

الف - منابع مطالعه

۱ - جزوه درسی (ارسال می شود) / (در جزوه)

۲ - روشهای مطالعه - ترجمه و تالیف دکتر علی اکبر سیف - انتشارات رشد / (تهیه شده
شود)

ب - ضامم

ندارد

ج - ارزشیابی

۱ - امتحانات

- ماهانه اول : ندارد

- میان ترم : ندارد

- ماهانه دوم : ندارد

- پایان ترم (۴۰ نمره / هفته هفدهم)

۲ - تکالیف

- تکلیف اول (الزامی / فردی / ۱۵ نمره / هفته چهارم)

- تکلیف دوم (الزامی / فردی / ۱۵ نمره / هفته هشتم)

- تکلیف سوم (الزامی / فردی / ۱۵ نمره / هفته سیزدهم)

- تکلیف چهارم (الزامی / فردی / ۱۵ نمره / هفته هفدهم)

۳ - گزارش

ندارد

مخصوص جامعه؟ بهائی است .

"تمدن هر کشوری به اندازه عظمت و

ارجمندی کتابهای آن کشور است و یک

ملت به هیچ چیز آن اندازه نیاز ندارد که

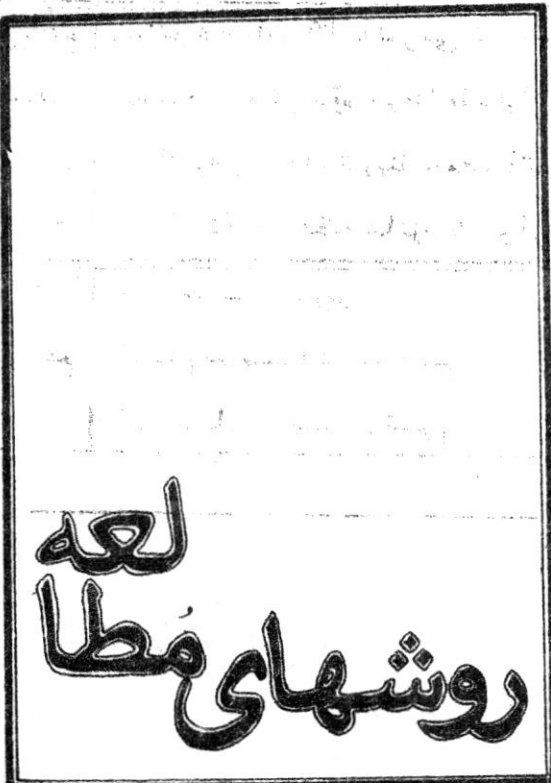
به داشتن کتابهای خوب و راستین... وضع

فرهنگ هر جامعه با کتابهای موجود در آن

جامعه مناسبت نزدیک دارد و... فراوان

پیش آمده که کسی با خواندن یک کتاب، طرز

فکرش تغییر کرده و متحول شده است."



برنامه زمان بندی دروس روش های مطالعه

تعداد واحد : ۲ واحد

نام کتاب درسی : روشهای مطالعه ترجمه دکتر علی اکبر سیف

پیش نیاز : ندارد

فصول و یا بخش های مورد مطالعه	هفته های ترم
مطالعه جزوه راهنا تا اول مقابله با موانع و انجام تمرینات متن جزوه راهنا	اول
مطالعه جزوه راهنا تا اول مراحل و روشهای مطالعه و انجام تمرینات متن جزوه راهنا	دوم
مطالعه مراحل و روشهای مطالعه از جزوه راهنا تا اول عبارت خواندن به همراه بخش تعیین شده از کتاب درسی	سوم
مطالعه عبارت خواندن از جزوه و کتاب و انجام تکلیف هفته چهارم و ارسال آن	چهارم
ادامه تمرینات مربوط به فصول مطالعه شده در هفته های اول تا چهارم	پنجم
مطالعه فصل دقیق خواندن از جزوه و کتاب	ششم
مطالعه فصل دقیق خواندن از جزوه و کتاب	هفتم
انجام تکلیف هفته هشتم و ارسال آن	هشتم
مطالعه فصل خواندن تجسسی از جزوه و کتاب	نهم
مطالعه فصل خواندن انتقادی از جزوه و کتاب	دهم
مطالعه فصل خواندن برای درک زیبایی و جنبه های بصری از جزوه و کتاب	یازدهم
مطالعه گزینش یک شیوه مطالعه از جزوه و کتاب و انجام تکلیف هفته دوازدهم و ارسال آن	دوازدهم
مطالعه ضمایم کتاب درسی تا انتهای کتاب	سیزدهم
مطالعه بخش سوم جزوه یادداشت برداری	چهاردهم
مطالعه و انجام تمرینات مقدماتی برای بخش یادداشت برداری از جزوه	پانزدهم
انجام تکلیف هفته شانزدهم و ارسال آن	شانزدهم
مرور کلی درس	هفدهم
انجام تمرینات اضافی	هجدهم
امتحان پایمان ترم	

... اقروا الاواح لتعرفوا ما هو المقصود في كتب الله العزيز الوهاب ...

کتاب مستطاب اقدس

فهرست مندرجات :

- ۱- مقدمه
- ۲- اهداف
- ۳- معرفی درس
- ۴- کلیات مطالعه
- ۵- بخش اول : پایه های مطالعه
- ۶- بخش دوم : مراحل و روشهای مطالعه
 - ۱- فصل اول : خواندن اجمالی - سریع خوانی و عبارت خوانی
 - ۲- فصل دوم : دقیق خواندن
 - ۳- فصل سوم : خواندن تجسسی و انتقادی و خواندن برای درک زیبایی و گزینش
- ۷- بخش سوم : یادداشت برداری
- ۸- سؤال و جواب
- ۹- پیشنهاد و نظریات
- ۱۰- راهنمای تکالیف
- ۱۱- آزمون پایان ترم
- ۱۲- منابع مطالعه جنبی

مقدمه

مطالعه يك فن است و تسلط بر فنون مهارت می‌خواهد و مهارت حاصل تجربه و تمرین است. درس‌روشهای مطالعه می‌کوشد تا فنون مطالعه را بیاموزد و تواناییهای دانشجویان را در این راه افزایش دهد. روشهای یادداشت‌برداری که در بخش سوم این راهنما آورده شده است در جمع‌آوری و ثبت اطلاعات بدست آمده اهمیت ویژه‌ای دارد. تحقیق در پی مطالعه حاصل می‌شود و اگر فردی نتواند در مطالعات خود روش صحیحی در پیش گیرد و یا استفاده از فنون یادداشت‌برداری اطلاعات خود را سازمان دهد هرگز نمی‌تواند که تحقیقی بدیع ارائه دهد و بر آگاهیهای دیگران بیفزاید. بسیاری کسانی که کتابهای فراوان می‌خوانند ولیکن خود چون از روش‌ها بی‌اطلاعند قادر به ارائه نتایج مطالعات خود نیستند. آیا شما نیز چنین مشکلاتی دارید؟ اگر چنین است مسلماً این درس کمک موثری به شما خواهد بود. بنظر می‌رسد با توجه به برنامه زمان بندی درس حجم مطالعات و تمریناتی که باید در هفته‌های اول تا چهارم انجام دهید نسبت به هفته‌های بعدی بیشتر است. ما می‌دانیم که تسلط بر روشهای سریع خوانی و عبارت خوانی و انجام تمرینات کامل آن بخش در طی ماه اول ممکن نیست پس در هفته‌های اولیه از اصول و مبانی مطلع شوید و تمرینات مقدماتی را انجام دهید و در طول ترم تلاش نمائید تا هرچه بیشتر در بکارگیری فنون این روشها تمرین کنید و مراجعتاً به فصل‌های اولیه داشته باشید.

