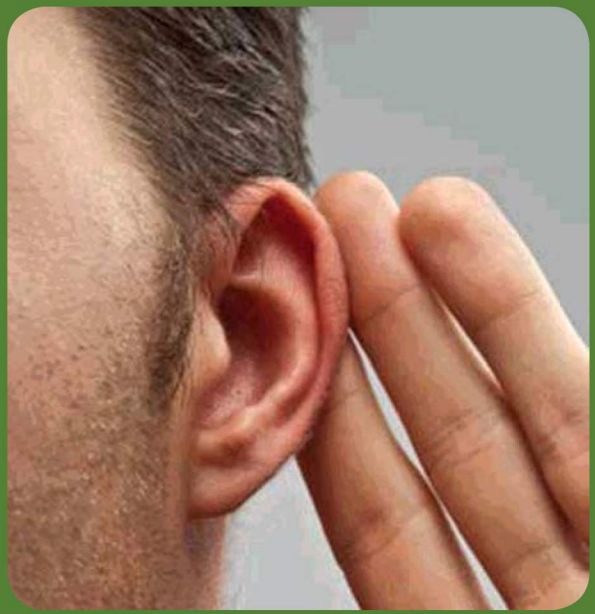
خوب گوش دادن در کلاس، تضمین یادگیری

هاتف خوردبین – مشاور تحصیلی



کودکان از همان لحظه ی تولد راه و رسم برقراری ارتباط را یاد می گیرند. آن ها اولین ارتباط خود را از طریق گریه کردن با مادر خود آغاز می کنند. بعد از آن طی زندگی، پیشرفت فرد در این مسئله به برقراری ارتباط او با سایرین، و سایرین با وی بستگی دارد. مهارت های ارتباطی سرمایه ای مهم برای هر فرد در راه موفقیت به شمار می رود.

توانایی برقراری ارتباط برای همه ی مخلوقات زمین الزامی است، و انسان ها نیز از این قانون مستثنی نیستند. البته، ارتباط انسان ها بسیار پیچیده‌تر و دشوارتر از سایر مخلوقات است. راه های متعدد و مختلفی برای برقراری ارتباط میان انسان‌ها وجود دارد. در این مقاله قصد داریم تا درمورد مهارت‌های ارتباطی میان فردی صحبت کنیم که برای رسیدن به موفقیت مسئله ای حیاتی است.

اتفاقی نیست که اکثر شرکت‌ها و سازمان‌ها در برنامه‌ی آموزشی خود برای پیشرفت شغلی کارکنان، مهارت های ارتباطی را نیز می گنجانند. تا حد زیادی **می توان گفت که اصلی ترین عامل موفقیت شرکت ها، صلاحیت برقراری ارتباط کارکنان آن است.** آن ها که به نوع بخصوصی از مهارت های ارتباطی مثل سخنرانی در جمع نیاز دارند، دوره های ویژه در شرکت یا خارج از آن برای آندسته از کارکنان تدارک دیده می شود.

معدود افرادی هستند که عقیده دارند هرچه مهارت های ارتباطی فرد قوی تر باشد، به موفقیت بیشتری دست پیدا خواهد کرد و آینده ی شغلی درخشان تری خواهد داشت. همه می دانیم که فاکتورهای مهم دیگری نیز برای کسب موفقیت در کار وجود دارد، اما از اهمیت مهارت های ارتباطی در این زمینه نباید غافل بود.

منافع و مزایای مهارت های ارتباطی بسیار زیاد و مختلف است. این مهارت ها می تواند زندگی شما را در آینده به طرقی حفظ کند، قلب فرد مورد علاقه تان را برباید یا ازدواجتان را نجات دهد.

گوش کردن یکی از مهم‌ترین مهارت هایی است که با پرورش آن می توانید کارآیی خود را در مدرسه افزایش دهید. این مهارت بعد از مهارت خواندن، یکی از مشکل‌ترین مهارت هاست. خیلی مهم است که درکلاس شنونـده ی خوبی باشید.

خیلی ازچیزهایی که شما باید یاد بگیرید به طورشفاهی توسط معلمان شما در کلاس ارائه می شود. فقط شنیدن چیزی که آنها می گویند به معنی گوش دادن به گفته های آنان نیست. گوش دادن فعالیتی به اصطلاح شناختی است و نیازدارد که شما به آن چه می شنوید توجه کنید، درباره اش فکر کنید و ازلحاظ فکری آن را پردازش کنید.

وقتی در کلاس درس در حال گوش دادن به صحبت های معلم هستیم ، صدای کولر، اعضای کلاس و.... وارد گوش و متعاقباً مغز ما می‌شوند ولی ما به آنها توجهی نداریم چون آن ها را انتخاب نکرده ایم. ما از تمام محرک های محیط، آن هایی را درک می کنیم و می فهمیم که مورد انتخاب و علاقه و هدف ما بوده اند.

برای فهمیدن هر چیزی مانند درس ابتدا باید به آن دقت کرد و با دقت آن را انتخاب کرد. یعنی دقت امری ارادی و انتخابی است و برای انتخاب هم باید به آن موضوع علاقه مند بود. در اینصورت می توانیم همه ی سرو صدا ها ی نا مطلوب را نشنیده بگیریم.

