



اتاق مشوره

کجا...؟ خانه یا کتابخانه

سهیل حسینی - مشاور تحصیلی



با آغاز فصل تابستان و شروع سال تحصیلی جدید برای داوطلبان آزمون سراسری، یکی از دغدغه‌هایی که اغلب داوطلبان خواهند داشت، موضوع مکان مناسب مطالعه است. اگرچه در نگاه اول موضوع چندان پیچیده و بغرنج نیست ولی همین موضوع ساده در بسیاری موارد ذهن و فکر داوطلبان را چنان اشغال می‌کند که گاهی برای روزهای متعدّد آنان را از انجام فعالیت مطالعاتی باز می‌دارد. طبیعی است که توقف یا تاخیر این فعالیت سبب افت علمی داوطلب و نیز عقب ماندن وی از گردونه رقابت خواهد شد. خوب است یک‌بار برای همیشه این موضوع را از خود بپرسید که: «ویژگی‌های مطالعاتی من چیست؟ و براساس این ویژگی‌ها کدام یک از دو فضای مطالعاتی خانه یا کتابخانه را برای فعالیت‌های مطالعاتی‌ام باید انتخاب نمایم.»

کلمه‌ای در صورت پرسش نهفته است که کلید حلّ معماست. «ویژگی» این کلمه‌ی مهم و گره‌گشاست. واقعیت این است که موضوع مکان مطالعه کاملاً شخصی و فردی است و به ویژگی‌های روحی، جسمی، عاداتی و محیطی فرد مربوط می‌شود. داوطلبی که تاکنون عادت به مطالعه در محیط کتابخانه نداشته است، طبیعی است که در این محیط تمرکز کافی برای فعالیت مطالعاتی نخواهد داشت. و در مقابل داوطلبی که محیط کتابخانه را فضایی امن و آرام برای مطالعه تشخیص می‌دهد از این مکان بهترین و ارزشمندترین استفاده را می‌برد. بنابراین در قدم نخست باید از تغییر ناگهانی محل مطالعه‌ی خود خودداری کنید.

اما نقطه‌ی محوری برای تصمیم‌گیری پیرامون محلّ مطالعه، خصوصیات و ویژگی‌هایی است که یک مکان مطالعاتی مناسب باید داشته باشد. دوری از عوامل حواس‌پرتی، نور مناسب و کافی، آرامش‌سازنده و غیر مخرب، نظم و ... عوامل ابتدایی و لازمی هستند که یک مکان مطالعاتی باید از آن‌ها برخوردار باشد. اکنون این وظیفه‌ی داوطلب است که شرایط خویش را بسنجد و بهترین مکان را برای مطالعه‌ی خود انتخاب کند. اما پس از انتخاب، تا زمانی که شرایط تغییری نکرده‌است باید از تغییر محل مطالعه خودداری نمود.

مهم‌ترین نکاتی که هر داوطلب باید در نظر داشته باشد، نظم و بازده مطالعاتی است. این که برای کار مطالعاتی برنامه‌ی منظم و مشخصی وجود داشته باشد، این که داوطلب به انجام منظم برنامه‌ی مطالعاتی خود مقید باشد، این که داوطلب متناسب با وقتی که صرف مطالعه می‌کند، بهره‌برداری مناسبی داشته باشد و این که داوطلب از وقتی که در اختیار دارد بهترین و بالاترین میزان بهره‌برداری را داشته باشد نکات تعیین‌کننده‌ای هستند که هر داوطلب برای انتخاب محل مطالعه باید به آن‌ها توجه کند.

لازم است هر داوطلب پس از انتخاب محلّ مطالعه، کارهایی را که در طول یک هفته انجام می‌دهد یادداشت نماید. در پایان هفته مقایسه‌ی عملکرد با شرایط و وقت‌های در اختیار نشان می‌دهد که فضای انتخاب شده دارای بازده مناسب هست یا خیر. این جمع‌بندی به ادامه یا توقف مطالعه در مکان انتخاب شده حکم خواهد کرد.

یکی از رموز موفقیت در هر کار و فعالیت، داشتن برنامه و نظم در اجرای برنامه است. مطالعه نیز از این قاعده مستثنی نیست و موفقیت در این سال تحصیلی وابستگی تام و تمامی به این موضوع دارد.

براساس یافته‌های روان‌شناسی، نظم نوعی رابطه‌ی هماهنگ میان اجزای یک مجموعه، برای تحقق یافتن هدف مشخصی است. به گونه‌ای که هر جزیی از اجزای مجموعه، مکمل دیگری باشد و فقدان هر یک از این اجزا سبب بشود که مجموعه‌ی مورد نظر، هدف خاص و اثر مطلوب خود را از دست بدهد.

براساس این تعریف، برای داوطلب آزمون سراسری که هدفش موفقیت در آزمون سراسری است و برای رسیدن به این هدف اقدامات فراوانی انجام داده است، نظم اهمیت فوق‌العاده‌ای دارد. زیرا در صورت دوری از نظم، اقدامات وی که مانند زنجیره‌ای به یکدیگر متصل است، از هم جدا می‌شود و نتیجه‌ای نامطلوب حاصل خواهد شد.

این نظم نه فقط ساعات خواب، ساعات مطالعه و ... را شامل می‌شود بلکه مکان مطالعه را نیز دربر می‌گیرد. از این رو قویاً تذکر می‌دهم که مکان مطالعه‌ی شما باید خالی از هرگونه وسایل اضافی و کاملاً مهیای مطالعه باشد. پس بکوشید در هنگام مطالعه‌ی یک درس خاص تمام وسایل اضافی حتی کتاب و دفترهایی را که مربوط به سایر دروس است از دسترس خود و از دیدتان خارج کنید. مکان مطالعاتی شما باید فقط اختصاص

به مطالعه و فعالیت‌های مرتبط با آن باشد. لازم است در مکان مطالعه صرفاً مطالعه‌ی متمرکز انجام شود. یافتن محل ایجاد این تمرکز از وظایف اولیه‌ی شماست.

گام اول