راهنمایی که در اختیار دارید حاصل تجربیات عده‌ای از شماست که در تکمیل این درس کوشش می‌کنند. جای سپاس و قدردانی از دانشجویانی است که با ما همراهی نموده نظریات و پیشنهادات مفید خود را در طی نامه‌های فراوانی مطرح کردند و به این ترتیب در تکمیل این راهنما سهیم شدند.

اهداف

هدف کلی : آشنائی کامل با پایه‌ها، مراحل و روشهای مطالعه و یادداشت‌برداری و

توانایی به کارگیری آنها در مطالعه کتابهای مختلف امری، علمی، ادبی و...

اهداف جزئی : ۱- آشنائی کامل با انگیزه‌های مطالعه و راههای تقویت آنها

۲- آشنایی کامل با پایه‌های مطالعه و شیوه‌های تقویت آنها

۳- آشنایی کامل با سوانح مطالعه و راههای مقابله با آنها

۴- آشنایی کامل با مراحل و شیوه‌های مطالعه و توانائی بکارگیری عملی آنها

۵- آشنایی کامل با شیوه‌های یادداشت‌برداری و توانائی بکارگیری عملی آنها

محتوای درس : دروس این مجموعه شامل سه بخش عمده است :

۱- پایه های مطالعه

۲- مراحل و روشهای مطالعه

۳- روشهای یادداشت برداری

منبع اصلی مطالعه در دو بخش ۱ و ۳ ، جزوه درسی و در بخش ۲ ، کتاب درسی خواهد بود .

ارزشیابی : ارزشیابی به طور عمده از دو بخش ۱ و ۲ اهداف جزئی به عمل می آید و به

صورت ارسال چهار تکلیف به ارزش ۶۰٪ و یک آزمون پایانی به ارزش ۴۰٪

خواهد بود . (به انتهای جزوه نگاه کنید)

کلیات مطالعه

اهمیت مطالعه

کلام و اهمیت آن در زندگی هر کسی پوشیده نیست . آدمی همواره در جستجوی حقیقت تکیه کرده است ، از آغاز خلقت تا امروز آدمیانی بسیار به حقیقت راه برده اند و گروهی بی شمار در وادیهای مهلك آن سرگردان مانده اند . هرچه بوده اما ، تمامی جستجوگران حقیقت کوشیده اند تا آنچه را که به مرور یافته اند ، به دیگر آدمیان انتقال دهند ، بزرگان تاریخ بشریت عظمت خویشتن را در قالب کلام خویش ، در مسیر زمان ثبت کرده اند ، کلام شفاهی آنان نیز تا در قالب کلام مکتوب جلوه نکرده ، ارزش گرانبه نیافته است .

گوتهبرک با اختراع ارزشمند خویش بابی جدید بر دیدگان کنجکا و بشر گشود ، آدمی با ظهور چاپ ، راهی جدید برای ارتباط به دست آورد ، اکنون او می تواند از تنگنای دست نوشته های محدود بیرون آید ، اندیشه هایش را انتقال دهد و به دنیای وسیع افکار دیگر آدمیان راه بگشاید . این مسیر ، امروز ، در این سالهای پایانی قرن بیستم پیشی عجیب یافته است ، هر روزه در جهان عناوین گوناگونی نوشته ، در زمینه هایی متفاوت به چاپ می رسد ، انواع کتابهای علمی و فنی ، سیاسی و اجتماعی ، فرهنگی و هنری و . . . در اشکال گوناگون مجله ، روزنامه ، کتاب و جزوه در دسترس گروهی بی شمار از خوانندگان قرار می گیرند . حتی اگر از لزوم ارتباط با افکار دیگران و لزوم شناخت واقعیات و حقایق - که شایسته هر کس است - چشم بپوشیم ، هر فرد ، حتی برای رفع نیازهای شغلی و شخصی هر روزه خویش ، مجبور است وقت مشخصی را به مطالعه اختصاص دهد . این اجبار ، در مورد بسیاری افراد

مثل دانشجویان، پژوهشگران، هنرمندان، اندیشمندان و دانشمندان گونه ای خود خواسته می یابد، موفقیت آنان به شکلی جدا نشدنی در گرو مطالعات ایشان است.

اما امروز ضرب المثل "هر کتابی به یکبار خواندن می آرد" دیگر به ندرت مصداق می یابد. در عصر اطلاعات و ارتباطات اگر هر شخص در برابر طول عمر خود را نیز به مطالعه بپردازد، قادر به مطالعه کتب منتشره به یک زبان هم نخواهد بود چه رسد به کتب موجود در زبانهای مختلف. پس چه باید کرد؟

گریزی نیست جز آنکه با کسب مهارت در استفاده از روشهای مطالعه، دست به انتخاب زد و از فرصت کوتاه حیات، بهره ای فراوان برد.

مفهوم مطالعه

کلام مکتوب جز از راه مطالعه دریافت نمی شود. از اینروست که باید پرسید: مطالعه چیست؟ و مطالعه درست چگونه است؟

مطالعه در یک کلمه "ارتباط" است، ارتباط با دنیاهایی تازه، دنیاهایی تازه از اندیشه و احساس، از تجربه و تفکر. و چون هر ارتباط دیگر به تلاش و کوشش، ممارست و آزمون کسبی نیازمند است. مطالعه امری تفتنی نیست که بدون کوششی حاصل شود و بی تلاش به ثمر بنشیند، مطالعه نوعی خودآموزی است. عملی است که خود شخص آن را هدایت می کند. در مطالعه درست چون هر خودآموزی دیگر شخص هم آموزگار خویش است هم دانش آموز خویش و این البته تلاشی افزون تر را می طلبد. مطالعه درست به آموختن اصولی نیازمند است، همچنان که هدایت وسایل نقلیه فرا گرفتن اصولی را طلب می کند.

مطالعه درست خود نوعی پژوهش است، پژوهشی که به جستجو نیازمند است و مانند جستجوی دیگر به کنجکاو، شک کردن و پرسیدن. اگر هیچگاه نپرسیم، اگر هیچگاه شک نکنیم، اگر هیچگاه کنجکاو و شکفت زده نشویم، بی گمان هرگز نخواهیم آموخت و اگر به تصادف بیاموزیم، بی گمان به زودی از یاد خواهیم برد.

مطالعه پای نهادن در جهان اندیشه و فکر و احساسها و تجربه هاست. جهانی پر از روشن-نگریها و ژرف بینی ها و پراز کوه فکریها و سیاه بینی ها. پای گذاشتن به چنین جهان چندان هم بی مخاطره نیست.

۱- مطالعه عمومی :

مطالعه عمومی یعنی مطالعه در همه زمینه ها یعنی مطالعه هر کتابی که به دست می آید .
یا حتی هر کتابی که چاپ می شود .

مطالعه عمومی فایده هایی دارد : اطلاعات عمومی در انسان ، زمینه های مناسبی ایجاد می کند ، نوعی آمادگی و هشیاری می دهد . سطح دانسته هایش را بالا می برد و توان پژوهش و تصمیم گیری و اظهار نظر را افزون می کند . کل نگری را افزایش می دهد و دیدگاه لازم برای طراحی و برنامه ریزی را به دست می دهد .

