونك الخاصة ،

فاننا قد نستطيع مساعدتك لدرجة بسيطة بالاشارة الى بعض الأشياء الصحيحة

بصرف النظر عما تريد أن تكونه . فإذا كنت على سبيل المثال تميل للحصول على دخل

جيد ، وجب عليك أن تتفحص الحقائق التالية بعناية كبيرة .

ان هؤلاء الذين يحصلون على أعلى التقديرات في الجامعة هم بوجه عام أولئك

الذين يحصلون على أعلى دخل فيما بعد ، مثال ذلك ، أن اعضاء جماعة فاي - بيتا -

كابا* PHI - BETA - KAPPA على سبيل المثال يكسبون عادة أكثر بدرجة كبيرة من

* هي إحدى الجماعات في الولايات المتحدة والتي لا تقبل في عضويتها غير الطلبة المتنازين في الجامعة .

خريجي الجامعة بوجه عام ، كما أن أولئك الذين ينالون الشهرة ويسجلون في كتاب من هو WHO'S WHO* يحصلون في المتوسط على تقديرات أعلى في الجامعة ممن لا تسجل أسماؤهم في هذا الكتاب . كما أن العديد من الدراسات المسحية التي أجريت على أفراد في جماعات مختلفة قد أظهرت جميعها ارتباطا قويا بين التقديرات الجامعية والنجاح فيما بعد . فمنذ عدة سنوات على سبيل المثال - كتب والتر جيفورد WALTER GIFFORD ، وهو أحد الرؤساء السابقين لشركة الهاتف والتلفراف الأمريكي ، مقالا في مجلة هاربر HARPER'S MAGAZINE أشار فيها إلى أن القدرة على الكسب فيما بين موظفي شركته قد أوضح ارتباطا وثيقا بتقديراتهم الجامعية .

وهناك بالتأكيد العديد من الأسباب التي يمكن أن نرجع إليها هذا الوضع : وأولها بالطبع ، أن أولئك الذين يتمتعون بقدرة ممتازة يزداد احتمال نجاحهم في كل من الجامعة وفي أعمالهم . وأنت بالطبع لا تستطيع عمل الكثير فيما يتعلق بالقدرة الفطرية ، وعلى ذلك فأنت لست بحاجة لأن تعيرها الكثير من الانتباه . أما الأسباب الأخرى فانها يجب أن توفر لك بعض الدافعية للدراسة الجيدة . إن أصحاب الأعمال تبههم التقديرات لدرجة كبيرة ، ولذلك يوفر فرص عمل أكثر امتيازا لأولئك الحاصلون على تقديرات أعلى من المتوسط .

بل وحتى أكثر أهمية من ذلك أن نفس العادات والمهارات التي تعمل على النجاح في الجامعة تدفع للنجاح فيما بعد ، وفي الحقيقة ، فإن عادات العمل التي نعلمها في هذا الكتاب ليست مقصورة بأي حال من الأحوال على الدراسة الجامعية ، إذ أن غالبية ، إن لم يكن جميع المتخرجين من الجامعة يعملون في وظائف تتطلب نفس تلك المهارات إذ يجب عليهم أن يقرؤوا بسرعة ، وأن يفهموا ويتذكروا ما يقرؤونه ، ويجب ان تكون لديهم القدرة على تنظيم وقتهم ، كما يفعل الطالب الممتاز . وكذلك فانهم غالبا ما يتعرضون لاختبارات يومية عندما يجيبون على أسئلة

* قاموس خاص بالشخصيات المهمة في الولايات المتحدة ، يكتب فيه أسماء وأهم الأعمال التي يقوم بها مشاهير الرجال في الولايات المتحدة .

عمالئهم وموظفيهم وزملائهم ، كما أن حاجتهم لعادات الدراسة الجيدة هي نفسها التي يحتاجها طالب الجامعة ، ومعظم الناس يتحققون من مدى الأهمية الذاتية اللازمة لهم ليكونوا على درجة عالية من الكفاءة في عملهم . كما أن العديد منهم يتمكنون لو كانوا قد بدؤوا باكتساب تلك العادات والمهارات في وقت مبكر . وهذه الأسباب التي ذكرناها هي أقوى الأسباب لاكتساب عادات العمل الجيد في الجامعة قبل أن يكون ذلك متأخرا للغاية .

أهمية التقديرات

إذا كانت لديك أي نية للالتحاق بأحدى الكليات المهنية* ، فإن ما سنورده عن التقديرات يعتبر ذا أهمية قصوى . إذ أن تقديراتك في الواقع يحتمل أن تقرر قبلك أو رفضك في كلية الحقوق ، وكلية الطب ، أو كليات الدراسات العليا** . ولذلك عندما تتقدم للالتحاق بمثل تلك الكليات يجب ان تكون متأكدا من أن تقديراتك ستفحص بعناية بالغة لأن الخبرة قد أثبتت أن التقديرات الجيدة هي أفضل مؤشر للنجاح فيها . وبالرغم من أن عددا صغيرا من الأفراد ممن تربطهم علاقة القرابة بأعضاء هيئة التدريس قد يقبلون بالرغم من تقديراتهم المتوسطة فإن ذلك لا يحدث كثيرا إذ أن معظم الكليات المهنية وكليات الدراسات العليا يتقدم للالتحاق بها ما بين ضعف وعشرة أمثال من يقبلون ، ولذلك لا تستطيع قبول غير الأفضل فقط . وفي العديد من مجالات الدراسة ، يصعب النظر في قبول أي فرد يقل متوسط تقديره عن جيد جدا ، كما أن بعض الكليات تفخر بانها ينذر أن تقبل أي فرد يقل متوسط تقديراته عن ممتاز ، ولذلك إذا كنت من أولئك الذين يفكرون أو يرغبون في

* المقصود بالكليات المهنية هنا ، كليات الدراسات العليا والتي تقبل الطلبة بعد التخرج من الجامعة ومن أمثلتها في الولايات المتحدة كلية الحقوق وكلية الطب .

** تعتبر كلية الحقوق وكلية الطب من بين كليات الدراسات العليا في الولايات المتحدة إذ يلتحق بها الطالب بعد حصوله على إحدى الدرجات الجامعية ، أما كليات الدراسات العليا الأخرى فهي للحصول على درجة الماجستير والدكتوراه في الفروع الأخرى .

الإلتحاق بدراسات جامعية عليا بعد دراستك الجامعية ، فيجب أن تفهم أن تقديراتك الجامعية ستكون غاية في الأهمية ، ويجب أن تعمل وفقاً لذلك .

ومع ذلك فإن التقديرات بطبيعة الحال ليست هي المقياس الوحيد للفرد أو لنجاحه الأكاديمي . صحيح أن كل مدرس في التعليم العام أو في الجامعة يصفها بأنها شر لا بد منه ، وأنها لا تمثل أكثر من مقياس واحد للتحصيل وإن كان ليس كاملاً ، إذ أن الناس يستطيعون تعلم الكثير ، واكتساب تعليم مفيد حقاً دون حصولهم على تقديرات عالية ، كما أن بعض المجدين الذين يحصلون على الامتياز دائماً يركزون لدرجة كبيرة على عمل ما هو ضروري للحصول على تقديرات مرتفعة لدرجة أنهم يفقدون جزءاً قياً من تعليمهم . وعلى العموم ، فإن التقديرات تقيس على الأقل ما تعلمه الفرد من المقررات التي درسها ، وما يتوقع أن يحصله في المستقبل . وفي الحقيقة ، فإن العديد من المسوح العلمية قد أثبتت أن التقديرات تتنبأ بنجاح الفرد في الدراسات العليا والحياة العملية كأي مقياس آخر ، وربما بدرجة أفضل من أي مقياس آخر . ولذلك ، وبالرغم من وجود بعض التحفظات لدينا على التقديرات ، فإنها تعتبر شيئاً جيداً يجب أن نعمل من أجله ، وللحصول على أشياء جيدة .

الاستمتاع بالدراسة

من الطبيعي أن تكون هناك أسباب أخرى بجانب التقديرات لاهتمام الفرد بتحسين طرق دراسته ، إذ أن التعليم يمكن أن يكون متعة كبيرة كما أن معرفة الفرد ماذا وكيف يتعلم يمكن أن يكون أكثر إمتاعاً . فإذا كنت تستطيع أن تتناول كتاباً ، وأن تقرأه بسرعة ، وتعرف كيف تتقي النقاط الرئيسية ، وأن تتذكرها ، فإنك ستكون شخصاً أكثر غنى بأفكاره . بجانب اكتساب بعض المعلومات المفيدة والمشوقة ، فإنه سيوفر لك الاحساس بالرضى والشعور بالاعتزاز اللذان يحصل عليهما الحرفي من عمله اليدوي . وبالرغم من أنك لن تستطيع رؤية ما فعلته ، فإنك تعرف أنك قد أنجزت عملاً جديراً بأن يؤدي . ومتى قمت بهذا العمل مرة واحدة فإنك ستكون في وضع أكثر امتيازاً لتأديته مرة ثانية ، فستطيع أن تقرأ أكثر

واكثر وأن تتعلم اكثر واكثر ، وبذلك يصبح التعليم عملية مثيرة ومشبعة ، بدلا من أن يكون خبرة مملة ومحبطة . فاذا كنت ستعكف على تطوير طرق الدراسة التي يصفها هذا الكتاب فانا نستطيع ان نضمن استمتاعك بالدراسة ، وأنتك لن تخشاهما كما يفعل العديد من الطلاب .

كيف تقلل من وقت دراستك

وفكرة أخرى قد تقوي من دافعيتك لتعلم كيفية الدراسة وهي : أن عادات الدراسة الجيدة ذات كفاءة جبارة ، لأنها تمكنك من إنجاز الكثير في وقت قصير ، ومن الوقت الذي توفره ، يكون لديك وقت أطول لعمل أشياء أخرى بالجامعة ، لأنك ستتمكن من الاشتراك في أنشطة اجتماعية وأنشطة خارجة عن المنهج ، أو ربما دراسة أشياء تميل لحقيقة لدراستها ، أما إذا كنت من الأفراد الذين يتعين عليهم العمل لكسب بعض تكاليف نفقاتك الجامعية ، فانه سيكون لديك وقتاً أطول للعمل ، ودون أن يكون ذلك العمل معوقاً لنجاحك الأكاديمي . ونحن نستطيع أن نقدم لك تلك الوعود باطمئنان كامل ، وذلك لأنه قد سبق إثباتها ، ففي العديد من الجامعات وجد أن الطلبة الذين قد تدربوا على طرق كيفية الدراسة قد حصلوا في المتوسط على تقديرات أعلى مع إنفاق وقت أقصر في الدراسة بالمقارنة بغيرهم من التلاميذ .

كذلك ضع في اعتبارك حقيقة أن ما يعتد به ليس هو كمّ دراستك ، وإنما نوعيتها ، إذ أنه عندما يقسم التلاميذ إلى جماعات تبعاً لكم الوقت الذي يدرسونه ، فانا نجد أن من يدرسون وقتاً طويلاً ، أي ما يتعدى ٣٥ ساعة أسبوعياً على سبيل المثال ، يحصلون على تقديرات أدنى بمقارنتهم بمن يدرسون لوقت أقصر . ولا يعني هذا بالضرورة انخفاضاً في قدراتهم الأكاديمية ، إذ أن كل طالب قد يعرف بعض الأفراد الذين يبدوون أذكيا نسبياً ، والذين يدرسون ليل نهار ، ومع ذلك فان بعضهم لسبب أو لآخر لا يحصلون على التقديرات التي يجب أن يحصلوا عليها . ويعتقد علماء علم النفس التربوي - الذين قاموا بدراسات مسحية على الطلبة -

إعتقاداً راسخاً أن العامل الرئيسي هو نوعية الدراسة وليس كمية الوقت التي يدرسها الطالب . وبالرغم من اختلاف كل حالة عن غيرها ، فإنه من المرجح أنك أنت أيضاً قد تتمكن من عمل الأكثر في وقت أقل إذا تعلمت كيف .

العمل لبعض الوقت

ويضاف لما سبق نقطة أخرى قد تثير دهشتك ، أن طلبة الجامعة الذين يعملون يحصلون في المتوسط على تقديرات جيدة تساوي أو تفوق تقديرات أولئك المتفرغين للدراسة . وفي بعض الأحيان يكون الطلبة العاملون أكثر امتيازاً وبدرجة واضحة بمقارنتهم بزملائهم الذين لا يعملون .

ومن المحتمل أن هناك العديد من الأسباب الوجيهة لجعل نتيجة المقارنة كما سبق ان ذكرناها . إنه من المحتمل أن يكون لدى التلاميذ الجبرين على العمل لاستمرارهم في الدراسة دافعية أقوى مما لدى الآخرين . إذ أنه من المحتمل أن يكون سدادهم جزء من مصروفاتهم موضحاً لهم ضرورة حصولهم على بعض العائد نتيجة لمجهوداتهم ، ولذلك فهم قد يحاولون أكثر في دراساتهم . وسبب آخر وهو انه ربما يكونون مجبرين على تنظيم وقتهم بحكمة أكثر من زملائهم الآخرين ؛ حيث أن العمل لجزء من الوقت عادة ما يتطلب الانجاز تبعاً لجدول معين ، ولذلك فإن الطلبة العاملين يجب أن يدرسوا أيضاً تبعاً لجدول ما وإلا فقدوا قدرتهم على الاستمرار في الدراسة . إنهم لا يستطيعون تضييع وقتهم هباء ، كما أن حسن تنظيم الوقت ، كما ذكرنا من قبل ، وكما سنوضح بالتفصيل فيما بعد ، يعتبر عاملاً مهماً للدراسة المنتجة .

أما السبب الرئيسي فيجب أن يكون واضحاً بالرغم من أنه كثيراً ما لا يتحقق منه التلاميذ . وهو أن هناك العديد من الساعات في الأسبوع ، أي أن هناك وقتاً طويلاً يمكن استخدام القليل منه في العمل ، والاستمتاع بالعديد من الأنشطة الاجتماعية ، ويبقى بعد كل ذلك وقتاً طويلاً للدراسة ، وذلك بشرط الحكمة في

استغلال تلك الساعات . ورجعنا ذلك مرة أخرى الى النقطة التي بدأنا منها : وهي أنه ليس من المهم أبداً عدد الساعات التي تدرسها بقدر أهمية كيفية استخدامك للساعات التي لديك . وفيما عدا حالات نادرة للغاية ، فهناك متسع من الوقت للعمل والدراسة واللعب ، وذلك بافتراض ان الفرد يعرف كيف يقوم بها جميعا بدرجة جيدة (انه يبدو فقط أن هذا الوقت غير موجود) ولكننا سنثبت ذلك في الفصل التالي .

**** معرفتي ****
www.ibtesama.com
منتديات مجلة الإبتسامه

الفصل الثاني

تنظيم الوقت

إذا كنت تعتبر نفسك نموذجاً ممثلاً لغالبية الطلاب ، فان هذا يعني أنك تعاني على الأقل من مشكلة واحدة ، إن لم يكن أكثر من المشاكل التالية :

١ - أنك لا تنجز من الدراسة القدر الذي تعرف أنك يجب ان تقوم به ، ولا يرجع السبب في ذلك لعدم محاولتك ، او حتى لأنك لا تقوم بالعمليات التي تتطلبها الدراسة ، ولكن لسبب أو آخر فانك لا تستطيع انجاز القدر الذي تعرف انه يجب عليك انجازه .

٢ - أنك تضيع الوقت بتنقلك من شيء إلى آخر . إنك تحاول أن تدرس الكثير من الاشياء في نفس اليوم أو الليلة أو حتى خلال ساعة واحدة ومن ثم تصبح مشوشاً لأنك لا تستمر مع شيء واحد فترة تكفي لانجاز شيء ما .

٣ - أنك تعاني من صعوبة في الاستقرار للابتداء في العمل . أنك تكون دائماً مستعداً للدراسة ، ولكن لسبب أو آخر تضيع وقتاً طويلاً قبل أن تبدأ في المعالجة الحقيقية لما تريد من عمل .

ان جميع المشكلات السابقة ما هي إلا جوانب مختلفة لشيء واحد ، وهو أنك عندما تدرس لا تستخدم وقتك وتدمج ذاتك في العمل لتحصل على شيء ذي قيمة ،

وحتى إذا كنت طالبا تعتقد أنك تدرس بجد لساعات طويلة ، فإن الاحتمالات هي أنك تضيع الوقت . وفي الحقيقة إذا كنت تدرس لساعات أطول كثيرا من الطلبة الآخرين ، فإن الاحتمال كبير جداً أن نصف الوقت أو اكثر من ذلك يضيع هباء .

قيمة الجدول

من حسن الحظ ان العيوب السابقة يمكن علاجها بطرق مختلفة ، ولذلك فإن الوصفة التي سنوصي بها لا تحتوي على عقار واحد وإنما العديدين من العقاقير ، وجميعها أشياء يجب أن تقوم بها لم تكن جميعها مفيدة لك ، ولكن يجب أن تحاولها جميعا بأقصى طاقة لك حتى نجد أحسن خليط منها يناسب عاداتك وقدراتك الخاصة .

الجدول يوفر الوقت

العلاج الأول - وهو شيء يحتمل أن يكون مفيدا لكل فرد هو أن نضع جدولاً للدراسة . إن الجدول الذي أحكم تصميمه يوفر الكثير من الوقت، وهو يحافظ عليك من التردد فيما يتعلق بما ستقوم بعمله بعد ذلك إذ أنه يوجهك لعمل الشيء الصحيح في الوقت الصحيح لكي لا تكون عشوائيا فيما يتعلق بدراستك . انه سيوفر لك الكثير من الحركات الضائعة في محاولة الدراسة . وإذا كان الجدول محكم التصميم فإنه يعين لك الوقت حيث يجب أن يكون ، فهو يحافظ عليك من دراسة بعض المواد أكثر مما هو مطلوب ، ويجعلك تنفق الوقت حيث تحتاجه حقيقة . ومع تنظيم وقتك بهذه الطريقة ستجد ان لديك وقتا طويلا تنفقه فيما تحتاجه أكثر ، وأيضاً تنفقه في أشياء أخرى كثيرة بجانب الدراسة .

كيف تجعل لكل ساعة قيمتها

وفي النهاية بالطبع ، عليك أن تضع جدولك الخاص لكي يناسب ساعات المحاضرات والمعامل ، والمواد المختلفة ، وساعات عملك . ونحن نستطيع فقط أن

نوضح لك كيف تعمل على وضع جدول جيد ولذا دعنا نبدأ بالمثال الذي نقلعه . إنه جدول طالب عادي يحمل عبئا دراسيا كبيرا لدرجة ما . إنه يدرس المواد التالية : الاقتصاد وعلم النفس واللغة الألمانية والكيمياء العضوية والأدب الانجليزي . وتتضمن دراسته للكيمياء العضوية محاضرات ودراسات بالمعمل . ولقد تصادف أن هذا الطالب يعمل موظفا لمدة عشر ساعات في الأسبوع ، ويتطلب منه عمله أن يشتغل ساعتين بعد الظهر في كل يوم من أيام الأسبوع* .

لاحظ أولاً وقبل كل شيء أن الجدول مقسم الى فترات كل منها ساعة واحدة وأحد أسباب ذلك هو أن العديد من فترات الفراغ التي تتخلل جدول أي طالب لا تزيد مدتها عن ساعة واحدة . وهذه الساعات الفارغة يمكن أن تتراكم وتصبح وقتا طويلا ، وفقط عن طريق استخدامها يتمكن الطالب من عدم إهدار وقت طويل من الأسبوع . ومع ذلك ، فهناك سبب اكثر اهمية يتصل بـ"سيكولوجية العمل" ، فعلماء النفس يعرفون بناء على البحوث المستفيضة أن الناس يستطيعون اداء أعمالهم على أكمل وجه بالعمل المركز لفترة معتدلة من الزمن ثم الاستراحة أو الانتقال لعمل شيء آخر . وهناك دورة مثل لفترة العمل والراحة لكل عمل ولكل فرد . وتبعاً لنوع العمل الذي تتضمنه الدراسة والتي تناسب الطالب العادي ، يتراوح طول هذه الفترة بين أربعين وخمسين دقيقة من العمل المتواصل يتبعها ما يقارب عشر دقائق من الراحة أو الانتقال لعمل آخر . ومن ثم فإن استخدام ساعة للعمل يعتبر أكثر الوحدات مناسبة للدراسة للطالب الجامعي .

نموذج جدول لطالب جامعي

يعتبر هذا الجدول مناسباً للطالب العادي الذي يتحمل عبئا دراسيا ثقيلًا الى حد ما ، لاحظ أن الأوقات المخصصة للدراسة** قد عنونت باسم مواد دراسية معينة ،

* أيام الدراسة ومعظم الأعمال في الولايات المتحدة تستمر لمدة أيام في كل أسبوع ابتداء من يوم الاثنين وانتهاء يوم الجمعة (المترجم) .

** المقصود بـ"سيكولوجية العمل" علم نفس العمل ، وكلمة سيكولوجية مشتقة من كلمة سيكولوجي وهي ترجمة حرفية لكلمة Psychology أي علم النفس (المترجم) .

وأن وقت الدراسة يصل الى حوالي ٢٥ ساعة أسبوعيا ، وأن الطالب صاحب هذا

السبت	الجمعة	الخميس	الاربعاء	الثلاثاء	الاثنين	الساعة
ارتداء الملابس والافطار	ارتداء الملابس والافطار عاضرة والاقتصاد	ارتداء الملابس والافطار دراسة علم النفس	ارتداء الملابس والافطار عاضرة الاقتصاد	ارتداء الملابس والافطار دراسة الاقتصاد	ارتداء الملابس والافطار عاضرة الاقتصاد	٨ - ٧
معمل الكيمياء العضوية	دراسة اللغة الالمانية	حصة اللغة الالمانية	دراسة اللغة الالمانية	حصة الادب الانجليزي	دراسة اللغة الالمانية	١٠ - ٩
معمل الكيمياء العضوية	حصة اللغة الالمانية	دراسة اللغة الالمانية	حصة اللغة الالمانية	دراسة اللغة الالمانية	حصة اللغة الانجليزية	١١ - ١٠
معمل الكيمياء العضوية	عاضرة علم النفس	دراسة اللغة الالمانية أو علم النفس	عاضرة علم النفس	دراسة اللغة الالمانية أو علم النفس	عاضرة علم النفس	١٢ - ١١
استكمال معمل الكيمياء العضوية أو تناول الغذاء	تناول الغذاء	تناول الغذاء	تناول الغذاء	تناول الغذاء	تناول الغذاء	١ - ١٢
تناول الغذاء أو توزيع	عاضرة الكيمياء العضوية	دراسة اوتوزيع	عاضرة الكيمياء العضوية	دراسة أو توزيع	عاضرة الكيمياء العضوية	٢ - ١

• المقصود بالدراسة هنا الاستاذ كل .

الجدول يعمل موظفاً لمدة عشر ساعات أسبوعياً .

السبت	الجمعة	الخميس	الأربعاء	الثلاثاء	الاثنين	الساعة
توزيع أو دراسة	دراسة الكيمياء المفسرية	دراسة علم النفوس	دراسة الكيمياء المفسرية	دراسة علم النفس	دراسة الكيمياء المفسرية	٢ - ٣
توزيع أو دراسة	دراسة الكيمياء المفسرية	تربية بدنية أو	دراسة الاقتصاد	تربية بدنية أو	دراسة الاقتصاد	٣ - ٤
توزيع	الوظيفة	الوظيفة	الوظيفة	الوظيفة	الوظيفة	٤ - ٥
توزيع	الوظيفة	الوظيفة	الوظيفة	الوظيفة	الوظيفة	٥ - ٦
تداول المعناه	تداول المعناه	تداول المعناه	تداول المعناه	تداول المعناه	تداول المعناه	٦ - ٧
توزيع	توزيع أو دراسة للموارد المتأخرة ، أو قراءة باللكية	دراسة للموارد التي حدث فيها تأخير ، أو قراءات باللكية	دراسة اللغة الانجليزية	دراسة الكيمياء المفسرية	دراسة اللغة الانجليزية	٧ - ٨
توزيع			دراسة اللغة الانجليزية	دراسة الكيمياء المفسرية	دراسة اللغة الانجليزية	٨ - ٩
توزيع						٩ - ١٠

متى تستذكر

لاحظ أيضا أن هناك ساعات معينة قد خصصت في الجدول لاستذكار أو دراسة مواد معينة وليست للدراسة بوجه عام ، ويرجع ذلك من ناحية لتوفير الوقت الذي قد يمضيه الطالب حائرا لا يدري ماذا يفعل ، ومن ناحية أخرى لضمان أن مع الطالب ما يحتاجه من المواد اللازمة لاستذكاره (ان عدم الاعداد للاستذكار يعتبر من اكثر الأسباب شيوعا لتضييع الوقت) . ويمكنك أن ترى أيضا انه عن طريق برمجة ساعات لدراسة معينة ، ستكون واثقا من انك تذاكر كل مادة يجب دراستها ، والا فان التلاميذ غالبا ما يجدون أنفسهم متأخرين في بعض المواد، فيركزون على إحداها للانتهاء منها ، ولكنهم في نفس الوقت يتأخرون في دراسة المواد الأخرى .

وهناك أسباب هامة أخرى لتخصيص ساعات محددة في الجدول لمواد معينة

وهي :

١- انها تمكنك من تحديد وقت أقل للمواد السهلة بالمقارنة بالمواد الصعبة .

٢- انها توزع ساعات الاستذكار بدلا من أن تجمعها وخاصة وأن علماء النفس قد أجروا قدرا هائلا من البحوث على توقيت التعلم فجاءت النتائج تشير لأهمية توزيع الوقت الذي ينفق في تعلم مادة معينة ، وبتعبير آخر ، أنه في المدى البعيد تتعلم قدرا كبيرا ، ويزداد تذكرك إذا أمضيت ثمان ساعات موزعة ومنفصلة بعضها عن بعض الآخر مما لو انفقت في دراسة نفس الشيء ثمان ساعات متتالية .

٣- وفي النهاية ، هناك أوقات أفضل للاستذكار من غيرها ، ويعتمد ذلك على ماهية ما تدرسه ، فبعض المواد يجب استذكارها في أوقات معينة وليس في غيرها ، وكقاعدة عامة جيدة : يجب أن تكون فترة استذكار أي مادة متقارب زمنيا مع الوقت المخصص للمحاضرة أو الحصة الخاصة بها ، ولكن هذه القاعدة لا تعني وجوب برمجة فترات استذكار جميع المواد بهذه الطريقة ، وإنما البعض منها فقط . ومن الممكن تقسيم هذه القاعدة الى جزئين :

أ - إذا كان معظم وقت الحصة ينفق كمحاضرة وليس للتسميع ، يجب عليك أن تجعل فترة استذكارك لتلك المادة بعد الحصة مباشرة .

ب - ومن ناحية أخرى ، إذا كان السواد الأعظم من وقت الحصة ينفق في التسميع ، فيجب عليك أن تجدول فترة استذكارك لتلك المادة قبل الحصة مباشرة .
والواقع أن بعض المقررات تكون على صورة محاضرات في معظمها ، والبعض الآخر على صورة تسميع ، والبعض خليط من الاثنين ، ولذا يجب عليك أن تصمم جدولك تبعاً لذلك .

الاستذكار لمقررات المحاضرات

ماذا تفعل في فترة الدراسة التي تمجدولها بعد المحاضرة مباشرة ؟ إنك تراجع المذكرات التي كتبها أثناء المحاضرة ، وتؤكد أولاً وقبل كل شيء أنك تفهم تلك المذكرات . ويجب ألا نفترض أنك قد فهمت جميع النقاط لأنك استطعت متابعة النقاط الرئيسية التي ذكرها المحاضر في محاضرتك . إنه من السهل عليك أن تقع في تلك المصيدة وأن تمخدع نفسك وتعتقد أنك قد تعلمت أكثر مما تعلمت فعلاً .

وفي معظم الحالات ، وما لم يكن المحاضر منظماً بدرجة كبيرة ، وما لم تكن أنت متمتعاً بقدرة خارقة في كتابة مذكراتك ، يجب عليك تعديل أو إعادة كتابتها ، وعندما تفعل ذلك ، احذف من تلك المذكرات ما يبدو الآن تافهاً أو غير مهم ، وتوسع في كتابة ما يبدو مهماً ، ولاحظ أنك تستطيع القيام بذلك عندما تكون المحاضرة ما زالت ترن في أذنيك ، ولكنك ستجد هذا العمل مستحيلاً إذا ما مر وقت طويل مما يؤثر على ذاكرتك ولاحظ أنه لدى تعديلك لمذكراتك تستطيع أيضاً إعادة تنظيمها لكي تكون أكثر وضوحاً وتنظيماً ، وفي حالة تسميح بالاستفادة منها في المراجعات التالية .

وماذا تفعل عندما تكون فترة الاستذكار مجدولة قبل المحاضرة مباشرة ؟ إذا كانت الحصة عبارة عن محاضرة ، فانك تستطيع قراءة التعيينات التي تتصل

بالمحاضرة ، إذ أن المحاضرين عادة ما يرغبون في أن يقرأ التلاميذ التعيينات من الكتب المقررة قبل المحاضرة ، ومع ذلك ، فإن معظم التلاميذ غالباً ما لا يفعلون ذلك حيث أنه لا يوجد من يراقبهم أو من يتأكد من تأديتهم لعملهم ، بالرغم من أن القراءة السابقة على المحاضرة تعتبر مهمة للدراسة الجيدة ، لأنه كلما ازدادت معرفتك بما يقوله المحاضر كلما استفدت أكثر من المحاضرة ، وكلما تحسنت المذكرات التي تكتبها أثناء المحاضرة بوجه عام لأنك تزداد معرفة بالمهم وغير المهم مما يقوله المحاضر ، كما أن هناك فرص لتعرفك على المصطلحات الفنية التي يذكرها المحاضر ولكنه لا يشرحها بدرجة كافية .

الاستدكار لمقررات التسميع

أما إذا كانت معظم الحصص متفق في التسميع ، كما هي الحال في معظم المقررات اللغوية فانك تستطيع استخدام فترة الدراسة السابقة على الحصص مباشرة في الاستعداد للتسميع ، فإذا كان التعيين المكلف به يمكن حفظه واستظهاره جيداً في خلال ساعة واحدة بحيث تصبح متأكداً من حفظه فإن هذه الساعة يمكن أن تكون فترة استدراك الرئيسية لهذه المادة ، ومع ذلك ففي العديد من الحالات لا تكفي هذه الساعة . ويجب الا تخاطر بالاعتماد على كفاية هذه الساعات ، ولكي تكون مطمئناً يجب أن تراجع التعيين قبل ذلك ، وأن تستخدم فترة المذاكرة للمراجعة والتسميع الذاتي لما حفظته من قبل . وبهذه الطريقة فانك توزع دراستك ، وتعمل على أن يصل أدائك في الفصل الى أقصى درجة ممكنة من الكفاءة ، ومن ثم ، فانك لا تقدم في الفصل أحسن ما عندك فقط وإنما أيضاً يحتمل أنك ستستفيد أكثر من الحصص . وبدلاً من الاعتماد على الحصص لكي تبدأ في عمل ما كان يجب عليك أن تعمله لنفسك ، فانك تستطيع الآن ان تعتمد على الحصص لصقل وتثبيت ما لنجزت أكثر من ثلثه .

وبالرغم من أن التلاميذ قد تعلموا طوال مدة التحاقهم بالمدارس أن يعدوا أنفسهم قبل حصصهم ، فانهم غالباً ما لا يعرفون فائدة هذا الجهد الأساسي . إن

عدم الاستعداد في الوقت الصحيح يعيق دراستهم للمقرر الذي يدرسونه ، وفي بعض المواد مثل اللغات والرياضيات ، حيث نكتسب المعارف والمهارات خطوة إثر خطوة ، فإن ما يستتبع الاستعداد الضعيف يمكن أن يكون خطيراً ، فنظراً لأن التلميذ لم يكن مستعداً في الوقت المناسب ، فإنه لا يعرف ما يجري داخل قاعة الدرس ، ويصبح متردداً في توجيه الأسئلة لأنه يخشى الكشف عن جهله ، وعندما تصبح المشكلة أكثر تعقيداً ، يزداد ارتباكاً في دراسته خارج وداخل الفصل لأنه لم يحافظ على متابعتها لما درس من قبل . أما الطالب المستعد فإنه يسير بخطى ثابتة ، ولا يخاف أو يمل الحصة ، ونظراً لأنه يعرف ما يقدم وسيطر عليه ، فإنه يجد التعليم شيئاً ممتعاً ومثيراً . انه يستطيع المشاركة في أعمال الفصل وان يحصل على الرضى من تقدمه أي أنه يستطيع التغلب على أكثر المشاكل تعقيداً ، ألا وهي مشكلة الحصول على الدافعية الكافية ، ووجود الميل للدراسة .

كيف تضع جدولاً وتعده

لقد أوضحنا لماذا يقسم جدول الاستذكار الى ساعات ولماذا يجب دراسة بعض المواد قبل أو بعد المحاضرات مباشرة . والآن نتقل الى السؤال الخاص بكيفية تحديد الأوقات الخاصة بمواد معينة ، وكيفية تخطيط وتعديل جدول الاستذكار . ونحن نقول انك تخطط وتعديل لأنك لا تستطيع فقط أن تضع الجدول في بداية الفصل الدراسي ولا تغيره بعد ذلك ، إذ يجب عليك أن تعدله على ضوء خبرتك في تنفيذه . ولكن على أي الأحوال يجب أن يكون لديك جدول ويجب ان تكون أنت الذي يضع هذا الجدول .

وقت الدراسة أو الاستذكار

أما كمية الوقت التي تخصصها لدراسة المواد المختلفة فان ذلك بالطبع يعتمد على اجمالي الوقت الذي تعتقد أنه يجب ان يخصص للاستذكار . ويعتبر هذا أمر فردي لدرجة كبيرة ، ولذلك يجب ان تقيم قدراتك الخاصة وعاداتك الدراسية . لاحظ أن

معظم التلاميذ ، كما ذكرنا في نهاية الفصل السابق ، يميلون للمبالغة في تقييم ذكائهم الخاص ، وسرعة قراءتهم ، وقدرتهم على العمل ، . الخ . ومع ذلك فانك مستفيد كثيرا ان كنت دقيقا في تقدير ما تستطيع تحصيله في الوقت المحدد وخاصة إذا كان طموحك كبيرا ، ، ولذلك تأكد من إنفاق وقت كاف لوظيفتك الرئيسية في الجامعة وهي الدراسة .

ومع ذلك لا تفرط في الوقت الذي تخصصه للاستذكار ، وإنما اترك قدرا معقولا من الوقت لتناول الطعام والنوم والفرغ . ويجب ان تعرف أن وقت الفراغ ضروري ليس فقط لأنه يجب ان تستريح وأن تكون في صحة جيدة لتستفيد من الجامعة لأقصى درجة ممكنة وإنما لأن هذا الوقت إذا أحسن انفاقه يعتبر جزءاً ضروريا من التعليم الجامعي ، وكذلك الحال في المصانع والمكاتب - كما هي في الدراسة - عندما يحاول العاملون ان يعملوا لساعات طويلة ولنقل ، لحسا وخمسين ساعة الى ستين ساعة أسبوعيا فانهم لا يكونون أقل كفاءة وسعادة فقط ، وإنما يقل إنتاجهم بالمقارنة بانتاجهم لو عملوا لساعات أقل ، وهذا هو السبب جزئيا على الأقل - في أن الطلبة الكادحين والذين يستذكرون ما بين ٣٥ الى ٥٠ ساعة أسبوعيا لا يؤدون أداء جيدا بالمقارنة بمن يستذكرون فترات أقصر . ولكن هناك بالطبع استثناءات لذلك ، ولكن يجب ألا تعتبر نفسك من بينها ما لم تكن قد أثبتت ذلك ، وربما إذا تعلمت أن تعمل بدرجة عالية من الكفاءة تبعا لجدول وقته قصير ، قد تستطيع فيما بعد أن تكدر لفترات أطول اذا ما دعت الحاجة ، ولكن إذا بدأت محاولا أن تنجز الكثير للغاية ، فان ذلك غالبا ما يؤدي الى التوقف كلية ، ولذلك فانه قد يكون من المهم أن تعمل تبعا لجدول متوسط في طوله الزمني ويثبت أنه عملي اكثر من عمالك تبعا لجدول يتحول الى قصاصات في سلة المهملات لأنه يستحيل العمل تبعا له لأنه يطمح لتحقيق ما هو مستحيل .

توزيع الوقت

والآن نتقل لتفاصيل الجدول ،ويمكنك استخدام الصفحات التي ستجدها

في نهاية الكتاب مخصصة لهذا الغرض (من الممكن فصلها من الكتاب باستخدام مسطرة) ابدأ بالصفحة المعنونة « جدول مؤقت » وبمجرد ان تعرف مواعيد محاضراتك ومواعيد دخولك للمعمل ، عليك بتفريغ هذه البيانات في هذا الجدول وبعد ذلك عليك بتفريغ المواعيد والأوقات التي تنفقها في تناول الطعام وعمل الأشياء الروتينية الأخرى . والآن عليك أن تقدر الوقت الذي ستحتاجه لدراسة كل من المواد المختلفة التي تدرسها ، وكقاعدة عامة جيدة للاستذكار هي وجوب تخصيص ساعة الى ساعتين من الدراسة مقابل كل ساعة من ساعات المحاضرات . ويجب أن تعدل هذا في ضوء ما توقعه من الصعوبة المحتملة للمقررات بالنسبة لك .

والواقع انك تستطيع ان تضع بعض التقديرات للصعوبة آخذاً في اعتبارك خبرتك وتدريبك السابق ، فاذا كانت اللغات سهلة نسبياً بالنسبة لك ، في حين ان العلوم صعبة نسبياً ، فيجب عليك ان تدخل ذلك في حسابك . واذا كنت تشعر ان إعدادك لأحد المقررات كان متيناً في حين أن إعدادك لمقرر آخر ضعيف فيجب عليك إدخال التعديل اللازم لمعادلة الفرق . وهذا بالطبع نصيحة واضحة ومعظم التلاميذ يأخذونها في اعتبارهم عندما يختارون المقررات التي يدرسونها . وعندما يستذكرون لها ومع ذلك فان ما لا يفعلونه والذي يجب عليك ان تفعله هو التفكير في هذه الأسئلة وغيرها تفكيراً عميقاً منذ البداية ، وأن تدخلها في تقديراتك في جدولك . وبعد أن تنتهي من وضع أفضل تقديراتك عما سيستغرقه العمل في المقررات المختلفة ، تكون حينئذ معداً لوضع تفاصيل أول جداولك المؤقتة وعلينا أن نتذكر ما قيل سابقاً فيما يتعلق بفترات الدراسة التي تسبق المحاضرات والتي تليها مباشرة .

مثال

ولتوضيح عملية وضع الجدول ، خذ في اعتبارك الجدول المبني ص ٥٤ ، ٥٥ . لقد خصص الطالب صاحب هذا الجدول ٢٣ ساعة أسبوعياً للاستذكار ، وبالإضافة لذلك حددت ست ساعات إضافية لاستخدامها في استذكار أي شيء قد تأخر في استذكاره في المراجعة للامتحانات . ومع ذلك فهذه الساعات

« الاختيارية » ، لم تعنون ، لأنها ستستخدم إذا دعت الحاجة لذلك .
ومن بين المقررات الخمس التي يدرسها ، يعتقد هذا الطالب أن الكيمياء
العضوية ستكون أكثرها صعوبة لأنها تتضمن دراسة معملية وتتطلب تقارير معملية
أيضاً ، بالإضافة الى أن الكيمياء لم تكن مطلقاً مادة سهلة بالنسبة له . ولذلك فهو
يحدد ست ساعات من بين الثلاث العشرين ساعة لهذه المادة وهو يحدد ثلاث من هذه
الساعات بعد المحاضرات الأسبوعية الثلاث . ويحدد الرابعة في يوم الجمعة ليعود
نفسه لفترة المعمل يوم السبت . أما الفترتان الأخيرتان فيحدد لهما مساء الخميس لكي
يكون لديه الوقت الكافي لكتابة تقريره الخاص بالمعمل .

أما فيما يتعلق بالمواد الباقية فانه يعتقد أن اللغة الألمانية ستكون أكثرها
صعوبة ، ويرجع ذلك من ناحية الى أنه لم يكن متقدماً أبداً في اللغات فيما سبق ،
ومن ناحية أخرى فان هناك شهرة لمقرر اللغة الألمانية بأنه من أصعب المقررات ، ومن
ناحية ثالثة لأنه يعرف أن هذا المقرر يتطلب الكثير من الحفظ والترجمة ، وهو لذلك
يحدد له خمس ساعات بالإضافة لساعتين احتياطيتين آخرين قد يستخدمهما في دراسة
اللغة الألمانية (أو علم النفس) إذا كان ذلك ضرورياً . ومن بين الساعات الخمس
المحددة بالجدول ، يحدد ثلاث ساعات قبل حصص اللغة الألمانية مباشرة في كل
أسبوع ، لأن حصص اللغة الألمانية حصص تسميع أساساً وقد يطلب منه أن يقوم
بالترجمة في أي وقت .

ويعتقد هذا الطالب لدى التخطيط للمواد الثلاث الأخرى أن الاقتصاد يحتمل
ان يكون أسهلها فهو ينتمي لعائلة تعمل بالتجارة ، وكان أدلؤه ممتازاً في هذا النوع
من المقررات في المدرسة الثانوية ، كما أنه قد قرأ الكثير من المجالات التجارية ،
وعلاوة على ذلك فانه يشاع في الكلية ان الكتاب المقرر سهل للغاية ، وأن استاذ هذه
المادة يركز على المحاضرات بدرجة كبيرة ولذلك يحدد الطالب ثلاث ساعات أسبوعية
لاستذكار هذا المقرر وهو الحد الأدنى ، ويحدد ساعتين من بين هذه الساعات
الثلاث بعد المحاضرات مباشرة وبقدر الامكان . وهو لا يستطيع ان يفعل احسن من
ذلك لأنه يعطي الأولوية للكيمياء العضوية واللغة الألمانية وهما أصعب المواد بالنسبة
له .

ولكنه حتى الآن لم يعط انتباهاً كبيراً في تخطيطه لمادة الأدب الانجليزي لأنه يستطيع دراسة هذه المادة في أي وقت . إن العمل الرئيسي في هذا المقرر سيكون قراءة سريعة لعدد كبير من الصفحات كقراءة خارجية ، ولن يكون من المطلوب تعلم هذه المادة بالتفصيل كما في حالة الكتب الدراسية ، كما أنها لن تكون صعبة الفهم ولذلك فما عليه سوى قراءتها ومعرفة القضايا الرئيسية فيها لكي يكون معداً للمناقشة في الفصل . وهو لذلك يحدد ساعتين في ليلتين كل أسبوع ليتمكن من إنجاز تلك القراءة .

والآن لم يبق له غير علم النفس ، وهو لم يسبق له دراسة أي مقرر في هذه المادة حيث أنها لا تدرس كثيراً في المدرسة الثانوية ، وعموماً فيجب ألا تكون هذه مادة صعبة ، كما تفيد التقارير ، وعلاوة على ذلك ، فتبعا للتخطيط الأساسي للمقرر والذي تسلمه في اليوم الأول لدراسته يوضح أن وظيفته الرئيسية هي دراسة الكتاب المقرر ، وأن المحاضرات التي سيقدمها استاذ المادة ستكون أساساً لشرح وتوضيح ما في الكتاب . ولذلك يقرر هذا الطالب ان يحدد لهذا المقرر الحد الأدنى من الساعات كما فعل في حالة مقرر الاقتصاد ، أي ثلاث ساعات أسبوعياً في الجدول وأن يكون مكانها في الجدول في الفراغات المتوفرة به سواء صباحاً او بعد الظهر . ومع ذلك فهو غير متأكد فيما إذا كانت هذه الساعات كافية أم لا ، وذلك يشابه تماماً عدم معرفته التامة فيما إذا كانت خمس ساعات في الأسبوع للغة الألمانية كافية أم لا ؛ ولذلك فهو يخصص ساعتين في الجدول يمكن استخدامها لاستذكار اللغة الألمانية أو علم النفس ، ويعتمد ذلك على كيفية سير الأمور في هذه المقررات .

وبالطبع يعتبر هذا التقدير التقريبي الأول للكمية الكلية للوقت الذي سيحتاجه الطالب للاستذكار ، ولكمية الوقت التي حددها لكل مقرر من مقرراته . ولكن لا تكون هناك أية مخاطرة ، فلقد حددت ساعات إضافية يمكن استخدامها إذا ما تبين له أن أي من تقديراته غير كاف ، علاوة على أنه سيحتاج بدون شك لتلك الساعات عندما يحين موعد الامتحانات خلال الفصل الدراسي ، وفي أوقات أخرى أيضاً . وفيما عدا ذلك فإنه يستطيع انفاق تلك الساعات بالطريقة التي تراه . إن

هذه الساعات الست الزائدة قد اختيرت ووضعت في الجدول للاستذكار أو الترويح .

ومن المجموع الكلي لحساباته نجد أنه يتوقع أن يكون في قاعات الدرس أو المعمل حوالي ١٧ ساعة اسبوعياً ، وأن يستذكر فيها بين ٢٣ الى ٢٩ ساعة اسبوعياً ، وأن يعمل في وظيفته ذات الدوام الجزئي لمدة عشر ساعات . ويعتبر هذا قدر كبير من العمل ، ومع ذلك يبقى لديه وقت طويل . انه ليس في حاجة لسهر الليالي إذ أنه في الحقيقة يستطيع التخطيط للحصول على وجبة خفيفة في العاشرة مساءً ، وفترات للراحة من العمل ، وفترات لممارسة بعض التمرينات البدنية وابتداء من بعد ظهر يوم السبت من كل اسبوع يكون حراً في العطلة الأسبوعية ، وفي بعض الأحيان ، فإنه يتوقع ان لا يستذكر ليلتين أخريين في الاسبوع ليفعل فيها ما يحلوه . وبالرغم من أن هذا الجدول يتطلب الاستذكار بدرجة تفوق ما يفعله فعلا معظم الطلبة ، فإنه ما زال جدولاً مريحاً للغاية بالمقارنة بجدول الطيب والمحامي ورجل الأعمال أو حتى الجدول الذي يحتمل ان يسير عليه الطالب نفسه عندما ينخرط في ميدان العمل .

يومية لانفاق الوقت

ولكي تكتشف الآن كيف تستغل وقتك ، ولكي نساعدك على وضع جدول واقعي خاص بك يجب أن تحتفظ بسجل يوضح كيفية قضاء وقتك لمدة أسبوع على الأقل . واجعل هذا الأسبوع نموذجاً لجدولك المعتاد في المحاضرات والاستذكار . ومن الممكن أن تحمل هذا الكتاب معك ، أو ان ترسم على بعض البطاقات جداول كالتالية لاستخدامها لهذا الغرض ، ويجب عليك ان تتبع المثال الذي يوجد في الجزء الأيمن من الجدول كمرشد يساعدك في ملء هذا الجدول ، وفي كل مرة تبدأ في نشاط ما ، اكتب زمن بداية النشاط في العمود المخصص لذلك ، وعندما تنتهي من هذا النشاط المعين ، سجل الوقت في الخانة التي توجد بجانب النشاط ، وعن طريق الطرح بعد ذلك يمكنك معرفة الوقت الذي انفقته في ممارسة ذلك النشاط ، وعليك بعد ذلك تسجيله في خانة الزمن .

