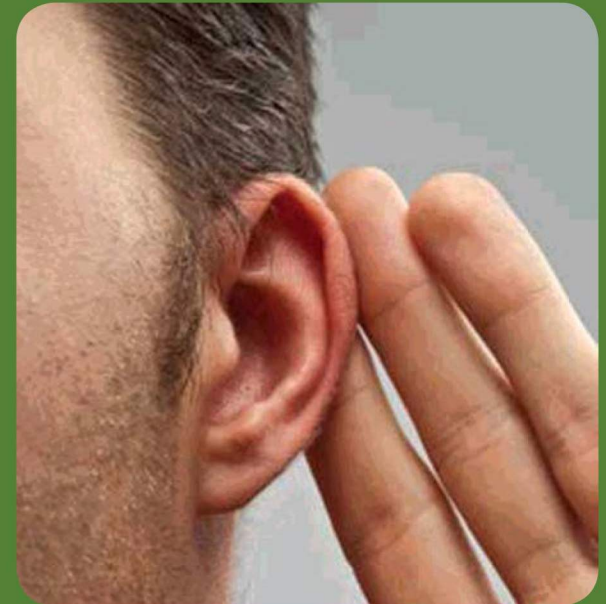


خوب گوش دادن در کلاس، تضمین یادگیری

هاتف خور دبین - 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 پیچیده تر و دشوارتر از سایر مخلوقات است. راه های متعدد و مختلفی برای برقراری ارتباط میان انسان ها وجود دارد. در این مقاله قصد داریم تا در مورد مهارت های ارتباطی میان فردی صحبت کنیم که برای رسیدن به موفقیت مسئله ای حیاتی است.

اتفاقی نیست که اکثر شرکت ها و سازمان ها در برنامه ی 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 بر بارید یا ازدواجتان را نجات دهد.

گوش کردن یکی از مهم ترین مهارت هایی است که با پرورش آن می توانید کار آبی خود را در مدرسه افزایش دهید. این مهارت بعد

از مهارت خواندن، یکی از مشکل ترین مهارت هاست. خیلی مهم است که در کلاس شنونده ی خوبی باشید.

خیلی از چیزهایی که شما باید یاد بگیرید به طور شفاهی 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 نیاز دارد که شما به آن چه می شنوید توجه کنید، درباره اش فکر کنید و از لحاظ فکری آن را پردازش کنید.

وقتی در کلاس درس در حال گوش دادن به صحبت های معلم هستید ، صدای کولر، اعضای کلاس و وارد گوش و متعاقباً مغز ما می شوند 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 حرف های معلم در کلاس اهمیت زیادی دارد. قسمت عمده ی چیزی که باید یاد بگیرید، به صورت کلامی توسط معلمان ارائه می شود. اینکه فقط چیزهایی که معلم هایتان می گویند را بشنوید، با به دقت گوش دادن به گفته های آن ها کاملاً فرق می کند. گوش دادن کاری شناختی است و مستلزم آن است که شما به آن چه می شنوید 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. یادداشت های جلسه قبل را مرور کنید. و به چیزهایی که درباره موضوع درسی کلاس در آن روز می دانید، فکر کنید.

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.



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 آکراه 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 **یادگیری معطوف کنید.**

در انتها یک تمرین ساده و تاثیر گذار برای تقویت تمرکز جهت استفاده‌ی مناسب از کلاس درس برای شما آورده شده است تا

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.