اما مطالعه عمومی ، اگر به گونه ای پراکنده و بدون انسجام صورت گیرد ، از آدمها داعسره المعارفهای متحرک خواهد ساخت اقیانوسهایی خواهد ساخت با يك بند انگشت عمق ، آدمهایی که يك دنیا تکه های کوچک معما در کیسه دارند اما مقوایی ندارند که روی آن از آن تکه ها شکلی زیبا بسازند ، آدمهایی که با معلوماتند ولی هرگز اندیشه ها و دیدگاهها^{هایی} نو در سر نمی پرورند : " آن که همه چیز می داند ، هیچ چیز نمی داند "

۲- مطالعه پایه ای :

مطالعه پایه ای یعنی مطالعه در يك زمینه خاص ، آن هم با انتخاب آگاهانه منبع مطالعه .
بر اساس شروع مطالعه از ابتدایی ترین و اساسی ترین دانسته های موضوع .

هر مطالعه ای که در زمینه ای خاص صورت می گیرد : باید با مطالعه پایه ای آغاز شود ،
اگر ساختمانی را که بنا می کنیم ، پایه هایی محکم و استوار داشته باشد ، هر چند طبقه هم
که بالا رود مقاوم و پابرجا خواهد بود ، اما اگر چنین نباشد ، در همان چند طبقه اول فرو
خواهد ریخت " خشت اول گر نه بد معمار کج تا ثریا می رود در سوار کج "

در مطالعه پایه ای چند نکته مهم وجود دارد :

۱- انتخاب زمینه مورد مطالعه و موضوع مورد نظر

۲- آشنایی با کتابهای این زمینه و موضوع (با استفاده از کتابنامه ها و منابع و مراجع و راهنما)

۳- انتخاب کتابهای اصولی و پایه ای از میان کتابهای موجود (با استفاده از راهنمای آگاه

و با توجه به نام کتاب ، نام نویسنده ، نام ناشر و تاریخ نشر) طبیعی است که ناشرانی

هستند که زمینه کاری آنها چاپ کتابهای پایه ای است ، نویسنده هایی هستند که

سبک و زبان ساده تری برای تازه کاران دارند ، کتابهایی هستند که با پیشوندها

و پسوند هایی در نامشان خواننده را به محتوا دلالت می کنند (مثلا " اصول روانشناسی ،

زمینه ای بر فلسفه ، پایه های تاریخ تمدن ، سیاست چیستو . . .) و طبعاً کتابهای

تازه تر ، اطلاعاتی نو تر هم دارند .

۳- مطالعه تخصصی :

مطالعه تخصصی یعنی مطالعه در يك مسیر مشخص ، یعنی مطالعه کتابهایی مشخص با شرایطی خاص و از پیش تعیین شده .

هیچ مطالعه تخصصی ای بدون مطالعه پایه ای ممکن نیست . هیچکس پیش از آن که در قوانین پایه ای فیزیک نور و حرکت و . . . آگاه باشد ، نخواهد توانست نظریه انیشتین را دریا پیش از آن که زبان فارسی را آموخته باشد از کلیله و دمنه چیزی نخواهد فهمید و پیش از مطالعه زبان انگلیسی نمایشنامه های شکسپیر را به تمامی در نخواهد یافت .

در مطالعه تخصصی به يك راهنمای متخصص حتماً نیاز هست و به يك گروه همراه جستجوگر قابل . اولی برای آن که راه را نشان دهد و موانع را از سر راه بردارد و دومی برای آن که شعاع حقیقت از تصادم اندیشه های افراد گروه رخ بگشاید .

و از یاد نبریم که همان اندازه که مطالعه تخصصی به مطالعه پایه ای نیازمند است ، مطالعه پایه ای هم به مطالعه تخصصی محتاج است ، مطالعه پایه ای بی آن که ادامه یابد و به مطالعه تخصصی برسد ، می تواند آدمی را سطحی نگر و کم عمق نگاه دارد . هیچ ساختمانی تنها با کندن پی قابل سکونت نخواهد شد .

۴- مطالعه برنامه ریزی شده :

اگر می خواهیم خواننده خوبی باشیم ، باید زمان مشخصی را به مطالعه اختصاص دهیم و برای بهره گیری از این زمان مشخص برنامه ریزی کنیم (کتاب اگر با هدف مطالعه می شود - قرص خواب نیست تا در رختخواب ، شبها پیش از خواب مطالعه شود ، یادگیری ، یاد سپاری و یاد آوری در چنین شرایطی اگر هم ممکن باشد بی گمان بسیار ناپایدار و گذرا خواهد بود .) در برنامه ریزی برای " خواندن " نکته های زیر را از خاطر نبریم :

۱- برنامه مطالعه خود را با دیدی واقع بینانه طرح کنیم ، تخمین زمان البته در ابتدا کاری ساده نخواهد بود ولی به مرور به آن خو خواهیم کرد ، به هر حال برای مدتی کوتاه نباید برنامه ای فشرده تدوین کرد .

۲- کارهای فوق العاده را در برنامه ریزی منظور کنیم . عوامل غیر منتظره را که ممکن است برنامه را به هم بریزند پیش بینی کرده وقت لازم را برای آنها منظور کنیم .

۳- وقت خود را تقسیم کنیم ، کارهای فراوان را در مدتی طولانی تر انجام دهیم (یکساعت در ۴ شب بهتر است از ۴ ساعت در يك شب)

۴- از ساعتهای پر انرژی خود استفاده کنیم ، مطالعه را برای ساعتهای بهتر روز بگذاریم و کارهای ساده تر را در وقتهای مرده انجام دهیم .

۵- مطالب مشابه را که ممکن است با هم تداخل کنند ، با هم نخوانیم . این کار ، یادگیری ، یاد آوری و درك را کاهش می دهد .

درباره برنامه ریزی بیش از اینها هم می شود نوشت ، اما آنچه هر فرد خود بتدریج به آن دست خواهد یافت ، بیشك بیشتر راهگشای او خواهد بود تا آنچه اینجا ، بدون توجه به شرایط خاص هر فرد گفته شود .

(1)

آفات مطالعه

همچون سایر امور زندگی بشر ، مطالعه نیز آفات و بلیاتی دارد . آفاتی درست مثل ملخ زدگی برای محصول ، اگر در صد جلوگیری از آنها برنیائیم نمی توانیم از زحمات خود بهره ببریم ، این بلیات عبارتند از :

۱- مطالعه تنها راه ارتباط :

گروهی به شمار از اهل کتاب ، کتاب را تنها راه ارتباط با جهان می دانند و تمام دانسته ها و آگاهیشان را از کتاب به دست می آورند غافل از آن که کتاب تنها یکی از راههای ارتباط با جهان است . سینما ، تئاتر ، تلویزیون ، رادیو ، گالری ، موزه ، ... معاشرت و تجربه ، ... سفر و ... همه راههایی برای ارتباط با جهان و شناختی وسیع تر و عمیق تر از جهانند . کتاب را و آنها را ، هیچگاه از یاد نبریم .

۲- کمیت بجای کیفیت :

یکی از آفات مطالعه توجه زیاد به حجم مطالعه و کم توجهی و کم اعتنائی نسبت به کیفیت آن است بدین معنی که عده ای در مطالعه فقط به این معنا دل خوش دارند که کتابهای قطور و پر حجمی را زود بخوانند و کنار بگذارند و همین زیاد خواندن امر را بر آنان مشتبه ساخته و چنین می پندارند که به مقصود اصلی از مطالعه دست یافته اند . غافل از اینکه اینگونه مطالعات هرگز نمی تواند اصول فکری و پایه های اندیشه شخص را محکم کرده و او را به عمق و ژرفای مسائل آگاه سازد ، یعنی آنچه در حقیقت کلید حل مجهولات و رمز شکافتن مسائل است همین اصول فکری و پایه های مطمئن و قوی در اندیشه انسان است که جز با توجه کافی به محتوای مطالب و تعمق در اعماق آن ممکن نیست . . .

