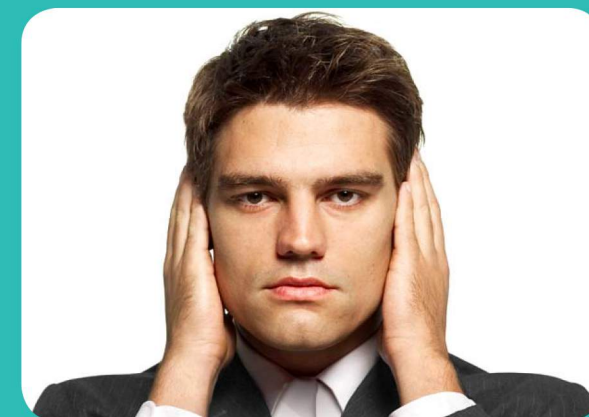


یاد ال‌مستشار

گوش دادن مؤثر در کلاس درس

بابک همتیان - روان‌شناس



اگرچه مطالعه‌ی شخصی بخش مهمی از فرآیند آمادگی تحصیلی را تشکیل می‌دهد، نقش کلاس در یادگیری مباحث بسیار حائز اهمیت است. پژوهش‌ها نشان می‌دهند که حضور بیش‌تر در کلاس درس، حتی اگر فهم صحبت‌های مدرس دشوار باشد یا کلاس توسط داوطلبان، کم‌فایده ارزیابی شود، با نمره‌ی بالاتر و درک بهتر مطالب ارتباط نیرومندی دارد. از جمله عناصر حیاتی برای استفاده‌ی مناسب از کلاس‌ها آموختن شیوه‌ی «گوش دادن فعال» است. در این شیوه و چیزی بر دانسته‌های قبلی خویش بیفزاید. یکی از راه‌های تحریک گوش دادن فعال تلاش برای پیش‌بینی صحبت‌های مدرس است. از راه‌های دیگر میتوان به جستجو برای معانی عمیق‌تر در مباحثی که اساتید مطرح می‌کنند، وجود دارد. برخی از راه‌های این تأثیرگذاری بیش‌تر عبارتند از: فکر کردن به کاربردهای احتمالی آنها در مشکلات روزمره و تلاش برای ارتباط دادن موضوعات با دانسته‌های قبلی

خوگیری - فرآیندی که طی آن توجه به جنبه‌ی خاصی از محیط اطراف کم می‌شود - اصلیت‌ترین عامل کاهش بازده داوطلبان در کلاس درس است. برخی نشانه‌ها شروع این فرآیند را هشدار می‌دهند. برای مثال هنگامی که حواس به صداهای زمینهای (مانند صدای پنکه‌ی سقفی) پرت می‌شود یا فرد به ناگاه درمی‌یابد که از چند دقیقه‌ی گذشته‌ی کلاس چیزی به خاطر نمی‌آورد، خوگیری تأثیرگذاری خود را آغاز کرده است. برای مقابله با اثرات این فرآیند علاوه بر گوش دادن فعال که پیشتر مورد بحث قرار گرفت، تکنیک‌های دیگری نیز قابل به کارگیری هستند. برای مثال اگر صدای مدرس یکنواخت است، میتوان هم‌زمان با توجه به مطالب، تمرکز را از صدای او برگرفت و به جنبه‌های دیگری از رفتار وی (مانند حرکات دست یا بدن) که تغییرپذیرتر هستند، انتقال داد. گاهی حتی بستن چشم‌ها برای چند لحظه و کشیدن چند نفس عمیق نیز میتواند تا حدی اثرات خوگیری را برطرف کند.