**** معرفتي ****
www.ibtesama.com
منتديات مجلة الإبتسامة

الاربعاء			الثلاثاء			الاثنين			مشال		
الوقت	الوحدة	النشاط	الوقت	الوحدة	النشاط	الوقت	الوحدة	النشاط	الوقت	الوحدة	النشاط
									٨.٠٠	٧.٣٠	نوم
									.٢٥	٧.٥٥	ارتداء الملابس
									.٢٠	٨.١٥	الانظر
									.١٥	٩.٠٠	استكشاف لغة فرنسية
									١.٠٠	١٠.٠٠	حاضرة
									.٢٥	١٠.٢٥	وقت ضائع
									.٣٥	١١.٠٠	استكشاف تاريخ
									١.٠٠	١٢.٠٠	حاضرة
									.٢٥	١٢.٢٥	الغذاء
									.٣٥	١.٠٠	تواجد مع الزملاء للتربية
									٣.٠٠	٤.٠٠	معسل
									٦.٠٠	٦.٠٠	عسل
									.٣٠	٦.٣٠	وقت ضائع
									.٣٠	٧.٠٠	الغشاء
									.٢٠	٧.٢٠	قراءة
									.٥٥	٨.١٥	استكشاف علم الفضاء
									.٣٥	٨.٥٠	وقت ضائع
									١.١٠	١٠.٠٠	استكشاف لغة انجليزية
									١.١٥	١١.١٥	تربية
									.١٥	١١.٣٠	استحمام
									-	-	نوم

الأحد			البت			الجمعة			الخميس		
الزمن	الوحدة	النشاط	الزمن	الوحدة	النشاط	الزمن	الوحدة	النشاط	الزمن	الوحدة	النشاط

ملخص ليومية إنفاق الوقت

اجمع الأوقات المسجلة لكل نشاط في يوميتك الخاصة بانفاق الوقت وضع حاصل الجمع في الفراغات المناسبة في الجدول التالي ، وبذلك تتمكن من معرفة أين تقضي وقتك وتتخذ الخطوات الضرورية لانفاقه بطريقة اكثر فائدة .

النشاط	الاثنين	الثلاثاء	الأربعاء	الخميس	الجمعة	السبت	الأحد	المجموع الاسبوعي
النوم								
تناول الطعام								
المحاضرات								
الاستذكار								
العمل								
الأنشطة الاجتماعية								
الترويح								
الأنشطة الجامعية								
الوقت الضائع								
متفرقات الحملة								

تعديل الجدول

يجب ألا يكون أول جدول تضعه في بداية الفصل الدراسي هو آخرها أيضاً ، إذ أن هناك احتمالاً أنك خصصت للأنشطة المختلفة وقتاً أطول أو أقصر من اللازم .

كما أن هناك احتمالاً بانك لم تكن واقعياً فيما يتعلق بطول الوقت الذي ستفقه في الاستذكار ، فإذا كان الأمر كذلك فحاول أن تقوم بعملية توفيق تستخدم فيها جدولك كهدف من الأهداف التي تعمل لتحقيقها ، وخاصة إذا لم يكن ادلوك مرضياً كما يجب . ولكن فوق كل ذلك كن واقعياً . ان جدولك لن يفيدك مطلقاً إذا لم يكن واقعياً بدرجة تتمكنك من السير تبعاً له . ولذلك ، ضع جدولك بحيث يكون قابلاً للتنفيذ ، وربما بعد أن تبدأ في اكتساب عادات منتظمة للعمل ، تستطيع أن تبدأ في تعديل جدولك لتجعله يقارب أهدافك الأساسية بقدر الامكان .

و حالما تكتسب العادات المناسبة للاستذكار ، لن تكون في حاجة للاعتماد على جدولك كباعث على الاستذكار ، ولكنك تستطيع استخدامه كخطة مناسبة لأنشطتك الأسبوعية .

ولقد وفرنا لك أربع استمارات لكتابة الجدول لاستخدامها في عمل التعديلات على جدولك وان كان هناك احتمال لأن تحتاج لأكثر منها ، فإذا حدث هذا فيمكنك عمل جداول إضافية . وقد يكون من الواجب ألا تدخل تعديلات على جدولك أكثر من مرة واحدة كل أسبوعين ، وعادة ما لا يتكرر ذلك إلا مرة واحدة كل ثلاثة أو أربعة أسابيع لأنه من الواجب أن تنتظر لفترة أسبوع أو أسبوعين لتعرف كيفية استفادتك من الجدول قبل تعديله . ومن المحتمل ألا تدخل تعديلات جذرية شاملة على جدولك ، إذ أن أية تعديلات يجب ألا تخرج عن إعادة تحديد ساعات قليلة فقط في المرة الواحدة ، لكي لا تصبح مشوشاً بدرجة لا تمكنك من استخدام الجدول . وعندما تشعر أنه قد أصبح لديك جدول يبدو أنه عملي بدرجة معقولة ، سواء استلزم ذلك تغييرات طفيفة أم لا ، اكتب جدولك النهائي الذي ستجده في آخر صفحات هذا الكتاب .

وبالمناسبة ، يجب أن نذكرك بوجود احتفاظك بجدولك في مكان تستطيع الرجوع اليه بسهولة . وفي الحقيقة ، يجب أن تضعه في مكان تستطيع أن تراه للعديد من المرات في اليوم الواحد ، وذلك ليذكرك بما يجب أن تفعله . ومن بين تلك

الاماكن واجهة دفتر مذكراتك ليكون معك دائما ، أو على الحائط الذي يعلو مكتبك إذا كنت تقوم بالاستذكار دائما في حجرتك ، أو في أي مكان آخر تسهل رؤيته .

كيف تستخدم وقتك

إن العديد من الطلبة يضعون جدولاً ثم يجدون أنه لا يساعدهم كثيراً لأنهم لا يستطيعون تطبيقه . انه يبدو انهم لا يستطيعون فعل ما يتطلبه الجدول ، هذا بالرغم من انهم يبذلون بنوايا طيبة ، ومع ذلك فانهم لا يتمكنون من الاستذكار عندما يكون ذلك مطلوباً منهم .

هل يسهل إغراؤك

ونحن نسوق هنا مثلاً ، لما حدث لأحد الطلاب الذين نص جدولهم على وجوب قراءة أدب اللغة الانجليزية فيما بين الساعة السابعة والعاشر . وبعد تصميمه على ان يقوم بالاستذكار تبعاً للجدول ، جلس الى مكتبه في السابعة ، ولكنه اكتشف في البداية أن قلمه فارغ من الرصاص وأنه في حاجة الى رصاص جديد كي يتمكن من كتابة مذكراته ، وبينما هو سائر عبر الردهة متجهاً لحجرة أحد أصدقائه ليرى اذا كان لديه عبوة من الرصاص استمع لمناقشة مثيرة عن المفاضلة بين السيارات الفورد والشيفرليه ، ونظراً لأن هذه المناقشة استهوتته ، فانه لم يتذكر الا بعد مرور بعض الوقت انه كان من المفروض ان يكون الآن يستذكر اللغة الانجليزية . وفي طريق عودته الى حجرتة تذكر ان هناك برنامجاً تلفازياً جيداً يذاع آنذاك ، وبقليل من التفكير المرغوب Wishful Thinking ، أقنع نفسه بأنه يستطيع الاستذكار ومشاهدة التلفاز في حجرة الجلوس . وتلى ذلك ، وبينما كان يوزع انتباهه بين التلفاز والكتاب وجد نفسه يحلم بعطلة نهاية الاسبوع . وهكذا سارت الأمور ووصلت الساعة الى العاشرة ، وهو ميعاد تناول وجبة خفيفة ، وهو لم يفعل شيئاً .

إن فقدان السريعة للوقت يعتبر حجر عثرة رئيسية تحول دون الدراسة

الفعالة . ولقد بينت العديد من الدراسات المسحية على الطلاب وجود هذه المشكلة ، واذا كنت قد أمضيت وقتاً طويلاً بالجامعة فانك لا ريب قد رأيت هذه المشكلة بنفسك ، فاذا كانت هذه المشكلة من بين مشاكلك ، ومن المحتمل ان تكون ، فحاول ان تعمل على حلها ببطء وحذر لأن حلها ممكن ولكنه يحتاج الى تدريب وتصميم .

فترات محددة للاستذكار

ابدأ بجعل فترات استذكارك قصيرة ، وخطط لوجود فترات قصيرة من الراحة والاسترخاء فيها بينها ، وبدلاً من أن تحاول الاستذكار لمدة ثلاث ساعات متصلة ولا تنجز شيئاً ، استقر لمدة ساعة واحدة في كل فترة . ان العمل الكفؤ لفترات قصيرة اكثر أهمية من البرجة لفترات طويلة تضيق هباء في المماطلة والتسويف . إنك ان حددت لنفسك هدفاً متواضعاً سيكون من السهل عليك تحقيقه ، ولن تجد التوقعات مستحيلة التحقيق ، وبذلك سيزداد احتمال تنفيذك لما اردت عمله ، وعندئذ على الأقل ستكون قد انجزت شيئاً .

وإذا كان ضرورياً ، إلزم نفسك بالجلوس لفترات قصيرة جداً ، ولتكن عشرين دقيقة واتبعها عن قصد بعشر دقائق للراحة ، ثم عد للعمل لعشرين دقيقة مرة اخرى ، وهكذا ، او استخدم اي أسلوب تستطيعه لتمكن من العمل لفترات محددة من الوقت . ان الشيء الأساسي هو ان تعمل عندما يكون ذلك مفروضاً ، وان تستذكر مستخدماً اقصى درجات التركيز التي تستطيعها اثناء ذلك .

وحالما تستطيع ان تعمل وفقاً لجدول سهل من العمل والراحة ، فانك تستطيع تعديله تدريجياً اذ انه عندما تجد الرضى الناتج عن العمل المركز فانك تستطيع ان تطيل تلك الفترات ، ، بالرغم من انه يجب ألا تكون طويلة للغاية . إن اولئك البارعين في الاستذكار وبذل الجهود الخلاقة والقادرين على الاستمرار في عملهم لساعات طويلة متصلة ، عادة ما يجدون انهم في حاجة لفترات قصيرة من الراحة كل

ساعة أو ما يقارب ذلك لكي يحافظوا على يقظتهم وراحتهم وبذلك يستطيعون الاستفادة لأقصى درجة ممكنة من فترات عملهم .

الاستذكار والظروف الفيزيائية

يستطيع الفرد تحصيل ما يريد وبذل الجهود اللازمة للعمل الكفء وتبعاً لجدول معين في ظل الظروف الفيزيائية الجيدة . إن احسن مكان للجلوس هو المكتب أو المنضدة ، وليس السرير لأن الجلوس على السرير يؤدي الى درجة كبيرة من الاسترخاء ولا يتمشى ذلك مع العمل الذي يتطلبه الاستذكار ، إن الجلوس معتدلاً والمحافظة على العضلات متوترة لدرجة معقولة ، قد يتطلب جهداً أكبر ، ولكنه يحافظ أيضاً على الفرد متيقظاً ، وفي حالة نفسية مناسبة للعمل . ويجب أن تكون المنضدة أو المكتب الذي تجلس إليه نظيفاً وخالياً من كل ما ليس له علاقة بالعمل ، ولذا يجب ألا تكون عليه صور أو أشياء تذكارية أو راديو أو غير ذلك من الأشياء التي يحتمل أن تساعد الفرد على الشرود الذهني بعيداً عن العمل الذي بين يديه . ولنفس السبب فإن وضع الطاولة أو المكتب في مواجهة الحائط ليكون بمنأى عن الناس والأشياء التي بالحجرة يعتبر فكرة سديدة ، إذ أن هذا الوضع يوفر حماية أفضل من التشتت وذلك بالمقارنة بوضع الفرد مواجهاً لباب أو نافذة أو أفراد آخرين إذ أن مثل هذا الوضع ، لن يجلب عنك رؤية من يمرون بك ، والتلاميذ الآخرين من حولك إذا كنت بداخل المكتبة ، وإنما أيضاً من يرونك ، فانهم سيعرفون أنك تعمل مما يقلل احتمال مقاطعتهم لك .

وكذلك تعتبر الاضاءة الجيدة التي تفمر كل أرجاء مكان عملك شرطاً مهماً للاستذكار الكفء ، أما إذا كان عليك أن تنحني ، وتحلق بعينيك لترى ما تفعله ، فانك ستتعب بسهولة ، وسرعان ما تتوقف عن العمل ، ومن ثم فإن الاضاءة الجيدة والمريحة ستحافظ على استمرار دافعيتك لفترة أطول وتجعل الاستذكار عملية أكثر جاذبية .

أين تستذكر

حيثما تستطيع ان تجد مكاناً تتوفر فيه الظروف التي ذكرناها سابقاً ، فان هذا المكان يكون مناسباً للاستذكار . فاذا كانت لك حجرة خاصة بك ، تستطيع تنظيمها لتتوفر فيها هذه الظروف ، واذا كانت هذه الحجرة تقع في مكان هادئ حيث لا يشوش عليك الآخرون باصواتهم أو مناقشاتهم ، فان هذه الحجرة تعتبر مكاناً جيداً . وحتى اذا كان معك زميل بالحجرة لديه العزم على اتباع نفس القواعد التي تتبعها للاستذكار الكفء ، فان حجرتك يمكن ان تكون مكاناً ملائماً .

ومن ناحية اخرى فانه كثيراً ما يتكرر ان تكون جداول الآخريين في السكن الجامعي ، او الجماعات المنظمة او الاندية او الشقق السكنية مختلفة عن جدولك ، والا يكونوا ملتزمين بالدقة في عملهم كما هي حالتك ، فهم يندلفون لحجرتك ، ويبدأون المناقشات ، أو يصل الى سمعك مناقشات مشوقة مما يجعل الاغراء شديداً ، والواقع ان زملاءنا في الحجرات واصدقائنا واقاربنا يصبحون اشد اعدائنا عندما نحارب ضد الوقت المهدور .

وقد يرجع لهذا السبب انه من المستحسن ان تجد مكاناً للعمل حيث لا يستطيع الآخرون مضايقتك . وفي الجامعة يحتمل ان تكون المكتبة هي احسن مكان للاستذكار ، وخاصة بالقرب من نهايتها ، وفي مواجهة الحائط بدلاً من ان يكون المكان قريباً من الباب . والواقع ان المكتبات قد انشئت ليذاكر فيها الناس ، ولها من القواعد ما يمنع الحديث وغير ذلك من مصادر التشويش ، بل انها تحمي الطالب من ذاته ، لانه لا يوجد بها اجهزة مذياع يمكن تشغيلها ولا صور خلية يمكن النظر اليها ، كما انها تعمل على جعل الفرد محرجاً اذا ما رؤى وهو منغمس في احلام اليقظة ، ولذلك فليس من المستغرب ان تأتي نتائج الدراسات لتدل على ان الطلاب الذين يستذكرون بالمكتبة يحصلون على تقديرات أعلى من غيرهم* .

* تمتاز مكتبات الجامعات في الولايات المتحدة بوجود قاعات خاصة للاستذكار لا يسمح فيها بالكلام ، وقاعات اخرى قد يسمح فيها بالحديث وتبادل الأفكار ، وحجرات اخرى صغيرة منفصلة يمكن أن يجلس فيها فرد واحد فقط وهذه تخصص لطلبة الدراسات العليا . وذلك بالإضافة للعديد من الامكانيات والاستعدادات الاخرى .

ومع ذلك فان بعض الطلاب ، يدعون انهم لا يشعرون بالراحة في المكتبة ، وربما يرجع ذلك الى عدم توفر الدافع الحقيقي لديهم للدراسة او لانهم يخافون ان يضيع منهم وقت طيب في السكن الجامعي او النادي . وقد يرجع ذلك جزئيا الى حقيقة ان الاستذكار في بيئة غريبة يكون اكثر صعوبة ، وبالطبع فان العلاج يكمن في التعرف على المكتبة لكي تبدو مكانا مألوفا ، وعلى ذلك اذا قررت ان تستذكر في المكتبة وذهبت اليها فقط عندما تنوي حقيقة على الاستذكار ، فانك ستجدها مكانا جيدا لانجاز بعض من العمل .

وبالرغم من ان المكتبات بوجه عام تعتبر اماكن جيدة للاستذكار فان بعض الناس يستطيعون ويتمكنون من الاستذكار بكفاءة في اماكن اخرى - مثل حجراتهم ، او على لرائك الحدائق ، او في الاثوبيسات والقطارات ، وبالطبع فيحتمل انك انت ايضا تستطيع الاستذكار في تلك الاماكن بعد ان تتعلم حقيقة كيف تستذكر . ومع ذلك ، فاذا كنت ما زلت تتعلم هذا الفن ، فانه يكون اكثر اماناً ان تختار المكتبة او ما يشبهها ، وفيما بعد ذلك تتاهل للعمل تحت ظروف اكثر تشبها .

ولقد بدأت الآن الكثير من المساكن الجامعية والاندية الطلابية ، وغير ذلك من المراكز الخاصة بالطلبة في تحديد اماكن خاصة للاستذكار تتميز بالهدوء ، ومصممة تصمياً مناسباً للاستذكار ، فاذا كان لديك تحيزاً ضد المكتبة كمكان للاستذكار ، فان أحد هذه الاماكن قد يكون بديلاً مرضياً .

التركيز

لقد كنا نتحدث حتى الآن ، في هذا الجزء عن بيئة الاستذكار . وما هي أحسن الظروف المثلى للقيام ، وما هي افضل الاماكن لممارستها . ومع ذلك ، وفي الختام ، نقول ان كل ما سبق لا يقوم بالاستذكار عوضاً عنك . إنه انت الذي يجب ان تستخدم عقلك بكفاءة لكي يحدث التعلم .

ونحن سنصف لك في الفصول التالية اشياء خاصة لدرجة كبيرة يجب القيام

بها تتصل بالجوانب المختلفة لعملية الاستذكار لتحسين كفاءتك ، ولكن قبل ان نفعل ذلك سنقدم لك بعض النقاط العامة المتصلة بلياقتك واتجاهاتك نحو الاستذكار .

اللياقة البدنية

إن أول نقطة هي وجوب ان تكون في احسن حالة بدنية ممكنة عندما تستذكر ، وهذا يعني تناول الطعام بانتظام حتى لا يضايقك اصابتك بالآلام في المعدة او الشعور بالجوع عندما تحاول الاستذكار . وهذا يعني الانتظام في النوم لكي تأتي للعمل وانت مستريح ومتيقظ لأقصى درجة ممكنة . ولا تحاول ان تستمتع بوقتك وان تستذكر في وقت واحد ، بل اترك الحفلات الى عطلة نهاية الاسبوع وإلى الفترات التي تحددها لذلك بعيدا عن الاستذكار . ولاحظ انك اذا حاولت الاستذكار وانت متعب ، فانك تعيق نفسك من اداء عمل صعب بما فيه الكفاية .

إن المحافظة على اللياقة البدنية يعني ايضا الحصول على الكم المعقول من الترويح والتمارين الرياضية . ان العديد من الطلبة وخاصة اولئك من ذوي بعض الميول الرياضية يجب ان يحددوا اوقاتا معينة ليمارسوا لعب التنس او الاسكواش الخ . هذا مع العلم بان رياضة المشي والجري وقلف الكرة وغيرها ، تعتبر من صور التمرينات الرياضية التي تعمل على المحافظة على شعور الفرد بالصحة واللياقة البدنية .

النعاس

كثيرا ما يعوق النعاس والارهاق العقلي طريق الاستذكار الفعال ، ومع ان الشخص الذي يحصل على القدر الكافي من النوم ، يفترض الا يغلبه النعاس اثناء العمل اليومي ، ولكن نظراً لأن الدراسة نشاط غير صاخب ، كما انها قد تكون مملة في بعض الاحيان ، وكلا هذين العاملين قد يؤدي للنعاس ، ولذلك قد تضطر لمقاومة النعاس في بعض الاحيان عندما تجلس لتستذكر بالرغم من حصولك بانتظام على ثمان ساعات من النوم تبعا لما اعتدت عليه . وقد يعطيك مثل هذا النعاس العذر في

قولك انه من الأفضل تأجيل الاستذكار الى وقت ان تكون مستيقظا . ولكن يجب ان تكون واعيا بمثل هذا التبرير لانه سيؤدي الى تأجيل العمل الذي ينص عليه جدولك مما يؤدي لتأخره فيما بعد ، وستظل مع ذلك تغالب النعاس .

إن أفضل الطرق هي ان تجد السبل التي تحارب بها النعاس . ومن بين هذه الطرق ان تأخذ راحة لمدة خمس دقائق لا تعمل فيها شيئا او حتى تأخذ سِنَّةً من النوم . ان العديد من الناس يسترجعون طاقتهم سريعا بعد فترة وجيزة من الراحة . وطريقة اخرى ان تذرغ الأرض ، او تمشي لفترة قصيرة ، او تقرأ درسك بصوت جهري . وطريقة ثالثة هي ان تجدول الأنشطة المملة ، او الترويح او اي شيء آخر لا يحتاج الى التركيز في الاوقات التي تشعر فيها بالنعاس . وبالطبع فان لكل فرد اوقات يشعر فيها بالليل للنوم ، وغالبا ما تكون تلك الاوقات بعد تناول الغذاء او العشاء ، وعندما تكتشف هذه الاوقات فانك تستطيع ان تجدول استذكارك في اوقات اخرى .

الارهاق العقلي

يرتبط بالنعاس ، وإن كان مختلفا عنه ، الشعور بالتعب او الارهاق . فبعد فترة من القراءة او الاستذكار ، قد تشعر بالارهاق ، ولكن البحوث النفسية قد كشفت عن بعض الاشياء المثيرة فيما يتعلق بما يطلق عليه التعب او الارهاق العقلي ، انه ليس مشابها للتعب البدني ، ولكنه اشبه بالملل ويمثل نقصاً في الدافعية للاستذكار ، ويمكنك اثبات ذلك عن طريق تغيير النشاط الذي تقوم به عندما تشعر بالارهاق . مثال ذلك انك قد تصبح متعبا من قراءة التاريخ ، ولكنك قد تصبح شغوفاً بقراءة جريدة يومية .

ويعتبر تغيير النشاط في حقيقته علاجاً للتعب من الاستذكار . فاذا كنت تميل لفقدان الحماس للتاريخ ، تستطيع التغيير لشيء آخر تتحمس له وليكن الكيمياء . وهذه الطريقة يمكن استخدامها بكفاءة كبيرة . ويعتبر هذا هو احد الاسباب لجدولة

فترات الاستذكار لأية مادة بحيث لا تكون طويلة للغاية ولكي تتوفر الفرصة عن قصد لتغيير المواد التي تستذكرها . ولما عدت في التغلب على هذا الإرهاق فإنه من المستحسن ان تجدول أولاً المواد التي يقل ميلك لها وتترك للنهاية المواد التي تميل إليها كثيراً حينما تحاول ان تقاوم التعب .

المحافظة على الميل

وفي الختام ، ان المحافظة على الميل للاستذكار ، بالمقارنة بالميل لكرة القدم ، او الأصدقاء ، الخ ، يعتبر هدفاً من الأهداف التي يجب الوصول إليها . ويجب استغلال اي شيء يعمل على تحقيق ذلك . وبعض النقاط التي سنشير إليها في الفصول التالية ستساعدك على ذلك . ولكن نظراً لان كل فرد يعتبر فريداً في ذاته ، وقد تستطيع انت اكتشاف طرقك الخاصة في التركيز على دراستك . فاذا كنت من النمط المجادل ، فانك قد تجادل مع ما تقرأ . اقرأ ما أمامك ، وترجم ما يقوله المؤلف الى العكس ، واسأل لماذا لا يكون ذلك صحيحاً .

وعلى أي الأحوال ، حاول دائماً ان تجعل من عملية الاستذكار عملية نشطة أكثر من كونها عملية سلبية . حاول أن تجعل من عملية الاستذكار عملية تفكير دائمة بدلا من مجرد سماع ورؤية الكلمات التي أمامك ، واستخدم لذلك أية طريقة تستطيعها . فاذا نجحت في التركيز الكفء على أي شيء تستذكره ، فان ذلك يعني أنك قد كسبت أكبر معركة . وحينئذ ستمكنك الأشياء الخاصة التي سنخبرك بها في الفصول التالية من جعل عملية التركيز مؤدية للحصول على مردود ممتاز ، في صورة تقديرات مرتفعة ، وإرضاء أكثر من وجودك بالجامعة .

**** معرفتي ****
www.ibtesama.com
منتديات مجلة الإبتسامة

الفصل الثالث

التعلم في قاعة الدرس

لقد أكدنا في مستهل هذا الكتاب على حقيقة اختلاف الجامعة عن الدراسة الثانوية . فبالإضافة لكونها أكثر صعوبة ، فإن الجامعة أيضا تجعل الطالب مسئولاً عن ذاته بدرجة تفوق كثيراً ما تعود عليه في المدرسة الثانوية . ويظهر ذلك على وجه الخصوص في ان التأكيد النسبي على الحصص والواجبات المنزلية قد انعكس . ففي المدرسة الثانوية ، يقضي الطالب ما بين خمسة وعشرين الى ثلاثين ساعة أسبوعياً في الفصول الدراسية ، وعادة لا ينفق أكثر من ثلث ذلك الوقت في القراءة وغير ذلك من الواجبات الخارجية . أما في الجامعة فإن الطالب المتظم يقضي ما بين خمسة عشر الى ثمانية عشر ساعة في قاعات الدرس والمختبرات ، ويتوقع منه ان يقضي تقريباً ضعف هذا الوقت في الاعداد خارج قاعة الدرس . وقد يرجع لهذا السبب اننا نؤكد في كل مكان من هذا الكتاب على المهارات التي يحتاجها الفرد في الاستذكار خارج قاعة الدرس .

ومع ذلك ، فإن التعليم باجمعه في كل من الجامعة أو المدرسة الثانوية يبدأ من قاعة الدرس ، ولذلك ستكون بدايتنا بهذا التعلم .

التدريس في قاعة الدرس

تختلف طرق تعليم المقررات الدراسية بالجامعة اختلافاً شامعاً ، ولذلك

يصبح من أولى واجبات الطالب معرفة كيفية تدريس كل مقرر من مقرراته الدراسية .

الفصول الكبيرة

أولاً ، وقبل كل شيء ، تختلف الفصول من حيث الحجم ، وهذا في حد ذاته يصبح محددًا لخصائص أخرى للمقرر . فبعض الكليات والمعاهد الخاصة والتي تضم عدداً كبيراً من هيئة التدريس بالنسبة لعدد الطلبة قد تستطيع الإبقاء على حجم الفصول بحيث يصل إلى ثلاثين طالباً أو أقل . ولكن معظم الكليات التي تمولها الأموال العامة ، ومثلها في ذلك مثل العديد من الكليات الخاصة لا تستطيع ولا تشعر بالحاجة للمحافظة على الحجم الصغير للفصول . وعلى الأرجح فإن هذا القرار يتوقف على المادة التي تعلم .

مقررات المحاضرات : ستجد كما هو المعتاد ، أن فصول السنة الأولى في مقررات اللغات واللغة العربية * تعلم في مجموعات صغيرة تقل عن ثلاثين طالباً لكل مجموعة ويرجع ذلك إلى أن هذه المقررات تؤكد على التشجيع والمناقشة ، وليس من الممكن أن يكون هناك كثير من التشجيع في الفصول الكبيرة ، ومن ناحية أخرى ، فإن الفصول في معظم المواد الأخرى تدرس لطلبة مستوى الصف الأول عادة في فصول كبيرة للغاية لدرجة عدم إمكانية حدوث مناقشات بين الطلبة إطلاقاً ، وإذا حدثت فإنها تكون إلى حد ضئيل للغاية . وهذه المقررات تخطط بصراحة كمقررات على شكل محاضرات ، وهي محاضرات يقوم فيها المدرس واقعياً بكل الكلام . ونظراً لذلك ، يصبح من غير المهم إطلاقاً عدد الطلبة في الفصل ، لأن المحاضر يستطيع أن يحاضر لثلاثمائة ، أو خمسمائة ، أو حتى ألف ، كما يستطيع أن يحاضر لمائة . ومن الواضح ، أن وضع الطلبة معاً في فصول كبيرة يكون أكثر اقتصاداً من التدريس

* استبدلت اللغة العربية باللغة الانجليزية (المترجم) .

للعديد من المجموعات الصغيرة ، ومن ثم يجد المتحقون بالجامعات في السنة الأولى ، أنفسهم في فصول تتكون من عدة مئات .

فصول الامتحانات القصيرة : في العديد من المقررات ، جرت العديد من المحاولات لتلافي أثر الطريق الواحد للاتصال* في المحاضرات عن طريق جعل الطلبة يتقابلون مرة واحدة اسبوعيا على الأقل في فصل صغير (سكشن Section) للمناقشة أو للامتحانات ، والغرض من هذه (السكاشن) هو اعطاء فرصة للطلبة لتوجيه الأسئلة ، ومن خلال المشاركة النشطة يتمكنون من فهم اعمق للمادة اكثر مما هو ممكن فقط عن طريق الانصات للمحاضرات . ومن جهة أخرى ، ونظرا لأن مثل هذا التدريس غير اقتصادي ، فانه عادة ما يقوم به طلبة الدراسات العليا ، أو الأعضاء الجدد من هيئة التدريس ممن لا تتوفر لهم خبرة طويلة نسبيا بالتدريس ، وعلاوة على ذلك فانه لا يوجد إلا القليل من الموضوعات الجديدة التي يمكن تعليمها في هذه (السكاشن) ولذلك فان الطالب الذي لا يميل بوجه خاص لهذه المادة ، ويهتم أساساً بالقيام بما يجب عليه به للحصول على تقدير ، لا يتوفر لديه الحافز للحضور . ولتوفير مثل هذا الحافز والاستشارة دوافع الطلبة للاستمرار في القيام بعملهم ، تصبح الامتحانات المتكررة من بين خصائص مثل هذه الفصول الصغيرة أوالسكاشن.

فإذا كنت تدرس بعض هذه المقررات والتي تتطلب حضور تلك الفصول ، فانها تستطيع أن تقدم لك قاعدة ثابتة وسريعة فيما يجب عليك عمله حيالها . وبالتأكيد يجب أن تعرف ما إذا كانت هذه (السكاشن) تقدم فيها امتحانات قصيرة ، وإذا كانت تقدم ، فما الذي تغطيه تلك الامتحانات . وبناء على ذلك يجب أن تتصرف ، وأنت ترغب بالطبع في تقييم مدى كفاءة مدرس (السكشن) ويجب ألا

* جرت العادة في المحاضرات أن يتكلم المحاضر ويستمع الآخرون ، أي ان هناك طريقا واحدا للاتصال بتجه من المحاضر الى المستمع ولا يسمح في هذه الحالة بتوجيه الكلام من المستمعين الى المحاضر ، أي لا يمكن أن يكون الاتصال ذا قطبين . (المترجم) .

تسرع في ذلك . كما ترغب في معرفة ما إذا كان يقدم لك ما تستفيد به في تعلم وفهم هذه المادة ، كما أن اتجاهك نحو هذه (السكاشن) يمكن أن يعتمد أيضا على قدراتك وميولك الخاصة . فإذا كان ما تكتسبه من المناقشة قليلاً ، ويمكنك بعد ذلك السيطرة على المادة المطلوبة ، فانك قد تقرر بأمانة وانت مقتنع عدم حضور تلك المقابلات . وعلى أية حال ، فان الاستراتيجية تعتبر شيئاً متروكاً لك لكي تعمل في ضوء ميولك ، وتبعا للطريقة التي تدار بها تلك (السكاشن) .

ولكن سواء أكانت هناك حصص إضافية للاختبارات ، أو لم تكن ، فان المحاضرة هي أهم معالم العمل لقاعة الدرس في محاضرات الفصول الكبيرة . ومن ثم قد يكون من المستحسن أن نقدم بعض النصائح للطلبة الذين يلتحقون بهذا النوع من المقررات للمرة الأولى .

تنظيم المقرر

إن مقررات المحاضرات الكبيرة عادة ما تكون بالضرورة منظمة بعناية إذ أن مدرس مثل تلك المجموعة الكبيرة لا يستطيع ببساطة تقرير كتاب دراسي ، ثم يبدأ في تقديم المحاضرات ، وتطبيق امتحانات دورية قصيرة ، أو امتحانات لمدة ساعة . وإنما هو عادة ما يقدم تنظيمها ، ولو جزئياً على شكل تخطيطي ، أو عرضاً للمحاضرات التي ستم مناقشتها بجانب تعيينات الكتاب المقرر ، لكل يوم أو اسبوع يدرس فيه المقرر .

الامتحانات : وتتضمن خطة دراسة المقرر أيضا جدولاً لساعة امتحان (الامتحانات القصيرة لمدة ساعة) أو امتحان منتصف الفصل الدراسي . وقد لا يمكن تغيير مواعيد هذه الامتحانات بعد تحديدها ، وذلك لان هناك العديد من الافراد يتأثرون بذلك . ومن ثم يجب عليك أن تضع تلك المواعيد في جدولك ، وإذا كان لديك امتحانات في نفس التاريخ أو قريباً منه ، فيجب عليك ببساطة ان تخطط اعدادك ليتوافق مع هذه الظروف . ان بعض المدرسين يعطون أوزاناً لاستذكار مادة المحاضرات ، ولدراسة الكتاب المقرر . فقد يقولون على سبيل المثال

ان درجة الاختبار ستكون مبنية على أساس النصف للمحاضرات والنصف الآخر على الكتاب . والبعض الآخر لا يكونون واضحين بتلك الدرجة ، ولكنهم سيعطونك فكرة تقريبية عما تغطيه الامتحانات .

وهناك خاصية أخرى لمقررات المحاضرات ذات الأعداد الكبيرة هي استخدام الاختبارات الموضوعية . وهي تلك الاختبارات التي تكتب فيها قدرا ضئيلا أو لا تكتب شيئا فيها عدا اختبار البدائل في اسئلة الاختيار من متعدد ، او تضع علامة تدل على صحة أو خطأ العبارة ، أو تزوج بنود مع بعضها البعض ، وعادة ما يذكر لك المحاضر في وقت مبكر من دراسة المقرر عن انواع الامتحانات التي ستطبق عليك ، وهذه تؤثر كثيرا ، كما سترى فيما بعد ، على طريقة استذكارك ، على الأقل اذا كنت ترغب في الوصول بادارتك في الامتحانات الى احسن ما تستطيع .

المذكرات : شيء آخر تحتاج لمعرفة عن المقرر وهو كيفية ارتباط المحاضرات بالقراءات المطلوبة . انه يكاد يكون نمطيا في مقررات العلوم الاجتماعية والطبيعية ان يكون تخطيط ومحتوى المحاضرات مختلفا عن الكتاب (وهو في بعض الاحيان يتبع كتابا غير الكتاب المقرر .) وفي هذه الحالة ، ستقوم بتنظيم مذكراتك تبعا لذلك ، فتخصص مجموعة من الصفحات للمحاضرات ومجموعة اخرى للكتاب وغيره من القراءات المطلوبة . وفي بعض الاحيان يقوم المحاضرون بتدريس الكتاب . انهم يشعرون ان الكتاب يحتوي على كل ما يرغبون في تعليمه ، ولكن شرحه وتوضيحه في المحاضرات يساعد الطالب . (يستطيع المحاضر ان يغطي فقط حوالي ما بين ثلث الى نصف الكتاب المقرر ، ولذلك فان محاضراته عادة تؤكد على معظم النقاط الهامة في الكتاب او اكثرها صعوبة) . وفي هذه الحالة ، ستحتاج لتنظيم مذكراتك لكي يحدث التكامل بين مادة الكتاب ومادة المحاضرات .

إن الشيء المهم للطالب هو أن يعرف من البداية كيفية تنظيم كل مقرر من المقررات . وحيث أن المحاضر عادة ما يعطي تلك المعلومات في اليوم الأول لتدريس المقرر ، يصبح من الواجب على الطالب أن يحضر أول يوم لتدريس المقرر . ان

المعرفة الصحيحة لما هو متوقع من البداية يمكن ان تجنبك كثير من الاسباب فيما بعد .
ولهذا السبب ، فاننا نوصي بحضورك للدرس الاول لاي مقرر تفكر انك قد تدرسه
اذا لم تكن قد قررت ذلك . او اذا لم تكن قد سجلت للدرس الاول لاي مقرر تفكر
انك قد تدرسه اذا لم تكن قد قررت ذلك ، او اذا لم تكن قد سجلت فيه بعد .
وهي في الحقيقة خطوة جديرة بان تقوم بها عندما يكون ذلك ممكنا بالنسبة للمقررات
التي ستدرسها في الفصول المتتالية . واذا فاتك ، لاي سبب كان ، حضور المحاضرة
الاولى ، فيجب عليك ان تعرف من المدرس عندما تنتظم في حضور المحاضرات ما
قاله فيما يتعلق بعملية تنظيم دراسة المقرر واسأله عن أي تخطيط أو برنامج يكون قد
وزع على الطلبة .

حضور الدروس

ان المدرس المتفاني ، والبعض من غير المتفانين بهذه الدرجة ، يعتقدون ان ما
يدرسونه شيء هام . ومن ثم ، يصبح من المفهوم ان معظم المدرسين ينصحون
تلاميذهم بالأمانة في حضور المحاضرات . ومع ذلك ، ففي بعض الأحيان ، نجد
ان المدرسين الذين تغطي محاضراتهم نفس مادة الكتاب يجربون تلاميذهم ان
حضور المحاضرات اختياري . وفي هذه الحالة ، على الطالب ان يقرر ما اذا كانت
قدراته وعادات استذكاره ، تمكنه من الحصول على المادة من الكتاب بطريقة اكثر
اقتصادية بحضوره أم بعدم حضوره للفصل . وفي احيان اخرى ، عندما يضيف
المحاضر مادة جديدة ، كما هي العادة ، فيجب على الطالب ان يحضر الى قاعة
الدرس بانتظام .

ونصيحتنا لجميع الطلبة الجدد المتحقين بالجامعة هي الالتزام الأمين بحضور
جميع الحصص بصرف النظر عن طريقة تنظيم المقرر . وحتى اذا كانت المحاضرات
تعيد تغطية المعلومات الأساسية بالكتاب المقرر ، إذ أن تأكيدات المدرس وشرحه
عادة ما يكون كافيا للمساعدة بما يستاهل قيمة الوقت الذي يصرف في المواظبة ،
وفوق كل شيء ، فان زمن الدروس لا يعتبر هاماً بدرجة كبيرة في جدول الطالب ،

فهو يستطيع بسهولة ان يوفر ١٥ ساعة اسبوعيا من بين ١١٢ يكون مستيقظا فيها .
كما ان الطلبة الذين غالبا ما يحضرون بانتظام كالطلبة العاديين المنتظمين يجابهون
مشكلة المستوى العلمي . ولكن بعد ان تقضي في الجامعة عاما او ما يقارب ذلك ،
وبعد ان تعرف جوانب قوتك ومحدداتك ، فقد تكون في موقف تستطيع ان تقرر فيه
بحكمة ما اذا كنت تستطيع الاستغناء عن حضور بعض الحصص .

الانصات الجيد

من الممكن ان تكون المحاضرات ذات الأعداد الكبيرة خبرة مملة ، بل وحتى
كثيرة اذ قد يشعر الفرد بأنه وسط قطع يتلقون حديثا - غالبا ما يكون خاملا - من
منصة . ولا يوجد لديه شيء يفعله غير الانصات ، ولذلك فان الفرد قد يتبنى اتجاهها
خاطئا نحو المحاضرات . فهو يستطيع ان يسترخي في مقعده ، بل وحتى يغفو ، ولا
يكتب مذكرات ، وينصت بالكاد لما يقال . فاذا واجه محاضرا يبدو انه ممل ، ولا
يستثير الحماس ، فان هذا الاتجاه يمكن ان يكتسب بسهولة .

والواقع ، أن الانصات الجيد ، مثل الاستدكار الجيد أمام المكتب ، يعتبر
عملية نشطة . حيث يجب أن تجلس معتدلاً ، متيقظ العقل ، وأن تكون معداً
للتركز الكامل بقدر الإمكان على ما يقوله المحاضر . فاذا لم يكن المدرس موهوبا
بصوت جيد في الحديث ، فان ذلك يعتبر غاية في الأهمية ، إذ يجب عليك أن تحاول
بعينيك وأذنيك أن تتعلم كل ما يمكنك قوله . وخلال ذلك يجب أن تركز عقلك على
ما يقوله ويعرضه المحاضر ، وليس على لزماته ، وصوته ، أو الأصوات التي تصل
عبر الجدران ، أو أي شيء آخر في الحجرة . وبذلك قد يتحول المحاضر الذي يبدو
مضجراً ، والمادة التي تبدو مملة الى شيء مثير عندما ينظر اليهما بهذه الطريقة ،
وخاصة بعد أن تكون قد تعلمت شيئاً عن المادة . وعلى أية حال ، إبق عقلك يعمل
طول الوقت ، في هضم واسترجاع ما يقال ، وفي كتابة المذكرات (انظر الفقرات
التالية) ، وستجد أن مردود ذلك كبير للغاية . إذ أنك ستصبح قادرا على اجابة
اسئلة في الامتحانات ، كان من الممكن الا تعرف اجابتها ، والتي ربما لا تحتوي

عليها مذكراتك مطلقاً - بالرغم من انها مذكرات جيدة - وستجد ان الخبرة بأكملها ستكون اكثر امتاعاً .

كتابة مذكرات المحاضرات

بالاضافة الى الانصات الجيد ، يكون العمل الرئيسي للطالب في المحاضرة هو كتابة مذكرات جيدة ، ومن ثم فان الجزء الباقي من هذا الفصل عن التعلم داخل قاعة الدرس سيتناول كتابة المذكرات واستخدام تلك المذكرات في المذاكرة التالية .

يعرف معظم التلاميذ انه من الواجب عليهم كتابة المذكرات في الفصل ، - ولو للتأثير على المدرس - ، ولكن العديد من الطلبة لا يعرفون كيف يكتبون تلك المذكرات . فهم إما يكتبون الكثير أو القليل للغاية ، وهم لا يكتبون أحسن المذكرات ، ان أخذ مذكرات عن المحاضرات يعتبر فناً يجب تنميته عن طريق الممارسة . إنها تتطلب مجهوداً وعقلاً بقطاً ، وهي تتضمن ايضاً عملاً اضافياً بعد المحاضرة لمراجعتها ، وغالباً ، لاعادة كتابتها . ولكن المذكرات الجيدة للمحاضرات والخصص المختلفة يمكن ان تكون مفتاح التقدم الأكاديمي الملحوظ .

النظرة الشاملة ، والأسئلة ، والايضاحات

هناك قول مأثور عن رجل سياسي وطني يشرح فيه كيف يقدم خطبة ، يقول هذا السياسي « انني أذكر لهم ما سأقوله لهم ، وبعد ذلك أقوله لهم ، وبعد ذلك أقول لهم ما قلته لهم » إن الجزء الأول من هذه المأثورة ، والذي يجب ان يكون جزءاً من أي خطبة ، أو فصل أو مقالة ، أو أي اتصال لفظي هو نظرة شاملة لما سيأتي . فعندما يقرأ الطالب كتاباً ، كما سنرى فيما بعد - فإنه يستطيع ان يحصل على هذه النظرة الشاملة بالمرور السريع على العناوين ، وقراءة ملخص الفصل ، ولكن عندما يتصل الموضوع بالمحاضرات ، فإنه لا يستطيع ان يفعل ذلك ما لم يقدم المحاضر بذلك .

ومع ذلك ، فهناك العديد من المحاضرين يقومون بشيء من التقليد لما ينوون تناوله (وهذا هو احد الاسباب التي تجعل من الوصول الى قاعة الدرس في الميعاد المحدد فكرة جيدة) . وعندما يفعل المحاضرون ذلك ، كمن يقظاً واكتب مذكرات بسرعة باللغة عن النقاط التي يقولون انهم سيقومون بتغطيتها ، ثم عاود الرجوع الى هذه المذكرات اثناء المحاضرة ، اذ انها تسمح لك بأن ترى التطور المنظم لنمو الافكار ، وكذلك بتوقعك لنقاط المحاضرة التي سيجاب فيها عن الاسئلة التي قد تدور في ذهنك .

وكما تعتبر الاسئلة من الأشياء التي يجب ان تنفذها لكي تحصل على اكبر قدر ممكن من المحاضرة ، فان جانب التفكير في اسئلة اثناء انصاتك الحاد ، يجب عليك قبل ذهابك للمحاضرة ان تفكر في اسئلة مبنية على قراءاتك لتعينات الكتاب وعما قاله المحاضر في المحاضرة السابقة ، وبمجرد استقرارك في مكانك في المحاضرة ، ابدأ في التساؤل والتفكير واستمر في ذلك طوال المحاضرة ، اذ ان هذا يعتبر من الاساليب الرئيسية التي تساعد على اشتراكك النشط في عملية المحاضرة بالرغم من انك لا تستطيع التحدث بصوت مرتفع ، كما ان هذا الأسلوب يخدم في المحافظة على مهلك ويقظتك طوال المحاضرة .

تنظيم المذكرات

يجب عليك بطريقة أو بأخرى أن تفهم وتلاحظ تنظيم ما يقوله المحاضر ، ويعتبر هذا مكافئاً للملاحظة العناوين في الكتاب . ولكن هنا فقط يجب ان تستنبط لنفسك ما هي تلك العناوين . إن بعض المحاضرين يستخدمون السبورة ليكتبون عليها رؤوس الموضوعات التي يتكلمون عنها ، فاذا كان الأمر كذلك فان هذا يعطيك الهيكل اللازم للمذكراتك . واذا لم يكن فيجب عليك بطريقة ما ان تستخلص هذا الهيكل لنفسك . ولكن في بعض الأحيان يكون ذلك مستحيلاً ، ويكون عليك آنذاك أن تكتب كل ما يبدو مهماً ثم نظمه بعد المحاضرة . ومع ذلك ، فان أقل المحاضرين تنظيمًا لمحاضراتهم ، يعطونك العديد من الاشارات لتنظيماتهم اذا

استطعت فقط أن تتعرف عليها وان تستخدمها . ومن بين هذه الاشارات قد تكون احد العبارات التالية : « النقطة الرئيسية ه . . . » ، أو « لاحظ هذا . . . » ، أو « تذكر ذلك . . . » . وإشارة اخرى قد تكون مجرد تكرار عبارة ، اذ انه اذا تحمل المحاضر مشقة أن يقول نفس العبارة مرتين ، فانه يجب أن يكون معتقداً بأهميتها . أو قد يقول المحاضر نفس الشيء بطريقتين أو ثلاث طرق مختلفة ، ولا يخرج ذلك عن كونه نوع من التكرار ، وقد تكمن اشارتك في ذلك . كما أن تغيير سرعة التقديم قد يخدم كإشارة ايضاً . إذ أنه عندما يبطئ المحاضر على حين فجأة ويقول بعض الأشياء كما لو كان يرغب منك أن تحصل عليها بوجه خاص ، فان عبارته يحتمل ان تكون هامة ، أو اذا تغيرت شدة صوته او درجتها لكي يعطي عبارته تأكيداً ، فان هذا يشير الى نقطة هامة .