۱- قسمتهایی از این بحث از نشریه تربیت / ماهنامه پرورشی وزارت آموزش و پرورش تابستان

۶۵ گرفته شده است .

۳- کتابدانی بجای کتابخوانی :

یکی دیگر از آفات مطالعه کتابدانی بجای کتابخوانی است ، چرا که عده ای چنین تصور می کنند که آنچه بصورت کتاب درمی آید قابلیت مطالعه را دارد غافل از آنکه همه کتابها در بردارنده مطالب ارزشمند و مهم نبوده و تنها تعداد معدودی از آنها قابلیت مطالعه و بررسی را دارند لذا تنها باید به مطالعه کتبی پرداخت که در حکم اصول فکری و تقویت عقلی و معنوی انسان حقیقتاً مؤثرند . البته تشخیص و انتخاب چنین کتبی احتیاج به گذشت زمان ، راهنمایی آگاه ، حصول تجربه و آگاهی در زمینه مطالعه دارد . و شخصی اگر بطور صحیح مطالعه کرده باشد پس از مدت معینی به معیار ارزش گذاری کتابها دست می یابد ، اما اگر فرد مطالعه کننده از کثرت کتابهای موجود در جامعه به حیرت بیفتد و بی جهت بسنه مطالعه هر کتابی که می یابد دست بزنند نتیجه مثبتی از مطالعه خویش نگرفته و یک کتابدان است تا یک کتابخوان .

قدرت تشخیص و انتخاب کتابهای ارزشمند و مفید از میان انبوه کتابهای " به زیور طبع آراسته " خود هنری است که هیچ کتابخوانی را از آموختن آن گریزی نیست و این البته چون هر هنر دیگری با ممارست بدست می آید .

۴- مطالعه یک جانبه :

یکی دیگر از آفات مطالعه عبارت است از مطالعه تک بعدی و یک جهتی . بدین معنا که ، شخص بنا به عللی از توجه به تمام جهات و جنبه های لازم زندگی غافل مانده و تنها در یک جهت خاص ، مطالعات خود را پیگیری می کند لذا برای اینکه شخص بتواند در زندگی راه صحیح را بنماید و قضاوتهايش بر روی مسائل مختلف زندگی مطابق با حقیقت بوده و از - خطا و لغزش مبری باشد راه دیگری جز این نیست که از یک جانبه نگری برحذر بوده و در تمام زمینه هائی که به زندگی انسان مربوط است ، لا اقل معلوماتی در حد متوسط و در حد رفع احتیاج داشته باشد

۵- خود باختگی و شخصیت زدگی :

کهاگه شهرت و آوازه معاصران و یا شخصیتهای گذشته ، چنان آدمی را مهیوت می کند که قدرت اندیشه مستقل از او سلب می شود از این رو یکی دیگر از آفات مطالعه تعصب داشتن به شخصیت یا اشخاص خاص و منحصر ساختن مطالعه به آثار و تألیفات آنهاست .

۶- ساده خوانی و ساده اندیشی :

یکی دیگر از آفات مطالعه عبارت از ساده خوانی و ساده اندیشی است . عده ای غالباً (و بنا به عللی) دوست دارند که مطالب ساده و عادی و سهل الفهم را مطالعه نمایند و از نظر تفکر و تعمق نوعی سادگی و نابختگی در آنها دیده می شود یعنی مسائل را زود

و بدون استدلال کافی و مدارك مستند قبول می کنند . در صورتیکه شخص مطالعه کننده باید به درك و مطالعه مطالب ارزشمند و عمیق عادت کرده و از ساده اندیشی برخوردار باشد . البته همچنانکه ساده اندیشی خود يك نقص است نقطه مقابل آن یعنی وسواس فکری نیز نوعی نقص بشمار می رود . بدین معنی که بعضی از اشخاص بقدری در شکافتن جزئیات مسئله افراط می کنند که از موشکافی و تعمق خارج شده و به نوعی وسواس بدل می شود و چندی کسانی . . . همیشه در حال شك و تردید و تزلزل فکری به سر می برند و این حالت تنها از وقت نظر و حساسیت مثبت فکری سرچشمه نمی گیرد بلکه می توان آنرا نتیجه آشفته بودن فکری شخص دانست که نمی تواند مطالبی را با منطق صحیح و متعارف فکری مورد بررسی و تدقیق قرار داده و آنرا رد نموده و یا بپذیرد .

[خود شما آیا ، آفات دیگری را برای مطالعه نمی شناسید ؟]

توجه :

- پیش از شروع مطالعه بخشهای بعدی توجهتان را به نکته های زیر جلب می کنیم :
- ۱- هنگام مطالعه جزوه راهنما ، حتماً کتاب درسی را در کنار داشته باشید .
- ۲- هر بار که به ارجاعی ، به کتاب درسی و یا به ضمیمه های جزوه ، برخورد کنید فوراً به صفحه هایی که به آنها اشاره شده مراجعه کنید . (اگر در این ارجاعها نگاهی بود که درباره آنها اطلاعی نداشتید ، آنها را نادیده بگیرید ، در ادامه مطالعه کتاب و جزوه با آن نکات آشنا خواهید شد .)
- ۳- جدا از اینکه به ارجاعها مراجعه کردید ، تمرینات موجود در هر یک از این ارجاعها را یکبار دقیقاً انجام دهید .
- ۴- اگر این تمرینها از نوعی بود که لازم است چندین بار در زمانهای مختلف تکرار شوند ، برای اجرای تمرینات زمانی را تعیین کنید .
- ۵- فقط و فقط بعد از این مراحل است که می توانید دوباره به جزوه برگردید و مطالعه آنرا ادامه دهید .

پایه‌های مطالعه

برای فراگیری "روشهای مطالعه" ابتدا به بررسی "پایه‌ها" می‌پردازیم چون هر کار دیگری مطالعه نیز ابتدا به تقویت و تحکیم پایه‌ها نیازمند است، اگر پایه‌ها استوار نباشند، بنای استواری بر آنها ساخته نخواهد شد.

ذهن ابزارهایی دارد که در مطالعه به کار می‌آیند، اما محرک‌هایی هم وجود دارند که این ابزارها را به کار می‌اندازند و موانعی وجود دارند که این ابزارها را از کار می‌اندازند یا فعالیتشان را کند می‌کنند.

- ۱- تقویت انگیزه‌ها
- ۲- تقویت ابزارها
- ۳- مقابله با موانع

تقویت انگیزه‌ها

انگیزه از نظر روانشناسی عاملی است محرک که خود (یا جامعه) را به انجام عملی (به دادن پاسخی) ترغیب می‌کند. (به بحثهای دقیق تفاوت انگیزه و نیاز کاری نداریم.) آنچه در این درس به دنبال آنیم این است که بدانیم چه عواملی می‌توانند ما را به مطالعه متمایل کنند:

(۱) اهداف و آرزوها : قبل از هر چیز باید آرزوها، هدفها و تصمیمات زندگی

خودمان را بشناسیم. بدانیم که از این جایی که هستیم می‌خواهیم به کجا برسیم، بدانیم که آنچه در زندگی به دنبال آن هستیم چیست و برای رسیدن به آن چه مراحل باید طی شود و از چه مسیری باید گذر کرد.

اگر بدانیم که آنچه می‌خوانیم ما را در رسیدن به ایده آل‌ها یاری می‌دهد، بی‌شک آن را بهتر و دقیق‌تر خواهیم خواند و لذت بخش‌تر خواهیم یافت.

