

موفقیت در درس خواندن

اگر درس‌ها را به خوبی یاد بگیرید و به نمرات عالی دست یابید می‌توانید خود را در درس خواندن موفق بدانید. اما موفقیت یک امر نسبی است و ممکن است برخی افراد عملکرد شما را به اندازه‌ای که خودتان موفق دانسته‌اید موفق ندانند. اگر درس‌هایی که خوانده‌اید به شما احساس آرامش و اطمینان در یادگیری دهد بهترین موفقیت را به دست آورده‌اید.

موفقیت واقعی در درس خواندن هنگامی به دست می‌آید که برای یادگیری تلاش کنید، نکات مبهم را شناسایی و آنها را شفاف کنید و هرگز از یادگیری غافل نشوید. چگونه در درس خواندن موفق شوید!!!



هفت رمز موفقیت در درس خواندن

یک. از تصورات اشتباه دوری کنید:

امیدواریم شما جزو افرادی نباشید که درس را صرفاً برای کسب نمرهٔ عالی و معدل بالا می‌خوانید. تجربه نشان داده است نمرهٔ بالا تضمین‌کنندهٔ موفقیت تحصیلی نیست. اگر مطالب درسی را در کمترین زمان و بیشترین بازدهی یاد گرفته‌اید، شما به موفقیت در درس خواندن نزدیک شده‌اید.

درس خواندن هنگامی که با استفاده از روش‌های اصولی و درست باشد، مطالب را به حافظهٔ بلندمدت شما منتقل می‌کند و در شرایط متعدد به کمک شما می‌آید. موفقیت تحصیلی در عصر مدرن هنگامی به دست می‌آید که خود را از چارچوب ذهنی بسته خارج کنید و با نگاهی خلاقانه به مباحث درسی فکر کنید.

شما می‌توانید با کاربردی کردن آموخته‌هایتان بهترین راهکارها را در زندگی تحصیلی و شخصی خود به کار بگیرید و همواره در تصمیم‌هایتان عاقلانه و موفق عمل کنید.

دو. هدف خود از درس خواندن را مشخص کنید

هدف شما از درس خواندن چیست؟ آیا می‌خواهید صرفاً شاگرد اول باشید؟

آیا درس می‌خوانید تا مدرک پایان تحصیلات داشته باشید؟

آیا درس می‌خوانید تا به رویای شغلی‌تان در آینده برسید؟

آیا به دنبال یادگیری و به کارگیری آموخته‌هایتان در شرایط متعدد هستید؟

آیا با درس خواندن زمینه را برای ورود به مسیر آینده فراهم می‌کنید؟

آیا با درس خواندن در پی این هستید که فردی کارا برای بهبود شرایط اجتماعی، فرهنگی، اقتصادی و سیاسی عصر خود باشید؟

سه. تکنیک‌های مطالعه اصولی را بشناسید

درس خواندن هنگامی لذت‌بخش می‌شود که مطالب را به آسانی و در زمانی کوتاه یاد بگیرید. دانشمندان ثابت کرده‌اند هوش زیاد لازمه موفقیت در یادگیری نیست بلکه عوامل دیگری نیز در این موفقیت تأثیرگذار است. تکنیک‌های مطالعه مانند: «خواندن بدون نوشتن»، «خط کشیدن زیر نکات مهم»، «حاشیه‌نویسی»، «خلاصه‌نویسی» و «کلیدبرداری» از تکنیک‌های معروفی هستند که تجربه نشان داده مؤثر اما برای مطالعه‌ای اصولی ناکافی هستند.

روش‌هایی مانند «طرح شبکه‌ای مغز» و «پس ختام» و «دقیق‌خوانی» از روش‌هایی هستند که کارآیی آنها در یادگیری به اثبات رسیده است و شما می‌توانید با هر بهره‌هوشی با استفاده از این روش‌ها موفقیت در درس خواندن را به دست آورید.

چهار. مهارت‌های یادگیری را در خود تقویت کنید

در کنار استفاده از روش‌های درست در مطالعه، مهارت‌هایی نیز به کار شما می‌آید که برای بهره‌وری لازم باید آنها را در نظر بگیرید. شما نمی‌توانید درس‌ها را فقط از روی کتاب درسی بخوانید و به قدرت یادگیری در کلاس درس بی‌توجه باشید. مهارت «خوب گوش کردن» را تمرین کنید تا گام بزرگی برای موفقیت در درس خواندن برداشته باشید؛ مهارت «کاربردی کردن مطالب درسی» را تمرین کنید و با مثال زدن و تعمیم دادن آنها مطالب درسی را در موقعیت‌های مختلف کاربردی کنید.

درس‌ها را پس از کلاس درس مطالعه کنید تا بزرگترین اقدام را برای ورود مطالب به حافظه بلندمدت‌تان انجام داده باشید. آنچه خوانده‌اید را در بازه‌های زمانی مختلف مرور کنید تا از فراموشی آنها جلوگیری کنید.

پنج. بهترین فضای مطالعه را بشناسید

فضای درس خواندن اهمیت بسیاری در کوتاه کردن زمان یادگیری شما دارد. برخی کارشناسان معتقدند فضای درس خواندن ثابت باشد تا مغز دانش آموزان و دانشجویان به آن فضا عادت کند، اما برخی دیگر از کارشناسان معتقدند علم را باید در محیط‌های گوناگون یاد گرفت تا بتوان آن را در موقعیت‌های مختلف نیز به کار برد.

آنچه در دیدگاه کارشناسان مشترک است این است که درس در فضایی ساکت و آرام و استاندارد از نظر نور و دما مطالعه شود.

شش. از عوامل حواس پرتی دوری کنید

بهترین فضا برای درس خواندن فضایی است که کمترین عامل حواس پرتی را داشته باشد. نورناکافی حواس در اتاق مطالعه حواس بینایی شما را پرت می‌کند. دمای ناکافی در اتاق مطالعه حواس چندگانه شما را پرت می‌کند. صدای زیاد در اتاق مطالعه حواس شنوایی شما را پرت می‌کند.

رفت و آمد در اتاق مطالعه تمرکز شما را برهم می‌زند. همه عوامل بالا باعث می‌شود شما در زمان کمتری مطالب را یاد بگیرید و بازدهی کار شما کم شود.

هفت. آمادگی جسمی و روحی داشته باشید

نشاط و سلامتی و تغذیه مناسب مهمترین عواملی است که اگر به آنها توجه نکنید درس خواندن شما را تحت تأثیر قرار می‌دهند. کارشناسان می‌گویند وضعیت جسمی نامناسب وضعیت روحی نامناسبی را رقم می‌زند و هنگامی که جسم و روح شما برای درس خواندن آماده نباشد بدون شک شما برای درس خواندن آماده نیستید و بازدهی لازم را نخواهید داشت.

برای موفقیت در درس خواندن روش‌های مختلفی وجود دارد. نمی‌توان یک روش خاص را به افراد مختلف توصیه کرد اما لازم است در کنار هفت رمزی که در این نوشته توصیه شده، از تجربه افراد موفق نیز استفاده کرد.

استفاده از تجربه افراد موفق و بهره‌گیری از روش‌هایی که آنان در موفقیت پیش گرفته‌اند، سهم بزرگی در موفقیت شما دارد. استادبانک با داشتن برترین استادان کشور که خود روزی دانش‌آموز و دانشجو بوده‌اند این امکان را به علم‌آموزان داده است تا از تجربه برترین دانش‌آموختگان کشور استفاده کنند و با بهترین روش‌ها، درس خواندن و درس آموختن را به شما بیاموزند.