وللمحاضرين اساليب مختلفة ، وهم قد يستخدمون اي من تلك الاشارات وفي تجميعات مختلفة . ولذلك ، وبمجرد بداية دراستك للمقرر ، ادرس محاضرتك بعناية ، لترى ما هو اسلوبه الخاص وكيف يعطي اشاراته . ولهذا الغرض ، قد يكون من المفيد ان تقارن مذكراتك مع مذكرات طلاب آخرين ، وان تناقش معهم اسلوب المحاضر . إذ ان طالبا آخر قد يتعرف على اشارة لا تعرفها ، والعكس صحيح .

وبطريقة أو بأخرى ، يجب عليك أن تنظم ما يقوله المحاضر وان تكتب مذكراتك تبعاً لهذا التنظيم ، وانت تفعل ذلك بمحاولة التعرف على النقاط الرئيسية للمحاضر ، انك تبحث عن الافكار الرئيسية وبعد ذلك عن التفاصيل المهمة المرتبطة بها ، وذلك كما تفعل تماماً عندما تقرأ كتاباً . واذا انصت بعناية ، فانك ستجد ان هناك فقرات في كلماته التي يذكرها كما توجد فقرات في الكتاب . ان وظيفتك هي تركيز هذه الفقرات في عبارات وجمل بسيطة تتضمن الافكار الرئيسية والتفاصيل الهامة . ويجب ان تفعل ذلك باستخدام كلماتك وعباراتك انت ، وليس كلمات وعبارات المحاضر، لكي تكون متأكدا انك تفهم حقيقة ما يقوله . ومن جهة اخرى، اذا اعطاك المحاضر تعريفاً أو مصطلحاً فنياً أو قرر بعض الأشياء التي يبدو

واضحاً انها عبارة دقيقة ، يجب عليك ان تدونها حرفياً .

وفي بعض الاحيان يكون من الصعب عليك تنظيم مذكرات محاضراتك اثناء كتابتها بل وحتى ان تكون متأكدا طول الوقت من ماهية النقاط الرئيسية ، وفي هذه الحالة ، تصبح مجبرا على أخذ مذكرات مشوشة وغير منظمة لكي تحافظ على استمراريتك مع المحاضر . ولكن لا تفعل ذلك ما لم تكن عاجزا عن تجنبه . ومع ذلك ، وعلى اي الاحوال لا تنفق الكثير من الوقت في محاولة كتابة مذكرات انيقة ومنظمة تنظيماً جيداً للدرجة انك تفقد جوهر المحاضرة . اذ ان أي نوع من المذكرات غالبا ما يكون اكثر فائدة من عدم كتابة المذكرات اطلاقاً . ومع ذلك فما تزال المذكرات المنظمة تنظيماً جيداً هي الأكثر فائدة فيما بعد .

أما السؤال المتعلق بكم المذكرات التي يجب أن تأخذها فان ذلك يعتمد لحد ما على الفرد ، وقدرته على التعرف على النقاط الرئيسية ، وسرعته في الكتابة . كما أن ذلك يعتمد أيضا على المحاضر ، وعدد النقاط الرئيسية التي لديه . فالبعض يجتهد عددا كبيرا في ساعة واحدة ، والبعض الآخر يجتهد عددا أقل نسبياً . إن بعض التلاميذ يحصلون على أحسن فائدة بكتابة الكثير للغاية ، وآخرون يصلون نفس القدر من الفائدة بأخذ مذكرات مختصرة . وبوجه عام ، فالبرغم من امكانية وقوعك في الخطأ عندما تكتب الكثير للغاية ، فانك تستطيع دائما أن تختصر ما كتبه فيما بعد ، في حين أنك لو كتبت قليلاً للغاية ، فقد لا تستطيع أبداً أن تسترجع ما فقدته .

المراجعة والتعديل

ان مذكراتك للمحاضرات إذا قارنتها بكتابك ستجد أنها ناقصة ، وغير دقيقة ، وينقصها التنظيم ، ولذلك يصبح من الضروري مراجعتها كثيرا وبدقة لكي تتذكرها وتحفظها لأقصى درجة تستطيعها وبذلك تغلب في معركتك مع قانون النسيان . أما مراجعتك الأولى للمذكرات فيجب أن تكون عقب المحاضرة مباشرة ، أو خلال الساعات القليلة التالية لها . إذ أنه في ذلك الوقت يكون الكثير مما قاله

المحاضر ما زال عالقا بذهنك ، وتستطيع بذلك أن تضيف نقاطاً أساسية لم تشتمل عليها مذكراتك ، بل أنك حتى تستطيع أن تصحح الأخطاء التي احتوت عليها مذكراتك نتيجة تسرعك في الكتابة أو كتابة بعض النقاط قبل فهمها ، لأنك إذا انتظرت طويلاً لمراجعة مذكراتك فانك قد تنتهي بالقول ، كما يفعل معظم التلاميذ « ان مذكرات محاضراتي لا معنى لها » .

وكثيراً ما يكون مردود إعادة كتابة مذكرات محاضراتك كبيراً ، ولكننا لا نوصي بأن تقوم بذلك إذا لم يكن هناك داعٍ لأنك قد تضيع وقتك في عمل ذلك . كما أن بعض الطلبة يتمكنون من كتابة مذكرات جيدة ومنظمة ولا يحتاجون لأكثر من مراجعة بسيطة لها حيث يقومون ببعض الحذف والابضاحات . أما الطلبة الذين لا يتمكنون لهذه الطبقة ، فإنا ننصحهم بإعادة كتابة جميع مذكراتهم على وجه التقريب ، فحتى أكثر الطلبة كفاءة قد يضطرون لإعادة كتابة محاضراتهم عندما يقهر أسلوب المحاضر جميع المحاولات لتنظيم ما يقوله أثناء حديثه . ولذلك فعليك أن تقرر لنفسك متى وماذا يجب عليك إعادة كتابته . وإذا ساورك الشك بحاجتك لإعادة الكتابة فلا تردد ، لأنك إذا تمكنت من تنظيم ما تكتب بطريقة أكثر وضوحاً ، فإن ذلك سيفيدك كثيراً فيما بعد . علاوة على أنك ستحصل من ذلك على مراجعة وقراءة جيدة أثناء تلك العملية .

كيف تحفظ المذكرات

من الصعب التعرف على أكثر المواقف التي تواجه الطلبة في محاولاتهم لأداء العمل الجامعي . إن من أوجه القوة الهامة في العمل الجامعي ، العمل تبعاً لجدول ، والعمل تبعاً لخطة للاستذكار ، والقراءة بهدف معين ، والقراءة السريعة . يضاف إلى ذلك أيضاً بعض الأمور ، ومن بينها تدوين ، وحفظ ، واستخدام المذكرات الجيدة لكل من المحاضر ، والقراءات المطلوبة ، وبالحدوث إلى المئات من الطلبة الذين أسأروا في ادائهم في الامتحانات ، وجدنا أن أهم النقائص وأكثرها تكراراً ووضوحاً في طرق دراستهم هي ما يتعلق بتدوين مذكراتهم أو النقص والتقصير في

كتابتها. ولهذا يرجع السبب في تأكيدنا على هذا الجانب من كيفية الدراسة .

ولذلك ستحدث أولاً وقبل كل شيء، عن مشاكل نوع دفاتر المحاضرات التي يجب ان تستخدمها ، وكيف تنظمها ، ولا يعتبر ذلك تافها بأي حال من الأحوال .

الملفات الجيدة لصيانة المحاضرات

إن العلاج الناجح للعديد من المشاكل يكمن في استخدام الملفات ذات الأوراق المنفصلة (لوس أليف Loose Leaf) من النوع ذي الحلقات المعدنية الثلاثية فهو يسمح بنقل الأوراق من مكان إلى آخر أو استبعادها إذا دعت الحاجة . وعليك أن تقسم هذا الملف بفواصل مميزة ، وأن تخصص فاصلاً واحداً لكل مقرر تدرسه ، واكتب بخط واضح عنوان كل مقرر على هامش الفاصل . وفي نهاية الملف احتفظ بعدد وافر من الورق المسطر وتأكد دائماً من انك تستخدم نوع الورق المناسب للملف الذي تستخدمه . واحرص على الاحتفاظ بهذا الملف حيثما ذهبت سواء لقاعة المحاضرات أو للاستذكار . أي اجعل هذا الملف رفيقك الدائم خلال ساعات المحاضرات والاستذكار . وعندئذ ستكون مذكراتك معك دائماً ، ومن الممكن الاحتفاظ بها منظمة دون أي عناء على الإطلاق .

ومن الممكن أن يكون أكثر الأحجام مناسبة لمثل هذا الملف هو ما كان في حجم الخطابات ، أي من تلك الملفات التي يكون قياس صفحاته حوالي $\frac{1}{4} \times 8$ بوصة وهو نفس مقياس الورق الذي يستخدم للكتابة على الآلة الكاتبة ، أو في المراسلات التجارية العادية . وذلك لأنه يتيح مساحة واسعة لجميع أنواع المذكرات ، كما أنه عادة ما يتسع لاحتواء جميع المذكرات التي تدونها في خلال الفصل الدراسي .

وحيث ان ملف المذكرات سيتعرض لقدر كبير من الاستهلاك ، فلا تقتر عندما تشتريه بل ادفع قدراً أكبر من المال ، واحصل على ملف له أقوى غلاف ممكن . إذ

أن الأنواع الرقيقة - يحتمل ان تبل - وأن تفقد غلافها حتى قبل أن تنتهي من الفصل الدراسي .

ونصيحتان أخيرتان فيما يتعلق بحفظ المذكرات . إبدأ مذكراتك للفصل الجديد في صفحة جديدة ، وبالمثل إبدأ كل محاضرة في صفحة جديدة . ومع ذلك فنحن لا نعني بالضرورة أن المحاضرة تعني ساعة دراسية جديدة . إذ أن المحاضرون نادرا ما يتبعون جدولهم الذي خططوه ، وحتى عندما يفعلون ذلك ، فانهم عادة ما يخصصون أكثر من ساعة دراسية واحدة لمحاضرة . ونحن نعني بمحاضرة رأس موضوع وهو يقابل تقريبا فصل في الكتاب . ويمكنك ان تعرف متى ينتهي المحاضر من رأس موضوع ويبدأ في آخر ، وحتى وإن كان من الصعب أخذ ملاحظات منه . واجعل بداية كل فصل أو رأس موضوع في صفحة جديدة فذلك يوفر وقتك فيما بعد وسجل ملاحظتك بالطريقة التي تفضلها أو أعد كتابتها إن شئت ورأيت ذلك ضروريا .

وضع عنوانا لكل مجموعة من الملاحظات . ففي ملاحظات قاعة الدرس مثلا ، ضع التاريخ في الطرف الأعلى للصفحة ، ثم عبارة موجزة لرأس الموضوع . وفي ملاحظات الكتب المقررة ، ضع رقم الفصل (أو عدد الصفحات) وعنوان المادة . ويفضل أن تفعل ذلك حتى لكل ورقة من الملاحظات (كما يحدث في الكتب التي لها رؤوس جارية في الطرف الأعلى من الصفحات) حتى تعرف في لمحة واحدة على ماهية هذه الملاحظات .

ومن المهم أن تحفظ جميع الملاحظات في دفتر ، فإذا حدث لسبب أو آخر وكنت بدون دفتر ودونت شيئا في أوراق منفصلة ، فانظر إليها على أنها ستوضع ضمن الدفتر في أقرب فرصة . وواظب على ذلك في كل مرة تذهب فيها الى قاعة الدرس ، وتأكد دائما من حسن ترتيب مذكرات هذا الموضوع ترتيبا سليما . فهذا لن يكلفك شيئا من الناحية العملية ، لكنه بكل تأكيد يكلفك الكثير من الوقت والاضطراب فيما بعد .

أشكال أخذ الملاحظات

سنخوض الآن في تفاصيل طرق تسجيل الملاحظات فنحن لم نعط حتى الآن سوى مظهراً واحداً منها وهو تسجيل المادة المسموعة وأحياناً المرئية في المحاضرات . فالطريقة التي تسجل بها الملاحظات يجب ان تتوافق مع ما سيأتي من عمليات الاستذكار التي ستؤدي بدورها الى الامتحانات . وهناك طرق عديدة لشرح هذه الخطوة ، لكن الأستاذ الدكتور ولتر بوك Walter Pauk بمركز الاستذكار بجامعة كورنيل Cornell Univ. قد قام بترتيبها في خمس خطوات لأخذ الملاحظات كما يلي :

١ - سجل Record وقد ناقشنا هذه النقطة عند الحديث عن كتابة وتسجيل المعاني الكاملة للحقائق والأفكار الرئيسية في المحاضرة .

٢ - اختصر Reduce ويشير بذلك الى تلخيص الأفكار والحقائق التي تطرح في المحاضرة . وهو أحد الطرق لتوضيح معنى ما قد سجل ، واختيار المصطلحات الفنية والمفاهيم الأساسية ووضع مؤشرات للتفاصيل المشروحة في الملاحظات المكتوبة . فتكثيف الأفكار والحقائق ينتج عنه ما يسميه الطلاب « بالملخصات » أو « الأوراق الشاملة للمضمون » Cram Sheets وهي الأوراق التي تكتب لتشمل عادة في شكل هيكل التخطيط الرئيسي للبرنامج الدراسي . ويستخدمها الطالب في المراجعات بالنظر الى الأفكار الأساسية ، ومن ثم يسرد التفاصيل المسجلة في دفتر الملاحظات . لهذا يجب ان يكون شكل كل صفحة من الملاحظات متعا لكتابة هذه الأفكار .

٣ - سمع Recite فكما قلنا من قبل يجب مراجعة الملاحظات في وقت قريب عقب المحاضرة وهي ما تزال حاضرة في الذهن . ولكن الطالب حتى هذه اللحظة ما زال يكتب معها كانت إعادة كتابة الملاحظات التي لديه ضرورية ، لكن هذا أيضا

* هي خمسة R لأخذ الملاحظات Five R'S of Note taking وقد أسماها كذلك لأن كل كلمة من الكلمات الخمس تبدأ بحرف R كما سنرى .

هو الوقت المناسب لتلخيص الأفكار والحقائق الأساسية في شكل مناسب للتسميع أو السرد . وفي الأشكال المقترحة فيما يأتي يوجد عمود إتساعه بوصنين على يسار صفحة الملاحظات قد أعد لهذا الغرض . فسجل فيه الكلمات والجمل الرئيسية عندما تراجع ملاحظتك لأول مرة . ثم إحجب ملاحظات المحاضرة كلها وانظر فقط الى هذه المؤشرات والأفكار الرئيسية المختصرة ، وستضح لك مع كل مؤشر ما إذا كنت تستطيع بأسلوبك الخاص أن تسرد المعلومات التفصيلية وغيرها من النقاط الأخرى المسجلة بدفتر الملاحظات . ويمكنك أن ترجع الى ملاحظتك لكي تتحقق من المامك بكل النقاط .

٤ - فكر Reflect وهذا يعني ان تعمل ذهنك فيما تحتوي عليه الملاحظات . إذ ستظفر الى ذهنك خلال عملية السرد أفكار تجعل هذه الملاحظات أكثر عمقا في معناها . فقد تفكر في مثال ، أو تصل الى نتيجة لم يذكرها المحاضر . وأيا كانت النتائج فستكون مفيدة لك ، لأنها ستجعل عملية الاستذكار أكثر إتساعا حتى وإن لم تعد عليك بدرجة أعلى نتيجة تسجيل نتائج تفكيرك .

٥ - راجع Renew فالمراجعة ضرورية للابقاء على ما تعلمته، وإلا فانك ستسنى مع مرور الوقت . ولكي تراجع عليك بتكرار الخطوة رقم ثلاثة من الخطوات الخمس المذكورة . شاملا في مراجعتك الملاحظات المسجلة تاركا للمؤشرات التي وضعتها مهمة إرشادك . ثم إسرد بعدها جيدا وتحقق من صحة ما قلت - عند الضرورة - وذلك من واقع الكلمات والجمل الرئيسية أي المؤشرات .

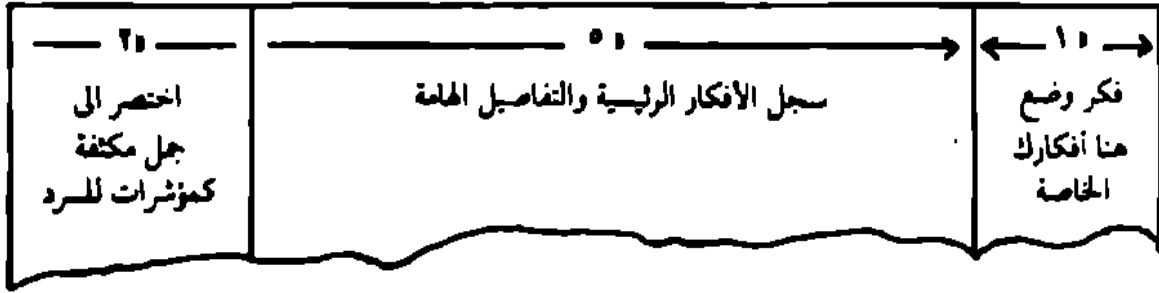
ان النصائح الخمس السابقة هي الطرق المجربة الصحيحة للتعلم من ملاحظات المحاضرات . ولأجل استكمال الفائدة منها يحتاج الطالب الى شكل معد مسبقا لتدوين الملاحظات . وعليه فنذكر ثلاثا منها ثبتت فائدتها في مرك كورنيل للاستذكار ويلاحظ أن النموذجان الأوليان منها يعتمدان على الطريقة التي تختارها أو تفضلها في أخذ الملاحظات ، أما الشكل الثالث المقترح فيلائم البرنامج الدراسي الذي ينهج فيه المحاضر كثيرا نهج الكتاب المقرر .

الشكل ١ - ٥ - ٢ تشير الأرقام هنا الى عدد الصفحات المخصصة لكل من الخطوات الثلاث المذكورة عالية وهي : لخص ، سجل ، فكر . فملاحظات محاضراتك تدون في العمود الذي حجمه خمس بوصات . والى يمينه عمود ترك خاليا لتملاء فيما بعد بما لديك من أفكار وحقائق ملخصة . وفي اليسار يوجد عمود من بوصة واحدة خصص لتفكيرك الذاتي أو ردود فعلك الفكرية . أي إستخدام هذا العمود في كتابة ما يعن لك من أفكار عرضية .

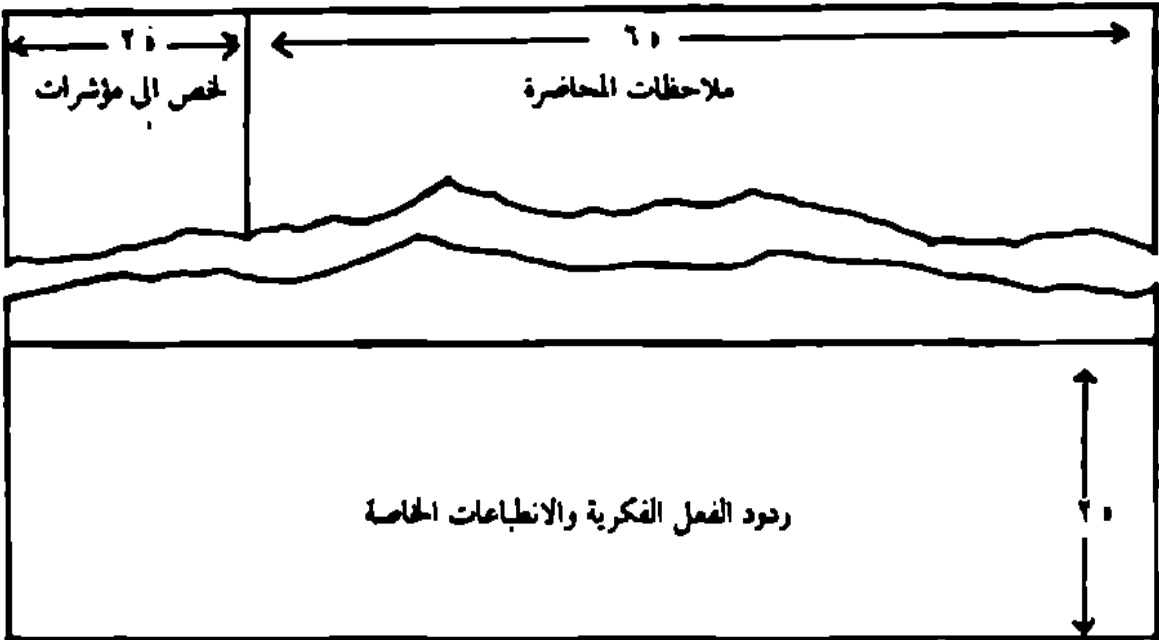
الشكل ٢ - ٦ - ٢ تشير الأرقام هنا الى نفس ما أشارت إليه في الشكل الاول غير أن المساحة المخصصة لتسجيل الملاحظات قد اتسعت الى عمود قدره ٦ بوصات . ويفضل هذا الشكل عندما تدون الملاحظات على هيئة جمل كثيرة الكلام لا على هيئة رؤوس مختصرة . ويعتمد هذا بالطبع على كل من البرنامج الدراسي والطالب . أما أفكار الطالب الخاصة فتسجل في هذا الشكل في عمود ارتفاعه بوصتين عبر أسفل صفحة الملاحظات .

الشكل ٢ - ٣ - ٣ يستخدم هذا الشكل - كما أشرنا سابقاً - إذا ما تشابهت مادة المحاضرة والكتاب المقرر بشكل كبير ، وتحتاج فقط للتنسيق في قالب واحد من الملاحظات . فتخصص العمود الذي مساحته بوصتين للمؤشرات المختصرة . والعمود الاول المكون من ثلاثة بوصات لملاحظات الكتاب المقرر . إذ أنه في مثل هذا النوع من البرنامج - بل وفي أغلب البرامج الدراسية - يجب قراءة مادة الكتاب المقرر قبل الاستماع الى مادة المحاضرة . وبهذا تصبح مادة المحاضرة ذات معنى أكبر للطالب ويكون بذلك أقدر على أخذ ملاحظات أفضل . وفي النهاية قد ترك في هذا الشكل بوصتان في نهاية الصفحة - كما في المثال السابق - لكي تسجل فيها ردود فعلك الفكرية وانطباعاتك الخاصة .

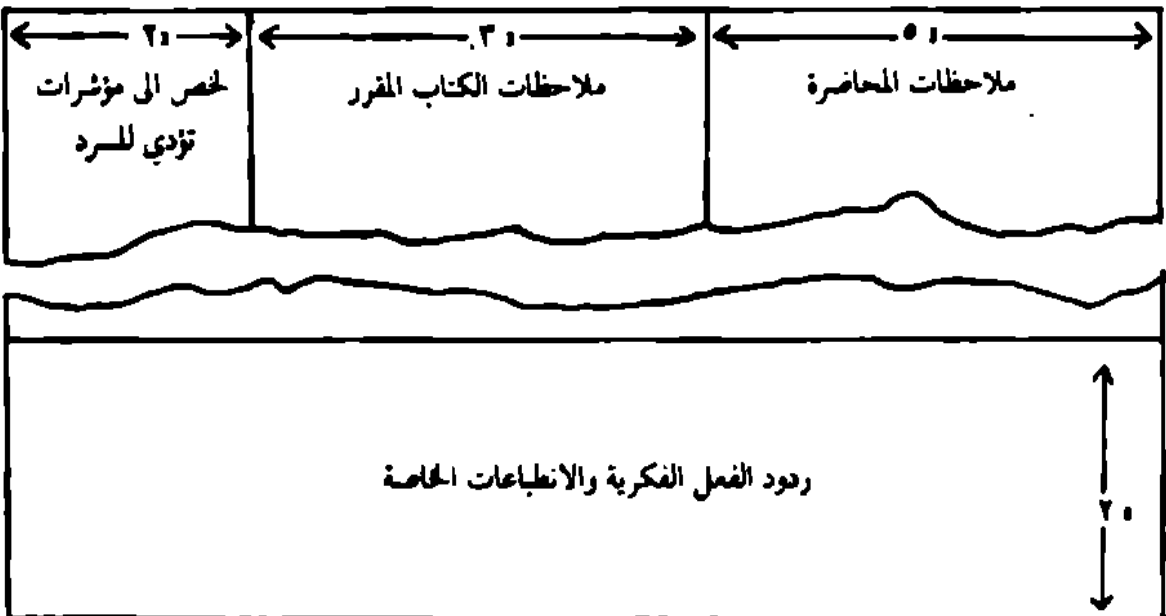
شكل ٢-٥-١



شكل ٢-٦-٢



شكل ٢-٣-٣-٢



الفصل الرابع

قراءة أفضل وأسرع

في الفصل السابق ، أولينا جل اهتمامنا الى التعلم من المحاضرات ، أما في هذا الفصل فنسب اهتمامنا على التعلم من الكتاب المقرر . وسنقف فيه وقفة قصيرة لتأمل سؤال أنفسنا عن مدى جودتك في القراءة . اننا نفعل ذلك في الواقع لأنك لا تقرأ بالكفاءة المطلوبة . عليك أن تطور من عاداتك في القراءة إما قبل أو في نفس الوقت الذي تحاول فيه أن تحسن من طرق إستذكارك للكتب المقررة .

يكاد يكون كل طالب بالجامعة قد مارس القراءة لعشر أو إحدى عشر سنة على الأقل ولمدة ساعتين أو ثلاث ساعات يوميا . أما في الكلية ، فيكون من الواجب على كل طالب أن يقرأ أكثر من ذلك . فالواقع أن معظم طلبة الكلية لا يعرفون كيف يقرؤون جيدا . فهم لا يقرؤون بالسرعة المطلوبة مما يضيع الوقت ، ولا يستوعبون ما يقرؤون كما ينبغي مما يعيق التعلم . أما سبب كونهم لا يقرؤون جيدا فيعود الى أن لديهم عيب واحد أو أكثر يضعف من قراءتهم ويفسد عملية الاستيعاب .

ولأجل أن تكون فكرة أولية عن أخطائك ، إقرأ الأسئلة التالية بعناية ثم أجب عليها بامانة قدر استطاعتك . فربما كنت لا تعرف الإجابة في بعض الحالات . فإذا كان الأمر كذلك ، فاحتفظ بالسؤال في ذهنك وعندما تقرأ شيئا ثانيا في المرة القادمة - حتى ولو كان هذا الكتاب ، ويستحسن أن يكون شيئا أكثر صعوبة - حاول أن

تقرر ما إذا كان لديك عادة خاطئة . وأي سؤال تجيب به « نعم » علم عليه غلطة ضدك . وقد زدناك بعد كل سؤال بتعليقات موجزة تبين علاج الغلطة .

١ - هل تحرك شفئك أو تنطق حيناً تقرأ ؟ إذا كنت تفعل ، فحاول أن تتمم ببعض العبارات التي لا علاقة لها بالموضوع مثل « ما مبسي با مبسي » أو « خشب السقف سبع خشبات » أو ضع إصبعك بإحكام على شفئك وأنت تقرأ .

٢ - هل تقرأ الكلمات واحدة بواحدة ؟ إذا كنت تقرأ كذلك ، حاول أن تقرأ العبارة بأكملها بنظرة .

٣ - هل تتوقف عادة عند كلمة غير مألوفة ؟ إذا كانت الإجابة بالإيجاب فعليك أولاً ، أن تزيد حصيلة مفرداتك . أما الباقي فهو أن تفتش عن الأفكار التي بين الكلمات حتى وإن لم تكن واثقاً من المعنى المحدد لكلمة ما .

٤ - هل تقرأ جميع المواد بدرجة واحدة ؟ إذا كنت تقرأ كذلك يجب عليك أن تميز بين أنواع مختلفة من قراءات المواد ، وأن تجلس عن عمد لتقرأ إحداها في الوقت المناسب لذلك .

٥ - هل تعيد القراءة وتنقضي الكلمات مرة ثانية ؟ في هذه الحالة يجب عليك أن تحاول أن تركز على القراءة مهما تكن قد قرأتها . فإذا رجعت وقرأت مرة ثانية أجزاء من المادة ، فعليك أن تركز على أداء عمل جيد بالقراءة ، كما تأخذ الملاحظات عند أول مرة تقرأ فيها المادة .

وهناك بالطبع ، أخطاء أخرى لكن هذه هي أكثر الأخطاء شيوعاً ، وقد وجدت بدرجات متفاوتة لدى العدد الأكبر من الطلاب الذين يلتحقون بالجامعة . ولقد أشرنا بإيجاز لما يجب عمله حيال كل خطأ من الأخطاء الخمسة السابقة ولكننا سنتطرق إلى ذكر مزيد من التفاصيل فيما سيأتي من هذا الفصل .

القراءة بهدف

إن الطالب النمطي الذي لديه واجب عليه تأديته يقول لنفسه « عليّ أن أقوم

بقراءة هذا الفصل ، ثم يجلس ويقرأ - مجرد قراءة . وهو يقرأ بنفس هذه الطريقة العقيمة كلا من اللغة الانجليزية والتاريخ والكيمياء وهلم جرا . فهو يتهادى بين الجمل كرجل يقوم إلى عمله مجهدا متهاككا ، وعندما يخوض في جزء منه يقول « لقد قرأته » .

وليست هذه هي الطريقة الصحيحة أبدا للقراءة . فهناك طرق أخرى عديدة للقراءة ، وأشياء كثيرة مختلفة جدية بالبحث عنها ومعرفتها في هذا الصدد ، وهناك سرعات متباينة أيضا لقراءتها . وأيا كانت الطريقة التي يقرأ بها المرء فانها تتوقف على هدفه من القراءة . والحقيقة التي نود أن نقولها للطالب أن عليك في واجبات الكلية أن « تقرأ » المادة نفسها مرتين وثلاث أو أربع مرات ، واقرأ في كل مرة بغرض مختلف . وعليك أن تعرف جيدا قبل أن تبدأ في القراءة ما هو هدفك ثم اقرأ تبعا لذلك .

الاستخلاص

من المعروف أن أحد الأهداف في القراءة - هو ببساطة - أن نكتشف وأن نعرف حقائق عن شيء ما ، وأن ترسم خارطة أو ما يشابهها لكيفية سير المادة وتركيبها . ويمكنك عمل ذلك بسهولة بأخذ نظرة شاملة أو عمل مسح عام للمادة . ولكي تنفذ هذا المطلب عليك أن تقرأ المعالم الأساسية وهي المفاتيح أو الحلول التي تبثك عما تدور حوله تفاصيل النص . وأغلب الكتب الدراسية قد صممت بعناية كبيرة لتساعد الطالب على تحقيق هذا الهدف . ففيها رؤوس لمسائل مختلفة تبدأ عادة بعناوين للفصول ، تليها رؤوس للأقسام تعقبها عناوين سوداء الحروف أو من النوع الايطالي المائل الشكل . ويتم هذا كله على يد مؤلفي الكتب الدراسية من ذوي التمرس والخبرة الذين يعلمون أن التعليم الرسمي لا يتطلب تكديسا لعدد من الحقائق المنفصلة ، فللمعرفة تنظيم معين ، وهذا التنظيم ذو أهمية اكبر من التفاصيل التي نسجت فيه .

إن نوع القراءة الاستخلاصية له أهمية كبيرة . ويعتبر الخطوة الأولى للقراءات التي يقوم بها طلبة الجامعة . وستناول ذلك بتفصيل أكبر في الفصل القادم .

استخراج الفكرة الرئيسية

تعتبر القراءة لأجل معرفة الفكرة الرئيسية هدف هام آخر ، بل أحد العوامل الهامة في عملية الاستذكار في المراحل الدراسية بالجامعة تماما كما في قراءات الأعمال التجارية والمهنية . وكل ما نود الخلوص به هو جملة واحدة تعبر عن جوهر الفقرة . وهذا أحد العناصر ، لكنه عنصر ينبغي أن نحرص عليه عندما تستذكر . إذ أن الشيء الذي تسعى وراءه في المرحلة المبكرة الأولى من الاستذكار هو مسح المادة . وبعدها يمكنك أن تلقي نظرة سريعة على رؤوس الموضوعات وأن تتصفح الجمل لتعطيك الموضوعات والأفكار الرئيسية للفصل . وهذا النوع من القراءة هو ما يجب أن تسعى وراءه عندما تجلس لقراءة الواجبات بعناية واهتمام أكبر . ومع ذلك فستحتاج إلى أكثر من مجرد استخراج الأفكار ، وإن كان من الأساسي جدا أن تستخرجها والافلن يكون هناك شيء آخر كبير ذات معنى ثابت يمكن تذكره جيدا .

كيف نجد الأفكار الرئيسية ؟ ذلك يتوقف على ما تقصده من الفكرة الرئيسية هل هي - لفصل - لجزء - لفصلة - أو لفقرة . ولنبدأ مثلا بالفقرة فهي الوحدة الصغرى . إن التعريف الشائع للفقرة في الواقع ، هو أنها التي تحتوي على فكرة واحدة ، واحدة فقط . وأغلب مؤلفي الكتب الدراسية يعرفون هذه الحقيقة ، ولذلك فهم غالبا ما يضعون الفكرة الواحدة ككل في واحدة من فقراتهم . وعملك أنت أن تجدها . ولعلك تذكر القاعدة القديمة الخاصة بالكتابة التي تقول : ابدأ الفقرة بجملة رئيسية ، ثم اشرحها ، وصورها ، وودعها بجملة إضافية ، ثم اختتم هذا في النهاية بعبارة إجمالية . ولأجل أن تتعرف على الجمل الرئيسية أو العبارة ذات الفكرة الأساسية فانها ليست بالضرورة التي أنت في الفقرة أولا . ففي بعض الأحيان يكون هناك مقطع انتقالي أو جملة تقديمية ما بين الفكرة المذكورة بالفقرة السابقة والفكرة الواردة في الفقرة الحالية . ومثل هذه العبارة تبين للطالب كيف ترتبط فكرة

بأخرى ، وتنبه حتى لا يخلطها بالفكرة الأساسية ، إذ قد يحتجز المؤلف أحيانا فكرته الرئيسية لأسباب فنية .

وعندما تبحث عن الفكرة الرئيسية ، لا تبحث دائما عن جملة بأكملها ، لأن الفكرة عادة ما تكون جزءاً من جملة . وربما تكون الجزء أو المقطع الرئيسي من الجملة ، ويمكنك عادة أن تصقلها في ذهنك الى بضع كلمات فقط . وحتى تقرب ما نهدف اليه ، تناول أحد كتبك الدراسية واستخرج بعض الجمل بأفكارها الرئيسية . وحاول أن تستبعد بعض الصفات والظروف التي تغير البناء المادي للمعنى وإبق فقط على الموضوع ، والفعل والمسند . فإذا تذكرت هذه المبادئ الرئيسية ، أمكنك أن تضع الكلمات المناسبة بنفسك .

فإذا تم لك هذا الأمر فلا يعني ذلك نهاية المطاف بالطبع ، فاحيانا يكون الالتزام بالنص الحرفي أساسي للمعنى . فإذا قلنا مثلاً أن « سريع القراءة عادة سريع التعلم » لا تستطيع أن تحذف كلمة « عادة » . فنحن لا نعني أن سريعي القراءة هم دائما سريعي التعلم أو أن القراءة السريعة مرادفة للتعلم السريع . إن ما عنيناه أنه عادة أو غالباً ، أو عموماً ما تمكن سريعي القراءة من التعلم أسرع . ومن جهة أخرى إذا قلنا « أن الشخص الذي يقرأ بسرعة ، ويمعن النظر في كل سطر في ثلاث أو أربع نظرات ، ولا يتوقف شازداً ، هو فعلاً الشخص الذي يتعلم قدراً كبيراً من المعلومات في فترة قصيرة من الزمن » كان بمقدورك أن تحذف معظم هذه الكلمات وتحولها بصياغتك لتخلص الى أن « سريع القراءة عادة سريع التعلم » كأساس لفكرتك .

وواجب علينا أن نشير ونحذرن بصدد الحديث عن تلك النقطة الى أنك قد تصادف فقرات لم يعرب فيها المؤلف أو الكاتب عن الفكرة الرئيسية في جملة واحدة أو لعل الغموض قد اكتنفها ولم ينلها الوضوح على الإطلاق ، وهذا لا يحدث في الكتب الدراسية ، وإنما يحدث في الكتابة الوصفية ، والأدب ، والقصة . فالقصص مثلاً ، قد يترسل فقرة بكاملها يصف بالتفصيل الملابس التي ترتديها

احدى شخصياته . فهو يريد أن يصور لك النوع الذي عليه الشخصية بدون أن يذكر ذلك صراحة ، وعلى هذا فهو يترك لك استخراج طراز الشخصية من خلال وصف حي يسوقه . وفي مثل هذه الحالة ، لن تجد جملا أو مجموعة كلمات تعبر عن الفكرة الرئيسية التي أرادها ، عليك أن تكتب بأسلوبك وبصورك البلاغية الذاتية ملخص جيد لهذه الفقرة . فضع هذا أيها الطالب في ذهنك عندما تدرس الأدب وبشمول أوسع عندما تدرس الكتابات الوصفية عموما . ويستطيع القصاص الخادق أن يستخدم أحيانا هذا الفن من فنون إشاعة الفكرة الرئيسية في الفقرة بكاملها ليوحى بأشياء كثيرة مختلفة في وقت واحد عن شخص أو حادث في القصة .

إجعل العثور على الفكرة الرئيسية عادة في كل فقرة تقرأها . وعندما تجدها اختبر ما توصلت اليه بأن تبقي الفكرة في عقلك وأنت تقرأ الفقرة ثم قارنها بالذات مع الجملة الملخصة . فإذا كان لديك أي شك في إختيارك ، فعد ثانية واقرا الفقرة ولتكن قراءتك للفقرة في هذه المرة استخلاصية ، لتأكد بأنك قد توصلت الى الفكرة الصحيحة . ومع ذلك تذكر ، بأنك لن تجدها دائما في كلمات قليلة محددة . ومن المرجح أن تعيد صياغة الفكرة بأسلوبك الخاص (وهو تدريب جيد على كل حال) حتى تجد الفكرة سبيلها اليك واضحة مباشرة .

وضع في اعتبارك بعد هذا ، كيف ستجد الأفكار المجسمة المحجم عن تلك التي بكل فقرة ، ونقصد بذلك الأفكار الرئيسية للأقسام والفصول . وكلما قمت بمسح جيد للفصل قبل قراءته كلما كان من المحتمل أن تكون فكرة عامة لا بأس بها عن مكونات هذا الفصل . وبالإضافة الى ذلك فالمؤلفون عادة ما يخصصون فقرات بعينها قرب بداية أو عند نهاية كل فصل للتعبير عن الفكرة الرئيسية للفقرات التي بين ذلك . (انظر ، مثلا ، الفقرتان الأولتان تحت عنوان القسم الحالي ، القراءة بهدف) . فأي قطعة نثرية لها سلم من الأفكار فهناك أولا فكرة عامة للقطعة كلها ، تليها عدة أفكار أقل منها حجما وهكذا تنازليا حتى تصل الى الفكرة الرئيسية لكل فقرة .

وغالبية الطلاب يقرؤون واجباتهم مرة واحدة غل الأقل ، وهذه المرة لا بد وأن تكون كافية للتعرف على الأفكار الأساسية ، غير أن الطلاب ولسبب ما لا يتعرفون على العديد من الأفكار عندما يقرؤون . ويمكن لكل طالب تقريبا إذا ما قرأ لكي يستخلص الأفكار الرئيسية أن ينمي فهمه لما يقرأه بصورة عظيمة تثبت في ذهنه ويجيد التعبير عنها إذا لزم مما يرفع من تقديراته في الامتحانات . هذا بالإضافة الى أن القراءة لمعرفة الأفكار الرئيسية تعتبر أساسية للحصول على صورة اجمالية مترابطة ، ولا يفوتك عند عمل التخطيط للصورة الاجمالية أن تحرص على إدراج الرؤوس والأفكار الأساسية في الفقرة .

وعمل هذه الصورة الاجمالية - كما سنرى في الفصل القادم - نصيحة غالبية لا تقدر بمال لأجل تعلم ومراجعة موضوع ما .

استخلاص التفاصيل الهامة

الهدف الكبير الثاني للقراءة هو معرفة أماكن التفاصيل الهامة . ولأن الطلبة لا يستطيعون بمهارة كبيرة عمل ذلك ، فهم دائما يظنون أن المعلمين يتجهوا الى التفاصيل الغير هامة أو التافهة أحيانا ليسألوا عنها في الامتحانات . ومع ذلك فهذه الشكوى دائما ما تكون تبريرا للقراءة الضعيفة . وكذلك العذر المتكرر القائل لقد « حصلت على الفكرة الأساسية ، ولكني لا أتذكر التفاصيل » . ورغم أن الطالب المتعلم قد يكون صالحا في تذكره للأفكار الرئيسية بدون التفاصيل المهمة ، فإن أغلب الطلاب قد يكون صالحا في واحدة من المواد كما هم في مواد أخرى لأنهم لم يتعلموا كيف يختارون النقاط الهامة أولا . والواقع أن الأفكار الرئيسية تسير جنبا الى جنب مع التفاصيل المهمة والواحد منهما بدون الآخر كالبنى بغير دعائم . وتمثل الصعوبة في أن كل عنصر يجب أن تُعرف ماهيته ولا يتشوش مع عنصر ثان أو عناصر أخرى عدمة القيمة .

ما هي التفاصيل المهمة ؟ انها أسس الفكرة الرئيسية . وعادة ما تكون حقيقة

أو مجموعة من الحقائق . ولأنها حقيقة فهي وثيقة الصلة بالفكرة الرئيسية . فهي قد تكون حالة في نقطة أو مثال للفكرة الرئيسية ، وهذا شائع جدا في الكتب الدراسية . وقد يكون البرهان هو الذي يجعل الفكرة الرئيسية تستحق الاعتقاد والتقبل . وقد يكون مجرد تثبيت الفكرة الرئيسية على شيء أكثر صلابة . أما في حالة القصص السردية ، فربما تكون التفاصيل المهمة هي في تتابع الحوادث في القصة .

ونقر هنا بأن الأمر الهام هو مسألة حكم ، ولا يتفق شخصان على كل عنصر . وفي أكثر الكتب الدراسية واقعية والتي تتصدى لمعالجة العلوم الطبيعية والاجتماعية هناك دائما - على الأقل - تفصيل واحد مهم ملازم لكل فكرة رئيسية . فإذا بحث الطالب عنه فسيجده بكل تأكيد . وقد يكون هناك أحيانا تفاصيل كثيرة جدا بحيث يصعب اختيار أكثرها أهمية . ومع ذلك ، فإن التفاصيل أو جملة التفاصيل التي أكد عليها المؤلفون أكثر من غيرها سواء باللغة التي يستخدمونها أو بالمساحة التي يخصصونها لهذه التفاصيل ، غالبا ما تكون هي العناصر الأكثر أهمية . وهناك ظاهرة أخرى لمدى التقارب في ارتباط التفاصيل بالفكرة الرئيسية . فهل يكون ذلك في أفضل مثل ضرب للفكرة ؟ أم هو في أفضل دليل للفكرة ؟ أم هو مثل أو أحد البراهين أو المعينات على الفكرة ؟ - يمثل هذه الطريقة حاول دائما أن تستنبط وأن تختبر ، فالتفصيل أو التفاصيل المهمة تبرز دائما وأبدا من بين التفاصيل الأخرى . فإذا تذكر الطالب تفصيلا واحدا مهما فقط لكل فكرة رئيسية وحضرته جميع الأفكار الرئيسية ، فمن المرجح أن يحصل نتيجة ذلك على تقدير عال في الامتحان القادم . (انظر الفقرات التحليلية التالية) .

عندما تقرأ قطعة أو نصا للمرة الأولى حاول أن تركز على الأفكار الرئيسية . ودون ملاحظاتك للتفاصيل المهمة بقدر المستطاع . وفي المرة الثانية يمكنك أن تراجع مراجعة بسيطة ، وتحقق خلالها من صحة ما تقول عن الأفكار الرئيسية ولكن ركز على تبيان وتذكر التفاصيل الهامة . وفي المرة الثالثة وربما الأخيرة التي تقرأها يمكنك أن تجعلها مراجعة لأول وثاني قراءة .

تحليل الفقرات

هنا فقرتان من كتاب علم النفس التقديمي لمؤلفه كليفورد ت . مورجان
CLIFFORD T . MORGAN وريتشارد أ . كنج RICHARD A . KING . مقدمة
في علم النفس ، ط ٣ ، مجروهل ، نيويورك ، ١٩٦٦) .

حللنا في الفقرة الأولى منها كل الكلمات والجمل التي وردت بهذه الفقرة لكي
نوضح ما كنا نقوله سابقا ، وتركنا الفقرة الثانية بكاملها للطالب لكي يتمرن عليها .
فجرب قدرتك على أن تستخرج الفكرة الرئيسية ، والتفاصيل الهامة ، ثم لخص
وخطط الكلمات المهمة وسجل الوصف في الفراغ الموجود بالهامش .

الفكرة الرئيسية ان الجينات هي إحدى محتويات الكروموزومات .
ولأجل أهدافنا الدراسية ، يجب النظر إليها كوحدات
وراثية . فهي رزوم كيميائية معقدة ، ويحتمل جدا أن تكون
أجزاء كبيرة من حامض الديوكسيريبيونيكليك* DNA الجزئي
الموجود في نواة الخلايا . وبسبب طبيعة تكوينها والارتباط
المتين في تركيبها . فان هذا الـ DNA الجزئي أو الذري
الحجم يمكنه أن يحمل الصفات لكل من إعادة انتاجها أي
الانتاج الخالص للمواد المسماة أنزيمات ، والتي تتحكم في
تكوين البروتينات داخل الخلية . غير أن سلسلة الأحداث
التي من خلالها تنتج جينات DNA أنزيمات هي سلسلة
طويلة حيث يوجد بعض الشك حول العلاقات الفردية
وأنواع عديدة من الأحماض المسماة RNA تكاد تكون قطعاً ذو
علاقة بهذه السلسلة . فمثلاً ، يبدو من المرجح أن واحداً
من هذه RNA وهو الرسول RNA يمكن أن يكون قد ركب
تبعاً للنظام الذي في نواة DNA ، والرسول RNA قد يحمل
المعلومات من نواة الخلية الكروموزومات المصفرة

التفاصيل
المهمة

الملخص
+
التضمينات

(الميكروزومز) . . والمناطق التي بالسيتوبلازم حيث تكون البروتينات قد ركبت .

وعلى الألوان نموذج جيد لبيان علاقة الجنس الوثيقة بالصفات . إذ يحدث أن تكون متنتجة ، لكنها تحمل الكروموزوم X . وعلى ذلك وأبنا كان لدى الذكر جنين متنتج لعلى الألوان ، فهو أعمى اللون بدون إستثناء . وإذا ما تزوج من امرأة طبيعية لا تحمل جينات لعلى الألوان ، فإن جميع أولاده الذكور سيكونون طبيعيين لأنهم سيرثون كروموزوم Y من أبيهم وكروموزوم X من أمهم . ومع ذلك فإن جميع بناته سيكون حاملات له دون أن يظهر عليهن ، أي عمى الألوان ، لأنهن سيرثن X السائد من أمهن والـ X المتنتجة من أبيهن . وعندما تتزوج الأم حاملة هذه الصفات فإن امكانية أن يصبح أولادها مصابون بعلى الألوان تعتمد على ما إذا كان والدهم مصاب بعلى الألوان ، وعلى أي من كروموزوماتها - السائد منها أم المتنتج قد أصبح من الذرية .