(۲) علاقه : باید علاقه‌هایمان را هم بشناسیم، بدانیم که چه چیزی را

می‌پسندیم و از چه چیزی خوشمان نمی‌آید. بدانیم چه چیزی ما را به خودش جلب می‌کند و چه چیزی ما را جلب نمی‌کند یا حتی دفعمان می‌کند.

البته از یاد نباید برد که گاهی برای رسیدن به آنچه می-
خواهیم ، برای رسیدن به ایده آل ها و هدف ها ، باید
در مورد علائقمان کمی انعطاف داشته باشیم ، گاهی برای
رسیدن به جایی مجبوریم چیزهایی را فراموش کنیم که به آنها
علاقه داریم یا چیزهایی را مطالعه کنیم که از آنها گریزانیم.
اما برای رسیدن به هدفمان از فراموشی و خواندن آنها
چاره ای نیست.

مقصود آنکه اگر به آنچه می خوانیم علاقه مند باشیم (چه
مستقیم و چه غیر مستقیم) ، زودتر می خوانیم ، بهتر می فهمیم
و دیرتر خسته می شویم.

اگر نسبت به جهان اطرافمان و آنچه در ما و بر ما می گذرد
کنجکاو نباشیم ، بخشی از وجود انسانی خود را عقب
گذاریم ، جهان چندان شگفت نیست که ما می پنداریم .
چندان شگفت است که ما نمی پنداریم . باید مرتب پرسید
جستجو کرد و اندیشید . اگر نیوتن از علت سقوط سیب
کوچک از درخت پرسش نمی کرد ، قانون جاذبه عمومی کشف
نمی شد . برای مطالعه بهتر باید با کتاب درگیر شد ، باید
درباره مطالب کتاب پرسش طرح کرد و کوشید که به پرسشها
پاسخ داد ، این کوشش پیگیر هنگام خواندن کتاب مطالب را
در ذهن شکل خواهد داد و منظم خواهد کرد .

(۳- کنجکاو و پرسش :

(سوال گذاری)

تقویت ابزارها

۲

ذهن ابزارهایی دارد ، ابزارهایی که اگر درست به کار گرفته شوند ، نه تنها مطالعه که سایر
امور آدمی نیز بهتر و آسانتر انجام خواهد شد . آنها را بررسی کنیم :

(۱- تمرکز : تمرکز به معنای حصر توجه حواس به یک مورد خاص است به گونه ای که این

توجه به وسیله عوامل بیرونی یا درونی گوناگون از دست نرود .

دست یابی به تمرکز و شرط عمده دارد ، تقویت محرکهای تمرکز و سازماندهی

عوامل خارجی .

محرکهای تمرکز همانها هستند که به عنوان انگیزه های مطالعه از آنها یاد کردیم یعنی : اهداف و آرزوها / علایق / کنجکاوی .

سازماندهی عوامل خارجی ، یعنی فراهم آوردن شرایط لازم برای تمرکز . اولین قدم ایجاد " محیط مناسب " است :

محیط مطالعه باید آرام باشد و آسوده اما نه رخوت انگیز ، درجه حرارت محیط باید چیزی بین ۱۸-۱۶ درجه سانتی-گراد باشد ، بهترین نور برای خواندن نور روز است و بدترین نور ، نور چراغهای فلئورسنت که سایه ندارد . البته اگر چراغ فلئورسنت به همراه یک لامپ معمولی در یک اتاق روشن باشد ، نور خوبی است .

بدن باید راست نگاه داشته شود ولی نه سخت و منقبض . فاصله میان چشم و کتاب باید چیزی بین ۶۰-۴۰ سانتی متر باشد .

کلیه عواملی که ممکن است حواس را پرت کنند - یک مجله فکاهی ، یک راکت پینگ پنگ ، یک نوار کاست و . . . باید کنار گذاشته شوند .

توجه به وضع جسمانی هم مهم است : سالم بودن بدن ، خواب کافی ، تنفس صحیح و نیز گرسنه یا تشنه نبودن هم در ایجاد تمرکز مهم و موثرند .

این شرایط ، البته قانون نیستند هرکسی می تواند شرایطی که مطالعه را برایش آسانتر می کند دریابد و این شرایط برای او بهترین خواهد بود چرا که بویژه با نیازهای فوری او انطباق یافته اند .

[آیا شما هم در هنگام مطالعه به فراهم آوردن شرایط لازم برای تمرکز اندیشیده اید ؟]

② دیدن : آنجا که نور نیست ، دیدن ممکن نیست . در پرتو نور است که چشم - توانایی دیدن می یابد و نور خوب عامل اصلی دیدن است و دیدن وسیله اصلی خواندن و بهترین نور برای مطالعه آدمی نور روز است . چشم - به عنوان عضو بینایی (که مهمترین حس از حواس پنجگانه آدمی در ارتباط با دنیای بیرون از ماسکت)

ابزاری است که باید از آن به درستی بهره برد :

چشم آدمی نیازمند است تا بر اشیاء یا کلمات متمرکز شود و ثابت بماند تا تشخیص و درک آن شیئی یا کلمه برای فرد ممکن شود. اگر چشم در حال حرکت به چیزی ثابت بنگرد، یا برعکس چشم به همراه شیئی متحرک حرکت نکند، تشخیص و فهم آن شیئی برایتان ممکن نخواهد بود. هنگام مطالعه نیز چشم نباید در مسیر سطرها یا کلمات کتاب بلغزد. چشم باید به ناموزد که بر گروه کلمات توقف کند، آنگاه بجهد و گروه دیگری از کلمات را ببیند و دریافت کند. چشم همچنین، برای خواندن به راهنمایی نیازمند است. برخلاف گمان عمومی که استفاده از انگشت یا نوک مداد را برای دنبال کردن کلمات به هنگام مطالعه، کودکانه و ناروا می دانند، این کار امری شایسته برای خواندن و سریع خواندن است، چشم اگر راهنمایی نشود حرکات بی مورد و اضافی خواهد کرد.

صفحات ضمیمه ۱ بخش اول را مطالعه کنید (صفحات ۲۲ تا ۳۷ کتاب شگفتی های مغز آدمی، نوشته تونی بوزان، ترجمه شائق)

تقویت قوای دیدن به دو نوع تمرین نیازمند است :

- ۱- تمرینات برای ایجاد مهارت های مکانیکی در دیدن
- ۲- تمرینات برای ایجاد مهارت های ادراکی در دیدن

در تمرینات مکانیکی درک معانی مهم نیستند و در آنها باید تمام کوشش آن باشد که به روش کار عادت کنید، نه اینکه نگران فراگیری مطلب باشید. در تمرینات ادراکی مهم آنست که بکوشید با استفاده از مهارت های مکانیکی، چنان مطالعه کنید که فهم و درک کلی مطلب برایتان ممکن باشد.

تمرینهای ص ۳۰ تا ۳۷ کتاب (تا انتهای "... از راهنما، تکرار کنید") و ص ۵۴ تا ۶۴ کتاب درسی را انجام دهید.

برای هرکس، بسته به آمادگی اش و برای هر کتاب، بسته به سبیل یا دشوار بودنش یک سرعت مطلوب مطالعه وجود دارد، شما هم یک سرعت مطلوب مطالعه دارید که می توانید آن را بدست بیاورید.

ص ۵۳ و ۵۴ کتاب (تا انتهای "... دشوار نشان می دهند") و ص ۶۵ تا ۶۶ کتاب را بخوانید و سرعت مطالعه و سرعت مطلوب مطالعه خودتان را محاسبه کنید.