پرسش از مدرّسان شیوه‌ی بسیار مناسبی برای افزایش بازده در کلاس درس است. این کار به روش‌های مختلفی بر فرآیند یادگیری اثر می‌گذارد: از سویی برای ارائه‌ی یک پرسش مناسب لازم است نه تنها بر اطلاعات ارائه شده، بلکه بر مباحثی نیز که جای خالیشان احساس می‌شود، تمرکز شود و این امر علاوه بر عمیق‌تر کردن یادگیری، درگیر شدن بیش‌تر داوطلب را در فرآیند تدریس در پی دارد. از سوی دیگر پرسش‌ها با روشن‌تر کردن نکات درسی و تحریک مدرس برای مشخص کردن بخش‌های مهم‌تر مسأله نقش به‌سزایی در توانایی پاسخ‌گویی به پرسش‌ها دارند. البته لازم است هدف از ارائه‌ی پرسش، یادگیری بیش‌تر باشد. پرسش‌هایی که برای خودنمایی پرسیده شوند، تأثیری در فرآیند آموزش ندارند.

بنابر یافته‌های پژوهشی، یادداشت برداری از دروس دشوار میزان یادگیری و یادآوری را در داوطلبان متوسط و قوی به میزان قابل توجهی افزایش میدهد؛ در حالی که این داوطلبان بهتر است برای درسهای آسان از یادداشت برداری خودداری کنند و توان خود را برای تمرکز بر صحبت‌های مدرسین به کارگیرند. بدیهی است دروس آسان و دشوار تعریف مشخصی ندارند و بسته به توانایی‌های فردی تغییر می‌کنند. در مقایسه با داوطلبان قوی و متوسط، شرکت‌کنندگان ضعیف در هر دو حالت از برداشتن یادداشت سود می‌برند. در این میان کیفیت یادداشت‌ها نیز از اهمیت زیادی برخوردار است. داوطلبان به طور میانگین تنها ۴۰ درصد از ایده‌های اساسی را در هر کلاس یادداشت برداری میکنند. برای بهتر کردن این آمار لازم است به نشانه‌هایی که از اهمیت یک مطلب حکایت دارند، توجه بیش‌تری کرد. از جمله‌ی این نشانه‌ها می‌توان به تکرار یک نکته توسط مدرس، مدت زمانی که به توضیح آن اختصاص داده می‌شود و جملاتی مانند «در آینده باز هم به این موضوع خواهیم خورد» اشاره کرد. تعاریف، فرمول‌ها، مباحثی که با رسم نمودار توضیح داده می‌شوند و جملاتی که «ساختار علی» تأثیر یک پدیده را بر پدیده‌های دیگر نشان می‌دهند) دارند، صرف نظر از وجود نشانه‌های یادشده باید در یادداشت‌ها آورده شوند. در متن یادداشت‌ها می‌توان از رنگ‌های مختلف برای تفکیک موضوعات از نظر میزان اهمیت استفاده کرد. اغلب رنگ قرمز به دلیل تحریک بینایی بیش‌تر برای مهمترین مباحث قابل استفاده است. هم‌چنین لازم است از طریق اندازه‌ی دستخط یا محل شروع به نوشتن در هر خط، به خوبی مشخص شود کدام عنوان یا نکته زیرمجموعه‌ی کدام عنوان یا نکته‌ی دیگر است. لازم به یادآوری است که در این فرآیند بازنویسی دقیق جملات مدرس نه تنها سودمند نخواهد بود، بلکه تأثیر مخربی بر یادگیری مباحث دارد. داوطلب می‌بایست هر یک از جملات را «به زبان خود» خلاصه و بازنویسی کند. با این روش در زمان لازم برای نوشتن صرفه جویی می‌شود و از این زمان میتوان برای تمرکز بیش‌تر بر مطالب درسی استفاده کرد. از سویی دیگر بازنویسی مباحث نیازمند سازماندهی دوباره‌ی اطلاعات در ذهن است که خود نقش مهمی را در عمیق‌تر کردن یادگیری و به تعویق انداختن فراموشی ایفای می‌کند. یادداشت برداری مناسب علاوه

بر نکته‌های یادشده مبتنی بر شیوه‌های درست خلاصه برداری است که در نوشتارهای آینده به تفصیل پیرامون اصول آن با شما سخن خواهیم گفت.