أهداف أخرى من القراءة

لقد وصفنا حتى الآن ثلاثة أهداف من القراءة . هذه الأهداف الثلاثة هي الأهداف الهامة في إستذكار الكتب المقررة . وواضح أن ذلك يمكن تطبيقه بوسائل مختلفة . فإذا كان الطالب يستخلص فقط ، يمكنه إذن أن يقرأ آلاف الكلمات في كل دقيقة لأنه لا ينظر في الحقيقة الى معظم الكلمات . وإذا كان يقرأ لمعرفة الأفكار الرئيسية يمكنه أيضا أن يظل ملها ومهيما على النص بدرجة جيدة جدا لأنه عندما يجد الأفكار الرئيسية يمكنه أن يقفز التفاصيل . وحتى القراءة لأجل الوقوف على

التفاصيل الهامة ، التي تتطلب قراءة كل شيء ، يمكن أدائها عادة في عدة مئات من الكلمات في الدقيقة . ومع ذلك يعتمد الكثير من الطلاب على مدى تقارب العناصر الهامة في صياغة المادة أي عدد التفاصيل المهمة في كل فقرة . وعلى الطلبة أن يتعلموا كيف يحكمون بأنفسهم على تلك النصوص ، وأن يقرؤوا موادهم المختلفة تبعاً لذلك .

وبالإضافة للأنواع الثلاثة الهامة في القراءة عند إستذكار الكتب المقررة ، هناك أنواع أخرى من القراءة تستخدم في وقت آخر من أوقات الدراسة الجامعية .

الأسئلة والأجوبة

يعتبر الحصول على الإجابات الشافية عن أسئلة محددة أحد الأهداف الهامة للقراءة . فالتساؤل أداة هامة للاستذكار المثر عند قراءة الكتب الدراسية المقررة كما هو في الاستماع للمحاضرة . فعند استذكار الكتب الدراسية يجب أن تفكر في أسئلة أكثر كلما اتسعت دائرة قراءاتك إذ تثار الأسئلة والأفكار في ذهنك من خلال رؤوس الموضوعات التي تمر بها والأشياء الكثيرة التي تقرأها . وعندما تجد اجابة أحد هذه الأسئلة فإنه يثير بدوره سلسلة من الأسئلة التي ترشدك كلما قرأت أكثر .

والقراءة بهدف الحصول على إجابات للأسئلة تناسب في حد ذاتها أنواعاً معينة من المواد . فهي ما تفعله عندما تكتب بحثاً مرجعياً من المكتبة يتعلق بمعالجة موضوع أو رأس موضوع معين . فبعد ان تختار الموضوع ، وتثير بعض الأسئلة الخاصة به وحوله وعنه ، ابحث عن الكتب ، والمقالات ، والنصوص الخاصة بالاجابة عن هذه الأسئلة . وكلما قرأت في الموضوع وتوسع إطلاعك فيه برزت اليك أسئلة أكثر ، لكن حاول خلال هذا كله أن تجد المادة التي تخاطب اسئلة بعينها ، وعندما تجدها ، اقرأ جيداً وخاصة الأفكار الرئيسية والتفاصيل الهامة . فان لم تكن قد وجدتتها فاقفز المادة وانظر في شيء يكون ذا صلة بالموضوع . وهكذا تجد أن قراءة من هذا النوع تقفز تارة وتنفجر تارة أخرى فهي أحيانا تكون سريعة للغاية وأحيانا أخرى

بطيئة نسبيا . وهذا النوع الأخير من القراءة هو ما يفعله العلماء تماما عندما يقرؤون مقالات تصف تجارب معينة . ويحاولون في العادة أن يقرروا من خلال هذه القراءة ما إذا كانت المقالة تجيب عن اسئلة خاصة بمجالات اهتمامهم .

التقييم

من أهداف القراءة أيضا أن يكون في ذهنك أحيانا أن تقيم ما تقرأ . ويفضل هذا النوع إذا كنت تقرأ مواد جدلية أو مقابلات ، أو أخبار قصصية ، وكذلك أشياء أخرى لا تقيم قيمتها بنظرة سريعة . ولهذا الطريقة أيضا استخدامات متعددة في الأشياء التي تدرسها . فعندما تقرأ كتابا مقررا يمكن بالطبع أن تتأكد بأن الكاتب يعرف تماما عما يتكلم . وستجد من ناحية أخرى أن ما ذكر في الكتاب وخاصة في علم النفس ، والتربية ، والعلوم الاجتماعية لا يتفق عادة ومعتقداتك أو توقعاتك المستقبلية . وغالبا ما تكون أنت مخطيء والمؤلف محق ، وتصحيح أفكارك هو جزء من تربيتك .

وحتى نتجني أكبر استفادة من فرصتك يجب عليك ألا تأخذ هذه التصحيحات بسلبية . بل بالعكس من ذلك كن حريصا عندما تقرأ ، أي اقرأ بهدف مقارنة ما يقوله الكتاب بما تظنه أنت أو تعتقده ، وعندما نجد اختلافًا ، اسأل نفسك على الفور لماذا تختلف آراء الكاتب عن معتقداتك . ما هو دليله؟ لماذا توصل الى نتائج؟ أين يكمن خطأك؟ وما مدى هذا الخطأ؟ ولماذا؟ بمعنى آخر ، كن ناقدا . وقيم بعناية عبارات المؤلف . وأقل مزايا هذه الطريقة أنها تجعلك يقظا ملتقظا للأفكار الرئيسية والتفاصيل الهامة بشكل يجعل من حضورك عليها انطباع خاص بك وبمثل هذا الاطار العقلي ستتعلم الكثير . ولكن الأكثر أهمية ، هو أنك تدرّب نفسك على القراءة ، وتشكل أفكارك الذاتية عن المزيد من المواد الجدلية . وستعرف كيف تستخدم عقلك جيدا ولا تقصره فقط على مجرد تشرب ما يقوله الكاتب .

والقراءة الناقدة لتقييم الأفكار ثلاثم بصورة خاصة المواد التي لها بعض

وجهات النظر أو التي لها محاور فكرية . فأغلب قصص الجرائد اليومية ، ومقالات المجلات ومواد الاعلان كلها مائلة أو منحازة بدرجة ما وتختلف هذه الدرجة تبعاً وقدراً لمحاباة الكاتب أو وفقاً لأهداف النشر الخ . فجميعها قد صممت لتفريتنا باتجاه معين . فضع في اعتبارك جيداً عندما تقيم مادة من هذا النوع الدوافع المحتملة للكاتب وما يُعرف عن خط سير المؤلف أو المجلة . وعلى المرء أن ينتبه بصفة خاصة عند قراءة مثل هذا النوع من المواد الى الكلمات الضخمة التي صيغت لاستحضار المشاعر اكثر من استدعاء الردود المنطقية .

التطبيقات

وأحد الأهداف في القراءة أخيراً هو أن تطبق ما تقرأه على مشاكلك الخاصة وعلى العالم الذي تعيش فيه . فليس لدى الكاتب المساحة أو ربما الميل ليضع تطبيقات لكل ما يقوله . بالإضافة الى أنك تعيش في عالم تنتمي اليه ولك تجاربك ومعارفك الذاتية الخاصة . وفي النهاية فإن فائدة أي شيء تتعلمه تتوقف على قدرتك على تطبيقه . وهذه مسؤوليتك ، فإذا بدأت تفكر فيما درست وتستخدم ما تعلمته خلال الدراسة الجامعية ، فإنك ستكون قادراً في المستقبل على أن تستغل تعليمك الجامعي استخداماً أفضل .

وقد يكون تطبيق ما تقرأه شيء من نوع شخصي بحث . ونرجو أن يكون هذا هو الحال مع هذا الكتاب . فهو لم يكتب كما تؤلف الكتب الدراسية ليعلم الأفكار الرئيسية أو التفاصيل من أجل التفاصيل وإنما أعد خصيصاً لمساعدتك . ونأمل عندما تقرأ أن يكون هدفك الرئيسي أن تجد ما ينطبق عليك . فهناك شيء يمكن وشيء لا يمكن بين جموع الطلاب، إذ يختلف الأمر من طالب الى آخر . ولكل طالب عيوبه المحددة في موضوع كيفية الاستذكار . ولقد اخترنا - لأجل هدف التعليم - الأشياء التي نعرف أن الكثير من الناس في حاجة الى معرفتها ، أما التطبيق فيتوقف عليك . فعليك أن تقرر أو تكتشف الكيفية التي يكون التطبيق بها أكثر فائدة لك .

وهنا يكون الهدف من القراءة لأجل تطبيق ما قرأته لنفسك مناسب تماما لتستفيد به في حالة كحالة قراءة هذا الكتاب .

إستخدام عينيك

أنت تعرف بالطبع أنك تقرأ بعينيك ، ولكنك لا تعرف على الأرجح ما تفعله عينك بالضبط عندما تقرأ . ولا لوم عليك في ذلك ، فنشاط العينين معقد جدا ودقيق للغاية بحيث لا يمكن رؤيته إلا بأجهزة خاصة فقط . ويتكون أحد هذه الأجهزة من عين تصويرية صممت بحيث تصور وقفات وحركات العينين عندما تتدربان على قراءة مقطع معين . وقد استخدمت عين تصويرية من هذا النوع في تسجيل حركات العينين لعشرات الآلاف من القراء متدرجين ما بين أشخاص بطيئي القراءة جدا إلى أشخاص سريعى القراءة جدا . ومن المعلومات المحصلة بواسطة هذه الكاميرات ، علمنا أن للعين قدرة عالية جدا في القراءة . ويعتبر من الجموح بمكان أن تأمل أن تكون قارئاً ممتازاً ما لم تتعلم كيف تستخدم عينيك بفعالية وإقتدار .

وقفات العين

عندما تقرأ مقطعا من مطبوع ما ، فان عينيك تتحركان على طول السطر . أنت تعرف ذلك ؟ ولكن ما قد لا تعرفه هو أن عينيك تتحركان في هزات سريعة مصحوبة بوقفات فيما بينها . والحقيقة أنك لا تستطيع أن ترى شيئا وعينك تتحركان ، فان رأيت ، فتكون الرؤية هفّ مبهم ، كصوت حفيف السوط عندما يشق الهواء . وهذا أمر مضجر للغاية لا نطيقه بالمرّة ولكن من حسن الحظ أنك لا نعيه . اذ لدى العقل تركيب آلي لمحو هذا الجزء من سناط العين . فعندما تقفز عينك من نقطة الى أخرى على السطر فان هذا التركيب الآلي يُبقي الإدراك الحسي للحركة دون تسجيل في المخ . وهنا لا تدرك أنت حركة الشلطة التي لولا عملية المحو لرأيته . وخلاصة القول انك تستطيع ان ترى الكلمات فقط عندما تكون عينك ثابتين ، وليس عندما تتحركان .

سعة مجال التعرف

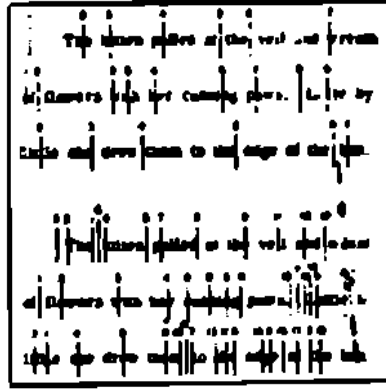
إن عينيك مصممتان لتريا بوضوح اكبر مما تركزان عليه ، وما تنظران اليه . فإذا نظرت الى كلمة «قف» فانك ترى كلا من الحرفين فيها بوضوح تام. ويمكن أن ترى ايضا الكلمات على جانبي كلمة «قف» وهما «كلمة» و«فانك» وأنت لا تراهما بوضوح كبير لأنها يقعان في جزء من العين ليس حساسا كالجزء الذي تستخدمه في النظر الى كلمة «قف» . ومع ذلك فالنقطة الهامة هي أنك تستطيع أن ترى وأن تستوعب هذه الكلمات إذا حاولت ذلك . وعدد الكلمات التي تراها في نظرة واحدة يطلق عليها اسم سعة مجال تعرفك . فإذا كانت سعة مجال تعرفك هي كلمة واحدة فهذا قليل جدا . أما إذا كنت ترى كلمتين أو ثلاثة وأحيانا اكثر ، فان سعة مجال تعرفك اكبر . والذين يتمتعون بسعة مجالات تُعرَّف اكبر غالبا ما يكونون قراءاً ممتازين .

وهناك عدد من الفروق بين الأشخاص جيدي القراءة ومحدودي القراءة .. ويرجع السبب الى أمر يتعلق بسعة مجال التعرف . فقير أو ضعيف القراءة يأخذ كلمة واحدة فقط في كل نظرة . وعلى ذلك فهو قارئ كلمة - بكلمة . وعليه أن يقف لكل كلمة في السطر ، وهذا يعني بالطبع وقفات كثيرة . ويلزمه لقراءة سطر كهذا ثمانية وقفات على الأقل . ومن الواضح ان هذا القارئ لا يستطيع أن يقرأ بسرعة جدا لأنه مقيد بكل كلمة . وبدلا من أن يجري على السطر راح يدب عليه في خطوات مجهددة .

أما القارئ الجيد فلا يفعل ذلك ، لأن جيدي القراءة قد تعلموا أن يستوعبوا في نظرة واحدة ما متوسطه كلمتان أو اكثر . وهم يتمكنون من ذلك عن طريق الاستفادة من الكلمات التي يرونها ، وهذا ما يجهد القارئ الضعيف . فهم قد تدربوا على توسيع مجال تعرفهم . (بعد قليل من هذا الفصل ، سنريك كيف يمكن أن تعرف ذلك أيضا) . وكتيجة لذلك فانهم ليسوا في حاجة لنصف عدد الوقفات التي يلجأ اليها القارئ الضعيف ، ويخلقون فوق السطر بضعفي سرعة القارئ

الضعيف . فتحسين سعة مجال التعرف تختصر وقفات القراءة الى النصف .

حركات العين خلال القراءة .



في الصورة معيان أو أداة لرسم
باطن حركات العين
(أوفالموجراف) استخدم في
تصوير حركة العين خلال القراءة
(الشركة الأمريكية للبصريات) .
ويظهر الفيلم تسجيلاً لحركات
العين صورت بهذه الآلة .
(مركز جامعة نيويورك للتجريب
والارشاد) .

وتبين الخطوط الرأسية المطبوعة الفرق بين القارئ الجيد والقارئ
الضعيف . فكل خطرأسي مصحوب برقم ، هذا الرقم يمثل تركيزات أو توقفات
العين . والقارئ الجيد يقف توقفات قليلة نسبياً ولا يعود فيتقنى السطر .

توفير وقت الانتظار

يفضو القارئ الجيد على القارئ الضعيف أيضاً بعدد من المزايا . فهو أولاً

لا يتلکأ كثيراً عند التوقف . إذ أن هناك حد أدنى لامكانية اختصار الوقفة . فانت لا تستطيع أن تجعل عينيك تتوقفان ثم تتحركان في أقل من $\frac{1}{6}$ ثانية . وعلى هذا فهي تستغرق هذا القدر الزمني لتحس ثم بعدئذ تستوعب الكلمات التي يمكنها رؤيتها في وقفة واحدة .

أما ضعيفي القراءة فانهم لا يخفضون وقت الانتظار هذا الى الحد الأدنى . بل يبقون على مكان واحد لوقت أطول مما يحتاجون . وما يُوفّر من الوقت هنا لا يكون كبيراً في العادة كما لو كان التوفير في عدد الوقفات ولكننا نقول أنه يمكن أن يكون محل تطبيق أيضاً . فالقارئ الجيد الذي يعمل على أقصر وقفات ممكنة قد يوفر ثلث الوقت أو أكثر مما ينفقه القارئ الضعيف على الوقفات .

القراءة قُلما

السمة الثانية لضعيفي القراءة أنهم يتقفون خطى قراءاتهم . فبدلاً من المضي قدماً طول الوقت فيما يقرؤون، يرجعون عادة الى الخلف . وتميل عيونهم جزئياً الى أسفل السطر ثم تتحرك الى الخلف بضع كلمات حيثما كانت قبلاً . (يطلق على هذا التقفي اسم « إرتداد » أو « حركات مرتدة ») . وتحدث عملية الارتداد جزئياً لأن فقيري القراءة لا يكونوا يقظين جيداً عندما يقرأون ولذلك لا يستوعبون الكلمات التي نظروا اليها . ويضعون المعاني عندما يتوقفون حتى ولو كانوا ينظرون الى الكلمة مباشرة . وكلما قرؤا أكثر في السطر أو الجملة وتبينوا أنهم لا يفهمونها ، عادوا ثانية ليقرأوا ما قد أغفلوه . وعلى كل حال فالارتداد ليس الا عادة سيئة تحدث في القراءة المتراخية . فالقارئ الذي يقرأ بهدف يتلکع ، وعندئذ تتحول عيناه الى الامام والى الخلف بدون هدف تملما كما يفعل عقله .

وهكذا تكون مثل هذه الحركات المرتدة غير ضرورية بل هي في الواقع مضيعة وهدر . وهناك وقت يكون فيه على أفضل القراء - خاصة في القراءات الفنية جداً - ان يعود مرة أخرى لتحري شيء ما ، لكن القارئ الجيد عموماً يفعل ذلك قليلاً .

وهو هنا يوفر وقتا غير قليل باستطراده الى الأمام بسرعة معقولة ، إذ ينطلق بسرعة كافية بألا ينسى ما كان في أول الجملة عندما يصل الى نهايتها . والقارئ الضعيف يقضي مثل هذا الوقت كله متعرجا بعينه الى الأمام والخلف بحيث يضيع ما قرأه في الوقت الذي يصل فيه الى نهاية الجملة . فالقراءة السريعة بدون إرتداد تسهم حقا في استيعاب القارئ الجيد .

حتى هذه النقطة ، وقبل أن نستمر في بيان كيف يمكن أن تطور قراءتك ، علينا أن نذكر أيضا تحفظا مهما قد أغفل . فلكي تكون قارئا جيدا ، لا بد وأن تكون متمتعا بعينين سليمتين أو نظارة دقيقة مناسبة . فاذا لم تتوفر لك الرؤية الجيدة الممكنة ، فإن الكلمات حول الكلمة التي تنظر إليها ستكون مشوشة ولن يكون من السهل عليك إدراكها بسهولة ، فاذا لم تكن قد قمت حديثا بعمل فحص نظر لعينيك فيستحسن أن تعمله الآن ، ولا تخاطر وتهمل وعينك ليسا في أحسن حال . فبالاطمئنان على سلامة عينيك الآن تعطي نفسك الفرصة لأن تقرأ بكل طاقتك . وسيكون المردود الذي يعود عليك عظيما في شكل الوقت المتوفر أو الدرجات العالية المتقدمة وذلك إذا ما قارنته بالمال والوقت اللازمين للعناية بهذا الأمر الهام .

ونقترح عليك قبل قراءة الجزء القادم أن تطالع اختبارات القراءة التالية بعنوان : ما مدى سرعتك في القراءة ؟

ما مدى سرعتك في القراءة ؟

يلي هذه الفقرة قطعتان مختارتان يمكن استخدامهما لكي تحصل على فكرة مبدئية عن مدى سرعتك في القراءة . وقبل أن تشرع في قراءتهما إحضر ساعة أو منبها دقيق التوقيت لتوقت لنفسك ، وعندما تستعد تماما دوّن وقت البدء بالتحديد في أعلى الجزء المقروء كما يلي :

[الساعة] ٧ : [الدقيقة] ٢٣ : [الثانية] ١٥

ثم إقرأ القطعة بأسرع ما تستطيع ، على ألا تكون هذه السرعة كبيرة جدا

بحيث لا تفهم ولا تتذكر ما تقرأه لأنك ستحتاج لمراجعة نفسك في اختبار الاستيعاب الذي أعدناه لكل قطعة . وعندما تنتهي من القراءة سجل الوقت بالضبط في أسفل القطعة ، ثم إتجه مباشرة الى إختبار الاستيعاب . ولا تعود للنظر مرة أخرى الى القطعة وأنت تحل الاختبار ، علما بأنك يجب أن تلم بجميع العناصر في الاختبار تقريبا (تسعة على الأقل) . فاذا فاتتك عناصر كثيرة فأنت لم تقرأ القطعة إذن بعناية كافية . ولقد أعدنا لك كشفا تقريبا بقياس سرعتك في القراءة وذلك بمقابلة الجدول الآتي بالوقت الذي استغرقته في قراءة القطع .

الدقائق	الثوان	سرعة قراءة الكلمات بالدقيقة
٦	٩	٨٠
٤	٥٤	١٠٠
٤	٦	١٢٠
٣	٣٠	١٤٠
٢	٤٨	١٧٠
٢	٢٧	٢٠٠
٢	٢	٢٤٠
١	٤٠	٢٨٠
١	٣١	٣٢٠
١	٢٢	٣٦٠
١	١٣	٤٠٠

إن تعثر الجهد المبذول لمعالجة المرضى الذين يعانون من مرض الكلى المزمن بالطرق الآلية - وهو الجهد الذي يبشر بانفاذ آلاف الأرواح كل عام - يرجع الى عدم كفاية الدعم المادي .

فالتكاليف العالية قد ابتلت برنامج الكلية الصناعية منذ البداية . وفواتير المستشفى لآلة الدم (الغسيل) مرتين في الأسبوع والتي تقوم بالعمل الحيوي للكلية من إزالة نفايا الدم وضبط وتعديل كيميائية الجسم قد زادت من ١٠ آلاف دولار الى ٢٠ ألف دولار سنويا لكل مريض . وهذا هو السبب الرئيسي في أن حوالي ١٧٠٠ أمريكي فقط يتلقون العلاج بانتظام بينما هناك حوالي ٨ آلاف إنسان آخر سيموتون هذا العام نتيجة العجز المادي .

وحتى هذا الموقف البعيد كل البعد عن الكفاية يتدهور . فاهبات الاتحادية قد صرفت لعدد ١٤ مستشفى حددتها خدمة الصحة العامة بالولايات المتحدة منذ ثلاث سنوات كمراكز تطبيقية للاجراءات ، لكن نظرا لعدم مساعدة الحكومة اضطرت بعض هذه المراكز الى تخفيض عدد الحالات التي تستقبلها .

كما أن بعض المستشفيات الخاصة قد اضطرت أيضا الى تخفيض مماثل بسبب الصعوبات التي تواجهها في جذب العطايا لمساندة المرضى الذين يعجزون عن دفع التكاليف لأنفسهم . فالامداد الخاص في الواقع كان بطيء الورود من أي نوع .

إن تكلفة العلاج بالنسبة للفرد كان عائقا كبيرا عند مفاتحة المنظمات بخصوص المساعدة ، هذا ما ذكره الدكتور فرديريك ب . وسترفيلت Frederic B. Westervelt مدير المركز التطبيقي لرعاية الكلى بجامعة فرجينيا Virginia ، كلية الطب بكارلوتزفيل CHARLOTTEVILLE . إذ يقولون (ماذا يمكننا عمله بمبلغ ١٠ آلاف دولار سنويا فقط ، غير إعطاء ٢٠ مريضا أرجلا صناعية) .

ونتيجة لهذا النقص في الميزانيات فان لجان المستشفيات التي كانت تقضي

الأسابيع تناضل حول أي كلية صناعية يتقبلها جسم المريض المتقدم لعلاجات تمنح الحياة وتسمى الديليز EMODIALYSIS أو الفصل الغشائي* ، قد وجدوا أن الأمر قد انتزع من أيديهم . وجاء على لسان الدكتور دانييل لب DANIAL LEB من لوزفيل بالمستشفى العام مركز الكلى الذي تديره كلية الطب بجامعة لوزفيل Louisville قوله « ان المريض الذي يجد العناية هنا قد عقد العزم الآن جدياً على الاستعداد للدفع ، ونحن وان كنا لا نحب ذلك ، إلا أنها الحقيقة الواقعة » .

وقد زاد كدر الأطباء بالاضافة الى موضوع العقبات المالية للعلاج ، بارتقاء وتقدم تكنولوجيا الكلية الصناعية . فالنموذج الأولي لآلة الكلية الصناعية الذي يشبه آلة الغسيل الرابضة القديمة الطراز ، قد طور في هولندا عام ١٩٣٤ على يد الدكتور وليم ج . كولف William J . Kolff الذي يقيم الآن بالولايات المتحدة . حيث يوصل المريض بالآلة ويضخ دمه عبر سلسلة من الأنابيب ، ولفائف الأسلاك والمرشحات .

والعامل الرئيسي في هذا الجهاز هو غشاء رقيق من السلوفان مغمور في محلول ملحي . وخلال عملية التنافذ تمر النفايات التي بالدم عبر الغشاء الى المحلول ، وإلا تجمعت وسببت الموت . وفي نفس الوقت فان الكيمياءويات الحيوية اللازمة تضاف عادة الى الدم بالكليات الصحية وتمر من المحلول الى الدم . ليعود الدم « المنظف » عندئذ إلى الجسم* .

انتهى الوقت

استيعاب الاختبار في القطعة رقم ١

علم على كل جملة مما يأتي إما بالصح أو الخطأ

١ - حوالي ١٧٠٠ أمريكي يتلقون علاجاً للكلية الصناعية .

* يسمى أيضاً الميز الغشائي وهو فصل المواد شبه الغروية عن المواد الأخرى القابلة للذوبان باستخدام غشاء فلرز .
* عن كتاب جيم هيات Jim Hyatt « ثمن الحياة » جريدة شارع المال والتجارة ، ١٠ مارس ، ١٩٦٩ .

- ٢ - غسل الدم بالآلة يجب أن يتم يوميا .
 - ٣ - تكلفة العلاج مدى الحياة بآلة الكلية يصل بسهولة الى نصف مليون دولار .
 - ٤ - يمكن تقديم رجل صناعية لعدد ٤٠ شخصا بتكاليف علاج سنة واحدة بآلة الكلية .
 - ٥ - استمرت الهبات الفدرالية في تمويل العديد من المرضى الذين يعالجون بهذه الآلة .
 - ٦ - إن العطايا الخاصة بدعم المرضى الذين لا يستطيعون دفع التكاليف الخاصة بهم كانت هزيلة .
 - ٧ - لجان المستشفى ما زالت تنفق أسابيع تناضل لأجل معرفة أي كلية صناعية يتقبلها جسم المريض المتقدم لعلاجات تمنح الحياة .
 - ٨ - آلات الكلية الصناعية تقوم بما يسمى HEMOLYSIS انحلال كريات الدم الحمراء .
 - ٩ - إن النموذج الأولي للآلة الحالية قد طور في بلجيكا على يد الدكتور دانييل لب .
 - ١٠ - من يتلقى العناية الآن قد صمم تماما عن طيب خاطر أن يدفع التكاليف .
 - ١١ - خلال عملية التنافذ تمر النفايات التي بالدم خلال غشاء من السلوفان .
- (مفتاح الحل لتصحيح الأسئلة السابقة : (١) صح ، (٢) خطأ ، (٣) صح ، (٤) خطأ ، (٥) خطأ ، (٦) صح ، (٧) خطأ ، (٨) خطأ ، (٩) خطأ ، (١٠) صح ، (١١) صح) .

وقت البدء

قطعة ٢

تحتاج الولايات المتحدة موجة من الهزات في الأوساط التربوية ، حول إعادة

التقييم الصريح المفزع حول الاختلاف في مستوى الأداء داخل الفصل بين البيض والزنج .

ففي مقالة مطولة استغرقت معظم الاصدارة الشتوية من مجلة « هارفارد للنقد التربوي » قدم أحد الرواد القوميين في علم النفس التربوي في أمريكا وهو الدكتور آرثر ر . جينسن Arthur R . Jensen من جامعة كاليفورنيا في بركلي هذه النتائج الهامة :

إن حصول الزنج على متوسط حوالي ١٥ نقطة أقل من متوسط البيض في اختبارات الذكاء يجب أن يؤخذ به بشكل جدي كدليل على الاختلاف الجيني فيما بين الجنسين في أشكال التعليم .

ويقترح البحث بأن مثل هذا الاختلاف يجب أن ينحى أو يميل للعمل ضد الزنج وضد كل « من تعوزهم الموارد أو الشروط الرئيسية التي تكفل لهم مركزا متكافئا في المجتمع * » وذلك إذا جاء الحديث عن التعليم « الإدراكي » - أو ما يسمى بالمنطق الاستخلاصي - الذي يشكل الأسس الهامة لمقاييس الذكاء والمهارات العقلية العالية .

وعلى العكس فالزنج وغيرهم من الأطفال « ممن تعوزهم الموارد أو الشروط الأساسية التي تكفل لهم مركزا متكافئا في المجتمع » يميلون الى العمل جيدا في الأعمال التي تهتم بالحفظ والاستظهار - والتذكر أساسا خلال التكرار - وبعض المهارات الأخرى ، وهذه القابلية يمكن أن تستخدم في المساعدة على رفع إنجازاتهم وإمكانياتهم في العمل .

ومن سوء الحظ أن تكون البرامج الكبيرة للتربية كالبرامج « التعويضية » التي تكلف دافعي الضرائب من افراد الشعب الآن مئات الملايين من الدولارات سنويا ،

* أي من تعوزهم الموارد أو الشروط الرئيسية كالمأوى الصحي والخدمات الطبية والتعليمية والحقوق المدنية .

قد كتب عليها الفشل طالما أنها تتبع سبلا عتيقة للتربية تؤكد على التعليم « الإدراكي » .

ولقد سأل مستفسرا عن مكن الخطأ؟ عند الإشارة الى العديد من الاعترافات بالفشل في برامج التربية « التعويضية » الضخمة للفقراء . وبمعنى آخر ، عندما لا يقوى جسر على الصمود ، أو لا تطير طائرة ، أو لا تعمل آلة ، أو لا تشفي أدوية ... يبدأ المرء في استجواب الكثير من الافتراضات الأساسية ، والأسس ، والنظريات ، والظنيات ، وغيرها من التساؤلات التي تهدي جهود الانسان إلى الصواب .

إن نظرة جديدة لمشكلة عدم المساواة أو اللاتساوي في الفصل يجب أن تبدأ باعادة فحص المقصود بمهية « الذكاء » حقيقة . وذلك كما تطور ونما على مر السنين « إختبار » الذكاء « فتج عنه ظهور نموذج للمقدرات كيف ووجه طفل الطبقة الوسطى وأتاح للممتحنين قدرا من التنبؤ بالأداء المتوقع في المدرسة وحالات شغل الوظائف وإمكانيات العمل - وهي وإن لم تكن دقيقة كل الدقة فانها على الأقل في حيز ضيق من الخطأ .

فالقدرات المتعاكسة في هذه العينة هي التعليم « الإدراكي » أو « الـ « مفاهيمي » أي القدرة على الاستخلاص العقلي وحل المشاكل خلال تصنيف الأشباه والمتباينات .

هل يمكن للذكاء المتمركز في العنصر « الإدراكي » أن يزداد بالقدر الذي أعلنه المتخصصون البيثيون ؟ . يجيب الدكتور جينسن Jensen بالنفي على هذا السؤال . فالدراسات الشيقة التي أجريت على القوائم المتماثلة - أو أولئك الذين انحدروا من بويضة مخصبة واحدة - قد دلت على أن التطابق الجيني قد أصبح وقفا عليهم . كما دلت هذه الدراسات على أن مثل هذه القوائم حتى إذا ربيت بعيدا عن بعضها في بيئات غير متشابهة فانها ما زالت تميل الى تطوير معاملات ذكائها بنفس القدر تقريبا من التشابه بين التوائم المتماثلة المرباة معا .

وعلاوة على ذلك فإن الأطفال المتبنون عقب فترة قصيرة من الولادة ، أكثر وأشد تشابهاً في معامل الذكاء لأبائهم الحقيقيين أكثر من آبائهم المتبنين .

ويذكر الدكتور جينسن Jensen بأن مثل هذه الدراسات تبين بوضوح بأن « الميكنة العقلية المسئولة عن عمليات التعلم تتأثر جينياً بنفس حالتها تماماً كما هو الحال في التركيبات والوظائف الأخرى من الكائن الحي » . وعلى العموم فقد أحرز عنصر الوراثة حوالي ٨٠ بالمائة من هذه الاختلافات الفردية في الذكاء في مقابل ٢٠ في المائة فقط نتجت عن تأثيرات بيئية* .

انتهى الوقت

اختبار الاستيعاب على القطعة رقم ٢

علم على كل سؤال بصح أو خطأ

١ - قدم الدكتور جينسن براون Jensen Brown نتائج هامة لأبحاثه في مجلة ييل (Yale) للنقد .

٢ - التعليم الإدراكي هو تعليم بالحفظ والاستظهار .

٣ - الأطفال الزوج « ومن تعوزهم الموارد أو الشروط الرئيسية التي تكفل لهم مركزاً متكافئاً في المجتمع » يميلون إلى حسن الأداء في الأعمال التي يتطلب تعليمها الحفظ والاستظهار .

٤ - التعليم الإدراكي يشكل الأسس الهامة لمقاييس الذكاء والمهارات العقلية العالية .

٥ - التربية « التعويضية » قد كتب عليها الفشل طالما أنها تتبع سبلاً عتيقة تؤكد التعليم الإدراكي .

٦ - إن حقيقة متوسط حصول الزوج على ١٥ نقطة دون البيض في معاملات اختبارات الذكاء تعود في الغالب إلى اختلافات بيئية .

* عن كتاب « هل يستطيع الزوج التعلم بالطريقة التي يتعلم بها البيض ؟ » أخبار الولايات المتحدة ، وتقرير علمي في ١١ مارس ١٩٦٩ .

٧ - ان اختبار الذكاء عبارة عن نموذج للقدرات كيف ووجه طفل الطبقة الوسطى
وأمكننا بواسطته ان نتنبأ بالأداء المدرسي وحالات شغل الوظائف .

٨ - القدرات المتعاكسة في اختبار العينة هي القدرة على التعلم عن طريق الصمّ أو
الحفظ والامتظهار .

٩ - القوائم المتائلة المرباة بعيدة عن بعضها في بيئات مختلفة تنحي لان يكون لها
معاملات ذكاء غير متشابهة .

١٠ - ان الأطفال المتبنون عقب فترة قصيرة من الولادة اكثر وأشد تشابها في معامل
الذكاء لأبائهم الحقيقيين اكثر من أبائهم المتبنين .

١١ - أحرز عنصر الوراثة حوالي ٨٠ في المائة من هذه الاختلافات الفردية في الذكاء
في مقابل ٢٠ في المائة فقط نتجت عن تأثيرات بيئية .

(مفتاح الحل لتصحيح الأسئلة السابقة : (١) خطأ ، (٢) خطأ ، (٣)
صح ، (٤) صح ، (٥) صح ، (٦) خطأ ، (٧) صح ، (٨) خطأ ، (٩) خطأ ،
(١٠) صح ، (١١) صح) .

كيف تحسن قراءتك

يمكنك بمعرفة بعض المعلومات عن كيفية عمل عينك خلال القراءة أن تكون
في موقف يسمح لك بأن تحسن قراءتك . ولذلك سوف نتعرض لك أولا بعض
الارشادات العامة اللازمة لقراءة أفضل وأسرع ثم نصف بعد ذلك أشياء محددة
بالذات يمكنك أن تؤديها لأجل أن تتحسن .

كف عن الحديث الى نفسك

لعل السبب في أن كثيراً من الناس يقرؤون كلمة بكلمة هو أنهم قد تعلموا منذ
البداية أن يقرأوا بصوت مرتفع . والأطفال الذين بدءوا يتعلمون القراءة يفعلون
ذلك ، وهو أمر يساعدهم على البدء . ولكنهم بالطبع يتعلمون فيما بعد أن يقرؤوا

في صمت ، ولكنهم عادة ما يقرؤون بالكلام مع أنفسهم : فهم يستمرون في تحريك شفاههم عندما يقرؤون ويتنادون في عمل كل الحركات التي تؤدي عند القراءة الشفهية دون أحداث أي صوت .

ويمكنك أن تعرف إذا كان الشخص لا يزال يتكلم مع نفسه أم لا بأن تراقب حركة شفثيه فإذا كان يجرهما فهذه علامة مؤكدة على أنه قارئ بطيء ، ومعروف أن الشخص الذي يقرأ بنفس المعدل الذي يتكلم به ، شخص يقرأ ببطء يزيد كثيرا عما يستطيعه وعما يجب أن يفعله أيضا . فالمحادثة العادية مثلا تناقش بمعدل ١٠٠ الى ١٢٥ كلمة في الدقيقة . والقراء الجيدون يقرؤون بمعدل ٢٠٠ كلمة أو أكثر في نصوص المواد الصعبة ، وبمعدل يصل الى ٦٠٠ كلمة في الدقيقة في المواد السهلة كالقصص مثلا . ولا يمكن لأي شخص أن يقرأ بهذه السرعة محركا شفثيه . فإذا كنت من محركي الشفاه خلال القراءة فعليك أن تتخلص من هذه العادة .

ولكي تطور القدرة على القراءة بدون تحريك شفثيك ، فعليك عمل شيئين :
١ - أن تضع اصبعك على شفثيك . وهذا لا يثبتك فقط متى تحرك شفثيك (فيلفت انتباهك الى خطك) وإنما يعمل أيضا بمثابة كابح لهما . يمنع شفثيك من التحرك كما يفعلان في الكلام . ومع ذلك فانجع علاج هو أن تتمرن على القراءة السريعة . فحاول أن تقرأ بسرعة كبيرة بحيث يكون هناك وقت لأن تحرك شفثيك . وهذه النصيحة - باعتراف الجميع - نصيحة دوارة أو مزدوجة الفائدة : فنحن نريدك أن تتوقف عن تحريك شفثيك حتى يمكنك أن تقرأ أسرع ، وننصحك بأن تقرأ أسرع حتى تكف عن تحريك شفثيك . ومع ذلك ، فانه بالمحاولة المتعمدة للقراءة بشكل أسرع يمكنك قطعاً أن تتخلص من عادة تحريك الشفاه . وبعد أن تتدرب على ذلك لفترة بسيطة سيكون باستطاعتك أن تقرأ أسرع دون مجهود كبير .

اقرأ على هيئة « وحدات فكرية »

هناك وسيلة أخرى لتحسين طريقة قراءتك ، وتتلخص في أن تركز على

الوحدات الفكرية . فالوحدة التي تبنى منها الجمل هي الكلمة ومجموعات الكلمات نفسها معا تكون وحدات فكرية أكبر . والوحدات الفكرية هذه هي الوحدات الأكثر طبيعية لاستيعاب معنى الجملة ، ويستحيل أن تفهم أو نستوعب كل وحدة فكرية في نظرة واحدة .

ما هي الوحدة الفكرية ؟ اسم يحور الى صفة . فعل يصف حال . جملة مجرورة . اسم موصول وفعله الملازم . أم المقالة كلها مع الاسم أو الصفة التي تسبقها . هذه هي وحدات الفكر الرئيسية في الجملة . فمثلا في الجملة الأخيرة ، يمكن أن تقسم وحدات الفكر الرئيسية كما يلي : « هذه هي - وحدات الفكر - الرئيسية - في الجملة » . فكل زوج أو مجموعة من الكلمات تنتمي الى بعضها البعض ، والقارئ الجيد يأخذ كل مجموعة منها في نظرة ، فتقرأها على أربع دفعات .

وليس من الضروري أن تعرف بالتحديد ما معنى وحدة فكرية لتكون قادرا على أن تتعرف اليها . فمعناها يتوقف في الحقيقة على صعوبة المادة من ناحية وعلى مدى إلتك معها من ناحية أخرى . فالمرء الأولى التي تقرأ فيها قطعة صعبة نوعا ما ، أو مادة غير مألوفة لك ، فانك قد تفضل قراءتها على وحدات صغيرة . وعند قراءة نفس المادة أو عند قراءة شيء تألفه جيدا ، فان بإمكانك أن تقرأ مجموعات أكبر من الكلمات في كل وحدة فكرية . ومتوسط قراءة القارئ الجيد تقرب من كلمتين في الوحدة الواحدة بالنسبة للمادة الصعبة ، وثلاثة كلمات أو أكثر لكل مادة سهلة . ونقول « متوسطات » لأن كل الوحدات ليست بطول واحد . فاحيانا تكون الوحدة كلمة واحدة ، وغالبا ما تكون كلمتين ، وأحيانا أخرى تكون ثلاث كلمات أو أربع . وما يهنا هو أن نحاول أن نقرأ أكثر من كلمة في كل مرة وأن تفعل ذلك على هيئة تجميع وربط طبيعي لمجموعات الكلمات في وحدات فكرية .

تدرب ان تقرأ أسرع

إن تخلصك من حركات الشفاه وتركيزك على الوحدات الفكرية لن يجعلك وحدهما تقرأ بالسرعة المنشودة . ولكنها سيساعدان على ذلك فقط . والطريقة الأكيدة الوحيدة لتحسن سرعة قراءتك هي أن تتدرب وتتمرّن على القراءة السريعة وأن تزاوّلها باخلاص وتفان لمدة طويلة تكفي لأن تصبح عادة متأصلة فيك . ولا يمكنك أن تتمرّن بنوبات بدء وتوقف لأنك فيما بينها ستتكرر الى عادتك القديمة . فلا بد اذن ان يكون لك برنامج منظم لا يعوقه عائق أبدا حتى تملك ناصية هذه المهارة .

فخصص أولا وقبل كل شيء فترة معينة كل يوم لتدرب نفسك على القراءة السريعة . ويمكن أن يكون ذلك في أي وقت ، طالما يمكنك الاستمرار فيه بحيث لا تتداخل النشاطات الأخرى معه . ونقترح ان يكون ذلك قبل ذهابك الى النوم بقليل . فهذا وقت محتمل أن تكون قد انتهيت فيه من الدراسة والاستذكار وتستطيع أن تركز على شيء آخر لفترة قصيرة . وهو وقت مناسب أيضا لتقوم ببعض القراءات الإضافية القليلة اللازمة . وضع في اعتبارك قضاء ما يقرب من نصف ساعة - لا أقل من عشر أو خمسة عشرة دقيقة - في التمرين على القراءة السريعة .

وتخير في البداية بعض المواد الخفيفة السهلة نسبيا في القراءة ، كذلك النوع الذي تقرأه للتسلية، مثل مجلة الحياة أو المختار* والأخيرة جيدة من الناحية العلمية لأنها تحتوي على العديد من المقالات القصيرة، يمكن قراءة كل منها في بضع دقائق ولأن صفحاتها متقة بما فيه الكفاية للحكم بسرعة على عدد الكلمات التي قرأتها . فالصفحة الكاملة من المختار يمثل هذا الحجم من الكتابة تشمل عادة على حوالي خمسمائة كلمة . ولكن ضع حسابا للحيز الذي تشغله الرسوم والتوضيحات أو غيرها مما لا يدخل كجزء من النص . ويفضل أن تتحقق - في حالة قراءة المختار - من التغيرات في حجم صفحاتها ، وسطورها ، وأعمدتها ونوع الحروف أيضا .

* استبدلنا المجلتين Life Magazine و Reader's Digest بالمجلات المذكورة لتقريب المستوى .

بعد ذلك اختر مقالة تعجبك . وجهاز ساعة او منبها للتوقيت وسجل الوقت في الثانية التي بدأت فيها . وقرأ بسرعة قدر ما تستطيع مع الاستمرار في فهم معنى ما تقرأ .- وحالما تنتهي منها دوّن وقت الانتهاء بالثانية . اطرح الوقت الاول من الثاني ، وقسم عدد الكلمات على الناتج لتحصل على معدلك أو سرعتك في قراءة الكلمات في الدقيقة ، وسجل ذلك في الجدول الموجود هنا ، والمخصص لهذا الغرض . ولكي تتأكد من أن استيعابك لم يختل ، إسأل نفسك عما قرأت ، ثم عدّ ومر سريعاً على المقال لتحقق من أنك قد استوعبت كل الأفكار الرئيسية والتفاصيل الهامة . فإذا كان قد فاتك أيُّ منها ، فلربما كنت تقرأ بسرعة اكبر من قدرتك الحالية على القراءة . وعلى كل فلا تدع هذا يكدرك ، بل ثابر على محاولة القراءة بسرعة . وحاول فقط وفي آن معا أن تركز على استيعاب وفهم الأفكار الرئيسية والتفاصيل الهامة .

فإذا كنت تقرأ المختار أو ما يشابهه مما يكون به عادة مقالات قصيرة ، فمن المحتمل أنك تستطيع قراءة ثلاثة أو أربعة مقالات كل ليلة . وفي كل مرة وقت لنفسك كما فعلت سابقاً ، وسجّل معدل سرعتك في قراءة الكلمات بالدقيقة . واستمر في عمل ذلك كل ليلة لمدة أسبوعين محاولاً أن تختار المقالات المتساوية تقريبا في الصعوبة من ليلة الى اخرى . مع العلم بأن التمرين على المادة السهلة هي الطريقة المثلى للتخلص من عاداتك القديمة في القراءة ، على أن تكون كلها بنفس السرعة .

بعد أن نتدرب كل ليلة على قراءة مثل هذه المواد السهلة ، لا بد وأن تصل الى اقصى معدل في سرعة القراءة خلال مدة أسبوعين . وسيكون بمقدورك أن تعرف ذلك من التدوينات التي تحتفظ بها لمعدلات قراءتك . ولعل هذا ليس بأفضل ما يمكنك عمله بعد أن أصبحت قارئاً منجزاً ، لكنه كاف جداً بالنسبة للوقت الحالي . وبعدها سيحين الوقت للبدء في التمرين على مواد أكثر صعوبة ، كاشياء تشابه كتبك الدراسية التي تستذكرها .

في هذه المرحلة ننصحك بأن تتجه الى الدوريات مثل : العربي ، عالم

الفكر ، الثقافة"فهذه الدوريات تشمل مقالات اخبارية شيقة ، وأسلوبها في الكتابة اكثر تحديا . فالكلمات اكبر ، والجمل أطول ، والمحتوى اكثر تعقيدا . ومستوى الصعوبة يشبه كثيرا مستوى كتبك الدراسية . ونقترح عليك بأن تزود نفسك بعدة نسخ من أحد هذه المجلات وتواصل تدريبك الليلي عليها بقراءة المقالات فيها . ثم احسب جميع الكلمات في أحد الأعمدة النموذجية الكاملة أو في أحد الصفحات او النصوص بحيث تعرف كم كلمة في الصفحة . ومن هذا يمكنك بسهولة أن تقدر عدد الكلمات في الأعمدة بالصفحات الأخرى مقسمة بالعناوين أو بمواد اخرى . واستمر بعد ذلك في قراءتك كما كنت قبلا ، محاولا أن تقرأ بسرعة بقدر ما تستطيع وتتبع معدل سرعتك في القراءة من خلال ذلك .

وفي الوقت الذي تنفذ فيه هذا التدريب على القراءة الليلية ، يجب عليك ان تحاول قراءة واجباتك الاعتيادية بسرعة اكبر ، كما نقترح أن تؤدي تمارين منفصلة بحيث يكون لديك وقت معلوم من اليوم لتدرب نفسك بحيث يمكنك ان تتبع خطة لقراءة المواد التي على نفس المستوى من الصعوبة . . ومع ذلك فالهدف الأول من ذلك ليس هو الهدف الوحيد لمثل هذه التمارين التي تساهم في مساعدتك على أن تستذكر بفعالية اكثر . ولهذا السبب يجب أن لا تنفق أي جزء من وقتك في تطبيق مهاراتك المتطورة في القراءة على حساب دراستك المعتادة . والحقيقة المفيدة هي أن عليك أن تحاول مخلصا ان تقرأ بشكل أسرع في كل مرة تقرأ فيها أي شيء بغض النظر عن ماهية هذا الشيء .