تکلم از خاصه های آدمی است. هیچ موجود دیگری ، وسیله ای به این وسعت و پیچیدگی برای ارتباط در اختیار ندارد. تکلم و تفکر نیز بی شبهه با هم در ارتباطند ، هنگامی که فکر می کنیم تارهای صوتی ما حرکت می کنند ،^(۱) از آنجا که خواندن نیز ما را به تفکر برمی انگیزد ، می توان رابطه ای میان سخن گفتن و خواندن پیدا کرد. از طرف دیگر اگر سخن خوب نشنویم هرگز خوب سخن نخواهیم گفت ، کودکانی که ناشنوا به دنیا می آیند سخن گفتن را نمی آموزند (مگر با شیوه هایی خاص) . پس خوب شنیدن در خوب سخن گفتن خوب سخن گفتن در خوب فکر کردن و خوب فکر کردن در خوب خواندن مؤثر است . نوشتن نیز بواقع تمرینی است عملی برای خواندن . کسی که بتواند در نوشته اش مطالب را به یکدیگر ربط دهد ، نظم مطلب را حفظ کند و از آنها نتیجه گیری کند ، بی شک در مطالعه اش هم از عهده این امور برخوردار آمد ، آنکه می نویسد بهتر درمی یابد که آنکه نوشته چگونه نوشته و آنچه نوشته شده چگونه نوشته شده است.

- گاهی برای فهم بهتر متنهای ثقیل و پیچیده خواندن آنها با صدای بلند مفید است. (اینکار به واقع هم تکلم را به کار می گیرد و هم علاوه بر حسن بینایی حسن شنوایی را برای فهم مطلب به کار می اندازد.)
- گاهی تکرار در بعضی جمله ها در متنهای ادبی ، با صدای بلند معنای مطلب و زیبایی مطلب را بیش از پیش ، روشن می کند و یادگیری آنها قدرت نوشتن را - نیز بیشتر می کند .
- نسخه برداری از قسمتهایی از متن ، خصوصا اگر با خلاصه نویسی و خلاصه برداری همراه باشد (از آنجا که کار فعالانه همواره نیکوتر از کار منفعلانه است) تأثیر بسزا در امر خواندن و نوشتن دارد .
- تدریس متن به دیگران ، از آنجا که هر سه مهارت گفتن ، خلاصه کردن و شنیدن را در خود دارد ، عاملی مؤثر در یادگیری است ، از این روست که می گوئیم متنی را که مطالعه می کنید هر از گاهی - حتی برای شاگردان خیالی - تدریس کنید .

④ - حافظه

حافظه یکی از قوای انسانی است که در وظیفه عمده دارد؛ یعنی نگهداری از

می تواند اطلاعات را ثبت نموده و بایگانی کند (یاد سپاری)

و در مواقع لزوم دوباره آنها را به دست دهد (یاد آوری)

تا کنون سه نوع حافظه در آدمی باز شناخته شده اند

۱- حافظه حسی : شامل بینایی ، شنوایی و... که بخودی خود چند ثانیه

بیشتر دوام ندارند .

۲- حافظه کوتاه مدت : که حداکثر هفت موضوع متفاوت را در مدت حداکثر ۵ (ثانیه

در خود نگه می دارد .

۳- حافظه بلند مدت ، با ظرفیت بی نهایت و برای تمام عمر

ارتباط این سه نوع حافظه را در این طرح می توان مشاهده کرد :

اطلاعات محیط

حافظه حسی

در یک تا پنج ثانیه از بین می رود

بنا به اهمیت موضوع

حافظه کوتاه مدت

در ۵ تا ۱ ثانیه از بین می رود

بنا به اهمیت اساسی او همیشه موضوع

حافظه بلند مدت

تا آخر عمر باقی می ماند

پیش از آنکه مکانیسم عمل حافظه را بررسی کنیم تمرین زیر را انجام دهید :

لیست این لغتها را فقط یکبار بخوانید :

تخت ، خسته ، وامانده ، شب ، تشک ، کشیک ، سکوت ، شب ، تاریکی

خر خر ، موز ، لحاف ، شب ، ساعت ، استراحت ، رویا

حالا روی لغتها را بپوشانید ، کاغذی بردارید و لغاتی را که در خاطرتان باقی مانده

بنویسید سپس به سوالات زیر توجه کنید :

۱- آیا لغت "تخت" در ذهنتان مانده بود؟ این لغت چون در ابتدای لیست قرار

نمیداد و نسبت به سایر لغتها اولویت دارد ، آسانتر در ذهن می ماند .

۲- آیا لغت "رؤیا" را بخاطر آوردید؟ این لغت چون آخرین لغت لیست و به زمان

حاضر نزد یکتر است، معمولاً راحت تر بخاطر می آید. (تازگی)

۳- آیا لغت "شب" را بخاطر آوردید؟ این لغت چون سه بار تکرار شده بود،

آسانتر به یاد می آید.

۴- آیا لغت "موز" را بخاطر آوردید؟ این لغت چون در میان لغاتی قرار گرفته که

با هم ارتباط دارند، در بین آنها برجسته شده و آسانتر بخاطر می آید.

۵- آیا لغت "لحاف" در خاطر تان مانده؟ اگر بخاطر تان مانده بخاطر آن است که

زیر لغت لحاف خط کشیده و مشخص شده بود.

۶- آیا لغت "خواب" را به یاد آوردید؟ خیلی ها در جواب این سؤال پاسخ مثبت

می دهند و وقتی می گوئیم که این لغت اصلاً در لیست نبود، شکفت زده می شوند

به نظر شما چرا حافظه چیزی را از خود بافته و آن را به یاد آورده است؟

۱/ مکانیسم یاد سپاری : یاد سپاری بر سه اساس استوار است : ثبت دقیق / تداعی / مرور

الف : ثبت دقیق : هر چه شباهتی که هر لوح حافظه ایجاد می شود، عمیق تر باشد،

دیرتر از بین می رود و بیشتر باقی می ماند.

انگیزه هایی که از آنها صحبت کردیم، هر چه شدیدتر باشند، در به یاد سپاری

عمیق مطلب موثر ترند.

استفاده درست و بجا از حواسمان (دیدن، شنیدن، لمس کردن، بو کشیدن و

چشمیدن) نیز در یاد سپاری تأثیر بسزای دارند مثلاً ما آموخته ایم که برای دریا

یک موضوع مادی بیرونی چشمانمان را از گوشه ای به گوشه دیگر، روی آن بگردانیم

اما روش درست مشاهده این است که ابتدا کلیات را ببینیم، نسبتها را به ذهن

بسپاریم، رنگهای کلی را مشاهده کنیم، آنگاه به بخشهای فرعی تر و بعد به

جزئیات توجه کنیم.

ب : تداعی : باید بین چیزهایی که می خواهیم به حافظه بسپاریم ارتباط ایجاد

کنیم و این ارتباط را تا آنجا که ممکن است واقعی تر و برجسته تر کنیم. باید میان

چیزها با قلابهای ساده نمایشی ارتباط برقرار کرد و این ارتباطها را با تصاویر

مبالغه آمیز در ذهن همراه کرد. هر چه این تصاویر تخیلی تر، عجیبتر، متحرکتر،

و رنگین تر باشند برجسته تر و واقعی تر خواهند بود.

در به یاد سپاری متون نیز باید همین گونه عمل کرد: باید میان جملات یا ابیات مختلف متن، ارتباط‌هایی برجسته ایجاد کرد و قسمت‌های مختلف متن را به یکدیگر ارتباط داد، تا بهتر در حافظه باقی بمانند (روش‌هایی مانند قافیه‌دار کردن مطالب، یا ایجاد کلمات اختصاری و نشانه ...)

