



به مطلب باکلاس

کجا درس بخوانم؟

امیر حسین اخوین - مشاور تحصیلی



یکی از مسائل مهم و به ظاهر ساده که همه ساله برای داوطلبان آزمون سراسری پیش می‌آید، این پرسش است که یک داوطلب کجا باید درس بخواند و اصولاً در چه مکانی بهتر است درس بخواند؟

عده‌ای از داوطلبان اذعان می‌کنند اتاق‌شان در خانه بهترین مکان است و عده‌ای دیگر هم به هیچ وجه حاضر نمی‌شوند در خانه درس بخوانند و مطالعه در کتابخانه را به ماندن در منزل ترجیح می‌دهند. عده‌ای دیگر نیز به صورت متغیر بین خانه و کتابخانه در تردّد و تحیر هستند. به راستی کدام دسته از این داوطلبان کار درستی انجام می‌دهند؟

مکان استاندارد

اگرچه نمی‌توان نسخه‌ای واحد برای تمام داوطلبان پیچید و مدعی شد که تمام داوطلبان باید از این قاعده پیروی کنند و حکم کلی داد که مطالعه در خانه بهتر است یا در محیط کتابخانه، اما می‌توان اصول و مشخصاتی را برای مکان مناسب مطالعه مشخص کرد. این مشخصات می‌تواند نقشی تعیین‌کننده در از بین بردن عوامل حواس پرتی داشته باشد. با علم به این که مهم‌ترین عامل از بین رفتن شرایط یادگیری، حواس پرتی است، می‌توانیم ادعا کنیم که رعایت اصول و قواعد مربوط به مکان مطالعه نقش بسیار مهمی در ارتقاء علمی داوطلبان ایفا می‌نماید.

ویژگی‌های استاندارد اولیه

■ **سکوت نسبی:** مکان مطالعه برای یک داوطلب باید در درجه‌ی اول دارای سکوت نسبی باشد، البته توجه کنید منظور سکوت مطلق نیست. در صورت عادت به سکوت مطلق، هنگام برگزاری آزمون‌های آزمایشی و در نهایت آزمون سراسری نمی‌توانید تمرکز بالایی داشته باشید زیرا در این موقعیت‌ها هرگز سکوت مطلق حکمفرما نیست. بنابراین اگر در منزل عوامل تولید کننده‌ی صدا، مثل یک فرزند کوچک، ساخت و ساز در اطراف منزل یا عواملی وجود دارد که اغلب سروصدای زیاد تولید می‌کنند، حتماً باید به کتاب‌خانه‌ی مناسب مراجعه کنید و کار

مطالعاتی خود را در آن محل پیگیری نمایید.

■ **تعلق شخصی:** بهتر است مکان مطالعه‌ی شما اتاقی شخصی و صرفاً برای مطالعه باشد. شخصی بودن به این مفهوم است که این فضا به صورت مشترک با دیگری مورد استفاده‌ی هم‌زمان قرار نگیرد. زیرا اغلب استفاده‌ی مشترک سبب بروز مشکلاتی می‌شود که فعالیت مطالعاتی را تحت تأثیر قرار می‌دهد. همچنین باید بکوشید مکان مطالعه از مکان خواب و استراحت جدا باشد. علاوه بر این‌ها باید سعی کنید مکان مطالعه‌ی شما خالی از عوامل حواس پرتی باشد.

■ **می‌دانید عوامل حواس پرتی چه چیزهایی هستند؟** هر پدیده‌ای که فکرتان را از مطالعه و فرایند آموزشی که در حال انجام آن هستید منحرف کند، عامل حواس پرتی محسوب می‌شود. این عامل می‌تواند قاب عکس روی دیوار یا یک نوشته‌ی خاطره‌انگیز بر روی میز مطالعه و یا حجم انبوه کتاب‌ها و جزوات درسی باشد که دائم پیش چشم‌تان قرار دارند.

اکنون خانه و محل مطالعه‌ی خود را بررسی کنید. اگر این دو شرط ابتدایی به همراه تمام ویژگی‌هایی که برای آن‌ها برشمردیم، وجود دارد، حتماً کار مطالعاتی را در منزل و در کنار خانواده دنبال کنید. اما اگر این فضا و موقعیت در منزل فراهم نیست، اطمینان داشته باشید که محیط کتابخانه بخش مهمی از این موقعیت را برای شما فراهم می‌کند.

■ توجه داشته باشید

به هیچ وجه نباید مکان مطالعه‌ی خود را دائم تغییر دهید. ثبات مکان مطالعه از اصول مهمی است که به آرامش روانی و سهولت کار مطالعاتی شما کمک فراوانی می‌نماید. تغییر مداوم مکان مطالعه باعث بروز مشکلاتی نظیر افزایش عوامل حواس پرتی، کاهش اعتماد به نفس و... می‌شود. به همین دلیل از تعویض و تغییر مکان مطالعه به صورت جدی پرهیز نمایید.