وعند قراءة واجباتك الدراسية بسرعة ، تذكر بأن سرعات القراءة تختلف كثيرا تبعا لنوع المادة التي تقرأها . فيجب مثلا أن تقرأ بأقصى سرعة في التاريخ والأدب والفلسفة - هذه الأشياء قريبة الشبه كثيرا بالقصص حيث تكون الافكار الرئيسية هي الأشياء الهامة التي عليك ان تعرفها - أما المواد الأكثر فنية والمصاغة بدقة اكبر والتي تحتوي على العديد من التفاصيل الهامة فهي التي يجب أن تقرأ ببطء شديد . وعلى

* إسبدلنا المجلات المذكورة عالية بدلا من : Atlantic Monthly , Saturday Review , Harper's Magazine .

سبيل المثال اذا كنت تقرأ ارشادات في كتيب المختبر لاجراء تجربة ما ، فعليك ان تقرأ الارشادات بالتحديد خطوة خطوة ببطء شديد جدا وتأكد من انك لن تسهو عن أي من التفاصيل . اذ يستوجب عليك ان تحكم على نفسك وعلى مدى امكانياتك في الانطلاق في القراءة ، ويجب ان تتوقع ان تقرأ اشياء مختلفة بسرعات مختلفة ايضا .

وسيكون هدفك من كل هذا بالطبع ، هو ان تحقق الغرض من قراءتك بسرعة اكبر . بمعنى انك يجب ان تتأكد من استيعابك لما تقرأه وبأنك لا تضحي بالاستيعاب من أجل السرعة . ولا تحاول أن تدفع نفسك بسرعة اكبر فان ذلك سيجعلك تفقد شيئاً في الاستيعاب بغير شك . وسيكون مدعاة دون مبرر للتردي ثانية في عادات القراءة البطيئة او القراءة كلمة بكلمة . وقد يكون من المقبول أن تبطيء قليلاً لأنك لا تستطيع ان تزيد من سرعتك في القراءة هكذا دفعة واحدة . بل يجب ان يتم ذلك تدريجياً ، كما يحدث في الكتابة على الآلة الكاتبة تماماً أو ككتابة الاختزال التي تزيد تدريجياً من عدد الكلمات التي تسجلها . وتأكد دائماً وأنت تسرع في القراءة بقدر ما تستطيع انك لا تزال تفهم وتستوعب ما تقرأه . فاذا تبين من هذه القراءة أنك تسرع اكثر مما ينبغي . فبإمكانك ان تعيد قراءة المادة مرة ثانية بسرعة لتكتشف ما فاتك في المرة الأولى . فذلك من شأنه ان يضمن لك كفاءة اكبر بدلا من الاستمرار على معدلك القديم .

ونود أن نؤكد لك - اذا كان لديك شك - بأن هذه التوجيهات الخاصة بالقراءة السريعة توجيهات ايجابية ونافعة . ورغم أنه من الصعب الحصول على بيانات عن الناس الذين يتعلمون من تلقاء أنفسهم كيف يقرؤون بسرعة ، لأننا لا يمكننا ان نقيسهم قبل وبعد تدريب أنفسهم إلا أن هناك مئات من الحالات التي يقرر الطلبة فيها أنهم بعد أن إتبعوا النصيحة الواردة هنا قد تمكنوا من زيادة سرعتهم في القراءة زيادة كبيرة تتراوح بين ٥٠ الى ١٠٠ بالمائة . وفي الدورات التي طبقت على الآلاف من طلبة الجامعة ، والمدبرين التجاريين ، وغيرهم من الأشخاص وجد أن كل فرد منهم تقريبا قد أحرز قسطاً من التحسن ، في حين أن متوسط التحسن قد أصبح قريبا

من مضاعفة معدل القراءة السابق . وأفراد هذه الدورات يتمتعون بميزتين هما أن المحاضر يجتهدهم أولا ويتقدمون بواسطة الدورة ثانيا . ولا يتبقى عليهم بعد ذلك سوى واجب تدريب أنفسهم . ويمكن عن طريق التدريب خارج الصف على ما كلفوا به في قاعة الدرس أو في الكتب أن يطوروا من أنفسهم . فلماذا لا تفعل أنت نفس الشيء تماما ؟

وهناك الى جانب ذلك بعض الكتيبات المفيدة التي يمكن الحصول عليها فاستعن بها لتطوير وتحسين مهاراتك في القراءة . فهي تشمل العديد من التمارين بمستويات مختلفة من الصعوبة* .

سجل التمرين على القراءة

استعن بهذا الجدول في قياس مدى تقدمك في التدريبات اليومية على القراءة السريعة . وان احتجت للإرشادات فراجع النص . (وتذكر انه للحصول على معدل القراءة لضرب عدد الصفحات في عدد الكلمات بالصفحة ثم إقسم ذلك على الوقت) .

بناء المفردات

إذا أردت أن تكون كاتب ملاحظات من طراز جيد فتنبه الى أهمية بناء حصيلة مفرداتك . فلقد دلت العديد من الاختبارات التي أجريت على مستويات مختلفة من الطلبة - بما في ذلك المستوى الجامعي - على أن الطلبة الممتازين عادة ما تكون لديهم حصيلة مفردات أفضل وأنسب للمقال من الطلبة الضعاف . فالممتازون لا يمكنهم فقط التعرف على عدد أكبر من الكلمات ، وتوضيحها بدرجة أعلى من الضعاف ، وإنما يستطيعون أيضا أن يميزوا جيدا بين معاني الكلمات المختلفة . وهذا يساعدهم

* نورد هنا كتيبتين أوصى بها المؤلف ضمن النص ولم نستبدلها لعدم وجود كتب عربية مماثلة في هذا الموضوع .

1- Increasing Reading Efficiency , by Lyle L. Miller . (Hatt , Rinehart and Winston)

2- Tactics in Reading, Byo.S. Niles. (Scott, Foresman and Co.)

المعدل	الوقت	الصفحات	المجلة او الكتاب

على ان يقرؤوا بسرعة لانهم يدركون معاني الكلمات في نظرة واحدة بدون تفكير ومن ثم يحصلون على استيعاب اوسع واكبر لما قرؤوه . من هنا كان جزء من تعلمك كيف تستذكر وكيف تقرأ أسرع هو بأن تصبح متمكنا من فهم الكلمات التي تقرأها . ومن الطرق العديدة لتنفيذ ذلك ما يأتي :

الانتباه للكلمات الجديدة

انظر واستمع للكلمات الجديدة ، وعندما ترى كلمة أو تصادف لفظة جديدة تبدو مبهمه أو غير مألوفة لديك ، فلا تدعها تمر عابرة دون تمحيص معتقداً بانك تستطيع الاستمرار بدونها ، لأن ذلك لا يدل على الكسل فقط، وإنما يدل أيضا على تأخر تام طالما الأمر يتعلق بالدراسة والاستذكار . فقد يتوقف معنى الجملة بأسرها على الكلمة الجديدة الغير مألوفة . وقد تكون هذه الجملة هي الجملة التي تحتوي على الفكرة الرئيسية أو التفصيل الهام . وإذا لم يكن الأمر كذلك . فقد تظل الكلمة الجديدة عرضة لأن تبرز في مكان آخر ككلمة رئيسية في فكرة أو تفصيل . فإذا عقدت العزم على أن تقرأ بمقدرة وكفاية فأنت محتاج لأن تعرف جيدا معنى كل الكلمات التي تقرأها ، سواء أكانت كلمات رئيسية أو لم تكن . فانتبه اذن للكلمات الجديدة ، واستخدمها كهمزة وصل لقراءة أفضل وفهم أوسع .

استخدام القاموس

عندما تصادف كلمة جديدة ، أو كلمة قديمة في ثوب جديد ، أو حتى كلمة تظن أنك تعرفها ولكنك لست متأكداً منها ، فإن أول ما يجب عليك عمله هو أن تبحث عنها في القاموس . وباختصار شديد اكتسب عادة البحث في القاموس . واجعل بقربك قاموسا جيدا تستعين به في أوقات الاستذكار ولا تتكاسل في استخدامه . فانك عندما تفهم معنى الكلمة الجديدة ، تصبح هذه الكلمة جزءا من ممتلكاتك الشخصية وأداة من أدواتك الجيدة للفهم والاستخدام . فان كنت طالبا ضعيفا في هذا المضمار فانت بالذات بحاجة ماسة لأن تكتسب عادة البحث في القاموس في الوقت الذي ناشد فيه الطلبة الجيدين أيضا أن يكتسبوها . فمشاهير الكتاب الذين يمتلكون ناصية اللغة أكثر من الغالبية العظمى من الناس يوجد أمامهم وفي متناول أيديهم دائما عدد من القواميس المختلفة المخصصة لخدمة أغراض متعددة . وهؤلاء الناس رغم تفوقهم اللغوي فانهم دائمو البحث والكشف عن الكلمات الجديدة بما في ذلك الكلمات التي استخدموها طوال حياتهم ، وذلك لكي يشحلوا استخدامها لهذه الكلمات لأغراض بعينها .

بطاقات المفردات

تتبع بالممارسة أن أحد الوسائل الفنية لتعلم الكلمات الجديدة وتنقية معنى الكلمات المألوفة هو استخدام بطاقات المفردات . وتعتبر بطاقات الفهرس العادي مقاس ٣ × ٥ بوصة نموذجاً ملائماً يمكن استخدامه لهذا الغرض . فاحمل معك بعضاً منها وعندما تأتي على كلمة جديدة أو عندما تصادف كلمة تسأل نفسك عن معناها ، أكتب هذه الكلمة على بطاقة الفهرس . ونصحك بالألا تكتب الكلمة وحدها فقط ، وإنما تكتب ايضاً العبارة أو الجملة التي وردت فيها حتى يمكنك معرفة سياقها . ثم ضع خطاً تحت الكلمة ، فإذا تيسر لك الوقت المناسب وكان القاموس في متناولك ، ابحث عن الكلمة وكتب تعريفها على الوجه الأخر من البطاقة .

واحتفظ في جيبك أو جيب كتابك ببعض البطاقات الجاهزة بهذه الطريقة . وفي الوقت أو الأوقات الزائدة ، أو حتى عندما تمشي في مكان آمن ، أخرج بعض هذه البطاقات وانظر الى الجانب الذي به الكلمة الجديدة . وبعد أن تفعل ذلك - كأداة انطلاق لك - حاول ان ترى ما إذا كان بإمكانك أن تستحضر معنى هذه الكلمة في ذهنك ، ثم اقلب البطاقة على الجانب الأخر (أي الشرح) لتتحقق من صحة كلامك .

الكلمات العامة والمصطلحات الفنية

عند بنائك لحصيلة مفرداتك بهذه الطريقة ضع في اعتبارك الفرق بين الكلمات العامة والكلمات الفنية . فالكلمات العامة توجد منتشرة بكثرة في الأدب والتاريخ والجرائد والمجلات لتصف وتفسر أشياء ذات اهتمام عام . وهي موجودة بالقاموس ايضاً . أما الكلمات الفنية فهي تلك التي تستخدم لتعبر عن المفاهيم والقوانين والمعاني الخاصة لموضوع بعينه . وستجد منها في العلوم الطبيعية مثل علم الأحياء والكيمياء الطبيعية ، وعدداً لا بأس به في الموضوعات الأخرى بما في ذلك الأدب ، واللغات ، والتاريخ ، والعلوم الاجتماعية . ولن تجد كلمات فنية عالية التخصص في قاموس مكتبك العادي . فهي لن تدرج فيه قبل أن تصبح شهيرة جداً وهامة في كثير

من شئون الحياة اليومية التي يجب ان تكون معلومة لكل شخص متعلم ، (عندئذ تصبح كلمات عامة) . وستكون قادرا بالطبع على أن تبحث عن مصطلحات فنية كثيرة أخرى في القواميس الكبيرة الغير مختصرة - فالقاموس الذي يحتوي على كثير من المعلومات المتنوعة المستفيضة عن الكلمة يختلف عن ذلك الذي يختص بالتعريفات فقط- ولكن حجم وتكلفة هذه المراجع الكبيرة المتعددة الأجزاء اكثر ملاءمة للمكتبة منه لمكتبة الطالب .

ويفترض في مؤلفي الكتب الدراسية أن يسوقوا تعريفا أو توضيحا للكلمة أو الكلمات الفنية عندما يقدمونها لأول مرة في كتبهم . وهذه إحدى الوسائل لمعرفة معنى الكلمة . وقد ينسى الكاتب أحيانا أن يفعل ذلك - أو ربما يعتقد أنك تعرفها من خلال تكويناتك السابقة - أو لعله قد فعل ولم تلاحظ لسبب أو آخر ، وهذه كلها احتمالات جائزة . وعلى كل حال ففي أي من هذه الحالات ابدأ محاولتك بقاموس المصطلحات الصغير الملحق بالكتاب لشرح الكلمات الصعبة التي وردت فيه ، إذا كان به مثل هذا القاموس ، فان لم يكن ، فانظر في الكشاف بنهاية الكتاب ، وابحث عن الكلمة فلربما كانت تحت المدخل الفرعي لها ويطلق عليه اسم « تعريفات » ، ويمكن أحيانا أن يكون التعريف أي امتداد لمحادثة تتعلق بهذه الكلمة .

فاذا لم يفتدك هذا البحث بتعريف جيد للكلمة ، فجرب إذن أحد كتبك الأولية في نفس الموضوع ، واستخدم الكشاف أيضا للوصول الى الكلمة ، فان لم تستر بعد هذا ، فاستشر أي قاموس متخصص في الموضوع . فهناك قاموس بل قواميس في كل موضوع من الموضوعات الفنية تقريبا ، وتتوفر هذه القواميس عادة في المكتبات ، وعند البحث توجه الى بطاقات الموضوع مباشرة كعلم النفس ، أو الكيمياء ، أو الاقتصاد ، وبعدئذ استعرض على مهل بطاقات الفهرس لاختيار القاموس المناسب أو إعمل العكس أي ابحث عن « القاموس » أولا ثم ابحث عن الموضوع .

وكما ذكرنا فبعض الكتب مزودة بقاموس صغير في نهاية الكتاب ، وهو قاموس صغير بالمصطلحات الهامة المستخدمة في الكتاب فلا تهملها . فقد تكبد المؤلف الكثير من المشاق ليعدها لك بشكل يجعل من السهل الحصول على التعريف الصحيح للمصطلحات الفنية المستعملة في الكتاب .

ان أهمية معرفة المصطلحات الفنية بالنسبة للدراسة المثمرة امر لا يحتاج الى التأكيد عليه كثيرا . ففي بعض البرامج الدراسية نجد أن نصف أو أكثر من نصف البرامج موضوع الدراسة يتكون إما من مصطلحات فنية أو يمكن التقدم فيه والهيمنة عليه بمعرفة هذه المصطلحات . ومن يجيدون أخذ الملاحظات من الطلاب يتبعون طريقة ما لتسجيل واستذكار المصطلحات . فهم يفرّدون أحيانا مكانا خاصا في مذكراتهم ليسجلوا فيه المصطلحات الفنية كما صادفتهم خلال التدريب أو الدراسة . وحيانا أخرى يضعون خطوطا تحت الكلمات في دفاتر ملاحظاتهم . وأيا كانت الطريقة التي يتبعونها فيبت القصيد أنهم يتأكدون من حصولهم على قائمة كاملة شاملة بالمصطلحات يواظبون على مراجعتها بانتظام قبل الامتحان . فلماذا لا تفعل ذلك أنت أيضا ؟

حلل الكلمات

بمقدورك أن تعمل الكثير من أجل احكام سيطرتك على معاني الكلمات وذلك بالانتباه لتركيب وبناء الكلمات وتاريخها . فاللغة الانجليزية مثلا ، وأخص منها الجزء الذي انحدر من اللغة اللاتينية قد بني من عناصر معينة . وهذه الكلمات قد ركبت بطرق مختلفة لتخلق الكلمات التي نستخدمها الآن . وعلى العموم فالعناصر على ثلاثة أنواع : البادئات Prefixes ، واللاحقات Suffixes ، والأصول Roots . ولكل منها معنى يجري ويسري في جميع الكلمات التي استخدمت فيها . فإذا كنت تعرف اللاتينية (وهذا أحد الأسباب الوجيهة لتعلمها) ، يمكنك أن تترجم كل عنصر الى الانجليزية . وعندما تضع هذه العناصر مع بعضها ستكون لديك فكرة جيدة جدا عما تعنيه الكلمة . وبالطبع بدون معرفة اللاتينية فان معاني هذه العناصر كافية جدا لتفهمها من الانجليزية وحدها .

وقد أدرجنا لك في جدول مستقل بعض أكثر السوابق واللواحق شيوعاً . فادرس معناها أولاً ، وعندما تصادف كلمة جديدة حاول أن تبلور مفهومها من خلال معلوماتك عن هذه البدايات والنهايات . كذلك أوردنا قائمة مختصرة بأصول أو مصادر الكلمات الشائعة إلى حد ما* . فإذا عرفت البدايات والنهايات ، أمكنك استخلاص الكلمة وحدها وردها إلى مصدرها . وستجد أن هذا أمر سهل مألوف لك ، فتضم المعاني الثلاثة معا لتحصل على « ترجمة » للمعنى الإجمالي للكلمة . ومع ذلك فإننا نحذرك من أن هذا الاجراء لا يعطيك دائما المعنى المحدد بالضبط للكلمة . فعادة ما يطرأ عليها ألوان من المعاني إثر تعديلات في المفاهيم خلال الاستعمال . ولذلك فترجمة العناصر تساعدك فقط على تثبيت معنى الكلمة ، أو تعطيك الاحساس بها بمعنى كيف انحدرت تاريخيا بالضبط .

البدايات والنهايات الشائعة (في الانجليزية)

ترد البدايات والنهايات الآتية كثيرا في كلمات اللغة الانجليزية ، وجميعها مسجلة ومعروفة في قاموس « ويسترز » الطلابي الجديد ، وكذلك العديد من القواميس الأخرى . ويمكنك تدريب نفسك على بناء محصلة مفردات أكبر بالبحث عن معانيها وكتابة هذه المعاني في المكان المعد لذلك .

COMMON PREFIXES AND SUFFIXES

The following prefixes and suffixes occur frequently in English words. All are listed and defined in Webster's New Collegiate Dictionary and in many other dictionaries. You can help yourself build a bigger vocabulary by looking up their meanings and writing them in the space provided.

Prefixes

ab-, abs-, a-
ad-, a-, at-, ap-
be-
bi-
co-, com-, con-
de-

Meaning

* هناك جدول باللغة الانجليزية أما اللغة العربية فيختلف الأمر حسب تركيب اللغة وقد أوردنا هذه الجداول للفائدة العامة .

dis -

en -

in - , il - , im - , ir -

non -

per -

pre -

pro -

re -

sub -

un

Suffixes

Meaning

- able , - ible , - ble

- al

- ance

- ent

- est

- ful

- ing

- ion

- ity

- ive

- ize

- less

- ment

-ous

وحتى نوضح لك كيف يحدث التمازج أو التوافقات المختلفة بين المصدر
 والبدايات والنهايات لعدد كبير جدا من الكلمات فقد استخدمنا الكلمة اللاتينية
 mitte ومعناها يرسل ، وأوردنا قائمة بالكلمات التي تمثل بعض هذا التمازج .
 وتحتوي هذه القائمة على معظم البدايات والنهايات المذكورة في الجدول السابق ،
 وقد انتقينا أمثلة منها فقط . فاذا أخذت كل احتمالات التوافق الممكنة فان اكثر من
 مائة كلمة مألوفة يمكن أن تستحدث من أصل كلمة واحدة. وتستخدم هذه الكلمات
 المختلفة في أوجه عديدة من الحياة - كالدين - والأعمال - والطاقة المشعة - والحرب -
 والتربية - وعلم السياسة . وبمقدورك أن تفعل نفس الشيء مع أصل أي كلمة
 أخرى في القائمة . والواقع أن هناك اكثر من عشرة آلاف كلمة انجليزية عادية نسبيا
 لها كما لأجزائها المقدمات والنهايات والأصول المذكورة هنا . وبدراسة معاني
 واستخدامات هذه المركبات يمكنك إستخراج استنتاجات ممتازة جدا عن معاني
 الكلمات التي جمعت فيها .

ومن السبل التي تساعدك على فهم أفضل على معرفة مدى امكانية تخليق
 الكلمات من المركبات هي أن تستخدم قاموسا تاريخيا أو قاموسا يختص ببسط وتعليل
 أصل الألفاظ وتاريخها* وهذا القاموس يقسم الكلمات الى عناصرها ، كما سبق
 وأشرنا في النموذج ،

Root word	Meaning
capio	take, seize
duco	lead
facio	do, make
fero	bear, carry
grapho	write
logos	word speech, knowledge, thought
mitto	send
plico	fold
pono	place
tendo	stretch
teneo	hold, have
specio	observe, see

* بعض أصول الكلمات في اللاتينية واليونانية : تشمل
 هذه القائمة على عشرة أفعال لاتينية وكلمتين من
 اليونانية يمثلان أصولا لعدد ٢٥٠٠ كلمة انجليزية أو
 أكثر . وهي موجودة ضمن النص المترجم وأوردناها
 لمن يرغب .

Mitte - send	admissable	ثم يوضح ذلك المعاني الأصلية لهذه العناصر . ومثل هذا النوع من القواميس يذكر أيضا متى استخدمت الكلمة للمرة الأولى في اللغة الانجليزية وماذا كانت تعني في ذلك الوقت . وخير الأمثلة على مثل هذه القواميس قاموس Oxford University Dictionary فاذا لم تكن معتاداً عليه ، فقد تجد قاموساً آخر يناسبك في مكتبة كليتك أو المكتبة العامة بالحلي الذي تقطنه ، وانفق نصف ساعة من وقتك مع القاموس باحثاً ومنقبا عن أي كلمة تروقك . وستدهش حقاً لعناصر التشويق فيها ، لأن لكل كلمة تاريخ ووراء كل لفظة قصة ، وستستمتع بما ستعرفه عنها بينما تبرز في ذات الوقت تقدما في بناء حصيلة مفرداتك .
	Commitment	
	Committee	
	dismissal	
	emission	
	emissary	
	missile	
	missine	
	mission	
	missing	
	Permissine	
	Promissory	
	remittance	
	Submit	

الفصل الخامس

إستذكار الكتب الدراسية

دعنا نفترض انك قرأت الفصول الأربعة السابقة ، وأنك قد بذلت من الجهد قدر ما تستطيع لتنفيذ النصائح التي وردت فيها . فصغت جدولاً ملائماً ، ووجدت مكاناً مناسباً للإستذكار ، وأنك أيضاً في وضع جسماني طيب يسمح لك بالعمل . وفهمت فهماً تاماً خطة المنهج الدراسي الذي تدرسه . وخصصت دفتر مذكرات يلائم البرنامج الدراسي وبدأت في تدوين ملاحظتك . وأنك قد اخترت قدرتك على القراءة وأنه قد صار لديك برنامج ثابت وضعته خصيصاً بعد ممارسة عملية بغية تطوير سرعة قراءتك وحصيلة مفرداتك .

وسوف نفترض أيضاً أنك قد حصلت مباشرة على نسخة من الكتاب المقرر الذي حدده المعلم ، وأنه على طاولة قراءتك أو مكتبك مع كل المواد التي تحتاجها ، بما في ذلك دفتر الملاحظات ، وأنك الآن جاهز لا ينقصك شيء سوى أن تبدأ بقراءة الواجبات في كتابك الدراسي ، والسؤال الذي يطرح نفسه الآن هو كيف تستفيد بأفضل استخدام ممكن من الوقت الذي خصصته لهذا الإستذكار حتى تعرف الأشياء الهامة وتمر مروراً سريعاً بالأشياء القليلة الأهمية وأن تتذكر ما سبق واستذكرته . للإجابة على ذلك تعال بنا نرجع أفضل طريق للخوض في الحديث عن إستذكار كتابك الدراسي .

وحتى أخلي نفسي من المسؤولية الأدبية منذ البداية ، فاني أحب أن أقرر أن

لكل طالب طريقة تناوله الخاصة ، وفنون استذكاره الذاتية . فاذا أحضرنا طالبين مختلفين كلاهما كفوء ، فأنهما غالباً ما يستذكران نفس المادة بطريقتين مختلفتين بشكل ما . وهذا أمر متوقع لأن هناك فناً تناسب أشخاص ولا تناسب غيرهم ، إلا أن هناك مع ذلك ، قواعد عامة للاستذكار الفعال للكتب . والأفراد الذين يجيدون عملية الاستذكار يستفيدون من هذه القواعد بشكل أو بآخر سواء أدركوا ذلك أو لم يدركوه . وسيختلفون بالدرجة الأولى في أساليبهم الفردية التي يعولون بها على القواعد المختلفة .

ما هي هذه القواعد ؟ جاءت الاجابة على هذا السؤال في الدراسة التي تركز العمل عليها في جامعة ولاية أوهايو في برنامج مدروس لتحليل ومعالجة المشاكل الأكاديمية للطلاب . وتتلخص القواعد الأساسية لهذه البرامج في الاصطلاح التالي : Survey Q3 R * أو يقال SQ3 R على سبيل الاختصار فكرره على نفسك عدة مرات حتى يعلق بذاكرتك فهو شعار جيد لتنفيذ التدريب على الاستذكار الفعال .

فهذا الشعار المختصر تلخيص لخمس خطوات محددة في عملية الاستذكار الفعال هي :

- احصر
- اسأل
- اقرأ
- سمع
- راجع

فبرنامج Q3R قد تم تجريبه على نطاق واسع جداً . ودل على انه لا يصف فقط ما يفعله الطالب الجيد بل يلعب دوراً مرشداً أميناً في تطوير عمل جميع الطلاب بشكل

* يتركب هذا الشعار من خمس خطوات تقول أنه لأجل مسح المادة جيداً ، اسأل وهي (O) ثم ثلاثة (R) أي :
Read - Recite - Review

كبير سواء الأقوياء منهم أو الضعفاء ، بحيث يمكنهم بدون استثناء أداء هذا العمل . وسيهتم هذا الفصل بكل واحدة من هذه الخطوات بشيء من التفصيل .

وقبل أن نستمرسل علينا أن نذكر أن بعض الخبراء قد طوروا من هذا البرنامج أشكالاً مختلفة . فأحد المؤسسات المعروفة (ميللر Miller) وهي مؤسسة لها باع في موضوع القراءة والاستذكار ، تتحدث عن برنامج SQ4R فترينا أن طريقتها أن نزيد R أخرى مضافة بين كلمة (سمع Recite) وكلمة (راجع Review) وهذه الـ R المضافة ترمز لكلمة (كرر Repeat) فتشير إلى إعادة الخطوات مرتين ، وثلاثة ، وأربعة لكل قسم من الفصل الذي تم استذكاره . وهذا مجرد تأكيد فقط على أن الخطوات الأولى والأخيرة تشير إلى الفصل ككل ، بينما تأخذ الخطوات الوسطى قسماً في كل مرة .

هناك خبير آخر يدعى البروفسور والتر بوك Walter Pauk الذي يدير مركز دراسات القراءة بجامعة كورنيل . CORNELL UNIV يتحدث عن نظام OK4R وترمز هذه الحروف إلى ما يلي : حرف الـ O يعني شمول الرؤية أي Overview ، والـ K تدل على الأفكار الرئيسية KEY IDEAS ، أما الـ R 4 أو حرف الـ R مكرر 4 مرات فتشير إلى الكلمات التالية : اقرأ READ ، سمع (أو أسرد) RECITE ، فكر REFLECT ، راجع REVIEW . وشمول الرؤية عنده يقابل أو يساوي الحصر Survey في مسحنا . وهما نفس الشيء ، أما الـ K التي تشير إلى البحث عن الأفكار الرئيسية فهي طريقة لتأكيد ما يبحث عنه المرء في قراءته ، وسوف نضع هذه النقطة في الاعتبار عندما نتناول هذه النصيحة تحت عنصر اقرأ READ ونلاحظ أنه في الخطة السابقة قد وضع تأكيداً قليلاً نسبياً على التساؤل Questioning خلال القراءة ، وزاد في التأكيد على إنعكاس ما تمت قراءته . لكن هنا موضوع توكيد أكثر منه اختلاف جوهرى في الفلسفة . والواقع أن العلماء الذين قاموا بعمل الأبحاث على طرق الاستذكار ، والذين يتمتعون بخبرات واسعة في مجال مساعدة الطلاب على تطوير طرق استذكارهم يقفون على درجة مذهلة من التقارب في الاتفاق . فهم جميعاً قد خلصوا إلى نفس الإرشادات ، وإذا قرأت كتاباً آخر في كيفية الاستذكار يتناول

الموضوع بطريقة وتخطيط مختلف إلا أن النصيحة ستكون في النهاية واحدة تقريبا .

إحصر Survey

فالإحصر هو الخطوة الأولى من الخطوات الخمس الرئيسية المذكورة : ونعني بكلمة إحصر أو امسح (أن احصل على رؤيا فكرية شاملة) فخلاصة هذه الخطوة أن تحصل على أفضل صورة اجمالية ممكنة لما ستذاكره قبل أن تبدأ بالتفصيل . ومثل هذا التخطيط مهم جدا في الاستذكار لنفس السبب الذي يتعين فيه الناس بخرائط الطرق قبل أن يسبوا في طرق غير مألوفة لهم ، وللسبب الذي من أجله يرى خبراء لعبة الجولف أن من صالحهم القيام بتدريب جديد قبل أن يلعبوا مبارياتهم ، وأخيرا للسبب الذي من أجله يقوم مهندس الطرق بعمل مسح مفصل لضاريس قطعة الأرض قبل أن يشرع في شق وإقامة الطرق عليها . ففي كل حالة من الحالات السابقة ، يريد الشخص أن يعرف ما هو مقدم على عمله قبل أن يبدأ فيه ، فهو في حاجة دائمة لأن يعرف الصورة العامة قبل أن يتخذ قرارات ذكية عن التفاصيل .

المسح الفكري لكتاب

يجب أن تتم عملية مسح أي كتاب على خطوات تبدأ بالكبيرة وتنتهي بالصغيرة . وأفضل ما تفعله بعد إختيار الكتاب أن تحصر بطريقة اجمالية أو تمسح بطريقة شمولية أبعاد هذا الكتاب بشكل عام . وابدأ المسح بقراءة التصدير ، إذ يعطيك فيه المؤلف فكرة سريعة موجزة عن السبب الذي من أجله ألف الكتاب ، وما سيتناوله فيه . وبقراءة ما على المؤلف أن يقوله يمكنك أن تعرف أي نوع من الكتب هو ولن كتب ولن لم يكتب . وقد يصل حرص المؤلف أحيانا الى حد ذكر نوع الاستعدادات والمعارف اللازمة لقراءة هذا الكتاب . وعلى أية حال ، فالتصدير عادة ما يعطي صورة واضحة عما سيأتي تفصيلا .

يلي ذلك في أي كتاب قائمة المحتويات ، فانظر فيها دائما ، وحاول قراءتها بتأن وتفكير ، واكتشف منها بقدر ما تستطيع ما يحتويه الكتاب . وهذه عادة طيبة عليك باتباعها مرارا وأنت تتقدم خلال البرنامج التعليمي . وكلما قرأت في الكتاب أكثر كلما تبين لك ان قائمة المحتويات أصبحت ذات معان أكثر .

وبالإضافة الى ما سبق هناك شيان عليك عملهما . أولهما أن تصفح الكتاب والآخر أن تقرأ الملخصات في نهاية الفصول (إن وجدت) . بهذا يمكنك أن تستعرض في خلال ساعتين أو ثلاثة كتاباً مدرسياً حافلاً ، وأن تنظر في رؤوس الموضوعات وأن تقرأ في لمحات سريعة بعض ما يتيسر من العبارات تحت هذه الرؤوس . وهذه كلها خطوات تستحق ما يبذل في سبيلها من جهد ومشقة طالما أنها تعطيك احساساً بالكتاب وفهما عاماً لتركيبه . أما إذا كان بكتابك ملخصات ، فاقراها جميعاً كجزء من مسح أو حصرك المبدئي . فنظرتك الشمولية المكتسبة بهذه الطريقة لكل جوانب الموضوع لها قيمة لا تقلر .

المسح الفكري لفصل

دعنا نطرح الآن جانبا المسح الفكري الأولي لتكلم فيما تفعله عندما تجلس لتقرأ فصلا معيناً كلفت بقراءته . هنا عليك ان تمسح هذا الفصل ولكن بدرجة أكبر من الدقة تفوق ما فعلته بالنسبة للكتاب ، مع التركيز هذه المرة بانتباه خاص على رؤوس الموضوعات .

يعاني معظم مؤلفي الكتب الدراسية من صعوبات تنظيم كلماتهم تحت رؤوس مختلفة . فالوقت الذي أمضوه في تخطيط هذه الرؤوس ، ووضعها في أماكنها الصحيحة ، وصياغتها بالسجل الذي يجربنا ويفيدنا بالتعريف دائماً هو في الواقع مقدار كبير من الوقت والجهد . وقد قام المؤلفون بهذا الجهد الكبير ليعرف الطالب ماذا يتوقع خلال قراءته ، وبعبارة أخرى لكي يحرص ، ومن جهة أخرى لجعل المراجعة اللاحقة أكثر سهولة . ويندر في الكتب الدراسية أن تصادف صفحة تخلو من رأس موضوع .

ورغم ذلك فكثير من الطلبة يتجاهلون الرؤوس ويحاولون أن يقرأوا الكتب الدراسية بالطريقة التي يقرؤون بها القصص . وهم بذلك يتجاهلون الكثير من العمل الدقيق للمؤلف ، وأكثر من ذلك أهمية انهم يطيحون باكثر الوسائل قيمة وأكثرها فائدة في الوصول الى محتوى الكتاب .

فالمبدأ الهام هنا هو استخدام الرؤوس . فهي تمكك أولا بتنظيم المؤلف لمادته ، وتعرفك كيف جمعت هذه المادة مع بعضها ، وتبين لك كيفية تسلسلها وتبعية بعضها للبعض الآخر . وجل أهميتها أنها توضح لك في جلاء العناصر الرئيسية لكل قسم . وعندما تنتهي من قراءة قسم ، ستكون قد اخترنت بالتأكيد بعض النقاط المعينة التي يتناولها رأس الموضوع . وما عدا ذلك في القسم سيكون ثانويا او غير مهم نسبيا .

وعليك الاهتمام بتنظيم رؤوس الموضوعات لأن هناك رؤوس رئيسية وهناك تفرعات منها ، وتستخدم الكتب الدراسية تنظيمين أو ثلاثة في ترتيب هذه الرؤوس ، منها على سبيل المثال ما يضع الرأس الرئيسي في سطر منفصل وتأتي بعده الرؤوس الفرعية على بُعد آخر أو بحجم أصغر من الحروف ، وقد يتفرع من هذا العنوان الفرعي عنوان جانبي آخر ، بمعنى أن يكون تدرجا ليتمكن معرفة تفرع الموضوعات المتصلة بالرأس الرئيسي . وما زلنا نجد في العديد من الكتب الدراسية ترتيبا آخر يتفرع من الرؤوس ، ويميزُ بأشكال مختلفة من حروف الطباعة ، كالحروف المائلة* في الانجليزية وتسمى إيتاليك *Italic* فيشير ذلك الى تفرعات الرؤوس الفرعية . وبذلك يكون التسلسل الموضوعي للرؤوس تنازليا يبدأ بالكبير وينتهي بالصغير المتفرع منه . ومعرفتك لأنواع الرؤوس المستخدمة هي المفتاح الذي يصل بك الى تركيب الموضوع .

تحدثنا بشيء من التفصيل عن الرؤوس لأن من الضروري ان تستخدمها في عدة مراحل من عملية الاستذكار . فانت تستخدمها في المسح المبدئي العام

* يُميز في الكتب العربية بحروف اكبر قليلا من حروف النص ، واصغر من حروف الراس الجانبي او بلون اسود قليلا عن المتن أو كلاهما معا .

للكتاب . وتعود اليها ثانية كجزء من مسح التفصيلي عند دراسة فصل تكلف به .
فاذا تناولت كتابا دراسيا لتقرأ فصلا منه فانظر الى الرؤوس الواردة في هذا الفصل
بشكل سريع لتعرف على ما يتحدث عنه هذا الفصل بشكل عام وتحس بما ينبغي
التوقع به . وهي أخيرا فكرة طيبة لأن تستخلص بعض العبارات التي وردت هنا
وهناك داخل هذا الفصل وأن تنظر في بعض الصور والخرائط التي جاءت فيه .

ونضيف في ختام هذه النقطة انه اذا توفر لديك ملخص للفصل ، فاقراء كجزء
من حصرك أو مسحك فذلك من شأنه أن يمدك باكثر النقاط اهمية ، ويجعل الصورة
النهائية له متكاملة في ذهنك .

بهذا نختم ما أردنا قوله عن خطوة المسح أو الحصر في الطريقة المعروفة بـ
Survey Q3R . وقد اسهينا الكلام فيها واكدناها لسبين : أولهما اننا نعرف بالتجربة
والبحث المستمر أن أكثر الطلاب لا يقومون بعمل مسح كاف ، فقد اعتادوا الدخول
في مناهات التفاصيل التي تشبه تداخل النباتات في الغابة دون ان يتسلحوا بخريطة
تحدد لهم ممراتها وتوضح دروب السير فيها . ثانيهما ، أننا نعلم أن طرق المسح أو
الحصر تعطي مردودا علميا طيبا . وقد أثبتت العديد من البرامج التي يُعلم فيها
الآلاف من الطلاب كيفية استخدام طرق المسح نجاحا كبيرا ، إذ حصل هؤلاء
الطلاب على مكاسب ملحوظة في الاختبارات التجريبية التي طبقت عليهم وذلك في
قدراتهم على كل من الاستيعاب وتعلم مواد جديدة .

السؤال

إن س (Q) أو السؤال Question في طريقة Survey Q3R تعني التساؤل ،
وهي تؤكد أهمية توجيه أسئلة لأجل المعرفة . فغالبية الأشياء جديدة بالتذكر سواء
أكانت بالكتب الدراسية أو بالحياة الواقعية لأنها بصفة عامة إجابات لنوع من
الأسئلة . ويبدو أن الناس يتذكرون ما تعلموه من الإجابة على سؤال سأله أفضل
من تذكرهم للأشياء التي قرؤوها مجرد قراءة أو حتى التي حفظوها .

والأسئلة تساعد التعلم بمعنى أنها تجعلنا نفكر فيما نريد أن نعرف مما نقرأ أو نستذكر . فهي تمدنا بهدف لقراءتنا . وعلى ذلك فالشخص الذي لديه سؤال هو شخص أمامه هدف . والاجابة التي نلقاها على أسئلتنا الشخصية لها انطباع خاص لدينا فهي تجعل ما استذكرناه أعمق معنى لنا، ونحن دائما وأبدا نتذكر شيئا ما اذا كان هذا الشيء يعني شيئا محددًا بالنسبة لنا .

أسئلتك

إذا كنت قد استفدت حقًا من فن توجيه الأسئلة - بقراءة هذا الكتاب - لوجب أن تكون على جهل بعدد منها حول هذا القسم فتقول : لماذا يخصص المؤلف رأسًا من رؤوس موضوعاته عن الأسئلة ؟ ماذا يمكن أن تفعله الأسئلة في عملية الاستذكار ؟ ما فائدة الأسئلة ؟ كيف يمكنني استخدامها في استذكار ناجح ؟ وأسئلة من تكون ؟ ومن أين تأتي هذه الأسئلة ؟ وكيف لي أن أعلم عندما تجاب ؟ هذه بعض الأسئلة التي يفترض ان تسألها لنفسك . وبعضها قد أجبتنا عليه - جزئيا - بالفعل ، وما بقي منها في ذهنك سنجيب عليه بعد قليل .

من الذي يسأل الأسئلة ؟ إن أفضل مصدر لتوجيه الأسئلة هو أنت نفسك . فانت الشخص الذي يحاول أن يتعلم والذي سيستفيد من توجيه هذه الأسئلة . وكل مرة ترى فيها رأس موضوع ، يجب أن تتوارد الأسئلة الى ذهنك . وتسال على الأقل عن معنى الكلمة أو الجملة التي أمامك فاذا كنت تعرف معناها القاموسي ، فيجب أن تكون فضوليا لأن تعرف معناها في النص .

استخدام الأسئلة

هذا نموذج لفقرة من كتاب « مقدمة لعلم النفس » تأليف كليفورد مورجان ، ر . أ . كنج * مزودة بأنواع الأسئلة التي تود السؤال عنها في هذه المادة فحاول تقليد ذلك .

* Clifford T . Morgan . Introduction to Psychology . 3 ed Ed . McGraw - Hill . New York . 1966 . P . 44 .

- الذكاء اصطلاح عام يشمل قابلية الشخص وإستعداداته في
 مجال واسع من الأعمال يضم المفردات ، والأعداد ، وحل
 المشكلات والمفاهيم وهكذا . ويقاس باختبارات موحدة ،
 كيف يقاس ؟
 تحتوي عادة على استعدادات عديدة محددة . مصحوبة غالبا
 بتأكيدات على القدرات الشفهية أو اللفظية . ويمكن تحويل
 نتيجة درجات اختبار الذكاء الى حاصل الذكاء وهو الـ IQ .
 ماذا يعني حاصل
 الذكاء ؟
 الذي يشير الى فهم الفرد بالنسبة لأعداد من هم في سنه على
 حدة . ولما كان حاصل الذكاء يعكس استعدادات عديدة
 وليس واحدة منها فقط وحيث أن كل واحدة منها في حد ذاتها
 معقدة تماما ، فعلى ان نتوقع بأن وراثه الذكاء تزداد
 كيف يورث ؟
 تأكيدا ، وهي تتوقف على العديد من الجينات اكثر من
 اعتمادها على زوج أو زوجين منها .

هنا قطعة أخرى من نفس المصدر (ص ٤٩) . حاول أن تكتب اسئلتك
 عليها بنفسك . ثم قارنها بالأسئلة الموجودة أسفل .

تنمو الغدد الصماء ببطء . وقد يفسر هذا الى حد ما أن الامدادات بالهرمونات المولدة
 طبيعيا من الأم للجنين تجعل من غير الضروري لهذا الجنين أن يفرز هرموناته الخاصة . والكثير من
 هرمونات الغدد الصماء لا تظهر الحاجة اليها إلا في مرحلة لاحقة من العمر . والغدد الجنسية خير
 مثال على الغدد الصماء التي تنضج متأخرة . فهي لا تنضج حتى سن البلوغ عندما يصل الصبيان
 والبنات سن الثانية عشر أو الثالثة عشر ويبدؤون في اتخاذ شخصيات الرجال والنساء . وبعض
 التغيرات التي تحدث عندئذ كنمو شعر اللحية وتغير الصوت في الأولاد ، ونهوض الصدر في البنات ،
 إنما تحدث بفعل هرمونات الجنس . كذلك أيضا التغيرات في الميل الجنسي وظهور أشكال السلوك
 الجنسي المختلفة . أو بناء هذه العلاقة فقد تم بالتجارب العملية على أنواع كثيرة مختلفة من
 الحيوانات الصغيرة أو الحديثة السن وذلك بحقنها بهرمونات الجنس ، وملاحظة مظاهر السلوك
 الجنسي عليها وذلك في سن مبكرة جدا عن تلك التي يجب أن تظهر فيه لولا تأثير الهرمون . وهو
 نوع واحد فقط من الأدلة على أن الجدول الزمني لنضج السلوك الجنسي محكوم بنضج الغدد
 الجنسية .

استذك

هذه هي أنواع الأسئلة التي يمكن أن تسألها في استذكار القطعة السابقة :

- ١ - ما الغدد الصماء ؟
- ٢ - كيف تنضج ؟
- ٣ - لماذا ؟
- ٤ - ما تأثير الهرمونات ؟
- ٥ - كيف لنا أن نعرف هذا التأثير ؟

وقد تسأل نفسك الآن سؤالاً وجيهاً فتقول « أعرف أنه يفترض في أن أسأل أسئلة ، ولكنني لم أتعود أن أسأل بهذه الطريقة . فكيف اكتسب هذه المهارة ؟ » إن الإجابة على هذا السؤال شأنه في ذلك شأن العديد من هذه الأسئلة هو « أنها تتطلب تدريياً » . ولما كنت تعلم أن الأسئلة من معينات الاستذكار ، توجب عليك أن تبأثر العمل على اكتساب هذه المهارة في كل شيء تستذكره . ففي أول الأمر (ولأجل توكيد الطريقة) سجل الأسئلة خلال عملية الحصر التي تقوم بها لفصل من الفصول وهو الوقت الذي تعدو فيه وراء الرؤوس في قراءة حاضرة وتجهد في استخلاص العبارات الرئيسية من الفقرات . وهذا عمل مجهد ويحتاج الى انفاق الكثير من الوقت والفكر حتى يمكن تأديته كشيء عادي . وعندما تنجح في غرس عادة السؤال في اطار فكري ، فانك قد تفكر بسهولة في استنباط استذك لنفسك وأنت تمسح وتمحصر وتمحصد ثم لاحقاً وأنت تقرأ الفصل . وأخيراً يصبح فن توجيه الأسئلة متأصل فيك بدرجة كبيرة بحيث لا يتطلب الأمر منك حتى مجرد التوقف لصياغتها لأنها تفيض جارية في ذهنك وأنت تقرأ حتى يجاب عنها ، وتبأثر هذه الاجابات نفسها أسئلة جديدة اخرى دون أن تحاول ارادياً أن تسألها .

أسئلة المؤلف

يمكن للطالب ان يستعين في إكتساب بعض مهارات التساؤل من واقع الكتب الدراسية ودفاتر العمل . إذ يسأل المؤلفون أحياناً أسئلة تشكل جزءاً من فنون

تعليمهم ، وفي أحيان أخرى يبدوون كل فصل بقائمة من الأسئلة التي يجاب عنها خلال متن هذا الفصل . فكن متيقظا لهذه الأسئلة ولا تغفل استخدامها . وفي بعض الكتب الدراسية يضع المؤلفون قوائم بالأسئلة في نهاية كل فصل . وعادة ما تكون هذه الأسئلة - رغم أهميتها - هي أكثر الأجزاء عرضة للتجاهل في الكتب الدراسية لأن الطلاب لا يعرفون قيمتها في عملية الاستذكار . فاقراها أنت كجزء من حصرك للفصل ثم إقرأها مرة ثانية بعد أن تنتهي من قراءته ، فانك إن فعلت ذلك على النحو والطريقة المذكورة فان هذه الأسئلة ستساعدك على إستذكار الفصل ودراسته جيدا ، وتمدك بمعان محددة تحكم بها على مدى فهمك له . ولا شك أنك ستكون مستعدا لأسئلة المحاضر بشكل أفضل من غيرك وستجيب بطريقة متكاملة عندما تواجه إمتحانا رسميا فيما بعد .

توقف الآن لحظة من الوقت قبل أن تبدأ في قراءة هذا القسم ونطلب منك أن تتوقف لتسأل نفسك الأسئلة الآتية : ما هي أسئلة المؤلف ؟ هل هي بالكتاب ؟ أين ؟ وأين اجاباتها التامة ؟ .