ج: مرور: تکرار در یاد سپاری سهم مهمی دارد. مرور اول می‌تواند چند دقیقه بعد از مطالعه انجام شود. مرور دوم ۲۴ ساعت بعد. مرور سوم یک هفته بعد و مرور چهارم یک ماه بعد. اگر تکرار را به امری فعال بدل کنیم بسیار موثرتر از تکرار منفعلانه است. خواننده باید آنچه را که خوانده با زبان خودش بازگوید و با کلمات خودش بنویسد و با روش خودش درباره آن نظر دهد. از این رو بهترین راه‌های تکرار و مرور مطالب، خلاصه‌نویسی، گفتگو با دیگران درباره مطلب، سخنرانی درباره آن و تدریس آن به دیگران است.

■ برای تمرین یاد سپاری می‌توانیم:

بکوشیم انگیزه‌هایمان را تقویت کنیم و ایجاد ارتباط‌های برجسته میان مطالب مختلف را تمرین کنیم.
 بکوشیم با نگاه به یک تابلو در یک مدت زمان مشخص و کوتاه، چشم‌هایمان را ببندیم و آن تابلو را در ذهن مجسم کنیم.
 بکوشیم با تکرار منظم متن‌هایی که می‌خوانیم و به آنها علاقه داریم، آنها را به خاطر بسپاریم و...

۲/ مکانیسم یاد آوری: شیوه یاد سپاری در یاد آوری اهمیت فراوان دارد. همان‌طور که در تمرین "لیست لغتها" دیدیم نکات عمده‌ای که در یاد آوری مطلب موثرند عبارتند از:
 اولویت: در یاد آوری مطالب قسمت‌های ابتدایی بهتر از قسمت‌های میانی بخاطر می‌رسند.
 تازگی: آنچه به زمان حاضر نزدیک تر است آسانتر به یاد می‌آید.
 تکرار: هرچه مطالب بیشتر تکرار شده باشند، یاد آوری آنها آسانتر است.
 ارتباط: مطالب مرتبط بسیار بهتر از مطالب نامرتبط به خاطر می‌آیند.
 برجستگی: مطالبی که به هر طریق برجسته و مشخص شده باشند بهتر و آسانتر به یاد می‌آیند.

■ برای تمرین یادآوری می‌توانیم :
بکوشیم هر شب پیش از خواب کارهایی را که در روز انجام داده‌ایم ، در ذهن یادآوری کنیم .

بکوشیم خاطرات سنین مختلفمان را به یاد بیاوریم .
بکوشیم یاد رنظر گرفتن يك مطلب هرچه درباره اش می‌دانیم به خاطر آوریم و . . .

⑤ یادگیری : بروز تغییر کمی و بیش ثابت در رفتار یا در توانایی رفتار یادگیرنده را یادگیری نامند مشروط بر آنکه این تغییر در اثر آموزش و تجربه حاصل آمده باشد و ناشی از رشد و بلوغ نباشد .

در یادگیری عوامل بیرونی و عوامل درونی مؤثرند . ارتباط ما با عوامل بیرونی از طریق حواس صورت می‌گیرد (بینایی ۷۵٪ ، شنوایی ۱۳٪ ، لامسه ۶٪ ، چشایی ۳٪ و بویایی ۳٪ در یادگیری مؤثرند) عوامل بیرونی در حیطه فعال درون آدمی شکل می‌پذیرند و در اینجاست که معیارهای ارزشی فرد و نیازهای اساسی او در میزان یادگیری وی اثر می‌گذارند .

نکات مهم در یادگیری را فهرست وار و مختصر می‌آوریم :

۱- یادگیری اگر با عمل توأم شود ، آسانتر خواهد بود و مثلاً دانشجویان هرچه بیشتر در فعالیتهای عملی تحقیق و تعلیم و خدمت وارد شوند ، یادگیری بهتری خواهند داشت . همچنین حاشیه نویسی و نقد نویسی ، ایجاد ارتباط و تداعی ، خلاصه نویسی و . . . مطالعه را فعال می‌کند و این البته خیلی بهتر از خواندن فراوان و با حجم زیاد اما منفعلانه است .

۲- اگر آنچه می‌خوانید با دانسته های گذشته شما ارتباط بیشتری بیابد ، جذب و یادگیری بهتر خواهد بود . پس بکوشید که بین آنچه می‌خوانید و آنچه می‌دانید ارتباط ایجاد کنید .

۳- هرچه ارتباط بیشتری بین آنچه خوانده می‌شود و زندگی عملی و واقعی موجود باشد ، فراگیری بهتر است . بکوشید برای آنچه می‌خوانید نواید عملی بیابید .

۴- بکوشید پایه ای مطالعه کنید . اگر بتدریج و پله پله از مطالب غینی (آنچه می‌بینید) به مطالب نیمه انتزاعی (طراحی و نقاشی - عکس) و از آنها به مطالب انتزاعی (ذهنی) بروید ، مطالعه شما با یادگیری بیشتری توأم خواهد بود .

۵- سعی کنید با مطلب درگیر شوید و نوعی هیجان در مطالعه ایجاد کنید. حتی مطالب ثقیل را می توان با کمی تخیل به چیزهای جالبی تبدیل کرد که ذهن یادگیری آنها را می پسندد.

۶- مطالب پیچیده را به اجزاء ساده تقسیم کنید و روی هر یک از آنها با دقت و تمرین زیاد کار کنید، این امر شما را در یادگیری مطلب یاری خواهد داد (بگوشید ابتدا از کل مطلب شمایی در ذهن داشته باشید و بعد به جزئیات بپردازید یادگیری اساسی تر خواهد بود)

۷- همانطور که گفتیم اگر مطلبی ثقیل بود حواس بیشتری را در یادگیری آن دخالت دهید. (به شماره ۳ یعنی شنیدن، گفتن مراجعه کنید)

۸- از تکنیکهای تداعی برای یادگیری بهره گیری (به شماره ۱ یعنی حافظه نگاه کنید)

۹- دوره کردن بخشهای گذشته و تکرار منظم مطالب خوانده شده را فراموش نکنید (به شماره ۱ یعنی حافظه مراجعه کنید)

۱۰- سعی کنید در مطالبی که می خوانید نظم مشخص بیابید یا به آنها نظم مشخصی بدهید. این کار یادگیری را افزون خواهد کرد.

■ شما چه نکات مهم دیگری در مورد یادگیری بخاطر می آورید؟

۶- اندیشیدن و تفکر:

اندیشیدن یکی از توانایی های ذهن آدمی است و هیچ موجودی، به اندازه انسان و به پیچیدگی و عمق او از این توانایی بهره ندارد.

پایه های تفکر "انتزاع" و "تعمیم" اند:

انتزاع یعنی تشخیص شباهتها از بین تفاوتها

تعمیم یعنی ارتباط دادن شباهتها برای طبقه بندی اشیاء و تشکیل مفاهیم

مثلاً، شباهت میان درختهای گوناگون را انتزاع کرده ایم و با تعمیم این شباهتها، مفهوم "درخت" را در ذهن خود جای داده ایم.

تفکر همواره با یک پرسش آغاز می شود، پرسشی که از قبل جوابی برای آن نداریم، برای پاسخگویی درست به پرسش باید مراحل مشخصی را طی کنیم:

۱- شناسایی و تعریف دقیق موضوع تفکر: پرسش اصلی، چیست؟ این اولین

چیزی است که باید بفهمیم.

