



به نام خدا

کجا...؟ خانه یا کتابخانه؟

براساس یافته های روانشناسی، نظم نوعی رابطه ی هماهنگ میان اجزای یک مجموعه برای تحقق یافتن هدف مشخصی است. به گونه ای که هر جزیی از اجزای مجموعه، مکمل دیگری باشد و فقدان هر یک از این اجزا سبب بشود که مجموعه-ی مورد نظر، هدف خاص و اثر مطلوب خود را از دست بدهد. براساس این تعریف، برای دانش آموزی که هدفش موفقیت در امتحانات و آزمون سراسری است و برای رسیدن به این هدف اقدامات فزاینده انجام داده است، نظم اهمیت فوق العاده ای دارد. زیرا در صورت دوری از نظم، اقدامات وی که مانند زنجیره ای به یکدیگر متصل است، از هم جدا می شود و نتیجه ای نامطلوب حاصل خواهد شد.

این نظم نه فقط ساعات خواب، ساعات مطالعه و ... را شامل می شود بلکه مکان مطالعه را نیز در برمی گیرد. از این رو قویاً تذکر می دهیم که مکان مطالعه شما باید خالی از هرگونه وسایل اضافی و کاملاً مهیای مطالعه باشد. پس بکوشید در هنگام مطالعه ی یک درس خاص تمام وسایل اضافی حتی کتاب و دفترهایتان را که مربوط به سایر دروس است از دسترس خود و از دیدتان خارج کنید. مکان مطالعاتی شما باید فقط اختصاص به مطالعه و فعالیت های مرتبط با آن باشد لازم است در مکان مطالعه صرفاً مطالعه ی متمرکز انجام شود. یافتن محل ایجاد این تمرکز از وظایف اولیّه شماست.

نگارش: سهیل حسینی - مشاور تحصیلی

پرتی، نور مناسب و کافی، آرامش سازنده و غیر مخرب، نظم و ... عوامل ابتدایی و لازم هستند که یک مکان مطالعاتی باید از آن ها برخوردار باشد. اکنون این وظیفه ی دانش آموز است که شرایط خودش را بسنجد و بهترین مکان را برای مطالعه خود انتخاب کند. اما پس از انتخاب، تا زمانی که شرایط تغییری نکرده است باید از تغییر محل مطالعه خودداری نمود.

مهم ترین نکاتی که هر دانش آموز باید در نظر داشته باشد، نظم و بازده مطالعاتی است. این که برای کار مطالعاتی برنامه ی منظم و مشخصی وجود داشته باشد، این که دانش آموز به انجام منظم برنامه ی مطالعاتی خود مقید باشد، این که دانش آموز متناسب با وقتی که صرف مطالعات می کند، بهره برداری مناسبی داشته باشد و این که دانش آموز از وقتی که در اختیار دارد بهترین و بالاترین میزان بهره برداری را داشته باشد نکات تعیین کننده ای هستند که هر دانش آموز برای انتخاب محل مطالعه باید به آن ها توجه کند.

لازم است هر دانش آموز پس از انتخاب محل مطالعه، کارهایی را که در طول یک هفته انجام می دهد یادداشت نماید. در پایان هفته مقایسه عملکرد با شرایط و وقت های در اختیار نشان می دهد که فضای انتخاب شده دارای بارده مناسب است یا خیر. این جمع بندی 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 سال تحصیلی وابستگی تام و تمامی به این موضوع دارد.

یکی از دغدغه هایی که اغلب دانش آموزان خواهند داشت، موضوع مکان مناسب مطالعه است. اگر چه در نگاه اول موضوع چندان پیچیده و بغرنج نیست ولی عمین موضوع ساده در بسیاری موارد ذهن و فکر دانش آموزان را چنان اشغال می کند که گاهی برای روزهای متعدد آنان را از انجام فعالیت مطالعاتی باز می دارد. طبیعی است که توقف یا تأخیر این فعالیت سبب افت علمی دانش آموز و نیز عقب ماندن وی از گردونه ی رقابت خواهد شد. خوب است یک بار برای همیشه این موضوع را از خود بپرسید که: «ویژگی های مطالعاتی من چیست؟ و براساس این ویژگی ها کدام یک از دو فضای مطالعاتی خانه یا کتابخانه را برای فعالیت های مطالعاتی ام باید انتخاب نمایم.»

کلمه ای در صورت پرسش نهفته است که کلید حل معماست. «ویژگی» این کلمه ی مهم و گره گشاست. واقعیت این است که موضوع مکان مطالعه کاملاً شخصی و فردی است و به ویژگی های روحی، جسمی، عادت و محیطی فرد مربوط می شود. دانش آموزی 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 دانش آموزی که در محیط کتابخانه را فضای امن و آرام برای مطالعه تشخیص می دهد از این مکان بهترین و ارزشمندترین استفاده را می برد. بنابراین در قدم نخست باید از تغییر ناگهانی محل مطالعه-ی خود خودداری کنید.

اما نقطه ی محوری برای تصمیم گیری پیرامون محل مطالعه، خصوصیات و ویژگی هایی است که مکان مطالعاتی مناسب باید داشته باشد. دوری از عوامل حواس