إن العديد من الكتب الدراسية في هذه الأيام مصحوبة بدفاتر عمل للطلاب ، يمكن أن يحصلوا عليها ويستخدموها كل على حدة . وكثيرا ما يحتوي دفتر العمل على أنواع عديدة من الأسئلة ، يفيد بعضها في الاستذكار والمراجعة والبعض الآخر نوع من نماذج الأسئلة التي تتوقعها في الامتحان . فاستفد من هذه الأسئلة إلى أكبر قدر ممكن ، فالقراءة السريعة والمتعة المتزايدة في الاستذكار ، والدرجات العالية كلها أمور مضمنة عمليا .

إقرأ

الجزء التالي من طريقة Survey Q3R هي أن تقرأ . والقراءة هي الجزء الذي يضعه الغالبية العظمى من الطلاب في المقام الأول ، إذ يظنون - وهم مخطئون في ذلك - بأن الاستذكار هو عملية تمرير أعينهم على الكتاب الدراسي . فالكتاب سيقرا

بالطبع ، لكن هذا ليس هو المقام الأول ، ولا حتى بالضرورة هو الجزء الأكثر أهمية في عملية الاستدكار . إنها فقط الرحلة التي تقطعها عبر الغابة الكثيفة من التفاصيل ، ومسح التضاريس الكثيرة بالحصر ، ورسم الدروب الصحيحة بالأسئلة . فبهذا وحده يستطيع الفرد ان يعرف جيدا أماكن رؤوس الموضوعات ، ومواقع النقاط الهامة الصغيرة بحيث يصل إليها بسهولة فيما بعد عندما تعاد العملية بسرعة اكبر (المراجعة) أو توصف لشخص آخر (السرد والامتحان) .

إقرأ بإيجابية ونشاط

تختلف قراءة الاستدكار عن قراءة التسلية . فاذا قرأت لتستذكر فلا تقرأ بسلبية كما تفعل في روايات المغامرات . فمثل هذه الروايات قد ألقت خصيصا للمتعة ، وكتب بدون النظر لاستدكار التفاصيل . أما معظم الكتب الدراسية فيها تركيبات لا بد من إكتشافها ، وليس بمقدورك أن تمر بها مروراً عابراً بل أن تكون يقظاً للنقاط في كل خطوة طول الوقت . ولكي تتجنب القراءة السلبية إقرأ بحيث تجيب عن الأسئلة التي سألتها لنفسك أو الأسئلة التي وجهها المعلم أو المؤلف . وثابر على تحدي نفسك كلما تقدمت في القراءة بالمحافظة على الفهم والحرص على الاستيعاب والادراك الجيد لكل ما تقرأ . وذكر نفسك دائماً بواجبك : وهو أن تفهم وتذكر ما تقرأ فانك بذلك لن تشكو كغيرك من الطلاب بالقول « إنني أنسى ما أقرأه وأنا ما زلت أقرأ » .

وقد تستحق بعض الروايات الجادة نوعية خاصة من القراءة كتلك التي نتبعها في قراءة الكتب الدراسية . ومع ذلك فان بعض التوصيات الخاصة بتجنب القراءة السلبية - والتي سترد في هذا القسم - لا تنسحب على القراءة الخاصة بالقصص والروايات العادية .

إقرأ لمعرفة الأفكار الرئيسية والتفاصيل الهامة

نذكرك الآن بالمناقشة الخاصة بأهداف القراءة في الفصل السابق . فمن بين

الأهداف العديدة الممكنة في القراءة وبما سبق ذكره وتأكيد أهميته نعود فنؤكد على هدفين رئيسيين وذلك لأهميتها العملية في استذكار الكتب الدراسية . أولها أن تقرأ لأجل معرفة الأفكار الرئيسية ، والثاني أن تقرأ لتستخلص التفاصيل الهامة . وحتى لا نكرر أنفسنا إقلب بعض الصفحات إلى الوراء وحاول أن تتذكر ما ذكرناه هناك .

لاحظ المصطلحات الهامة

لاحظ الكلمات والعبارات المكتوبة بالحروف المائلة (أو المميّزة) فالمؤلفون يستخدمون هذه الطريقة ، كرؤوس مستقلة ليؤكدوا على المصطلحات الهامة ، والمفاهيم ، والمبادئ . فهي علامات تنبيه لكي تتوقف وتسجل رأس موضوع - كما أنها تعني أن هناك شيئا أكثر أهمية من البقية التي يقولها المؤلف . فذكر نفسك بهذه المصطلحات بضع مرات ، وتحقق من جودة نطقها وصحة تهجيتها (فالعلمون ينفرون من الطالب الذي لا يتهجى جيدا) وأخيرا تأكد من أنك دونتها وفهمت ما قيل عنها .

اقرأ كل شيء

عندما تقرأ لا تهمل شيئا بل اقرأ كل شيء . بمعنى أن تقرأ الجداول ، والخرائط ، والرسومات الأخرى مثلها مثل النص الأساسي . فهي قد وضعت لهدف وليس لجعل الصفحة جذابة أو لشغل فراغ أو ملء مساحة . فمؤلفو الكتب الدراسية لم تتوفر لديهم أبدا مساحة كافية لتغطية كل ما يريدون قوله للطلاب ، وهم عندما يستخدمون المساحة الثمينة الواردة ضمن النص من أجل الجداول والايضاحات فلأنهم يرون أنها ستكون أداة تعليم أفضل من الكلمات . وتلك هي الحقيقة الكاملة فلا تترك هذه الايضاحات وإستخدمها كما ينبغي ، فقد تكون نظرة إلى رسم من الرسوم كافية لأن تنبشك في وضوح عن كل ما تحتويه صفحة من الكتاب ، كما تنقل الايضاحات - أحيانا - معلومات لا يمكن التعبير عنها بسهولة بالكلمات . وهنا يصدق المثل القائل بأن « الصورة أبلغ من ألف كلمة » ؟ فان كان

هذا القول حقيقة في بعض الأحيان ، فإنه يصدق تماما على الجداول . وعلى الرغم من أنه ليس من السهل جدا فهم الجداول كما هو الحال في الصور ، إلا أنها تخبرك بالكثير إذا حاولت فقط أن تقرأ بفهم ووعي .

سمع

يعتبر السرد أو التسميع طريقة قديمة بل موغلة في القدم ، تضرب بأطناب جذورها في تاريخ عملية التعليم والفحص . فقبل اختراع الكتب قديما ، وفي مناطق متخلفة من العالم حتى الآن ، حيث لا يزال وجود الكتاب نادرا ، نجد التسميع لباً لعملية التعليم . إذ يذكر المدرس شيئا لتلاميذه ثم يسألهم أسئلة عما تعلموه ، ويسرد التلاميذ إجاباتهم . والسرد الشفهي على وجه الخصوص طريقة ملائمة جدا لتعلم شيء بالحفظ والاستظهار . وقد مارسنا جميعا الحفظ أكثر من مرة خلال حياتنا التعليمية وخاصة في المراحل الدراسية المبكرة بالمدرسة الابتدائية كحفظ جدول الضرب أو (حفظ التحيات والآيات القرآنية الكريمة) وأخيرا في تعلم اللغات الأجنبية .

قيمة التسميع

يجهل كثير من الطلاب ان التسميع طريقة فعالة للتعلم خلال قراءة الكتب . وما دمت تقرأ مجرد قراءة فأنت حر في فهمك وتذكرك لما تقرأ . ومن الحقائق الغير مسارة أن تشعر أنه ليس من الضروري أن تتذكر جميع ما تفهمه بسهولة وأن تتذكره . والطريقة الوحيدة التي تكتشف بها حقيقة ما تذكره هي أن تُسمع لنفسك . لأن التسميع يكشف عن مقدار إستيعابك وهذا أحد الأسباب العديدة في أن التسميع طريقة من طرق الاستذكار الفعالة .

لأجل أن تتيقن من فهمك وتذكرك ، توقف من وقت لآخر وإسرد على نفسك ما قرأت ، هذا هو السرد أو التسميع . وإلى هنا يجب أن تسأل نفسك ماذا قرأت

حتى الآن في هذا الفصل ؟ وحاول أن تسترجع الرؤوس الأساسية والأفكار الرئيسية تحت كل رأس . وهل يمكنك أن تعطي نبذة لقراءتك بدون النظر الى الصفحات ؟ إبدأ بهذه المحاولة ثم انظر هل غطيت كل شيء ؟ إذا كانت الإجابة بالنفي ، ف سجل مالم تذكره وما أخطأت فيه وعد بعد فترة غير طويلة من الوقت وإسرد مرة ثانية .

تنص القاعدة العامة السابقة على ما يأتي : توقف خلال قراءتك لفصل في كتاب على أن يكون هذا التوقف على فترات تسرد فيها مادة كل قسم رئيسي في الفصل . وعندما تراجع لأجل الامتحان ، إجعل السرد مرة أخرى جزءاً أساسياً من عملية إستذكارك .

ويجدر ألا تظن بأن هذه قاعدة نهائية بقدر ما هي قاعدة طارئة . فعملية السرد أو التسميع يمكن أن تسبب في خلق اختلافات كثيرة عن مدى ما تتذكره . فإذا قرأت مثلاً قطعة نثرية كهذه القطعة ، فإن فرص التذكر تكون كالاتي : لن تتذكر عند انتهائك منها أكثر من ٥٠ في المائة من النقاط التي عولجت فيها . أما عملية النسيان فتكون مستمرة حتى وأنت تقرأ . فهي تستمر لتحدث أثرها الهدام ، وبعد مرور يوم من ذلك لن تذكر أكثر من ٢٥ إلى ٣٠ بالمائة منها فقط . وبعدها تذبل الذاكرة ببطء أكبر لأنه لم يعد هناك إلا القليل لينسى ، أما بعد مرور أسبوعين فقد لا تتذكر أكثر من ١٠ في المائة فقط .

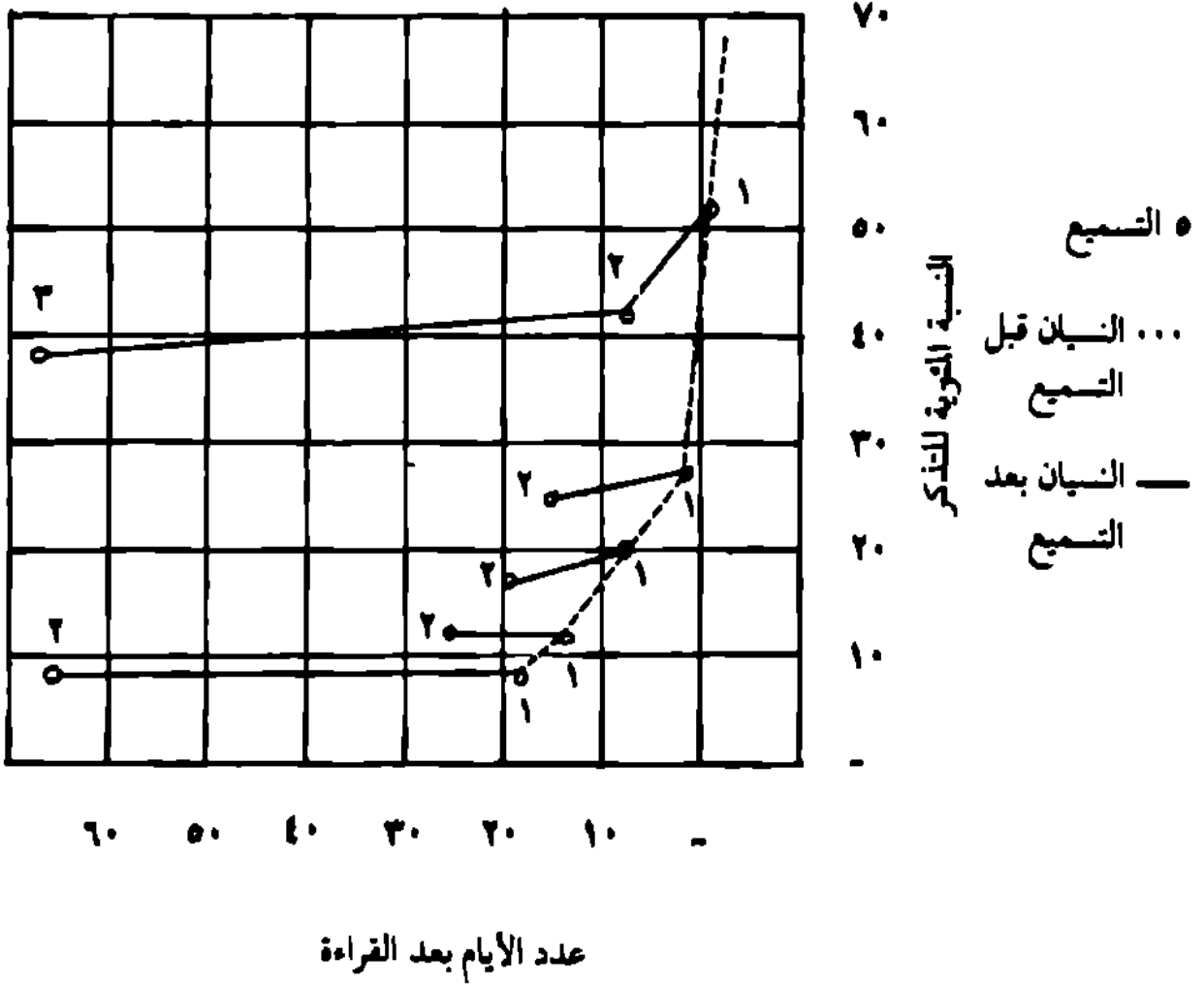
تفسير الرسوم البيانية

الرسم البياني السابق معقد الى حد ما إذ عرفنا الكثير عن الرسوم البيانية ، ولهذا السبب يصلح لأن يكون مادة جيدة للتدريب على دراسة وتفسير الرسوم . واليك بعض الأسئلة التي قد تسألها وتجبب عليها في استذكارك للرسم البياني المذكور . فجرب ان تدون إجابتك عليها فوراً .

١ - ما مقدار ما يتبقى بعد قراءة واحدة للمادة ؟

٢ - ماذا يمثل الخط المنقوط ؟

قيمة التسميع*



يرمز الرسم إلى مجموعات من الطلبة تقرأ مادة واحدة ، بفارق أن لكل مجموعة فرص مختلفة لتسميع ما قرأته . ويمثل كل خط مستقيم نسيان مجموعة من طلاب المرحلة الثانوية . أما الأرقام فتشير إلى عدد مرات السرد أو التسميع التي قامت بها كل مجموعة . ويدل الخط المستقل الأعلى على مجموعة منهم قامت بعمل ثلاثة مرات تسميع ، واحدة بعد التعلم مباشرة ، وأخرى بعد سبعة أيام من الأولى ، والمرة الثالثة بعد ثلاثة وستون يوماً بعد ذلك .

* أعيد هذا الرسم عن هـ . ف. سبترز H. F. Spitzer «دراسات في التسميع» نشر بجريدة علم النفس التربوي ، مج 30 ، ص 761-766 ، عام 1939 .

٣ - متى يؤتي التسميع أقصى فائدة ؟ ومتى لا يحدث عملياً أي فائدة ؟

٤ - ما هو الشكل العام لمنحنى النسيان ؟ وكيف يغيره التسميع ؟ .

هذه هي الخطوات التي تحدث إذا لم تسمع . والنسبة المئوية الفعلية المأخوذة تتوقف على كم ما قرأت ، ونوع المواد المقروءة ، وعلى الفروق الفردية في قدرة الذاكرة . ومع ذلك فالنسب المأخوذة سابقا ، هي النسب المحصلة بدراسة ميدانية على عدة آلاف من طلبة المدارس الثانوية الذين أجريت عليهم إختبارات لقياس مقدار ما يتذكروه في أوقات مختلفة بعد قراءة قطع نثرية . غير أن بعض المجموعات في هذه الدراسة كانت « مجموعات تسميع » يسردون ما يمكن تذكره من قراءاتهم . ومن بين المجموعات مجموعتان سردت عقب القراءة مباشرة (أحد هذه المجموعات سردت مرتين) والمجموعات الأخرى في أوقات لاحقة . وعندما إختبروا بعد ذلك بثلاثة أسابيع ، وجد أن المجموعة التي سردت مرتين عقب الاستذكار مباشرة قد تذكرت ٨٠٪ مما تعلمت عندما إنتهت من القراءة ، أما المجموعة التي لم تسمع عقب القراءة نهائيا فقد عرفت سدس ما عرفت المجموعة السابقة . والآن يمكننا أن نصيغ هذه النتائج مرة أخرى كما يلي : المجموعة التي لم تُسمع عقب القراءة نسبت في يوم واحد أكثر مما نسبته المجموعة التي سمعت في ثلاثة وستون يوما ! وقد نتج هذا الاختلاف نسياناً عن التسميع الموجز الذي تم عقب القراءة مباشرة .

ما مقدار وقت التسميع ؟

ما المدة اللازمة لعملية التسميع ؟ الاجابة تتوقف على ما تستذكره . فهل ما تقراه كان مترابطا وعميقا أم كان غير مترابط وغير ذي معنى . فالسرد يجب ان يتم بسرعة عالية تساوي ٩٠ أو ٩٥٪ من وقت إستذكارك . فاذا كلفت مثلا باستذكار عدد من القواعد ، والنقاط ، والأسماء ، والقوانين ، والصيغ فان التسميع سيكون الشكل الأساسي لاستذكارك . وفي هذه الحالة قد لا يزيد السرد عن ٢٠ الى ٣٠٪ من وقت استذكارك . فكتاب مدرسي في علم النفس أو الاقتصاد أو العلوم السياسية وما شابهه يلزمه ٥٠٪ ليكون معدلا طيبا ، وإن كانت الكتب في هذه الموضوعات

تفاوت قليلا في « ثرائها بالمعنى » .

لذلك تضمن أن الوقت المبذول في التسميع مردود بالنفع تماما . ففي دراسة واحدة وجد أن الطلبة الذين أنفقوا ٨٠٪ من وقتهم على التسميع قد أجادوا في أدائهم عن الطلبة الذين أنفقوا نفس الكمية من الوقت ولكن بدون تسميع . ويمكن الاقتناع أيضا بأن الوقت الذي تنفقه على التسميع يوفر الوقت إذا أدركنا أن المعلومات التي نذكرها بالتسميع كبيرة جدا إلى درجة تكفي لقراءة المادة بسرعة عند مراجعتها قبل الامتحان .

متى تُسمع

متى يجب أن تسمع ؟ . . إذا انتظرت حتى تنتهي من قراءة فصل فهذه فترة طويلة جدا ، تصبح بعدها محتويات هذا الفصل غير واضحة تماما في ذهنك . ويكون النسيان قد أخذ يسري مفعوله . بالإضافة إلى أن التوقف للتسميع بعد كل فقرة أو فقرتين قد يجزئ المادة إلى قطع كثيرة غير مترابطة . فلاجل نثر كهذا ربما كان القسم المستقل برأس موضوع هو أفضل وحدة . ففي كل مرة ترى فيها أن رأساً جديداً سيأتي ، قف وسمع المادة التي بالجزء الذي انتهيت منه ، وافعل هذا أيضا مع كل رأس جانبي ، وضاعفه عندما تصل إلى رأس موضوع رئيسي .

والإضافة إلى ما للتسميع من فوائد في نمو ذاكرتك وتوفير وقتك فإن له فوائد أخرى : منها أنه يساعد على ابقاء عقلك مركز على عملك . بينما قد تقرأ « بنصف عقل » سارحاً وعيناك تتحركان دون أن تتعلما شيئا جديدا . كما أن التسميع يسمح لك أن تصحح أخطاءك ، فبين لك أين أغفلت شيئا وأين أسأت فهم شيء . فإذا كتبت ملاحظات على أخطائك عندما تسمع فستعرف في المرات القادمة كل النقاط التي تنشط ذاكرتك ، أو تزيد من فهمك للمشاكل الصعبة . ومن ثم تعيد التركيز عليها عند قراءة المادة أو مراجعتها .

راجع

الوصية الخامسة والأخيرة من طريقة Survey Q3R هي أن تراجع . ولنا حاجة للتأكيد على هذه الخطوة لأن الأغلبية العظمى من الطلبة يراجعون ، وخاصة قبل الامتحان . ومنهم من يراجعون حتى الأشياء التي لم يقرؤوها قبل ذلك ! ورغم ذلك فهناك تعليقات قليلة تستحق الذكر ، عن ماهية المراجعة ومتى يجب أن تتم نذكرها بإيجاز فيما يأتي .

المسح

لا تختلف المراجعة كثيرا عن الأشياء الأخرى التي سبقت فهي في الواقع كل هذه الأشياء مجتمعة . فالمراجعة أولا وقبل كل شيء ، مسح . ولكنها مسح لما يفترض في المرء أن يكون قد عمله ، أكثر منها مسح لما سيعمل ! وتتم في كثير من الوجوه كعملية المسح الأصلية فيما عدا أنها لا يمكن أن تتضافر مع الخطوات الأخرى في Survey Q3R . وعندما تشرع في استخلاص رؤوس الموضوعات بالكتاب إسأل نفسك ، ماذا تعني هذه الرؤوس ، وماذا تحوي تحتها . وحاول تحت كل رأس منها أن تسرد النقاط التي قرأتها والتي تأمل أن تذكرها .

إعادة القراءة

يجب أن تقرأ مرة أخرى بكفاية أكبر لتطمئن على مدى استيعابك ومقدار تذكرك وتأكد أيضا من أنك لم تغفل شيئا ، وأن ذاكرتك قد أنعمت بهذه الطريقة ويمكن أن تحقق هذا بمراجعة الملخصات . وبدلا من أن تقرأها كما فعلت في الأصل ، حاول أن تسمعها أو تسردها ، ثم إفحص كل ما قلته بإعادة القراءة لترى إلى أي مدى تجيد معرفة ما في الملخصات . وارجع في الاعادة إلى الملاحظات التي سجلتها بقاعة الدرس .

أوقات المراجعة

إذا كنت قد تبعت النصائح الأربعة الأولى الواردة في طريقة SurveyQ4R فلن تواجه صعوبة تذكر لمعرفة ما يجب عمله عند المراجعة . ونظراً لجهل كثير من الطلاب بهذا الأمر نسأل الجميع : متى تكون المراجعة ؟ وكيف يجب أن تكون ؟ إن كثيراً من الطلاب يراجعون في الأوقات الخاطئة ، كما لا يراجعون بما فيه الكفاية ، وينتظرون حتى يصبحون وجهاً لوجه أمام الامتحان قبل أن يراجعوا . وهو وقت جيد للمراجعة النهائية لا للمراجعة الأولى .

فالمرة الأولى للمراجعة الصحيحة تكون عقب استذكارك للشيء مباشرة . فبعد أن تنتهي من قراءة فصل معين ، وتُسمع وتُرد خلاله كل قسم من أقسامه ، عد إجمالاً وراجع فوراً . فهذا يعني أيضاً الانتهاء من القراءة ثم تسمع الملاحظات التي كتبتها (أنظر الفصل الخامس) . هذه المراجعة الأولى يمكن أن تكون موجزة إلى حد ما ، إذ أن هناك وقتاً ضئيلاً للنسيان ، وكما سبق ضمنا تكمن المراجعة إحدى طرق السرد والتسميع .

وسيعود عليك بالنعف الكثير أن تقوم بمراجعة أو مراجعتين فيما بين المراجعة الأولى ، والمراجعة النهائية للامتحان . على أن تؤكد هذه المراجعات دائماً على إعادة القراءة أكثر منها على التسميع . وأن يكون القصد بهذه المراجعات أخيراً تذكير ببعض النقاط الحساسة أو بالأمثلة التي تتفق والنقاط الرئيسية التي سجلتها بمذكراتك أو رسخت في ذهنك .

أما المراجعة النهائية فهي التي تسبق الامتحان بقليل ، فانها يجب أن تؤكد على التسميع كالمراجعة الأولى تماماً ، وأن تكون أكثر تركيزاً . ومُر في هذه المراجعة على كل شيء ضروري مولياً إنتباهاً خاصاً للمواد التي درست منذ فترة مبكرة ، فهي التي لديها فرصة أكبر لأن تبخر من ذهنك . وخطط وقتك جيداً بحيث تراجع المادة كلها ، ولا تستمر بعد الوقت المحدد إذا كان نصف العمل ما يزال أمامك . كما يجب ألا تضغط المراجعة في الساعات القليلة الباقية قبل الامتحان فهذا الاجراء يجعل العمل

الختامي صعب جدا . ولن يوفر لك في الامتحان ذلك القدر من التمكن والسيطرة اللذان كان يمكن ان تنالهما بسهولة بعمل المراجعات القليلة المعتدلة الأبعاد زمنياً .
لقد طُبقت الخطوات الخمس الأولى في الـ Survey Q3 R على آلاف من طلبة الجامعة في برامج تحمل اسم كيف تستذكر . والنتيجة أنها رفعت درجات وتقديرات الطلاب الذين تعلموها وطبقوها بشكل كبير جدا في بعض الأحيان . فذاقوا حلاوة الرضى في الاستذكار، وهو ذلك الشعور الذي لم يعرفوه من قبل . فلماذا لا تفعل مثلهم ، حتى وإن كنت جيدا .

وهناك طرق مختلفة لمواءمة طرق الاستذكار Survey Q3R وبرامج دراستك . فاللغة الفرنسية تحتاج لمعالجة تختلف عن مادة الطبيعة ، واللغة الانجليزية تحتاج لعمل خطوات تغاير مادة علم النفس . وستتناول في الفصول القادمة بعض مشاكل استذكار هذه الموضوعات المختلفة .

وضع الخطوط في الكتب الدراسية

لتحديد إطار الموضوع

لقد اقترحنا عند تقديم برنامج Survey Q3R لاستذكار كتاب دراسي أن تقوم بعمل بعض الخطوات المكتملة كأن تخطط بالقلم الرصاص في كتابك وتدون بعض الملاحظات في دفتر خاص وكلاهما جنبا الى جنب مع قراءتك . وفي الحقيقة أن هذا التخطيط بالقلم ، وتدوين الملاحظات هما المحصلة النهائية للبرنامج . وعن هذا الطريق يمكن للطالب أن يجد طريقا رئيسيا للتسميع والمراجعة . ونحن رغم ذلك قد أرجأنا الحديث عن أخذ الملاحظات الى قسم منفصل لاحتياجه الى مناقشة مترابطة منطقيا لا يختلط بخطوات قراءة الكتب الدراسية .

وضع الخطوط

يجلس الطالب الضعيف وأمامه فصل من كتاب ، ويأخذ في قراءته بطريقة مفككة ، وعندما يعتقد أنه رأى شيئا مهما يضع خطا تحت الكلمات البارزة . انه

يفعل ذلك دون أن يمحصر الفصل أو يوجه أسئلة . والنتيجة الطبيعية أن يتخطى بالطبع فهو قد يصيب وقد لا يصيب أجزاء من القطع التي قرأها ، فهو قد يعجب بجزء يمثل بالنسبة له شيئا يهتم به أكثر من غيره ، أو قد تبدو له ذات أهمية كبيرة بغير الاعتماد على أسس قوية للحكم . ولسوء الحظ فإنه يرتطم هنا بما فعله ، حيث يظن أنه قد حصل على النقاط الهامة التي يستخدمها فيما بعد عند استذكاره استعدادا للامتحان . بينما هو في حقيقة الأمر قد فقد العديد من النقاط الهامة واختار بدلا منها نقاطا ليست بذى أهمية . وعند مراجعته للمادة لا يفكر في أن يتأكد مما خطه ليرى ما إذا كان مصيبا ، وحتى لو افترضنا أنه فكر في هذا الأمر حال المراجعة فسيجد أنه من غير المعقول ان يمحى الخطوط التي وضعها ، ويضع خطوطا أخرى غيرها ، خصوصا إذا كان قد خطت بغير الرصاص كما يفعل عن جهل معظم الطلاب . وعندما يواجه الامتحان معتمداً على تخطيطه الضعيف يكون قد استذكر العديد من الأشياء الغير مطلوبة بصورة أساسية .

وينبغي في الواقع مراعاة حقيقة هامة هي أن كثيراً من الطلاب يخططون في كتبهم بدون تمييز . فضع ذلك في الاعتبار عند شراء كتاب مدرسي مستعمل . واحرص على الحصول على كتاب لم يخطط ، أو اشتر كتابا جديدا ، إذ أن تخلف غيرك يعوقك ويلهيك ، كما أن تخطيطاته المضللة لا تساوي الجزء اليسير الذي توفره بشراء كتاب مستعمل .

فالتخطيط في الكتاب إذن له أهميته لكن شريطة أن يتم بفهم وتعقل في الوقت المناسب وتبعاً لخطة جيدة ، والخطة هي : أن تمسح الفصل فكرياً أولاً ، ثم تسأل نفسك أسئلة وتحاول أن تجيب عنها كلما قرأت . وفي هذه القراءة المبدئية يفضل ألا تضع خطوطاً . وعندما تجد إجابة أسئلتك أو تبين الأفكار الرئيسية والتفاصيل الهامة ، ضع علامة صح أو افتح قوساً في الهامش بجوار تلك الأسطر بادية الأهمية . وعندما تقرأ للمرة الثانية ، اقرأ بهدف استخلاص الأفكار الرئيسية والتفاصيل الهامة والمصطلحات الفنية ، فتلك هي التي تريد أن تضع خطوطاً تحتها .

وحتى في القراءة الثانية المتأنية ، لا تضع خطوطاً تحت الجمل وأنت تقرأها ، بل خطط فقط بعد أن تكون قد قرأت فقرة بكاملها أو فقرتين دفعة واحدة . عندئذ عد مرة أخرى وقرر بالضبط ما تنوي تخطيطه مستعينا بعلامات التأشير بالصح أو القوس التي وضعتها سابقاً . فاذا بدا لك أن هذه النقاط ليست أكثر النقاط أهمية ، فأنت حر الآن في أن تغير رأيك حيالها . وعلى أية حال اختر بدقة ما تخططه ، ولكن بعد أن تقرأ كل الجمل المحيطة به .

فلا تخطط الجمل بدون ضابط فكثير من كلمات الجمل التي تشتمل على الفكرة الرئيسية أو التفصيل الهام ليست بذى أهمية نسبية كما ذكرنا من قبل . فقرر أي هذه الكلمات تكون كذلك ثم اتركها ، وخطط فقط الكلمات المفردة والجمل الأساسية بحيث يمكنك في وقت المراجعة أن تقوم بمجرد الكلمات المخططة وأن تستوعب مباشرة كل الأفكار الأساسية والتفاصيل المهمة والتعريفات .

إذا اتبعت هذه القواعد في تخطيط الكلمات ، فيحتمل ألا تضع خطوطاً كثيرة غير ضرورية بتلك الكثرة التي يضعها كثير من الطلاب . وغالباً ما يكون عدد ٦ كلمات أو نحو ذلك بكل فقرة كاف لأداء الغرض . ومع ذلك فكمية هذه الكلمات تعتمد بالتأكيد على طبيعة المادة . وبهذا تكون قد خطت أفضل مجموعة متكاملة من الكلمات ولن تجد نفسك في الامتحان قد « استذكرت الأشياء غير المطلوبة » ولا تنسى أخيراً أن تجعل تخطيطك بالقلم الخفيف فخط رفيع خفيف بالقلم الرصاص الجيد سيؤدي الغرض المطلوب . فالكتاب الكثيف التخطيط تصعب قراءته ويصبح مشوشاً للطلاب .

لماذا تأخذ ملاحظات ؟

يجب عليك في معظم الموضوعات - لا كل الموضوعات - أن تأخذ ملاحظات منفصلة في أشكال اجمالية للمادة التي بكتابك الدراسي . وهناك أسباب وجيهة عديدة لأخذ هذه الملاحظات :

فهي تجبرك في المقام الأول على الاشتراك الايجابي في عملية التعليم . وإذا حاولت أن تسجل بايجاز ما يقوله المؤلف فلن يكون بمقدورك عمل ذلك إلا بأن تجعل هذا العمل جزءاً من أدائك الذهني . فلا تخدع نفسك بعدم معرفة ما قد قرأت . لأن مهمتك معرفة تركيب حديث المؤلف واستخراج الأفكار الرئيسية والتفاصيل الهامة من كلامه وواجبك الرئيسي أن تتعلم هذه الأشياء لتسجلها على الورق . وهكذا تزداد فرص تذكرك لما قرأت في جوانب متعددة .

على أن قدراً لا بأس به من البحوث قد أثبتت ، بأننا جميعاً نتذكر بصورة أفضل تلك الأشياء التي نؤديها عن رغبة أكثر من الأشياء التي نجربها مجرد تجربة . وهذا هو السر في أن التسميع معين عظيم الفائدة لعملية الاستذكار . ولا يخفى بالطبع أن أخذ الملاحظات ليس إلا أحد الطرق لاجبار النفس على السرد .

السبب الهام الثاني لأخذ الملاحظات في القراءات المقررة هو أنها تجعل عملية المراجعة أكثر سهولة وأعمق تأثيراً . فإذا حددت ملامح فصل من الفصول بدقة ، فانت قد اخترت في ثلاثة أو أربعة صفحات ما مساحته عشرين أو ثلاثين صفحة في الكتاب . وقد حصلت عليه الآن ملخصاً بدون الكلمات الزائدة التي استخدمها المؤلف من أجل أن يوضح أو يشرح النقاط التي يريدتها . فإذا كان تحديك لنقاط الفصل جيداً فإن أغلب مراجعتك ستكون مجرد تأكيد من معرفة محتواها . وبما أنك كتبتها فإن فرص معرفتك بها وسرعة تعلمك لها ستكون جيدة . وهنا تفيد الخطوط التي وضعتها بالكتاب في ملء التفاصيل وتعطيك الصياغة السليمة للنقاط التي دونتها في ملاحظتك . وما تقرأه حتى الآن هو لانهاش ذاكرتك أو لا يوضح ما تعنيه مذكراتك ، وبذلك لا تفضل وسط الغابة الكثيفة من التفاصيل ، وتضيق منك فرصة الاهتمام إلى رؤية الأشجار (التفاصيل) الهامة .

خطط كتاباً دراسياً

توضح الفقرة التالية فائدة وضع الخطوط واستخلاص النقاط الرئيسية في

سلسلة من الفقرات اقتبسناها من أحد كتب الاقتصاد* :

ان كل عمليات الاقتصاد الحديثة - سواء أكانت ترجح الايديولوجية الرأسمالية ، أو الاشتراكية الشيوعية - تقوم على تكنولوجيا متقدمة واستخدام مكثف للبضائع الرئيسية . فهي في ظل النظام الرأسمالي البحت قضية منافسة ، مقرونة بحرية الاختيار ومزيد من الرغبة في ازكاء اهتمامات الفرد الذاتية ، التي تخلق وسائل تحقق معدلا سريعا من التقدم التكنولوجي . ويستشعر من إطار العمل الرأسمالي انه مؤثر فعال في تعزيز الحوافز الباعثة على تطوير منتجات جديدة وتحسين فنون الانتاج . لماذا ؟ لأن المكافآت المالية النابعة من ذلك تصبح حقا شرعا مباشرا للمبتكر . ولهذا فالرأسمالية البحتة تقتضي ضمنا أو تستلزم الاستخدام المكثف والتطور السريع للبضائع الرئيسية المعقدة : الأدوات ، الماكينات ، المصانع الفخمة ، التخزين ، النقل ، وتسهيلات التسويق .

فما السبب في أن وجود علم تطبيقي متقدم (تكنولوجيا) ، والاستخدام المكثف للبضائع الرئيسية عنصران هاما ؟ لأن أكثر الطرق مباشرة لاستخراج منتج هي عادة الأقل كفاية** فحتى روبنسن كروزو Robinson Crusoe قد تفادى عدم كفاءات الانتاج المباشر في سبيل « الانتاج الغير مباشر » ، ولعله من دواعي السخرية لفلاح - حتى ولو كان فلاح حظائر - أن يدخل ميدان الانتاج بدون الاستعداد له . فمن الواضح ، أنها محتاج الى حصص أسهم ضخمة على جانب عظيم من الفعالية ولهذا فان الانتاج الوفير لأدوات عصرية من المنتجات هي الأداة الرئيسية للمساعدة في الاجراء الانتاجي . فأفضل طريقة لاستخراج الماء من البئر ليست بالطبع الفوص وراءه ولكن ، ، بوجود بكرة في الوسط تسهل هذا المطلب . وعندما نذكر مناقشتنا لمنحنى احتمالات الانتاج ، والطبيعة الاساسية لمشكلة التوفير يكون من الواضح انه الاستخدام الكامل والانتاج الوافي وتحويل المصادر من انتاج البضائع الاستهلاكية ،

* C. R. Mc Connell . Economics : Principles , problems , and Policies 3 ed . Mc Graw - Hill Book Company . New York , 1966 . p . 47 .

** تذكر أن البضائع الاستهلاكية ترضي الاحتياجات مباشرة ، بينما البضائع الرئيسية تؤدي ذلك بطريقة غير مباشرة أي خلال الانتاج الأكثر كفاية للبضائع الاستهلاكية .

لكي نستخدم في انتاج البضائع الرئيسية . وعلينا أن نشد أحزمتنا دوما كمستهلكين حتى نترك الموارد لأجل انتاج البضائع الرئيسية التي ستزيد بدورها الكفاية الانتاجية وتسمح لنا بأن نحصل على انتاج اكبر من البضائع الاستهلاكية في أحد الأيام مستقبلا . إن المواطنين السوفيت مثلا قد دفعوا الكثير في سبيل الوصول الى معدل سريع من التصنيع وذلك على شكل انخفاض في مستوى المعيشة يقل عن ذلك الذي أعلن عنه .

التخصص

إن الحد الذي يعتمد فيه المجتمع على التخصص مذهل حقا . فالأكثريه الساحقة من المستهلكين لا يتجون فعليا شيئا من البضائع التي تنتج ، ولا من الخدمات التي يستهلكونها ، بل على العكس ، يستهلكون قليلا أو قد لا يستهلكون شيئا مما أنتجوه . فالحداد الذي ينفق عمره في دفع أو صك الأجزاء الخاصة بمحركات الطائرات النفاثة قد لا « يشغل » أبدا مقعدا في رحلة جوية . وعامل التجميع الذي يقضي ثمان ساعات كل يوم في تركيب الشبائيك في السيارات الشيفروليه قد لا يملك سيارة ، فإذا امتلك فقد تكون سيارة فورد . وقليل فقط من أصحاب العقارات هم الذين يعدون فعلا من الفئات التي تتمتع باستخدام مكثف لما يمتلكون من ماوى وثياب وما شابه . وكم من مزارع يبيع اللبن الذي عنده لمصنعي الألبان المحليين ثم يشتري السمن الصناعي من مستودع عام ببلدته الصغيرة . وقد تعلم المجتمع منذ زمن بعيد أن الاكتفاء الذاتي يولد عدم كفاية . فرجل كل العصور قد يكون شخصا براق اللون جدا ، لكن بالتأكيد رجل تنقص فيه الكفاية .

ففي أي الطرق بالتحديد يكون الشخص الانساني - من جانب العامل - معرزا للكفاية الانتاجية ؟ أولا ، أن التخصص يسمح للأفراد أن يستمتعوا بمزايا وجود اختلافات في قدراتهم ومهاراتهم . فإذا كان رجل الكهف « س » مثلا قوي البنية ، ورجل الكهف « ص » ضعيف وبطيء لكنه صبور ، فإن هذا التوزيع

للمقدرات يمكن أن يستخدم بكفاية كبيرة يجعل « س » قنصاً في البرية ، « ص » صياداً للأسماك . ثانياً ، وحتى إذا كانت قدرات س ، ص متماثلة ، فإن التخصص قد يبرهن أنه الأفضل والأفيد . لماذا ، لأنه بتكريس جل وقته لعمل واحد -

طرق تحديد إطار الموضوع

ما أفضل طريقة لتحديد إطار الموضوع ؟ كيف تنهياً للتحديد ؟ إن أحسن ما تبدأ به عند التحديد هو أن تتعرف على التركيب الذي انتهجه المؤلف كإطار فكري للموضوع . فإذا كان قد استخدم رؤوساً عقلانية فكرية ، وكما يفعل كثير من مؤلفي الكتب الدراسية ، فيمكنك أن تستخلص هيكل تحديديك من هذه الرؤوس . وتذكر أن أكثر الرؤوس في الكتب الدراسية ليست جملاً ، بل هي بعض كلمات أو مفاتيح رئيسية ، وهناك ما نطلق عليه اسم الرؤوس العليا : وهو ذلك النوع الذي يعنيه المرء ويعرف بعده عما يتكلم . ولعل الملاحظات التي يستخدمها المعلم في المحاضرات من هذا النوع ، وكل ما يحتاج إليه بعد ذلك بضع كلمات حتى يتذكر ما يريد قوله .

وعلى الطالب أن يستخدم الرؤوس لكي يتعلم ويتذكر الأشياء وليس فقط لأجل أن يذكر نفسه بالأشياء التي يعرفها بالفعل . ويفضل أن يكتب الطالب جملاً من الرؤوس التي ترد في كتابه الدراسي . فإذا وجد الفكرة الرئيسية للفصل مضمنة تحت عنوان ، فعليه أن يعيد كتابة العنوان مرة أخرى ليحتوي هذه الفكرة الرئيسية . ولدى بعض الطلاب الذين يتمتعون بذاكرة ممتازة القدرة على أن يستمروا في القراءة دون أن يسجلوا شيئاً ، فإن لم تكن متأكداً من أنك أحد هؤلاء القلة ، فالأفضل أن تستخدم نفس طريقة تركيب الجملة ، وليس فقط مجرد الرؤوس عند كتابة تحديديتك للإطار الفكري للموضوع .

وفي الوقت الذي تفهم فيه ترتيب المؤلف للرؤوس وتستطيع أن تعطي المزيد من تلقاء نفسك ، اذكر ذلك الترتيب في ملاحظتك وأشر إليه بطريقتين بسيطتين . الأول أن تترك فراغاً عند تقديم كل تنظيم تحت الآخر . فالنظام الأعم من الرؤوس

يبدأ على هامشك الأيمن * ، والترتيب التالي يترك له مسافة ويُنزج تحته والتالي تحته وهكذا . ولا تترك فراغا واسعا أو ضيقا . لأنك إن تركت فراغا كبيرا فلن تبقى لديك مساحة كافية في السطر لتكتب ملاحظاتك . وإذا تركت حيزا ضيقا فلن تتمكن من تمييز ما وضعتته بتدرج معين فتشوش فكرتك عن ترتيب الرؤوس وأفضل مساحة يمكن تركها للإشارة إلى ابتداء الفقرة هي مسافة حرفين أو ثلاثة وأحيانا نصف بوصة .

والطريقة الأخرى للإشارة إلى هذا التركيب في تحديد إطار الموضوع تدرجيا ، هو استخدام نظام ثابت لوضع الحروف والأرقام على الترتيبات المختلفة . وهناك طريقتان أو ثلاث لعمل ذلك ، فإن كان لك طريقة تتبعها فليس هناك حاجة لأن تغيرها . فإن لم يكن فإنا نقترح عليك أن تستخدم الترتيب الروماني (I , II , III) (IV ...) لترتيب الرؤوس الأعم ، والحروف الكبيرة (A , B , C , D ...) للترتيب الثاني ، والترقيم العربي (1 , 2 , 3 , 4 , ...) للترتيب الثالث ، والحروف الصغيرة (a , b , c ...) للترتيب الرابع : فإن احتجت لتفريعات إضافية أخرى فاستخدم أقواسا حول الترتيب العربي (1) للتفريع الذي تريده ، وأقواسا حول الحروف الصغيرة مثل (a) للترتيب الأدنى أو الأقل .

أما إذا كنت تستخدم بنجاح كلا من طريقة ترك المسافات ونظام الحروف والترقيم فسيكون تحديدك حسن الدلالة بحيث تتضح فيه علاقات الأشياء بعضها ببعض الآخر فتسهل عليك رؤيتها وفهم تركيبها في نظرة واحدة .

محتوى الملاحظات

ماذا تكتب في ملاحظاتك ؟ لقد قلنا أن الرؤوس الكبيرة يجب أن تعاد صياغتها لتضمن الأفكار الرئيسية للأقسام التي تندرج تحتها . ويدخل في هذه الرؤوس جميع

* استبدلنا كلمة الأيسر الانجليزية إلى الأيمن لاستخدام اللغة العربية .

الأفكار الأساسية والتفاصيل الهامة حسب كل مستوى في التحديد السابق ، وأحد النظم التي نوصي بها ، أن تبني تحديداً للأفكار الرئيسية على مستويات مختلفة ؟ ثم تضيف ما تريد بعد ذلك تحت كل فكرة رئيسية ، سواء على هيئة جمل إضافية أو في أقواس كلما كانت التفاصيل الهامة مناسبة . أما التعريفات التي هي في الواقع تفصيلات هامة جداً ، فيمكن إضافتها في أقواس بعد ذكر الفكرة الرئيسية . وفي بعض الأحيان يكون التعريف بالطبع هو الفكرة الرئيسية ، ويجب أن يحدد بناء على ذلك .

ونلفت الانتباه هنا إلى أهمية الكتابة بخط واضح بدرجة كافية بحيث يمكن قراءته بعد مرور أيام عديدة على كتابة الملاحظات . فحتى أولئك الذين يتميزون بجودة خطهم يقومون في حالة من العجلة عند تسجيل الملاحظات بل ويمجدون صعوبة في قراءة ما كتبوه بعجلة وتسرع . فليس هناك مغنم في السرعة على حساب الوضوح ، لأن الملاحظات الواضحة المقروءة ذات قيمة كبيرة للطالب فيما بعد بحيث أن الوقت الذي استغرقته في كتابتها بهذا الشكل يعتبر وقتاً قليلاً إذا قورن بالفائدة اللاحقة . أما إذا كان خطك من النوع الضعيف صعب القراءة ، (وهذا لسوء الحظ حال عدد كبير من الطلاب) فابذل جهداً خاصاً في تحسينه عند تدوين الملاحظات بكتابك الدراسي . فقد تتعلم بالتدريب المستمر في مثل هذه الظروف أن تكتب بخط جيد يكفي لأن يقرأ المعلم خطك منشرحاً بوضوحه ، وستندهش إذا عرفت مقدار ما يستحق هذا الخط الجيد من درجات لتوضيحه الأفكار للعين والعقل معا .

مثال على تحديد فصل

نورد هنا تحديد لأهم نقاط الفصل الرابع من هذا الكتاب . وهي تصور الشكل العام الذي يجب أن يكون على نهجه تحديد الفصول ، أو المحاضرات .

مصدر المقال : كيف تستذكر ، الفصل الرابع ، قراءة أفضل وأصرع .
اليوم : ١٥ أكتوبر

كثير من الطلبة لا يقرؤون بكفاية عالية لأن بهم واحدة أو أكثر من العيوب التالية :

- 1 - يجركون شفاههم ، أو بهم علة في النطق .
- 2 - يتوقفون عند الكلمات الغير مألوفة .
- 3 - يقرؤون كلمة بكلمة .
- 4 - يقرؤون كل شيء بنفس المعدل من السرعة .
- 5 - بهم عادة التقفي الرجعي في القراءة أو إعادة القراءة .