خوب گوش دادن به حرف‌های معلم در کلاس اهمیت زیادی دارد. قسمت عمده‌ی چیزی که باید یاد بگیرید، به صورت کلامی توسط معلمان ارائه می‌شود. اینکه فقط چیزهایی که معلم‌هایتان می گویند را بشنوید، با به دقت گوش دادن به گفته‌های آن‌ها کاملاً فرق می‌کند. **گوش دادن کاری شناختی است و مستلزم آن است که شما به آن چه می‌شنوید توجه کرده و در مورد آن فکر کنید و آن را در ذهن خود تجزیه و تحلیل کنید.**

هنگام حضور در کلاس باید به طور ادراکی برای گوش دادن آماده باشید. حتماً کلیه تکالیف و مطالعات خود را به طور کامل انجام بدهید. یادداشت‌های جلسه قبل را مرور کنید. و به چیزهایی که درباره موضوع درسی کلاس در آن روز می‌دانید، فکر کنید.

هنگام حضور در کلاس باید از لحاظ احساسی برای گوش دادن آماده‌باشید، نگرش شما اهمیت دارد. به صورت هوشیارانه به دنبال این باشید که موضوع درسی را برای خودتان مفید و جذاب کنید.

متعهد شوید که تا جایی که می‌توانید یاد بگیرید.

چیزی که انتظار می‌دهید و امید دارید که از جلسه‌ی کلاس یاد بگیرید را مشخص کنید. هنگامی که معلم صحبت می‌کند به آن مطالب گوش دهید.

سرعت فکر کردن شما از سرعت صحبت کردن معلم شما بیشتر است. با ارزیابی آنچه که در حال بیان شدن است و تلاش برای پیش‌بینی آنچه که بعد از آن بیان خواهد شد از این مزیت به نفع خود استفاده کنید.

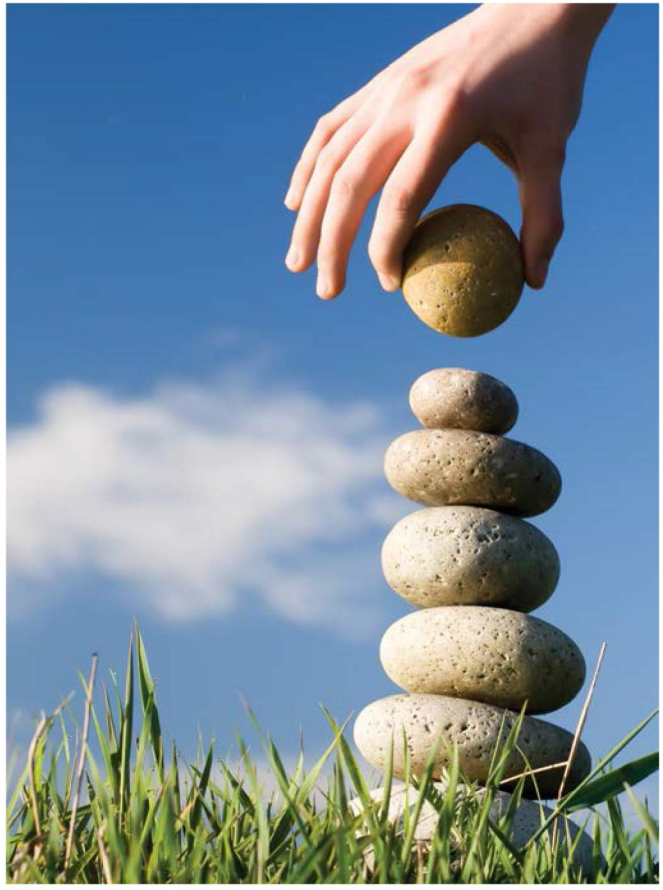
در مورد آنچه که معلمتان می‌گوید به نحوی خوب یادداشت‌برداری کنید. با اینکه می‌توانید با سرعت بیشتری نسبت به سرعت صحبت کردن دبیرتان فکر کنید، اما قادر نیستید با سرعت بیشتری بنویسید.

یادداشت‌برداری مستلزم این است که شما در مورد اینکه چه بنویسید تصمیم بگیرید و باید برای انجام این کار شنونده‌ای فعال باشید.

در صورتی که درک مطالبی که ارائه می‌شود برای شما مشکل است، تسلیم نشده و از گوش دادن دست نکشید. در این موارد با دقت بیشتری گوش بدهید و تلاش کنید که موضوع را درک کنید.

از پرسیدن سؤال اکراه نداشته باشید.

ممکن است کلاس بیش از حد شلوغ، گرم، سرد، روشن، یا تاریک باشد. تسلیم این مشکلات نشوید. **توجه خود را کاملاً به هدف بزرگ یادگیـری معطوف کنید.**

در انتها یک تمرین ساده و تاثیر گذار برای تقویت تمرکز جهت استفاده ی مناسب از کلاس درس برای شما آورده شده است تا با تمام قدرت خود اقدام به گوش دادن موثر در کلاس نمایید:

تصمیم بگیرید موقعی که از یک خیابان شلوغ حرکت می‌کنید، صدای خاصی را انتخاب کنید و فقط به آن گوش کنید. برای مثال تنها به صدای پای عابرها توجه کنید. در مرحله‌ی بعد به صدای بوق ماشین‌ها، در مرحله‌ی دیگر به صداهای ضعیف‌تر توجه کنید. می‌توانید همین تمرین را در مهمانی‌های شلوغ و پر سر و صدا انجام دهید. این تمرین‌ها توانایی شما را هنگام مطالعه در محیط پر سر و صدا و تمرکز برای گوش دادن در کلاس افزایش می‌دهد.