وهؤلاء يمكن رفع كفاءاتهم في القراءة باتباع الحقائق والأسس التالية :

- I - يجب قراءة المادة كلها في وقت معين وبهدف محدد في الذهن .
- A - التصفح بنىء المرء عما ستكون هذه الأشياء .
 - 1 - تصفح لتصفح الكتاب .
 - 2 - تصفح المادة التي لست بحاجة لمعرفة بالتفصيل .
- B - اقرأ بهدف الحصول على الفكرة الرئيسية .
 - 1 - إعر على الأفكار الرئيسية بالنظر الى الفقرات كوحدات .
 - 2 - الفكرة الرئيسية عادة جزء من الجملة .
 - 3 - يمكن عادة إهمال المقيدات .
 - 4 - في بعض أنواع الكتابة - وغالبا الأدب - تكون الفكرة الرئيسية التي يكتبها المؤلف غير واضحة .
 - 5 - العثور على الأفكار الرئيسية أساساً للتحديد .

٢ - اقرأ بهدف استخلاص التفاصيل الهامة .

- 1 - التفاصيل الهامة هي الحقائق التي تؤلف بنية الأفكار الرئيسية .
- 2 - في حقائق الكتب الدراسية ، يوجد في الغالب واحد أو أكثر من التفاصيل الهامة متحد مع كل فكرة رئيسية .
- D - قد يكون لديك في بعض الأحيان أهداف أخرى من القراءة :
 - 1 - أحدها أن تجد إجابات على أسئلة محددة .
 - 2 - والآخر ، أن تقيم المادة بالنقد ، خصوصا في حالة الكتابة الخلافية الجدلية التي فيها وجهات نظر .
 - 3 - والهدف الآخر ، هو تطبيق ما قرأته على حياتك الشخصية ومشاكلك الذاتية .

II - ما مدى أهمية العينين في القراءة الفعالة ؟

- A - إنك تستقبل الكلمات فقط عندما تقف عينك لحظة بين تحركها من مكان إلى آخر .
- B - ان عدد الكلمات التي تراها في كل وقفة هي مجال اتساع رؤيتك .
- 1 - ضعيفي القراءة يستقبلون كلمة واحدة في كل وقفة ، وجيدي القراءة يستقبلون عدة كلمات في وقت واحد .
- 2 - يمكن تطوير القراءة بتوسيع مجال الرؤية .
- C - يمكن زيادة سرعة القراءة بتقصير لحظات الوقوف .
- D - في القراءة الفعالة ، يقرأ القارئ، قدما إلى الأمام دون توقف رجعي لما قرأ .
- III - يمكن تطوير كلا من سرعة القراءة والاستيعاب بالطرق الآتية :
- A - كف عن محادثة نفسك أثناء القراءة .
- 1 - جيدي القراءة يقرؤون بسرعة أكبر تفوق سرعتهم في الكلام .
- 2 - لكي تكف عن محادثة نفسك ، ضع اصبعك على شفيتك وتمررن على القراءة السريعة .
- B - اقرأ « الوحدات الفكرية »
- 1 - الوحدات الفكرية هي اسم تغير الى صفة وفعل وشروطه وجمله مجرورة ، واسم موصول وفعله الملازم الخ .
- 2 - متوسط سرعة جيدي القراءة كلمتين بالوحدة في قراءة المواد الصعبة ، وثلاثة أو أكثر في المواد السهلة .
- C - التدريب على قراءة أسرع .
- 1 - خصص فترة خاصة كل يوم لتدريب نفسك على القراءة السريعة .
- 2 - تخير في أول الأمر المواد السهلة ، ثم تدرج الى قراءات أكثر صعوبة .
- 3 - وقت لنفسك ، واحتفظ بسجل لتطورك في القراءة .
- 4 - حاول ألا تضحى بالاستيعاب كلما زدت من سرعتك .
- 5 - خلال هذه التدريبات ، حاول أن تقرأ واجباتك المعتادة بسرعة أكبر ، وتذكر بأن سرعة القراءة تختلف باختلاف نوع المادة المستذكرة .
- 6 - استفد من الكليات التي أعدت للتدريب على القراءة الأسرع .
- IV - كل من سرعة القراءة والاستيعاب يتقدمان ببناء حصيلة مفردات أفضل ، لذلك :
- A - انتبه للكلمات الجديدة .
- B - استخدم القاموس .
- C - استخدم بطاقات المفردات لتسميع معاني الكلمات الجديدة .

D - فرّق بين الكلمات العامة التي تصادفك في التاريخ ، والأدب ، وبين القراءات العامة التي قد توجد في قاموس ، وبين المصطلحات الفنية التي تقابلك في العلوم والتي لها تعريف في الكتب الدراسية ، أو في دوائر المعارف المتخصصة .

E - حلل الكلمات التي تقابلها .

1 - الكلمات الانجليزية مركبة من بدايات ، وأصول ، ونهايات .

2 - بمعرفة معنى البدايات ، والأصول ، والنهايات يمكنك أن تستدل على معنى

الكلمات الغير مألوفة .

3 - يُعنى قاموس تعليل أصل الألفاظ وتاريخها بشرح العناصر والأصول التي انحدرت

منها الكلمة مما يساعدك في معرفة تاريخ الكلمات ومن هذا الكسب الثقافي ستخرج بفكرة أوضح عن معناها .

إن عمل ملاحظات محددة لمواد أو لموضوعات الكتب الدراسية ستساعدك على فهم ما تقرأ ، وتعينك على معرفتها جيدا قبل الامتحان . إلا أن هناك بعض أنواع المواد لا تعمل لها تحديدات بالمرّة . ومن الواضح أنك لا تفعل ذلك في مراحل تعلم لغة أجنبية ، خصوصا عندما يتعلق العمل بالتعرف على المفردات أو الترجمة الدقيقة لفقرة من الفقرات ، وبعض الكتب الدراسية خاصة العلوم التطبيقية منها تصاغ بشكل محدد ، وتستغرق بالكاد ما اقتطعت من وقت في نسخ تحديدها من الكتاب . ويفضل في مثل هذه الحالات أن تستخدم فنونا وأساليب بدلا من التحديدات . (وسنضيف بعض الأساليب الخاصة بتعلم اللغات الأجنبية في فصل لاحق) فكن حريصا على وضع خطوط واعية الدلالة تؤكد كثيرا على التسميع والرد أكثر مما تؤكد على التحديد .

أشكال الملاحظات

اقترحنا في فصل التعلم داخل حجرة الدرس طرقا عديدة لعمل أشكال مختلفة من الملاحظات في المحاضرات . وهذه الاقتراحات هي النصيحة العامة التي نتبعها في أخذ الملاحظات من الكتب الدراسية ، فإذا كان المعلم « يدرس » الكتاب المدرسي ، فإن ملاحظتك يجب أن تشمل على شكل يلائم كلا من ملاحظات المحاضر وملاحظات الكتاب المدرس ، أي أن يكونا متماثلين مع بعضهما البعض .

ولذلك يفضل أن تقرأ وتحدد مادة الكتاب الدراسي قبل الذهاب الى المحاضرة . ومن ثم تكون ملاحظات المحاضرة مسألة تأكيد وتثبيت لما هو موجود في ملاحظات الكتاب الدراسي بالاضافة الى معلومات جديدة تضاف في المحاضرة .

وغالبا ما تختلف المحاضرات ، فلاحظ ذلك ودون الجديد في دفتر ملاحظتك ، ويستحسن أن يقرأ الطالب الكتاب الدراسي قبل أن يبدأ المحاضرة في شرح المادة المتأثلة مع الكتاب الدراسي . وفي هذه الحالة سيكون الشكل ٢ - ٦ هو المناسب لمعظم الكتب الدراسية ، واستخدم العمود ٦ بوصات للتحديد الذي شرحناه سابقا .

ولما كان الطالب يستطيع أن يستخلص هذا التحديد في أوقات فراغه ، وأن يكون قد مسح النص فكريا ، وأتم قراءته مسبقا ، فمن الواجب إذن أن تكون الملاحظات الخاصة بالكتاب الدراسي ذات تنظيم أفضل كثيرا - وان تكون ذات أبعاد ونسب أحسن فيما يختص بالأفكار الرئيسية والتفاصيل الهامة - مما تكون عليه ملاحظات المحاضرات . واستخدام العمود ذات ٢ بوصة على اليمين يمكن أن يخصص للحلول أو المفاتيح التي تستخدم في المراجعة . كما يمكن أن تشمل هذه العناوين على رأس محدد من الكلمات أو المفاتيح الرئيسية التي تستخدم في اختبار مقدار ما يعرفه وما لا يعرفه من محتوى ما كتبه في تحديده . وفي بعض الأمثلة يكون نموذج ٢ - ٥ - ١ هو الأنسب . هذه كلها حالات تكون فيها نماذج الملاحظات مجرد ملخصات مكثفة الايجاز لتفاصيل كثيرة جدا . وهنا يفيد العمود المنفصل على اليسار في تسجيل مزيد من الأفكار العامة أو العبارات الملخصة اكثر من تلك المشمولة في التحديد .

كتابة الملخصات

هناك أمثلة أخرى كثيرة على أخذ الملاحظات وليس من الضروري أن تكون دائما في شكل تحديد . فعندما تقرأ في الأدب ، لا تقرأ بهدف الحصول على عدد من

النقاط المحددة ، وانما تقرأ برغبتك في معرفة نبذة أو تفسير أو تعريف . وأفضل طريقة يمكن اتباعها في هذه الحالة هي أن تدون على عجل - خلال القراءة - النقاط الهامة ، فتكون في النهاية ملخصاً يثبتك بجوهر القصة . واهتم بمعرفة ما يريد المؤلف ان ينقله من خلال القصة . وهناك طرق عديدة لرواية القصة (انظر الطرق الثلاثة لكيفية تلخيص القصة) ولماذا قصها مؤلفها بهذه الطريقة ؟ هل يحاول أن ينقل الى القارئ احساساً خاصاً أو جواً عاماً ؟ هل هو نهكمي ؟ ولماذا هو تهكمي ؟ .

هناك أيضاً طريقة أخرى لكتابة الملخصات . نراها في الكتب الدراسية التي ليس بها ملخصات أو موجزات في نهايات الفصول) . ففي هذه الكتب لا يقدم المؤلفون تلخيصات في كتبهم لاعتقادهم أن الطالب سيستفيد اكثر اذا قام بعمل ملخصه بنفسه ، برغم انه سيخسر فائدة وجود ملخص عند مسحه للفصل الذي يستذكره . فاذا كان كتابك الدراسي لا يحتوي على ملخصات فبادر باغتنام الفرصة وتعلم شيئاً عن كتابة ملخصاتك بنفسك . ولا تحاول أن تكتب الملخص قبل أن تكون قد فرغت أولاً من تحديد المادة وبعد الانتهاء من مراجعة هذا التحديد اكتب سلسلة من الفقرات - لا تزيد مساحتها عادة عن صفحة او اثنتين - تلخص فيها الفصل كله . وسيكتمل فهمك جيداً إذا خصصت فقرة مستقلة لكل عنصر كبير في تحديدك العام . ويمكن أن تكون الفكرة الرئيسية للقسم هي الجملة التي تختارها عنواناً له . وبذلك تكون الجمل الأخرى في الفقرة هي الأفكار الرئيسية للأقسام الفرعية التي يضمها هذا القسم الرئيسي . وكتابة مثل هذا التحديد شكل من اشكال السرد أو التسميع ، وله جميع الميزات السابقة . وهي أخيراً تمرين جيد على كتابة اجابة امتحانات من النوع السهل ، حيث يجب عليك أن ترتب الأفكار الرئيسية في براعة وابعاز على هيئة أسئلة أو رؤوس .

ثلاثة طرق لتلخيص قصة

هذه ثلاثة روايات لحادثة واحدة ، قصت بثلاث طرق مختلفة . فلاحظ كيف تختلف في النظام ، والأسلوب ، والمحتوى .

قصة الجريفة .

تعرضت أسرة السيد والسيدة جون دو بشارع مبلفيل لاحتمال الموت حرقا الليلة الماضية إلا أنهم قد نجوا باعجوبة عندما استيقظ السيد دو على صوت كلب العائلة في عواء مسعور . فقد اندلع حريق في الدور الأرضي من المنزل وملاه بالدخان والهباب . وقد تمكنت العائلة من الهرب متسلقة حافة شبك الطابق الثاني . ونقل على الفور كل من جيمس دو ٨ سنوات ، وجين دو ١٠ سنوات للعلاج من أضرار استنشاق الدخان بمستشفى المدينة . ويعتقد بأن الحريق قد شب نتيجة خلل في فرن المحرك . هذا وقد أصيب المنزل من الداخل بأضرار بالغة .

تقرير مسؤول التأمين

إن السكن رقم ٢١٠ الكائن بشارع مبلفيل ، ملك جون وماري دو ، والمؤمن عليه تحت وثيقة التأمين رقم ٢١٨٩٥٦ ، قد أصيب بأضرار بفعل النيران والماء التي حدثت نتيجة تسرب النار اليه مساء ليلة ١٥ يونيو ١٩٥٦ . وقد ألحقت خسائر المبنى ، والأثاث ، والملابس الشخصية المؤمن عليها ضمن الوثيقة المذكورة عالية في التقرير رقم أ . وكانت شهادة مفتش مطافئ مدينة سيرنجديل نتيجة للتحقيق تفيد بأن أس الحريق قد جاء نتيجة قفلة كهربائية في المحرك السفلي للفرن الذي يعمل بالزيت بناء على عقد الخدمة المبرم من طرف شركة سيرنجديل للوقود . وقد ألحق تقرير تفصيل بحالة المحرك في التقرير رقم ب . ولم تقع خسائر في الأرواح سواء بفعل الحريق أو نتيجة عمليات الإطفاء .

خطاب السيدة دو إلى والدتها

والدتي العزيزة

لقد حدث لنا شيء رهيب الليلة الماضية . فقد اشتعلت النيران في بيتنا - ولكن كلنا بخير ، وقد أخبرنا مسؤول التأمين بأن الخسائر قد غطيت بأكملها في وثيقة تأميننا . لقد فقدنا بالطبع كثيراً من الأشياء القيمة ، لكننا نشكر الله على أن أحدا منا لم يصب بسوء . ولدى الأسرة كلها من يستحق أن نشكره على تحذيرنا . فقد أيقظنا الكلب بنباحه عندما إزداد الدخان تصاعدا بالطابق العلوي . وخرجنا جميعا في الوقت المناسب ، ولو تأخرنا فترة أطول لاختنقنا جميعا . وبممكنك أن تصوري مدى ما نحن فيه من الاضطراب والارهاق . هذا وسأكتب اليك بالتفاصيل غدا .

المحبة

ماري

تذكر هذه النصوص الثرية أشياء مختلفة الى حد ما ، إلا أنها تختلف أيضاً في الأسلوب والألفاظ الفردية فرواية الجريدة قد استخدمت كلمات مثل « باعجوبة » وبدأت مباشرة بعملية الانقاذ بواسطة كلب العائلة (بدأت بطريقة مسرحية قليلا ، واستعاضت عن كلمة نباح التي كان يمكن أن تكون أكثر دقة في التعبير بكلمة « عواء ») . والقطعة الثرية لمسؤول التأمين ذكر فيها أولاً العنوان ورقم الوثيقة ثم سرد في اعتدال واقتضاب كل الحقائق التي تهم شركته . بينما كان خطاب السيدة غير رسمي ، لم يحسن تنظيمه ، ويهتم بوصف المشاعر الانسانية وحالة العائلة أكثر من الحقائق .

الملخص

لكي نوضح كيفية كتابة الملخصات ، أوضحنا أسفل هذا ملخصاً للفصل الرابع وهو بعنوان (قراءة أفضل وأسرع) . ففارقنا العبارات الواردة في هذا الملخص بالبرؤوس والأفكار الأساسية الواردة بالفصل وبالإشارة أيضاً الى نموذج التحديد السابق بالورقة رقم (١٣١ - ١٣٢) ثم سجل أوجه الاختلاف بين هذا الملخص وبين التحديد السابق .

كثير من طلبة الجامعة لا يقرؤون جيداً ، ويستغرقون وقتاً طويلاً ، ولا يتعلمون ماذا يجب عليهم أن يعرفوه . ومع ذلك فبالانتباه الى النقاط التالية ، يمكنهم أن يطوروا بدرجة عظيمة كلا من سرعتهم في القراءة واستيعابهم لفحواها .

كل قراءة لا بد وأن تتم بهدف محدد في الذهن : (١) أحدها أن نحصل على الفكرة الرئيسية لكل فقرة ، وكل قسم رئيسي ، وفروعه . (٢) والأخر أن نختار التفاصيل الهامة ، وهي العبارات التي تشرح ، أو تبرهن أو تصور أو تعلق لتمثيل الأفكار الرئيسية . وأهداف أخرى منها : (٣) أن نجيب عن أسئلة أثارها المدرس ، أو المؤلف أو الطالب نفسه . (٤) أن نُقيّم القراءة في صورة ما يعرفه أو يعتقد القارئ . (٥) وأخيراً لأجل تطبيق القراءة على حياة المرء العادية وعلى فهمه العام للعالم .

وعندما يقرأ الشخص ، فإنه يحرك عينيه في هزات سرية تتخللها توقفات في الوسط ، وتحدث كل عمليات الاستقبال خلال هذه التوقفات . ولأجل أن يسمح لعينه باكبّر فائدة وفعالية . عليه أن يفعل ثلاثة أشياء : (١) أن يوسع مجال رؤيته بأن يأخذ كلمتين أو ثلاث كلمات في كل نظرة وليس كلمة واحدة فقط . (٢) ألا يطيل كثيراً في كل وقفة ، مقلصاً وقت توقفاتهِ الى الحد الأدنى ؛ مبقياً محرك عينيه دائماً الى الامام ، ولا يدعها يتأرجحان للخلف على طول السطر . (٣) ويتأكد أيضاً من سلامة عينيه ، أو أنه يستخدم النظارة التصحيحية المناسبة للقراءة .

وحتى يحسن من فعاليته في القراءة اكثر ، يجب عليه أن يتدرب هل الأشياء التالية ، (١) ان يقرأ دون أن يحرك شفاهه ، لأن تحريك الشفاه يقلل من معدل القراءة ببطور ربع القيمة التي يكون عليها ، (٢) تعلم قراءة وحدات الفكر - التطور الطبيعي للكلمات الى جمل مكونة من كلمتين أو ثلاث أو أربعة كلمات . (٣) التدرب على القراءة السريعة بتخصيص فترة معينة كل يوم للتدرب على هذه القراءة ، مبتدئا بالمواد السهلة ومتدرجا منها الى مواد اكثر صعوبة . وأن يحتفظ بسجل لتقدمه في هذه التدريبات . (٤) ورغم ذلك ، فعند محاولة القراءة السريعة - فليأكد من أنه استوعب ما قرأ - إذ لا يجب أن يضحى ابدا بالاستيعاب في سبيل سرعة القراءة .

ان القدرة على أن تقرأ بسرعة وعلى أن تذكر ما قرأته تعتمد الى حد كبير على حصيلة مفرداتك فعليك أن تجاهد باستمرار لأجل أن تبنها جيدا وذلك بالتأكد على ما يلي : (١) ابحث دائما واستمع جيدا للكلمات الجديدة - الكلمات الغير مألوقة ، أو الكلمات التي يكون معناها مبهما - ثم ابحث عن هذه الكلمات في القاموس . (٢) تقدم خطوة للأمام بأن تستخدم كلمات جديدة في الفرصة القادمة في الاستذكار أو الكلام أو الكتابة . اعر اهتماما خاصا للمصطلحات العلمية بالكتاب ملاحظا تعريفاتها عندما تظهر أول مرة ثم ابحث عنها في المعاجم أو القواميس أو الكتب الدراسية الأخرى . (٣) قسّم الكلمات الى تركيباتها من بدايات ونهايات وأصول ، ووقتها يمكنك ، ابحث عن تاريخها لترى كيف انحدرت من الفرنسية أو اللاتينية أو اليونانية أو اللغات الأخرى .

تلخيص فصل

حتى تتدرب على ما كنا نعلمه ، فان وقت تسميع أو سرد ما قرأت في هذا الفصل قد حان الآن . فتناول ورقة و اكتب نبذة عن الفصل . واجعل النبذة على شكل تحديد مع كثير من الفواصل أو المساحات الخالية بين الأسطر . وعندما تنتهي من تدوين كل ما تستطيع أن تذكره ارجع مرة اخرى واقراه وانظر ماذا نسيت وما لم تهضمه تماما . ثم ضع هذا كله الاضافات والتعديلات المناسبة على النبذة التي كتبتها .

**** معرفتي ****
www.ibtesama.com
منتديات مجلة الإبتسامة

الفصل السادس

دخول الامتحان

عند قراءتك لعنوان هذا الفصل قد تقول « هذا ما أود معرفته حقا : كيف أتصرف حيال الامتحانات » وقد يغمر قلبك أمل باننا نعرف بعض الطرق لاجتياز الامتحان دون الاستذكار له . وهذا ضرب من الخيال لم يتوصل الى كنهه اي من علماء النفس بعد . وهو شيء لا يمكن أن يكون بمقدور أحد ، لأن الهدف الأساسي من الامتحانات هو قياس مدى ما استذكرته وهضمته مسبقا بإيجابية وفهم . فاذا كنت قد أدبت الأشياء التي حددناها لتطوير وتحسين عادات استذكارك ، تكون بذلك قد أدبت - معظم - ما هو ضروري لأن تكون مستعدا للامتحانات . ولا يتبقى علينا أخيرا سوى أن نزودك بعدد من المؤشرات التي يمكن أن تساعدك على الارتقاء الى ذروة الكفاءة في معالجة الامتحانات .

الاستعداد للامتحانات

تتلخص القاعدة الصلبة لدخول الامتحانات هي « كن مستعدا » وهذا يعني مدى استعدادك لنوع وحجم الامتحان الذي تدخله ، وكذلك الاستعداد لجميع أنواع الأسئلة التي يحتمل أن تسأل عنها وليس فقط بعض منها . انها تعني تمكنك من موضوع المادة ، وليس بالمأمك الفج الغير واضح عنها . كما يعني استيعابك لها بصورة منظمة جدا مما يتيح لك تسجيلها على أي صورة تطلب . وتعني ان يكون

مستريحاً ، مستقر العواطف ، هادئ الأعصاب ، وفي أوج توهلك الذهني . ولننظر
الآن في هذه الأمور بتفصيل أكبر .

المراجعة النهائية

إذا كنت قد ذاكرت كما يجب فالاستعداد للامتحان غالباً ما سيكون بالنسبة
لك مسألة مراجعة لا أكثر . فراجع الملاحظات التي اخذتها في قاعة الدرس وفي
الكتاب المقرر ، وكذلك الأفكار الرئيسية والتفاصيل الهامة التي وضعت خطوط
أسفلها في الكتاب الدراسي ، بالإضافة الى قوائم المصطلحات الفنية التي حصلت
عليها في مذكراتك . واجعلها مراجعة أكثر تكثيفاً من المراجعات السابقة منذ ان
راجعت المادة للمرة الأولى . مع إدراك أنها عملية مراجعة وليست محاولة تعلم أشياء
تكان يجب أن تتعلمها سابقاً . فإذا كنت ما تزال تقرأ قبل الامتحان في المادة للمرة
الأولى وتأخذ الملاحظات عليها ، فانت متأخر فعلاً ومتخلف حقاً . ومحاوّل أن تؤدي
أعمالاً كثيرة مختلفة جداً في وقت واحد وفي فترة زمنية قصيرة للغاية . ورغم ذلك ،
فقد تكون ذا ذكاء وقاد لدرجة تكفي لأن تشعر طريقك الصعب فتفي بعمل جميع تلك
الأشياء على نحو جيد . لكن الأداء الأفضل لهذا بغير شك أن تكون قد انتهيت مما
عليك من قراءات وأخذ ملاحظات ولا تحتاج إلا للمراجعة فقط .

وقد تحتاج في بعض الموضوعات الى كتابة بعض الملاحظات الجديدة ،
وخاصة لأهداف المراجعة . فلو أردت أن تغطي قدراً كبيراً من المادة ولديك عنها
العديد من الملاحظات ، فيمكنك أن تكتب مجموعة من الملاحظات الموجزة في ثلاثة
أو أربعة صفحات تستخلص فيها جوهر التفاصيل الكثيرة لهذه المادة . وعند تنظيم
هذه الموجزات الملخصة للملاحظات استخلص أكثر الأفكار والتفاصيل أهمية من
بين ملاحظتك الأخرى جميعاً ، مشيراً الى الكتاب إذا لزم الأمر للكشف عن نقطة
بعينها . وستخرج في النهاية بملخص للملخص . وبهذه الطريقة ، يمكنك : التأكد
من النقاط الهامة جداً ، ويكون لديك ايضاً شيء تستند اليه في مراجعتك بسرعة قبل
الامتحان . وتكسب أخيراً ما لاعادة التسميع من ميزات .

جدول المراجعات

على عكس ما يفعله وما يعتقد كثير من الطلاب أيضا ، فإن فترة المراجعة التي تسبق الامتحان ينبغي ألا تحتاج الى وقت طويل . لأن الامتحانات الأسبوعية ، لا تحتاج الى اكثر من بضع دقائق من الوقت ، وامتحانات النصف الأول من العام تحتاج الى ساعتين أو ثلاثة ساعات ، أما امتحان آخر العام فيحتاج من خمسة الى ثمانية ساعات . ونعني بهذا بالطبع أن كل ما تحتاج اليه هو عملية مراجعة فقط . ورغم ذلك فيجب أن تكون فترات المراجعة هذه ، قصيرة جدا ، أو لمدة ساعة أو ساعة ونصف على أن تتخللها وقفات من الاسترخاء والترويح . لأنك إذا أرهقت نفسك جدا بالعمل في مراجعة الكثير من المادة ، فسوف تشوش ذهنك ، وتذكر كمية أقل كثيرا مما لو اتبعت جدولا سهلا أقل من ذلك مشقة .

جدول مواعيد الامتحانات النهائية

عندما تعرف جدولك الخاص بامتحان آخر العام ، سجله هنا على هذا الجدول . وبعد ذلك ادخل الموضوعات المحددة التي ستراجعها في خانات الساعات التي أمامك . وتأكد مرة أخرى بأن تترك وقتا كافيا لوجبات الطعام والترويح .

ولا تنس أن تحفظ فترات محددة للمراجعة في جدول استذكارك عندما تخطط جدول الاستذكار المعتاد . وحاول أن تعرف مبكرا بقدر الامكان متى يجين ميعاد الاختبار أو الامتحان . ثم قم بعمل مراجعة سريعة أو إعادة خفيفة لجدول استذكارك لمدة أسبوع أو اثنين قبل الامتحان . ولا تمس الساعات الاضافية التي ستحتاج اليها لكي لا تختلف عند المذاكرة المعتادة لموضوعات دروسك الأخرى . بل يمكنك أن تدخر بعض الساعات المخصصة لموضوع بعينه ، وبعض من الساعات الاختيارية ، الأخرى . ويمكنك إذا لزم الأمر أن تأخذ بعض الساعات المخصصة للترويح ولكن بشرط ألا تتعدى عليها كثيرا . فهي ضرورية للمحافظة عليك في حالة جسمية جيدة والبعد بك عن الافراط في المراجعة .

							اليوم
							الوقت
							٨
							٩
							١٠
							١١
							١٢
							١
							٢
							٣
							٤
							٥
							٦
							٧
							٨
							٩
							١٠

يدعونا هذا الى موضوع آخر قد يحتاج فيه الطالب الى نصيحة هامة : هي أنه لا فائدة ترجى على المدى الطويل من التضحية بوقت الطعام أو النوم أو الترويح المعتدل في سبيل حشو الرأس بالمعلومات فالسهر حتى منتصف الليل أو حتى الليل كله يبدو أمرا مقبولا في حالات معينة من التخلف وليس بشكل مستمر ، ومع ذلك فانك تدفع الثمن غالبا ، لأنك لن تستطيع أن تستجمع كل لياقتك في الامتحان ، ولن ترتب المادة أو تذكرها بالشكل الأمثل ، ولن تكون في حدة ذهنية تمكنك من

تميز الاجابات الصحيحة من الخاطئة في الامتحانات الموضوعية . كل هذا نتيجة للارهاق . ثم تريد بعدها أن تعوض ما فات من وقت نومك وإرهاق جسمك وتكون النتيجة أن تقطع جدول عملك وتتوقف عن حضور دروسك ، وتتأخر بالطبع في أعمالك الأخرى . ويصبح العمل برمته حلقة مفرغة فإذا بدأت في حشو ذهنك بالمعلومات استعدادا للامتحان جاعلا الدروس الأخرى وفترات نومك أقصر قليلا فعليك أن تلتزم بذلك أكثر ولا تخرج عن هذه الدائرة مطلقا .

جدول المراجعة لأجل الامتحانات النهائية

خطط بعناية الوقت المخصص للمراجعة التي تسبق امتحانات نهاية العام . وادخل أيام الأسبوع في الفراغات التي بأعلى الأعمدة . ثم اكتب في المربعات الخالية الموضوعات المحددة التي تود استذكارها كل ساعة من ساعات اليوم . واترك أيضا وقتا كافيا لوجبات الغذاء والترطيب .

							اليوم
							الوقت
							٨
							٩
							١٠
							١١
							١٢
							١
							٢
							٣
							٤
							٥
							٦
							٧
							٨
							٩
							١٠

وندرک جميعاً رغبة التباهي لدى الطالب في الحديث عن الكمية الضخمة من المعلومات التي عرفها ، والتفاخر بقلة فترات النوم ، والسهر على المنبهات من القهوة والشاي . فكثير من الطلبة يفعلون ذلك ويتباهون باكثر مما استذكروا ، لكن الحقيقة أن أي قدر من هذه الفوضى في الاستذكار أمر ضار ولا شك . فخذ تفاخر زميلك الطالب بشيء من الشك والريب ، ونظم حياتك الذاتية بحيث تكون هادئة شاملة مؤثرة .

وابذل ما بوسعك لكي نحيا حياة طبيعية خلال اوقات الاستعداد للامتحان . فتناول وجباتك الغذائية بانتظام وخذ كفايتك اللازمة من النوم والترويح ، وقم بتأدية مواد الاستذكار الأخرى الخ . ومن المعروف أن بمقدور الطالب أن يعمل بجهد اكبر قليلا عن المعتاد، لكن لا تدع ذلك يفسد كل شيء . فان لم تكن قد قمت بعمل قدر لا بأس به من المراجعة ، فان نوم ليلة هادئة سينيح لك فرصة استحضار عدد اكبر من النقاط في الامتحان تفوق كثيرا السهر لفترة متأخرة من الليل في محاولة استذكار زيادة طفيفة . والحقيقة أن أفضل نصيحة للمراجعة هي أن تراجع لمدة ساعتين او ثلاثة في هذا اليوم وتأخذ راحة في المساء ثم تنام مبكراً .

كيف تراجع

عندما تراجع للامتحان اقرأ أقل قدر ممكن ، أي اجعل مراجعتك تؤكد على السرد فقط . ففي مراجعة الفصل حاول أن تتذكر الأفكار الرئيسية الواردة فيه ، دون الرجوع الى دفتر الملاحظات . ثم طابق ما تذكرته على نقاط مذكراتك ، وراجع النقاط تحت كل موضوع رئيسي داخل هذا الفصل كما فعلت سابقا . فاذا كان هناك ما تجد صعوبة في تذكره أو لم تفهمه تماما ، فارجع الى كتابك واقرأ الفقرة كلها مرة اخرى . هذا ما يجب أن تقوم به من قراءات . أما إذا حاولت أن تقرأ اكثر من ذلك فانك تضيع وقتا طويلا في اعادة القراءة فتخسر امعان النظر في النقاط الهامة ، وتقفز في قراءتك هنا وهناك دون هدف فلا يعود عليك إلا قليل من الفائدة .

تُبقت لدينا نصيحة صغيرة مفيدة إذا اتبعتها بدقة ، وإلا فإنها قد تضللك .
وهي ان تتنبأ بالأسئلة التي قد تُسأل عنها في الامتحان . فاسأل نفسك وأنت تراجع
« هل هذه النقطة يمكن أن تكون سؤال » « هل سبق لي التأكيد عليها » « كيف يمكن
أن يكون رأس السؤال يا ترى تحت هذه النقطة ؟ » . ثم استعن ايضا بالحلول
والمفاتيح التي يطرحها المحاضرون . فأغلبهم يذكرون بعض التلميحات المباشرة أو
غير المباشرة عن أسئلة محددة يجيبون أن يسألونها . وقد تظهر مثل هذه التلميحات في
الأهمية التي يوليها المحاضر لنقاط معينة يذكرها ، أو في الوقت الذي يسهب فيه في
الكلام تحت رأس موضوع معين ، أو قد تكون مشمولة في نصيحة يوجهها عن
الاستذكار استعداداً للامتحان .

اذن ينبغي عليك بطريقة أو بأخرى أن تكون قادراً على أن تحدد العديد من
الأسئلة التي تأتي فيما بعد في الامتحان . وبما أنك قد تنبأت بها فأنت قد راجعتها
وتدربت على اجابتها ومستعد لها تماماً . وبعد الامتحان - إذا لم يكن الامتحان
النهائي - ادرس الأسئلة التي لم توفق في التنبؤ بها ، واستخدم ما غفلت عنه في
المرات السابقة كدليل للتنبؤ بالأسئلة في امتحانات مستقبلاً .

ومع ذلك فما لا شك فيه أن هذه النصيحة يمكن أن تكون مضللة إذا نفذتها
بطريقة خاطئة ، بمعنى أن تحاول ان تخمن نية المحاضر بخصوص الأسئلة التي
سيسألها ، ثم تذاكر بعد ذلك الأشياء التي اعتقدت انه سيسأل فيها . ومن الرجوه
المختلفة ايضا لهذه المعالجة الخاطئة ان تستذكر فقط الأشياء التي جاءت في الامتحان
في فصل دراسي سابق أو فصلين . فان حصرت نفسك بهذا الشكل أي في النقاط
التي تعتقد أنك ستسأل فيها - فقد يحالفك الحظ ويقابلك سؤال فيها - ولكن سيفوتك
الكثير جدا بدرجة تكفي تماما لأن تهبط بتقديرك عدة درجات . ولا يغفل الا عدد
قليل جدا من المعلمين عن نقطة التخمين المذكورة ا ، واكثرهم يعملون بجهد
واجتهاد على توجيه اسئلة لا يمكن للطالب ان يجيب عنها بسهولة الا بعد البحث
والفهم والدرس . ولهذا ، فانك عندما تتنبأ بسؤال ستسأل عنه في الامتحان تنبأ معه
بكل ما يحتمل أن يكون موضع سؤال وليس فقط بوضع أسئلة ترجوا او تظن انها ستوجه

اليك . هذا والا ستشعر . كفيك بأنك « قد استذكرت فقط الأشياء الغير مطلوبة » .

أشكال الامتحانات

يمكن القول بصفة عامة أن الامتحانات التي سنخوضها في الكلية تقع بصورة مبدئية في واحد من الفئتين التاليتين : أحدهما الامتحان الموضوعي ، وهو لا يتطلب منك كتابة أي شيء . وكل ما هو مطلوب ان تقرر ما إذا كانت العبارات المحددة التي أمامك صحيحة أم خاطئة ، أو تحدد أي العبارات الكثيرة المذكورة أمامك هو الصحيح ، أو كيف يمكن أن تتطابق هذه العبارات الخ . ومثل هذه الامتحانات تؤكد قدرتك في التعرف على الاجابات الصحيحة ، لا قدرتك على التذكر أو تنظيم الأسئلة . أما النوع الأخر من الامتحانات فهو امتحانات المقالة Essay Examination وعليك في هذا النوع من الامتحانات أن تذكر ما قد تعلمته . فانت هنا قد سئلت سؤالا ، وعليك أن تنظم المادة التي يملك أن تجيب عليها بأفضل صورة وأكمل وجه . وفي حالات أخرى ، كالرياضيات والطبيعة مثلا ، قد يوجه اليك بعض المسائل لتحلها . فالامتحانات من نوع المقالة ، والمسائل التي تطرح للحل في الامتحان كلها تؤكد قدرتك على التذكر أكثر منها على التعرف على المعلومات . وهناك بالطبع بين النوعين السابقين ، احتمالات أخرى مثل الامتحانات التي تتطلب استكمال بعض الألفاظ أو العبارات . ويكتفي فيها بملء الفراغ بكلمة ، أو جملة ، أو عبارة موجزة ولكن بالرغم من أن هذه الامتحانات لا تؤكد القدرة على التعرف على الكثير من المعلومات إلا أنها تؤكد على التذكر .

والسؤال الآن هل ينبغي عليك أن تذاكر بطرق مختلفة تبعا لهذه الأنواع المتعددة من الامتحانات ؟ إن الاجابة على هذا السؤال هي « نعم » و « لا » أيضا . إذ عليك أن تستعد بطرق مختلفة تبعا لكل نوع من الامتحانات ولكن ليس بتلك الكثرة التي يعتقدها كثير من الطلاب . فالامتحانات الموضوعية تبدو أسهل لأنها تتطلب منك فقط أن تختار (أو تخمن) الاجابة الصحيحة . ونتيجة ذلك أن الطلاب

لا يستذكرون لها عادة بنفس الجهد الذي يذكرون به لامتحانات المقالة . ومع ذلك ، فمن الصعب الحصول على درجات عالية في نوع من الامتحانات كما في الآخر لسبب بسيط هو أن لجميع الطلاب نفس المزايا ونفس العيوب . ولذلك يتجهون الى نفس الوضع النسبي - ونفس التقدير تقريبا - في امتحان كما في الامتحان الآخر .

ويشعر الطالب أيضا بأن الامتحانات الموضوعية تميل أكثر من امتحانات المقالة الى تأكيد المام الطالب بالتفاصيل ، وهذا الشعور ليس إلا سراب كبير . ويرجع السبب فيه إلى أن العبارات التفصيلية في الامتحانات الموضوعية تفاجئهم بحضورها ، لكن الطالب الذي يمتحن امتحانا من نوع المقالة نادرا ما يدرك مدى التفاصيل التي يجب عليه أن يكون على علم بها لكي يكتب اجابة مثالية . فاذا كنت تشعر بأن الامتحانات الموضوعية تتجه الى تغطية نقاط قليلة الأهمية ، فمقارن الامتحان التالي من هذه الامتحانات بما لديك من الرؤوس والنقاط الهامة الموجودة في كل من كتابك الدراسي ودفتر ملاحظاتك ، وستجد بأن لها نفس القيمة والأهمية . وهذه هي النقاط التي ينبغي أن تعرفها إذا كنت تعد سؤالا لامتحان من نوع المقالة . والواقع في كلا النوعين من الامتحانات أن المحاضر يحاول أن يختبر معلوماتك المتعلقة بالأفكار الرئيسية والتفاصيل الهامة عن هذا الموضوع . فذاكر هذه النقاط بغض النظر عن نوع الامتحان .

إن الفرق الجوهرى بين هذين النوعين من الامتحانات ليس اهتمام أحدهما بالتفاصيل والآخر بالتنظيم . فليس لديك فرصة لتنظيم معلوماتك في الامتحانات الموضوعية ولكنها لديك في الامتحان من نوع المقالة . وهكذا يكون من الواضح تماما أن تولي انتباهها أكبر لتنظيم الأفكار عندما يستعد لامتحان من نوع المقالة . وهو يعني الى حد ما مزيدا من السرد بحيث يمكن أن تتذكر في شكل تخطيطي عام كل ما تعرفه . ولا تهمل التنظيم كلية من ناحية اخرى وذلك عندما تذاكر للامتحانات الموضوعية . فبعض الأسئلة ستكون مصاغة بطريقة ذكية تختبر وتقيس مقدار معلوماتك وفهمك للعلاقة بين اجزاء المادة المختلفة .

وليس هناك أي خلاف في أن الامتحانات الموضوعية تخصص درجات عالية

على التعرف اكثر منها على السرد . وذاكرتنا تشبه ذلك تماما فنحن جميعا يمكننا أن نتعرف على أشياء كثيرة لا نستطيع أن نذكرها . ونفقدنا هذه الحقيقة الى الخاتمة التالية ، أنه في حالة المذاكرة استعدادا للامتحانات الموضوعية ، علينا أن نحاول أن نقرأ لكي نتعرف على النقاط التي نستطيع أن نستحضرها لكي نذكرها في الامتحان المقالي . وهذا يعني ان المراجعة النهائية قبل الامتحان الموضوعي يجب أن تشمل على قراءات اكثر للنص وبصورة خاصة على الملاحظات ، وتشير الى السرد بصورة أقل عما يلزم في الامتحان المقالي .

وبالرغم من وجود هذه الاختلافات ، فعلينا أن نؤكد هنا بأنه ينبغي ألا تبالغ في استعداداتك . فلا بد أن تشمل جميع المراجعات التي تقوم بها على بعض من إعادة القراءة وشيء من الترويح . وتزيد عملك هذا قليلا في أحدهما عنه في الآخر تبعاً لهذا النوع أو ذاك من الامتحانات ، كما يجب أن تشمل جميع المراجعات أيضا على تأكيد أهمية المعرفة ، والالمام بالأفكار الرئيسية والتفاصيل الهامة .

موقف جديد حيال الامتحانات

سنناقش الآن بعض الأمور الدقيقة المتعلقة بدخول الطالب الامتحانات ، وأولها العواطف والتصرفات المتعلقة بالنظر الى الامتحانات . فالطلاب يميلون الى الظن بأن الامتحانات واحدة من بين المحاكمات في الحياة ، أو أنها ضرب من المحن لا مهرب منه ولا بد أن نحياها بطريقة أو بأخرى . ويتطلعون الى الاختبارات بخوف ورهبة ، وكثيرا ما يضطربون من أعماقهم بشدة قبل دخول الامتحان وربما خلاله . هذا التصرف السلبي المتسم بالخوف والقلق قد عززته لسوء الحظ حقيقة أن التنذيرات تتوقف على الامتحانات . فالطالب الذي لم يجب إجابة جديدة يشعر بأن الامتحان سيف مسلط سيقذف به خارج الحياة الأكاديمية .

وفي أحيان كثيرة لا يكون هناك ضرورة لاتخاذ مثل هذا الموقف حيال الامتحانات . فالطالب الذي غرس في نفسه عادات إستذكار جيدة ، سيؤدي عمله بدرجة جيدة تكفي لدرء الشعور بأي خوف من الطرد ، من الكلية نتيجة

الرسوب في الامتحان ، بل على العكس ينبغي أن يتهيأ الطالب للامتحان في جو هادئ تشبع فيه الثقة ويمدوه الأمل . فالامتحان يعطي للطالب فرصة لأن يدرك مقدار ما يعرفه ، وأن يتلقى المكافأة التي تنتظره من أجل ما كان يقوم به من استذكار . أما الامتحانات التي تأتي مبكرة في خلال العام الدراسي فهي فرص جيدة لأن يعرف كل طالب شيئا عن استعداداته ، ومن ثم تفادي أو إصلاح أي عيب في هذه الاستعدادات . وبالإستفادة من الامتحانات على هذا النحو يكون الطالب في وضع افضل كثيرا يؤهله لأن يذاكر بفعالية اكبر للامتحان النهائي ، وأن يجيب فيه على نحو أوفى وأدق . وتتغير النظرة الى المحاضر الذي يكثر من إعطاء امتحانات لطلابه من نظرة ضيق وثبرم إلى نظرة امتنان وتقدير لهذا المحاضر الذي ينفق - عن طيب خاطر - الكثير من وقته وجهده لمساعدة طلابه على أن يتعلموا ويتدربوا .

ومن المآخذ على الامتحانات أن الطلبة أحيانا « يفترون » فيلعبون غير مدركين أنهم يبذلون من الجهد والعمل أقل كثيرا مما بوسعهم . وينسون أموراً تعلموها منذ فترة قصيرة ، فيقعون في أخطاء نافهة ، ويفقدون حساسيتهم بما هو مهم أو غير مهم .

ولعل أنجح علاج لهذا الداء هو أن يكون المرء مستعدا . فإذا ما ذهبت الى امتحان وأنت مستعد له على أفضل نحو - في حدود قدراتك بالطبع - فلن يكون هناك محل أبدا لأن تقلق . فابذل قصارى جهدك اذن ، ويفعل الله ما يشاء .

وهذه النقطة لها دلالة نفسية هامة جدا ، فكثير من الطلاب لا يدركون بأن التشتت في أعمال كثيرة خلال أوقات الامتحان هو في العادة عذر أو تبرير يسوغه الطالب لنفسه . وعندما يُوبخ أو يلام فذلك ليس فقط لأنه لم يستعد ولأنه يعرف أنه لم يستعد ولكن أيضا لأنه لا يحس بذنبه على عدم إستعداده هذا . فالقلق بخصوص الاختبار دفاع طفولي يجتمى به الطالب ليقيه سماع اللوم على تقصيره الذاتي في الاستعداد للامتحان .

وهناك الى جانب الاستعداد الجيد ، أشياء قليلة يمكنك عملها لتهدئ من

إستارتك وتلطف من مشاعر الفلق لديك . أول هذه الأشياء أن تعطي نفسك فسحة من الوقت لتؤدي فيها ما تحتاج إلى أدائه قبل الامتحان ، وأن تدخر القليل من هذا الوقت تحسباً للطوارئ . وكن هادئاً فلا تتسرع أو تندفع ، فهذا يفاقم إستارتك ويربكك . الشيء الثاني هو أن تسترخي قبل الامتحان تماماً وخلال وقت انتظار تسليم الورق . ولا تحاول أن تراجع في اللحظات الأخيرة ، فتستعرض ملاحظاتك أو كتابك أو غيره . ولا تدخل في جدال مع الطلبة الآخرين حول بعض النقاط الدقيقة في مذكراتك فهذا كله لا لزوم له ، فانت لا يمكنك عمل أي شيء يستحق الذكر في مثل هذا الوقت القصير . وكل ما يعود على الطالب من الانفعال أو المراجعة في اللحظات الأخيرة هو فقط الارتباك والتشويش وكثير من التهيج النفسي والذهني . وخير من ذلك أن تفضي الدقائق القليلة الباقية قبل الامتحان في حديث خفيف مريح ، أو تقرأ الجريدة ، أو تشغل بعمل شيء ما يصرف ذهنك بعيداً عن « الموقف » .

آخر شيء بل وأهم شيء يمكنك عمله على الإطلاق لتمسك بزمام نفسك ، هو أن يكون لديك خطة للعمل والتصرف . فقد امكن بهذه الطريقة التحكم في حالات عاجلة لأناس يعرفون ما يفعلون وما سيفعلون ونادراً ما يقلقون أو يخافون وينطبق هذا الشيء نفسه على الامتحانات . فانت قد تعرف أي نوع من الامتحانات تتوقع . وهناك سبل معقولة لمعالجة كل نوع منها . ولكن السؤال الآن ما هذا النوع ؟ فكن مستعداً لأن تنفذ خطتك حالما تعطى إشارة البدء . ومنصف لك هذه المخطط في الفقرة التالية . فمن المهم أن تعرف أنك إذا إتبعنا خطة محكمة الأبعاد في ذهنك كنت هادئاً متمسكاً بموقور التقدير لنفسك وقدرك .

التعامل مع الامتحانات الموضوعية

تختلف خطتك الي تعدها لاجتياز الامتحان الموضوعي عما ستكون عليه خطتك لحضور الامتحان المقالي .

إحصاء

عندما تواجه إمتحانا موضوعيا قلب الصفحات لترى كم عدد أنواع الأسئلة المختلفة التي استخدمت : هل هي من نوع صح أم خطأ ، أم هي أجوبة متعددة تختار الصحيح من بينها ، أم هي عملية مطابقة ؟ وانظر كم عدد الأسئلة من كل منها ، فتكون بذلك فكرة عن كيفية تقسيم وقتك خلال مدة الامتحان . فاذا استخدم المعلم اكثر من نوع واحد من الأسئلة في الامتحان الموضوعي ، فانه يضع الأسئلة التي من نوع واحد في جزء خاص ، ويكون هذا الجزء موضحاً بعنوان مكتوب . . . ولذلك فمصحح أو إحصاء الأجزاء التي يتكون منها الامتحان منذ البداية تتمكنك من أن تعرف عليها وعلى ماهيتها وبالتالي ماذا تتطلب .

الدرابة بالقواعد الأساسية

بما أننا نندرس الجزء الأول يلزمنا معرفة بعض الارشادات ، فاقرا ما يأتي منها بعناية وتأكد من فهمك لها . وضع إجابتك بنفس الطريقة التي حددتها الارشادات تماما . فمخالفة ذلك تسبب الكثير من العناء للمعلم فتخسر لذلك بعض الدرجات لا شيء إلا لأن إجابتك غير واضحة للمعلم .

وعندما تجيب عن الأسئلة في كل جزء من الامتحان تأكد من أنك تفهم القواعد الرئيسية جيدا ، إذ أن هذه القواعد تحدد استراتيجيتك في إجابة الاختبار . واذا لم يكن هناك ضرر من التخمين فدون هذه الحقيقة ثم إبدأ الاجابة على كل سؤال . هذا وإلا فقدت درجات نتيجة لتركك بعض الأسئلة دون إجابة . وإذا كان هناك تصحيح للأخطاء فدور هذا الأمر أيضا . ففي إختبار مثل (هل صحيح أم خطأ) يكون لديك فرصة ٥٠٪ لأن تحصل على الاجابة الصحيحة بسهولة جدا عن طريق التخمين . وربما تجدد في التصحيح بالانتقاء أن المعلم ينقص درجة على الاجابة الخطأ ويعطي درجة واحدة زيادة على الاجابة الصحيحة . (وإحدى السبل لأداء ذلك هي الحصول على إجمالي الدرجة وذلك بطرح الرقم الناقص من الرقم

الزائد) . وليس هناك في الحقيقة ضرر من التخمين وإنما هو مجرد تصحيح بالانتقاء . وفي مثل هذه الحالة ينبغي أن تبقى إستراتيجيتك هي التخمين وبالتالي الإجابة على كل سؤال ، إذ أن تخميناتك ستكون في الغالب صوابا أكثر منها خطأ . ومن ناحية أخرى ، إذا كانت القاعدة الأساسية هي احتساب خطأ واضح ضد مسألة التخمين ولنقل مثلا . حذف درجتين على الإجابة الخاطئة بينما تضاف درجة واحدة زيادة على الإجابة الصحيحة ، عندئذ لا بد من تطبيق إستراتيجية ملتزمة أو إنتهاج حطة محافظة . ولا تجيب الا عن الأسئلة التي تتأكد من صحة الإجابة عليها بدرجة كبيرة .

طبق نفس هذه الأسس على بقية الأنواع الأخرى من الامتحانات الموضوعية . ويمكن الحصول على أعلى الدرجات فيها إذا كان أولم يكن هناك جزاء على التخمين . وعلى العموم فالتركيب الخاصة بالامتحان عادة ما تكون معقدة جدا بحيث لا تشرح بسهولة في امتحان ما . ولهذا السبب يلجأ المعلمون الى تبسيطها على هيئة إرشادات سهلة مثل : « ليس هناك ضرر من التخمين » أو « لا تخمن ، فالإجابة الخاطئة ستحاسب عليها » . وأياً كانت التعليقات الصادرة اليك فافهمها واتبعها بكل دقة .

أجب عن الأسئلة السهلة أولا

يمكنك الآن بعد أن عرفت التعليقات واتضح في ذهنك ، أن تشرع في قراءة وإجابة الأسئلة . واستعد لأنه تواجه بعض الأسئلة السهلة والأخرى الصعبة أيضا . فتناول هذه الأسئلة كلا على حدة ، وابدأ بالأسئلة السهلة التي تستطيع الإجابة عليها فور أن تقرأها وتكون متأكدا من صحة الإجابة عليها . أما تلك التي تجدها أكثر صعوبة وغير متأكد منها فضع عليها علامة تدل على ذلك ثم انتقل الى غيرها ، ولا تدعها تعيقك عن التقدم في الإجابة . لأنك إذا وقفت أمامها ، فقد تضيع وقتنا ثمينا يضطرك أن تجيب مسرعا على الأسئلة الأخرى ، وترتكب أخطاء بتلك الأسئلة بدلا من أن تجيب عليها بطريقة صحيحة . فلماذا لا تضع عوضا عن ذلك علامة مراجعة

معينة في الهامش المجاور للسؤال عندما تكون غير متأكد من الاجابة . وبعد ان تنتهي من الاجابة على كل الاسئلة السهلة عدُ ثانية إلى الاسئلة الصعبة وانت تعرف على وجه الدقة كم تبقى لك من الوقت ، وكم عدد الاسئلة الصعبة التي امامك ، وتقسم الوقت الباقي بالتساوي على تلك الاسئلة .

والسبب الرئيسي في هذه الاستراتيجية بسيط للغاية . ففي الامتحانات الموضوعية تحسب جميع الاسئلة التي من نوع واحد بنفس القدر من الدرجات تقريبا . فانت اذن لن تحصل على درجات أعلى لانك حللت سؤالا صعبا بدلا من آخر سهل ، وعليه فليس من المعقول أن تترك نفسك بالاسئلة الصعبة أو تجعلها تهبط بتقديرك وتترك الاسئلة السهلة .

تحليل المقيدات*

هناك فن لقراءة وتقدير الاجابة الصحيحة في الامتحانات الموضوعية ، وبمقدور الطالب أن يحسن من نتائج الامتحانات التي يدخلها بمعرفة هذا الفن وممارسته . وستساعدك النقاط التالية على بذل قصارى جهدك في الاسئلة الموضوعية : فأسئلة صحح ام خطأ عادة ما تُبنى على أخذ شيئين أو نوعين ثم تقدير علاقة كل منهما بالآخر . فالهيكل الاساسي للعبارة قد يكون « الأحمر والورد » أو « التصرفات والاكساب » أو « البورصة منهارة » فأي عبارة كهذه عادة ما تكون صحيحة لبعض الوقت وغير صحيحة في أوقات أخرى . ولا يتوقع منك أن تجيب على أي شيء غامض بدرجة كبيرة ، ولا يرى المعلم ان ذلك واجب عليك . وإنما يهتم المعلم بأن يعرف ما إذا كنت تعلم أو لا تعلم متى وتحت أي ظروف يكون شيء ما صحيحا أو غير صحيح . وعلى هذا يساق مع الجملة في العادة مقيدات ، وهذه المقيدات نفسها هي التي يجب أن تمنع النظر فيها بدقة .

* المقيدات كلمة أو مجموعة كلمات تحدد أو تعدل معنى كلمة أو كلمات أخرى .

تمرين على الكلمات الرئيسية :

اقتبس الاختبار التالي (من كتاب مقدمة لعلم النفس ، تأليف كليفورد. ت . مورجان ، نشره مجروهل ، بنيويورك ، ١٩٦١ . ص ٢) وقد صيغ بدقة ليلائم الطلاب الذين درسوا قسطاً من علم النفس ، والذين لم يدرسوا ، وهي توضح أهمية الكلمات الرئيسية في الأسئلة الموضوعية . فاقراً الاختبار ، واستخرج الكلمات الرئيسية ثم اكتبها في المكان المخصص لذلك . وغالباً ما توجد كلمة رئيسية واحدة ، ولكن في قليل من الحالات يوجد كلمتان أو ثلاث كلمات . فوضح في العمود الأيسر ما تراه ؟ هل الجملة صح أم خطأ ؟ وعندما تنتهي أنظر أسفل الأسئلة لترى الاجابات الصحيحة .

- ١ - العباقرة عادة أغرب في أطوارهم من متوسطي الذكاء من الناس .
- ٢ - بني الانسان فقط . لا الحيوان لديهم القدرة على التفكير .
- ٣ - كثير من التصرفات الانسانية غريزي .
- ٤ - بطيئ التعلم يتذكرون ما تعلموه أفضل من سريع التعلم .
- ٥ - بيني اذكاء الناس أغلب أفكارهم على أسباب منطقية .
- ٦ - عالم النفس شخص تدرب على أن يحلل الناس نفسياً .
- ٧ - يمكنك أن تكون فكرة جيدة جدا عن شخص ما خلال مقابلة .
- ٨ - عندما يعمل المرء لعدة ساعات فمن الأفضل له أن يرتاح فترات طويلة في مرات قليلة عما إذا أخذ مرات توقف كثيرة لفترات راحة قصيرة .
- ٩ - إن دراسة الرياضيات تدرب الدهن بحيث يمكن للشخص أن يفكر بمنطقية اكثر في الموضوعات الأخرى .

- ١٠ - إن تقدير الكلية يلعب دوراً صغيراً في النجاح في الحياة العملية .
- ١١ - تناول الكحول بكمية قليلة منه .
- ١٢ - هناك فرق واضح ما بين الشخص العادي والشخص المختل عقلياً .
- ١٣ - سبب التحيزات أساساً نقص المعلومات .
- ١٤ - التنافس بين الناس صفة تميز بها أغلب المجتمعات الإنسانية .
- ١٥ - إن أهم ملامح العمل بالنسبة للموظفين هو الأجر الذي يتقاضونه مقابل أعمالهم .
- ١٦ - يمكن تقسيم الناس بكل دقة إلى إنطوائيين ومنبسطين .
- ١٧ - العقاب عادة هو أفضل السبل للتخلص من السلوك الغير مرغوب فيه عند الطفل .
- ١٨ - بمراقبة تعبيرات الشخص عن كسبه ، يمكنك أن تحدد تماماً جداً المشاعر التي يمر بها .
- ١٩ - بوضع الطموح أهدافه في الحياة عالياً ، وكلما ازداد تأكداً من تحقيقها يكون أسعد حالاً .
- ٢٠ - إذا كان شخص ما صريح معك ، فبإمكانه عادة أن يذكر لك دوافعه لذلك .

إجابة التمرين (السابق) على الكلمات الرئيسية :

كانت الكلمات الرئيسية في كل سؤال بالتمرين السابق كما يلي : (١) عادة ، (٢) فقط ، لا (٣) كثير ، (٤) أفضل ، (٥) أغلب ، (٦) يحلل نفسياً ، (٧) جيدة جداً ، (٨) الأفضل ، (٩) في الموضوعات الأخرى ، (١٠) صغيراً ، (١١) منه ، (١٢) واضح ، (١٣) أساساً ، (١٤) أغلب ، (١٥) أهم ، (١٦) بكل دقة ، (١٧) عادة ، أفضل ، (١٨) تماماً جداً ، (١٩) تأكداً ، أسعد ، (٢٠) عادة . العبارات السابقة جميعها خطأ ويمكن معرفة أسباب ذلك الخطأ من الكتاب الذي اقتبست منه أو في برنامج دراسي مماثلة في علم النفس . .

وتذكر بأننا في بداية الفصل الرابع (٨٥) قد طلبنا منك أن تتذكر المقيدات الأساسية عندما تختار الأفكار الرئيسية والتفاصيل الهامة .

وهناك بالطبع عدد لا نهائي من المقيدات الممكنة ، غير أن أفضلها يقع تحت واحدة مما يلي :

كل ، أغلب ، بعض ، (ليس) لا
دائما ، عادة ، أحيانا ، مطلقا (بتاتا)
عظيم ، كثير ، قليل ، لا
أكثر ، مساو ، أقل
حسن ، سيء
يكون ، لا يكون .

فإذا صادفك مقيد بهذه السلسلة من الكلمات ، أو مقيد يعطي بالضبط نفس المعنى كواحد منها ، فافضل طريقة لمعرفة ما إذا كانت العبارة صحيحة أم لا هي أن تجرب ، هل يمكنك إستبدال المقيد في الجملة بمقيد آخر من نفس السلسلة السابقة . فإذا كان بديلك هذا قد جعل الجملة أقوم من الأولى التي كانت لديك ، فالسؤال إذن خطأ . أما إذا لم يُقوم هذا البديل معنى الجملة فالسؤال إذن صحيح . ودعنا نأخذ مثالا : « بعض الزهور حمراء اللون » والجمل البديلة هي ؛ « كل الزهور حمراء اللون » ، « أغلب الزهور حمراء اللون » ، « ليس هناك زهور حمراء اللون » ، « لا زهور باللون الأحمر » . وواضح أن الجملتين المتطرفتين ضعيفتي الصحة ، أما الجملة الثالثة قد تجعلك تشك فيما إذا كان « أغلب الزهور حمراء اللون » حقيقة ، ولكن إذا صح ذلك فإن القول بأن « بعض الزهور حمراء اللون » سيكون صحيحاً أيضاً .

تمييز الكلمات الرئيسية

ينبغي أن تكون هذه الطريقة في تحليل المقيدات عوناً لك في الامتحانات برغم أن الأسئلة الحقيقية تكون بالطبع أكثر تعقيداً من هذه الأسئلة . وقد لا تنجح

هذه الطريقة دائما ، ولكن سواء نجحت أم لم تنجح ، فانها تساعدك على ان تجد الكلمة أو الكلمات الرئيسية في الجملة ، وهي دائما موجودة . وقد لا تكون على هيئة صفة أو حال ، ولكنها ستكون كلمة أو عدة كلمات يرتبط بها صواب الجملة أو خطأها فجميع الكلمات الأخرى في الجملة يمكن أن تشكل عبارة إما أن تكون صحاً أو أن تكون خطأ وذلك تبعاً للكلمة أو الكلمات الرئيسية ، فابحث عن هذا ولا تقلق بخصوص الاعتراضات المحتملة للكلمات الأخرى في الجملة .

يعتقد بعض الطلاب بأن هناك كلمات معينة تجعل الجملة تلقائياً صحيحة أو خاطئة . فهم يعرفون بأنه من الصعب بناء جمل صحيحة بكلمات مثل « لا » و « مطلقاً » و « كل » أو أي مقيدات جامعة مانعة أخرى . ولذلك فهم يحكمون على مثل هذه الجمل بالخطأ متى صادفوها . وهذا إجراء خطير غالباً لأن المعلمين مهما كان الأمر واعين تماماً كالطلاب لأي إنشاء عفوي . ونتيجة لذلك يتجنبون العبارات التي يمكن أن تكون الإجابة عليها صواباً بانتهاج خط من المقيدات المتطرفة البسيطة . ويمكن للمعلمين ، من ناحية أخرى ، أن يصيغوا عبارات تشتمل على الكلمات الصحيحة في الواقع . وفي بعض الحالات ، وخاصة في العلوم الطبيعية نجد أن العبارات الجامدة الغير مقيدة تكون صحيحة . وأمثلة هذه الجمل سوف تجذب (أو ربما يجب أن تجذب) الطالب الذي لا يستطيع الحكم عليها بما تستحقه .

وأفضل الأسئلة من نوع الصح والخطأ عادة ما تكون عبارات من جملة واحدة . وقد يحدث أحياناً أن تتركب من جملتين ، وعندئذ تكون فعلاً جملتين إثنين ، وليست واحدة . فإذا صادفك سؤال كهذا ، فاحكم على كل جملة من الجملتين كلا على حدة . فإذا كانت إحداها خطأ ، فاجعل السؤال كله خطأ ، حتى وإن بدت الثانية صواباً . فالعادة أن تكون كلا الجملتين إما صح أو خطأ .

قراءة الأسئلة متعددة الاختيار

إن الاسئلة متعددة الاختيار هي في الأساس أسئلة صح أم خطأ رتب في

مجموعات . فجملة أو عبارة استهلالية في مقدمة الأسئلة تتحد بثلاث نهايات أو أكثر لتشكل عبارات مختلفة . وفي بعض الأحيان تكون الأسئلة من دقة الصياغة والتركيب بحيث أن أي عدد من الجمل داخل السؤال يمكن أن يكون إما صح أو خطأ . وهنا يكون السؤال بالفعل عدة جمل من عبارات صح وخطأ ، وينطبق عليه كل ما ذكرناه سابقا . ومع ذلك تأكد من قراءتك للإرشادات جيدا حتى يمكنك أن تجيب عن الأسئلة بالطريقة النموذجية للإجابة .

ويختلف السؤال متعدد الاختيار عن سؤال هل صح أم خطأ . في ان هناك سؤال واحد فقط خارج المجموعة يتطلب الاستخراج . وعملك هو أن تختار العنصر الأقرب إلى الصواب من الآخرين . وهو أمر نسبي ، وليس قطع بات بالصواب أو الخطأ . ولذلك فإن هذه الحقيقة تتطلب أسلوبا معيناً للتعامل مع الأسئلة .

فاقرأ السؤال كل مرة بعناية وحدد بالضبط العناصر واضحة الخطأ . وحتى تساعد على إبرازها ، ضع خطأ على الحرف أو العدد الذي تسبب في هذه العبارات الخطأ . ثم ركز على العبارات الصحيحة . وقرأها مرة ثانية . وإختبر ولاحظ الكلمات الرئيسية كما لو كنت أمام سؤال من نوع صح أم خطأ ، وقارن الجمل بعضها ببعض لترى أيها تبدو أكثر قربا للصواب . وعندما تصل الى قرار ، علم على الإجابة في المكان المخصص ، وانتقل إلى السؤال الذي يليه . أما إذا لم تستطع أن تحزم رأيك ، فضع علامة إستفهام على جانب السؤال ، واتركه حتى تعود اليه لاحقا للعمل على إجابة الأسئلة الأكثر صعوبة .

قراءة الأنواع الأخرى من الأسئلة

هناك طرق أخرى يمكن تطبيقها على كيفية مطابقة الأسئلة . فيمكن مثلا أن تقرأ جميع العبارات التي ترد في سؤال واحد ، والمطلوب منك الآن مطابقتها وذلك حتى تأخذ فكرة عن مدى الاحتمالات التي تواجهها وبعدها تبدأ بتناول النقطة الأولى على اليمين وقرأ النقاط التي الى اليسار حتى نجد العبارة التي تقطع بأنها أفضل

مطابقة . فاذا لم تكن متأكدا من ذلك ، فاترك هذه العبارة وانتقل الى التي تليها .
والفكرة العامة من هذا هي أن تستخلص كل المتطابقات التي تتأكد منها . فهذا يقلل
من عدد الاحتمالات عند مطابقة الأسئلة الصعبة ويسهل عليك العمل . على أن
بعض أسئلة المطابقة تتألف فقط من كلمات أو عبارات موجزة يطلب مطابقتها . وقد
تشغل أسئلة أخرى الجمل بأكملها . تماما كما في عبارات صح أم خطأ ، أو الأسئلة
متعددة الاختيار . وفي هذه الحالة الأخيرة ، حاول أن تحدد الكلمات الرئيسية وأن
تختبرها كما اقترحنا سابقا في حالة اسئلة صح أم خطأ والأسئلة متعددة الاختيار .

واحد أنواع الأسئلة الذي يستخدم كثيرا في برامج دراسية عديدة هو اسئلة
أكمل ما يأتي . ففيه جمل مثل صح أم خطأ فيما عدا أن كلمة أو عدة كلمات قد حذفت
منها ، وعليك أنت أن تضعها . وعندما تجيب عن مثل هذه الأسئلة حاول أن تتخير
كلماتك بعناية ، لأن لدى المعلم شيء محدد تماما في ذهنه : كمصطلح فني أو كلمة
رئيسية في فكرة أساسية أو في تفصيل دقيق ، أي حاول أن تجد الاجابة التي تتصل أو
تتعلق فعلا بالموضوع . فاذا لم يمكنك من ناحية أخرى أن تجد الاجابة النموذجية
التي تحاول تذكرها ، فسجل الشيء الذي يمثل أفضل إجتهاداتك . وأمثال هذه
الاجابات تنال عادة - وبالرغم من كونها ليست المطلوبة بالضبط - أما الدرجة الكاملة
أو جزءا كبيرا منها .

المقرر هو الجوهر

هناك نصيحة عامة واحدة بخصوص الامتحانات الموضوعية تبدو واجبة
الذكر ، خاصة وأن لدينا فرص عديدة لترديدها على الطلاب في أوقات الامتحان :
تذكر دائما ان جوهر الأسئلة هو المقرر الذي تدرسه . واسأل نفسك وأنت تجيب على
السؤال كيف ينبغي أن تكون الاجابة على ضوء كتابك الدراسي أو بالنظر لما ذكر
بقاعة الدرس . وحدد مصدر هذه الاجابة اذا أمكنك سواء من الكتاب الدراسي أو
قاعة الدرس . فان لم تستطع ففتش في ذاكرتك عن شيء تعلمته في البرنامج

الدراسي يكون ذات صلة وثيقة بهذا الموضوع . ولا تجعل إجابتك على الأسئلة تبعاً لآخر مجلة قرأتها أو تبعاً لرأيك الشخصي ، أو وفقاً لبعض البرامج الأخرى التي درستها . فذلك من شأنه أن يعطيك (في بعض الأحيان) إجابة مختلفة ، مع أنها تتصل بجوهر ما درّس لك ، وبمصادر المعلومات المتصلة به . والمعلم عندما يصيغ أسئلة ، لا يمكنه أن يكون مسئولاً عن عادات قراءتك الشخصية ، لكنه يتوقع منك أن تجيب بلغة وروح البرنامج الدراسي الذي درسه لك .

اللمسات الأخيرة في الامتحان

قلنا بأنك يجب أن تتصفح الامتحان الموضوعي ، وتجب عن الأسئلة السهلة ، ثم تعود فيما بعد للأسئلة الصعبة . وعندما تبدأ في حل الأسئلة الصعبة ، انظر كم بقي لديك من الوقت ثم قسمه على الأسئلة الباقية التي يجب عليك إجابتها . واترك خلال تخطيطك لهذا الوقت وقتاً قليلاً لإعادة القراءة النهائية لإجابتك . فقبل أن تسلم ورقة إجابتك ، يجب أن تقرأها بسرعة وعناية أخرى ، فلربما تكون قد ارتكبت خطأ سخيفاً ، كوضع إجابة مختلفة لما تقصده أو ترك أسئلة بدون إجابة .

وقد تغريك إعادة قراءة الامتحان بتغيير بعض إجابتك . فان فعلت فلا تؤدي ذلك بتسرع أو إندفاع . بل ركز ذهنياً أولاً وقبل كل شيء على اختيار الإجابة ، إذ لا يجب أن تغير إجابتك بدون سبب وجيه . وحتى يتوفر لك هذا السبب اقرأ جميع الأسئلة مرة أخرى بعناية وقلب الرأي في الاحتمالات المختلفة . بذلك يمكن أن تتذكر شيئاً مهماً يكون ذا صلة وثيقة بالموضوع ولم تتذكره في القراءة الأولى ، أو قد تضعف معاني الاحتمالات بوضوح أكثر في ذهنك . وفي هذه الحالة ، لا بأس أبداً من أن تغير الإجابة ، ولعلك بذلك تزيد من فرصتك في الإجابة الصحيحة . وبيت القصيد هنا هو أن تتجنب التغييرات الاندفاعية . وتأكد تماماً من أن الاختيار النهائي هو الاختيار الذي تشعر أنه الصحيح .

التعامل مع الامتحان المقالي

سوف نستخدم إصطلاح « مقالة » للإشارة الى أي امتحان تكون الأسئلة نفسها فيه محددة نسبيا ويكون معظم عملك محصور في تكوين الاجابات على هذه الأسئلة . وقد يكون الامتحان من نوع المقالة فيه تطرف ، فيتطلب منك اجابات قصيرة مختصرة ، حيث ينبغي فيه أن تكتب قائمة محددة نسبيا من الأشياء . أما التطرف الأخر فهو اسئلة المناقشة التي تطلب منك بأن تغطي موضوعا واسعا نسبياً الى بعد معين . وستناقش في الفصل التاسع الامتحانات التي تشمل العمل على حل المشكلات .

خطط وقتك

عندما تتعامل مع الامتحانات من نوع المقالة يجب ان تخطط وقتك اكثر مما تخطط له في الامتحانات الموضوعية . ولدى الطالب الجيد لا الطالب الممتاز فقط كثير من المعلومات والتي تكفي لأن يكتب أكثر من الوقت الذي لديه . فلا يأخذك الحماس للاجابة على أسئلة معينة تعرف اجابتها جيدا ، مما يضطرك الى اعطاء الأسئلة الأخرى وقتا قصيرا للحل فتضعف درجتك في بعض الأسئلة . والمعلم يتوقع منك - وهو على حق في هذا - أن تقسم وقتك جيدا ، وتعطي كل سؤال الوقت الذي يناسبه .

ولكي تتوصل الى تحقيق مثل هذا التوازن في الامتحان ، اقرأ الامتحان بأكمله قبل أن تبدأ في الاجابة . واحسب المدة أو الوقت الواجب تخصيصه لكل سؤال . فاذا لم يكن منصوبا على ذلك ، فقدر الوقت اللازم لكل سؤال ثم حاول أن تلتزم به طول فترة الاجابة .

فاذا كان الامتحان يعطيك فرصة الاختيار ويسمح لك بأن تأخذ بعض الأسئلة وتترك البعض الأخر . فقم باتخاذ قرار تجريبي في البداية . واختر وعلم على الأسئلة التي تتأكد من معرفة الاجابة عليها . فان كنت تشك في قدرتك على الاجابة على سؤال منها ، فدعه جانبا حتى يتيسر لك أن تفكر فيه قليلا ، واتخذ قراراً مناسباً

بشأنه . ولا تنس أن ترقم كل سؤال برقمه الصحيح عند الإجابة .

اتبع التوجيهات

لأسئلة الامتحان المقالي كما لأسئلة الامتحان الموضوعي كلمات رئيسية . ولكنها تكون في هذه الحالة على هيئة إرشادات توجه اليك للإجابة على السؤال . وهذه الكلمات الرئيسية عادة ما تكون كالآتي : « اذكر » ، « وضح » ، « قارن » ، « صف » الخ . وكل كلمة مما سبق تعني شيئا يختلف عن الآخر ، ويختار المعلم من بينها ما يروقه لسبب وجيه يقصده . ويخاطر بعض الطلاب بالكتابة حول موضوع أو ذكر ما يعرفوه عن هذا الموضوع سواء طلب منهم ذلك أم لم يطلب . ويفعلون ذلك عندما لا يكونوا مستعدين لأن يجيبوا بالضبط على ما تهدف اليه الكلمة الرئيسية . وهذا هدر للوقت بغير شك . لأن المعلم يتجاهل ما لم يطلب ، ويعتبر الطالب يتهرب من السؤال . فلاحظ الكلمة الرئيسية في السؤال ثم التزم عندئذ بأن تكون قريبا بقدر ما تستطيع الى ما تطوي عليه أو تتضمنه ، فإذا كانت هذه الكلمة « اذكر » فلا تناقش أو توضح ، اللهم إلا إذا كان ذلك يضيف معلومات وثيقة الصلة بالموضوع الى القائمة التي تعددها أما إذا كانت تقول « وضح » فوضح بالشرح ولا تذكر مجرد عناصر ، كما لا تناقش أو تقارن وهلم جرا .

كن واضحا

يقع الطلاب عادة في خطأ التعبير عن محاور أحاديثهم بإيجاز مخل ، ولغة سطحية غامضة ، ثم ينتظرون من المصحح بعد ذلك أن يعرف ما هو المقصود . فهم يجتارون كلماتهم بدون اهتمام ، وليس المصحح بقارىء أفكار والنتيجة أنه لا يكون متأكدا مما إذا كان الطالب يعرف ما يتكلم عنه بالفعل أم يخادع مجرد خداع . ولهذا كان من الأهمية بمكان أن تؤكد كل نقطة بما يشتمها ويرسخها . واذكر النقاط بدقة بقدر ما تستطيع في المرة الأولى ، ثم اضرب مثلا أو تفصيلا مهما وثيق الصلة بالموضوع يكون من شأنه أن يبين أو يبرهن على أنك تعرف تماما الموضوع الذي تتكلم فيه .

فيقتنع المصحح وتنال درجات عن أشياء أنت على علم بها وأحسنت التعبير عنها .
فاتقنك وفهمك للنقطة بهذه الطريقة يختلف ولا شك عن عملية الحشر
الأخرى في الكتابة . ويلجأ الطلاب الى وضع نقاط متفرقة يعوزها الترابط بأشكال
متفاوتة قليلا . لا لشيء الا لتضخيم حجم اجاباتهم بدلا من الاجابة الموجزة .
واكثر المصححين وقد تفرسوا في تصحيح المثات من أوراق الاجابة ، بمقدورهم أن
يلتقطوا هذا النوع من الاجابة بسرعة ، والمعروف أنهم لا يشعرون بالارتياح تجاهه .
فمن الأفضل أن تكون مختصرة الاجابة على أن تحشوها بأشياء ليس لها صلة
بالموضوع . وبهذه الطريقة لا تكشف عدم معرفتك أو تلفيقك .

الكلمات الهامة في الأسئلة من نوع المقالة

تظهر المصطلحات الآتية عادة في الأسئلة من نوع المقالة ، فتعرف على معناها
ثم اجب تبعا لذلك . (وتحمل هذه القائمة روح التعريفات وليست الكلمات
الحرفية للجمل) :
قارن :

ابحث عن الصفات أو الخصائص التي تماثل بعضها البعض . وأكد اوجه
التشابه بينها ، ولكن اذكر أيضا أوجه الاختلاف في بعض الحالات .
التغاير أو التضاد :

بين أوجه التباين ، والاختلاف ، أو عدم الاتفاق في الأشياء أو الأنواع أو
الحوادث أو المشاكل .
انتقد :

عبر عن حكمك على جدارة صحة العناصر أو وجهات النظر المذكورة . واذكر

نتائج تحليلاتك لهذه العناصر مناقشا مواطن الضعف والقوة فيها ،

عرّف :

اذكر المعاني المختصرة ، الواضحة ، الجازمة ، دون ذكر التفاصيل . ولكن تأكد من ذكر حدود التعريف كلها . مينا كيف أن الشيء الذي تناوله بالتعريف يختلف عن الأشياء في الموضوعات الأخرى .

صِف :

إسرد ، صور خصائص ، ارسم صورة ، ارو بالتابع ، أو بشكل قصصي .

الرسم البياني أو التخطيطي :

اجب مع الرسم ، أو اعمل خريطة أو تصميم ، أو رسم بياني .

ناقش :

افحص ، وحلل بعناية ، ثم قدم أسباب المعارضة أو التأييد ، مستوفيا ذلك ومورداً التفاصيل .

عدّد :

اكتب على شكل نقاط أو تخطيطات ما يبين بايجاز النقاط واحدة تلو الأخرى .

قيّم :

قيم المشكلة بعناية واذكر كلا من المحاسن والمساوىء . موضحا تقييم الخبراء بدرجة كبيرة ، وبدرجة أقل تقييمك الشخصي .

اشرح :

بين ، فر ، وضع جيدا المادة التي تقدمها . مع ذكر الأسباب في اختلاف الآراء أو النتائج وحاول أن تحلل المسببات .

صور :

مستخدماً الرقم أو الصورة أو الرسم البياني أو المثال الراسخ لتشرح أو توضح المشكلة .

فر :

ترجم ، اذكر أمثلة على ، حل ، علق على ، موضوع يشتمل عادة على رأيك فيه .

علل :

برهن أو اذكر أسباب المناقشات أو النتائج ، وابذل غاية جهدك في أن تكون مقنعا .
سجل أو ادرج :

كما في « عدد » اكتب سلسلة عناصر من الجمل المختصرة .

خطط :

ضع وصفا للنقاط الرئيسية والنقاط التابعة ، واحذف التفاصيل الدقيقة مؤكدا على ترتيب أو تصنيف الأشياء .

اثبت :

اقم الدليل على صحة كذا متشهدا بأدلة واقعية ، أو موردا مبررات منطقية واضحة .

اربط أو اعز :

بين كيف تنتمي الأشياء الى بعضها ، أو ترتبط ببعضها أو كيف أن سببا يحدث سبباً آخر بلازم غيره أو بصاحب سواه .

انقله :

افحص الموضوع ناقداً ، ومعللاً ومعلفاً على الجمل الهامة التي يمكن أن تثار عنها .

صنع :

اعرض النقاط الهامة بايجاز وبتابع واضح صحيح ، واحذف كلام من التفاصيل ، والتوضيحات ، والأمثلة .

لخص :

اذكر النقاط او الحقائق المهمة في شكل مكثف ، كتلخيص الفصل مثلا واحذف التفاصيل والتوضيحات .

تبع :

اوصف في سرد ايجابي ، التطورات او الأحداث التاريخية في بعض النقاط الأساسية .

الخط واللغة الجيدة

كثير من الطلاب خطهم اليدوي رديء جدا ، وبعضهم يستحيل قراءة خطه تقريبا ، اما البعض الآخر فيمكن قراءة خطهم بصعوبة ومشقة . فاذا كنت أحد هؤلاء فحاول أن تفعل شيئا حيا ل هذه المشكلة . فانت قد لا تكتب مطلقا خطا أنيقا جميلا ، ولكن يمكن أن تجعل خطك واضحا مقروءا فمن المهم ان تحرص على ذلك ، لأن المصححين يشعرون بأن على الطالب أن يكتب بخط واضح مقروء ، فهم لا يمكن أن يعطونه درجات عن شيء لا يستطيعون قراءته . قد يحاول بعض المعلمين فك مغالقات الخطوط الغير مقروءة ، لكن الآخرين لا يطبقون عليها صبرا ، وبالتالي يفضون درجة هذه الورقة المستغلقة رديئة الخط . وفي أحد البحوث على سبيل المثال ، قام بعض المصححين مرتين بتصحيح مجموعة واحدة من الأوراق ؛ أحدها وهي مكتوبة بخط رديء صعب القراءة ، والأخرى في وقت آخر بعد أن كتبت بخط واضح مقروء . وكانت التعليقات الموجهة الى المصححين ألا يعيروا أي انتباه للخط فيما يخص بالعلامات . ومع هذا فان الدرجات المعطاة لأوراق الاجابة المكتوبة بخط

واضح كانت أعلى بكثير من العلاقات المعطاة للأوراق المكتوبة بخط صعب القراءة ، على الرغم من أن المجموعتين يجويان نفس الاجابة بالضبط . فاذا كان خطك صعب القراءة ، فتذكر انه قد يتسبب في تحويل التقدير من حـ الى ل أو من م الى حـ ح* وهي نسبة لا يستهان بها . ولذلك يستحسن أن تبدأ بالتدريب والتمرين على الخط الأفضل اذا كان خطك من النوع الرديء صعب القراءة .

ولا تالُ جهدا في أن تكتب بلغة سليمة ، وذلك باستخدام النحو ، ومراعاة الترقيم بالنقط والفواصل الصحيحة والهجاء السليم . فبالإضافة الى ما يتركه ذلك من انطباع طيب ، فانها لازمة للقراءة السهلة ، ولفهم ما تريد قوله . أما بالنسبة للمصحح فان ركاكة الأسلوب تعني التشوش ، واضطراب التفكير ، وعدم التمكن والسيطرة على موضوع المناقشة . أما ضعيف التهجي - خاصة في الكلمات المهمة - فانه لا يعكس فقط الاهمال في القراءة والاستدكار ، ولكنه يعكس أيضا ضعف المعلومات ، وعدم فهم المادة بما فيه الكفاية . وهكذا يكون من الطبيعي أن اخطاء من هذا النوع ستهبط بتقديرك سواء قصد المصحح ذلك أم لم يقصد . فاحذر أن تغفل عن ملاحظة القواعد الاساسية للغة السليمة عندما تسرع لكتابة الاجابة .

الاستفادة من الامتحانات

نختم هذا الفصل الخاص بالتعامل مع الامتحانات بإمكانية الاستفادة منها الى حد بعيد . فعندما يستعيد الطالب النمطي التفكير ورقة اجابته ، يبحث فيها عن أي شيء وقع سهوا أو خطأ في خلال تصحيحها أو أي شيء يماحك فيه . ثم يضع الورقة جانبا ولا يفعل بها شيئا بعد ذلك . ويحدث في بعض الأحيان أن تقع أخطاء وعلى الطالب أن ينبه المعلم الى ذلك . والأكثر فائدة من هذا أن يتعلم الطالب (بمراجعتة الدقيقة لورقة إجابته) الكثير عن استعداداته السابقة وطرقه الحالية في الاستعداد للامتحان القادم .

* ترمز الحروف التالية الى التقديرات في الجامعات العربية م = ممتاز ، حـ حـ = جيد جدا ، حـ = جيد ، ل = مقبول ض = ضعيف ، ضـ حـ = ضعيف جدا .

وابحث حيناً أخطأت أو ضاعت عليك درجات عن السبب : في مذكراتك أو دفتر ملاحظاتك ، أو كتابك الدراسي لتعرف تماماً كيف حدث ذلك . هل أسأت فهم أو تفسير شيء مما درست ؟ هل اخفقت في تسجيل شيء مهم في ملاحظاتك ومن ثم فاتك استذكاره ؟ هل لم تنجح في ملاحظة المقيدات ؟ هل قرأت السؤال بطريقة خاطئة ؟ كل هذه الاستفسارات والتساؤلات يمكن الاجابة عليها بدراسة ورقة اجابتك صحيح ان هذه الطريقة قد لا تكشف عن الأخطاء الشخصية في عادات استذكارك لتشرع في تصحيحها . ولكننا جميعاً نتعلم من نجاحنا ، وورقة الاجابة سجل صحيح للاخطاء . فكن فظناً واستفد منها .

تنظيم الاجابة من نوع المقالة

نسق هنا مثالين لاجابتين مختصرتين لسؤال واحد من نوع المقالة . اقرأهما لترى ماذا تعتقد بشأنهما . ثم قارن حكمك بتعليقنا في نهاية الاجابة . والسؤال هو :
ما أهم نتائج الثورة (الانجليزية) عام ١٦٨٨ ؟

الاجابة الاولى

سوف الخص أهم نتائج الثورة تحت ثلاثة رؤوس :

١ - انتصار البرلمان . فقد كانت النتيجة المباشرة تماماً لثورة ١٦٨٨ هي النصر النهائي للبرلمان في الصراع بينه وبين الملك والذي استمر طوال القرن السابع عشر . وأعلن البرلمان شغور العرس بسبب هجر جيمس الثاني الى فرنسا ، وانتهى أخيراً الى تقرير أن الملك يحكم بإرادة الشعب والبرلمان ، وليس بموجب حق إلهي . وقد قرر البرلمان لائحة حقوق تفيد بأن الملك ليس فوق القانون ولكنه هو نفسه هدفاً للقانون . وفي السنوات الأولى من حكم وليام وماري ، اعتمدت قوانين إضافية عديدة قلصت قوى وصلاحيات التاج .

٢ - نهاية الصراع الديني . فالثورة نفسها لم تنه كلية القلاقل الدينية في القرن السابع عشر ، ولكن البرلمان أباح قانون التسامح الديني الذي وضع حداً

للعديد من مشاكل المعارضين . ورغم ذلك ، فقد ظل الكاثوليك عرضة للكثير من التعديلات على الحريات المدنية .

٣ - طبقة سياسية جديدة . وقد كان من النتائج العامة الرئيسية للثورة وانتصار البرلمان بداية عهد جديد . انقسمت القوى السياسية في بريطانيا خلاله ما بين الطبقة الارستقراطية العليا أصحاب الأرض ، وطبقة التجار .

الاجابة الثانية

كانت ثورة ١٦٨٨ في غاية الأهمية . وبلغ من أهميتها أن أطلق عليها أحيانا اسم « الثورة المجيدة » فقد فاز البرلمان ، وأقر العديد من القوانين التي كانت تناهض الملك ، وناشدت وليم وماري ان يحكما انجلترا بالمشاركة . ولكن وليم وماري أيا الا أن يجاربا هذا الرأي ، خصوصا في أيرلندا حيث هزم جيمس الثاني في النهاية . وتعاون وليم وماري مع البرلمان حيث لم يبق الكثير من القلاقل بين الملك والبرلمان . ولم يكن جيمس الثاني شعبيا بالمره ، لأنه كان كاثوليكيا ، وقد صرح البرلمان بأنه لا يجوز لكاثوليكى بتاتا أن يصبح ملكا مرة اخرى . ومع ذلك فقد سهل البرلمان الأمور على المنشقين ، وكان هذا نهاية عهد الحق الإلهي للملوك في انجلترا . ورغم ذلك فقد كانت البلاد في بداية الأمر تحكم غالبا بواسطة الطبقة الارستقراطية أو حكومة النبلاء وأغنياء التجار . ولم تأت مرحلة الديمقراطية الحقة الا بعد وقت طويل لاحق ، ولذلك فان ثورة عام ١٦٨٨ لم تكن ثورة ديمقراطية تماما .

لاحظ ان هاتين الاجابتين مختلفتان اكثر مما يكون في التنظيم عنهما من حيث المحتوى . فالاجابة الأولى ليست تامة ، ولكنها متوازنة ، واضحة ، وواقعية . والثانية أشد ضعفا لأنها غامضة ، غير منظمة ، ومليئة بالعبارات المفككة الغير وثيقة الصلة بالموضوع .

قائمة المحتويات

الفصل الأول التعليم الكفء

١٢	من الذي قد ينحن.....
١٣	فن الدراسة.....
١٣	ما هو مدى كفاءتك؟.....
١٣	تنظيم الوقت.....
١٦	تنظيم العمل.....
١٧	ما هي نوعية مذكراتك؟.....
١٧	هل تستطيع القراءة؟.....
١٨	كيف تقوم بعملية الاعداد؟.....
١٩	المهارات الأساسية.....
١٩	قراءة أفضل.....
١٩	المفردات.....
٢٠	مهارات الرياضيات.....
٢١	تختلف الجامعة عن المرحلة الثانوية.....
٢٢	معايير العمل.....
٢٣	أنت مستقل الآن.....
٢٤	الضغوط الوالدية.....
٢٥	القدرات والميول.....
٢٥	التقييم الذاتي.....
٢٨	خدمات الارشاد.....
٢٩	الداعية للعمل الجامعي.....
٢٩	نقص الدافعية.....

٣٢	النجاح الأكاديمي والمهني
٣٤	أهمية التقديرات
٣٥	الاستمتاع بالدراسة
٣٦	كيف تقلل من وقت دراستك
٣٧	العمل لبعض الوقت

الفصل الثاني

تنظيم الوقت

٤٠	قيمة الجدول
٤٠	الجدول يوفر الوقت
٤٠	كيف تجعل لكل ساعة قيمتها
٤٤	متى تستذكر
٤٥	الاستذكار لمقررات المحاضرات
٤٦	الاستذكار لمقررات التسميع
٤٧	كيف تضع جدولاً وتعديله
٤٧	وقت الدراسة أو الاستذكار
٤٨	توزيع الوقت
٤٩	مثال
٥٦	تعديل الجدول
٥٨	كيف تستخدم وقتك
٥٨	هل يسهل إغراؤك
٥٩	فترات محددة للاستذكار
٦٠	الاستذكار والظروف الفيزيائية
٦١	أين تستذكر
٦٢	التركيز
٦٣	اللياقة البدنية
٦٣	النعاس
٦٤	الارهاق العقلي
٦٥	المحافظة على الميل

الفصل الثالث

التعلم في قاعة الدرس

٦٧	التدريس في قاعة الدرس
٦٨	الفصول الكبيرة
٦٨	مقررات المحاضرات
٦٩	فصول الامتحانات القصيرة
٧٠	تنظيم المقرر
٧٠	الامتحانات
٧١	المذكرات
٧٢	حضور الدروس
٧٣	الانصات الجيد
٧٤	كتابة مذكرات للمحاضرات
٧٤	النظرة الشاملة ، والأسئلة ، والايضاحات
٧٥	تنظيم المذكرات
٧٧	المراجعة والتعديل
٧٨	كيف تحفظ المذكرات
٧٩	الملفات الجيدة لحفظ المذكرات
٨١	أشكال أخذ الملاحظات

الفصل الرابع

قراءة أفضل وأسرع

٨٦	القراءة بهدف
٨٧	الاستخلاص
٨٨	استخراج الفكرة الرئيسية
٩١	استخلاص التفاصيل الهامة
٩٤	أهداف أخرى من القراءة
٩٥	الأسئلة والأجوبة
٩٦	التقييم
٩٧	التطبيقات
٩٨	استخدم عينيك
٩٨	وقفات العين

٩٩	سعة مجال التعرف
١٠٠	توفير وقت الانتظار
١٠١	القراءة قدما
١١٠	كيف تحسن قراءتك
١١٠	كف عن الحديث الى نفسك
١١١	اقرأ على هيئة « وحدات فكرية »
١١٣	تدرب أن تقرأ أسرع
١١٧	بناء المفردات
١١٩	الانتباه للكلمات الجديدة
١١٩	استخدام القاموس
١٢٠	بطاقات المفردات
١٢٠	الكلمات العامة والمصطلحات الفنية
١٢٢	حلل الكلمات

الفصل الخامس

إستذكار الكتب الدراسية

١٣٠	المحصر (النظرة الشاملة أو المسح الفكري)
١٣٠	المسح الفكري للكتاب
١٣١	المسح الفكري لفصل
١٣٣	السؤال
١٣٤	أسئلتك
١٣٦	أمثلة المؤلف
١٣٧	اقرأ
١٣٨	اقرأ بايجابية ونشاط
١٣٨	اقرأ لمعرفة الأفكار الرئيسية والتفاصيل الهامة
١٣٩	اقرأ كل شيء
١٤٠	سمع
١٤٠	قيمة التسمع
١٤٣	ما مقدار وقت التسمع
١٤٤	متى تسمع
١٤٥	راجع
١٤٥	المسح
١٤٥	إعادة القراءة

١٤٦	أوقات المراجعة
١٤٧	وضع المخطوط في الكتب الدراسية لتحديد إطار الموضوع
١٤٧	وضع المخطوط
١٤٩	لملذا تأخذ ملاحظات
١٥٣	طرق تحديد إطار الموضوع
١٥٤	محتوى الملاحظات
١٥٨	أشكال الملاحظات
١٥٩	كتابة الملخصات

الفصل السادس دخول الامتحانات

١٦٥	الاستعداد للامتحانات
١٦٦	المراجعة النهائية
١٦٧	جدول المراجعات
١٧٠	كيف تراجع
١٧٢	أشكال الامتحانات
١٧٤	موقف جديد حيال الامتحانات
١٧٦	التعامل مع الامتحانات الموضوعية
١٧٧	أحص
١٧٧	الدراية بالقواعد الأساسية
١٧٨	أجب عن الأسئلة السهلة أولاً
١٧٩	تحليل المقيدات
١٨٠	تمييز الكلمات الرئيسية
١٨٣	قراءة الأسئلة متعددة الاختيار
١٨٤	قراءة الأنواع الأخرى من الأسئلة
١٨٥	المقرر هو الجوهر
١٨٦	اللمسات الأخيرة في الامتحان
١٨٧	التعامل مع الامتحان المقالي
١٨٧	خطط وقتك
١٨٨	إتبع التوجيهات
١٨٨	كن واضحاً
١٩٢	الخط واللغة الجيدة
١٩٣	الاستفادة من الامتحانات

**** معرفتي ****
www.ibtesama.com
منتديات مجلة الإبتسامة

**** معرفتي ****
www.ibtesama.com
منتديات مجلة الإبتسامة

مؤسّسة دار الكتاب الحديث
للطبّوع والنشر والتوزيع
الصفّاء - الكويت

بصريات



www.ibtesama.com