۲- شناسایی وسایل شناخت : بنا به نوع پرسش ما ، کدامیک از وسایل شناخت (حس ، عقل ، نقل و شهود و در مراتب بعد روح القدس) بهترین راه برای پاسخگویی به پرسش ماست .

۳- جمع آوری اطلاعات : درباره پرسش و پاسخمان چه می دانیم ؟ آیا مجموعه اطلاعات کافی هستند یا باید آنها را گسترش و افزایش دهیم ؟

طبقه بندی اطلاعات هم در همین مرحله صورت می گیرد .

۴- تجزیه و تحلیل : باید موضوع سؤال را به اجزایش تقسیم کرد و درباره هر یک از این اجزاء پرسش کرد و آنها را از جنبه های گوناگون مورد تحلیل و بررسی قرار داد .

۵- ترکیب و فرضیه سازی : باید اجزاء تحلیل شده را به شیوه ای جدید کنار هم گذارد و فرضیه یا فرضیه های بدیعی ارائه کرد .

۶- نقد و بررسی : باید به بررسی و نقد فرضیه ها پرداخت ، قدرتها و کاستی های فرضیه ها را دریافت (این کار به مدد آزمایش و تجربه فرضیه ها صورت می گیرد)

۷- نتیجه گیری : در مرحله آخر فرضیه ای که پاسخ درست سؤال ماست به عنوان نتیجه تفکر ، گزیده می شود .

درباره این مراحل و تقدّم و تأخّر آنها البته اختلاف نظرهایی هست ، اما هرچه هست مطالعه خوب مطالعه ای است که با اندیشیدن همراه شود و ادامه یابد . تنها در این صورت است که می توان بجای داشتن انبوه اطلاعات و معلومات ، نظام فکری کامل و درستی داشت .

■ : بارها شنیده اید که " کتاب بهترین دوست انسان است " آیا هرگز از خسرو پرسیده اید که این سخن تا چه حد درست است ؟

(۷-)

خلاقیت و نوآوری

خلاقیت نقطه اوج تفکر است . در تفکر شما موضوعتان را تجزیه و سپس تحلیل می کنید . آنگاه این اجزاء تحلیل شده را به شیوه ای تازه ترکیب می کنید تا فرضیه ای جدید بسازید و این خود خلاقیت است . خلاقیت ایجاد کردن فرضیه های جدید از ترکیب مفاهیمی است که از پیش بوده اند .

از جنبه های دیگر تفکر را به دو گونه تقسیم می کنند :

تفکر همگرا که در آن معمولا " چیزهای شبیه کنار هم گذارده می شوند مانند رده بندی کلمات در کنار یکدیگر .

و تفکر واگرا که در آن حالت های مختلف اجزاء يك مجموعه تشخیص داده می شوند مانند تشخیص همه ترکیبات ممکن در خط مستقیم و يك خط منحنی در کنار یکدیگر در يك صفحه .
تفکر همگرا معمولا " خلاق نیست و تنها به رده بندی و طبقه بندی اشیا می پردازد ، اما تفکر واگرا خلاق است ، از ترکیب اجزاء افکاری نو می آفریند و همانست که لازمه خلاقیت هنری ، علمی و حرفه ای است .

خلاقیت از ۴ مرحله کم و بیش معلوم می گذرد : آمادگی / پختگی / اشراق / وارسی

۱ / آمادگی : برای خلاقیت باید دانش و آگاهی داشت ، باید اطلاعات داشت ،

اما این اطلاعات باید در ذهن نشست کرده باشند و نظام یافته باشند .

تنها در این صورت است که فرد برای تفکر خلاق آمادگی دارد .

۲ / پختگی : این دوره دوره ایست که توسط افراد خلاق گزارش شده است ، در این

دوره هیچ فعالیت مشخصی در جهت موضوع خلاقیت صورت نمی گیرد ، حتی در مورد

آن فکر هم نمی کنند و می گذارند که آنچه به ذهنشان رسیده پخته شود و به بار

بنشیند .

۳ / اشراق : افراد خلاق گزارش کرده اند که غالبا " ایده ها و اندیشه های جدید ،

ناگهانی ، بی مقدمه و بی هیچ محدودیت زمانی و مکانی - حتی در خواب -

ذهنشان رسیده و آن را به گونه ای الهام و اشراق تعبیر کرده اند .

۴ / وارسی : پس از اشراق معمولا لازم می آید که آنچه را به ذهن رسیده وارسی ، آزمایش

و نقد کنیم . حتی گاهی باید مدتی آن را کنار بگذاریم و فاصله زمانی را با آن -

ایجاد کنیم ، تا بتوانیم آن را از بیرون و با نظری بی طرفانه نقد و بررسی کنیم .

ایده آل هر مطالعه خوب ، خلاقیت است . نظر ، ایده ، راه ، کشف و آثاری جدید

باید در ذهن شکل بگیرند و پدید آیند . جهان تنها از این راه است که تغییر خواهد

کرد .

■ تمرین : این کلمات را * اگر می توانستم . . . * سرآغاز يك نوشته قرار بدهید و تا آنجا که

می توانید آن را ادامه دهید .

■ تمرین : با حروف کلمات : آمادگی - پختگی - اشراق و وارسی - تا حد ممکن کلمات

جدیدی بسازید (تعداد حروف کلمات جدید اهمیتی ندارند)

خواننده تازه کار همیشه با موانعی دست به گریبان است و خود را با مشکلاتی مواجه می بیند :

احساس می کند که می خواند و درست نمی فهمد ، یا در به یاد سپاری مطلب اشکال دارد ، یا حتی اگر خود به یاد می سپارد ، به هنگام به یاد نمی آورد . احساس می کند مطالعه اش بی فایده و بیهوده است . گمان می کند باید همه چیز را دقیق و کامل بخواند و با این گمان ناروا باعث می شود که وقتش هدر رود و تلف شود . با هم این موانع و راههای مقابله با آنها را بررسی می کنیم :

(۱) موانع انگیزه ها : دلزدگی ، بی علاقتی ، بی حوصلگی ، همه از موانع انگیزه ها هستند .

اگر هدفها و مقاصد مان را خوب بشناسیم و لزوم مطالعه یک مطلب خاص را برای رسیدن به مقصد حس کنیم معمولا " از آن دلزده نخواهیم شد (خسته چرا ، اما هر خستگی را می توان با کوتاه زمانی استراحت برطرف کرد) ، علائق ، بسیار تابع استعدادها و نیازهای ما هستند پس اگر استعدادها و نیازهایمان را بشناسیم و مطالعه مطلبی خاص برای ما رفع یک نیاز یا شکوفایی استعداد باشد معمولا " بی علاقه و بی حوصله نخواهیم شد . از طرف دیگر باید فن کنجگاری را فرا گرفت : سوال کردن و به دنبال جواب گشتن ، علامتگذاری ، حاشیه نویسی ، خلاصه کردن و یادداشت برداری خواننده را درگیر مطالعه می کنند و او را درباره مطلب کنجگاری می سازند .

(۲) موانع تمرکز : مانع اصلی تمرکز معمولا " حواس پرتی یا در خواب و خیال رفتن است .

حواس پرتی معمولا " دو گونه عامل بیرونی و درونی دارد : عوامل درونی حواس پرتی معمولا " نگرانی هایی درباره مشکلات مختلف شخصی یا خیال پردازی درباره آینده و آرزوها می باشند : همواره هنگام خواندن تکه کاغذی کنار دست داشته باشید و به محض به خاطر رسیدن یک مشکل یا یک آرزو و ایده آل آن را بر ورقه کاغذ یادداشت کنید و زمان بررسی و حل آن مشکل یا روشهای رسیدن به آن آرزو و ایده آل را مشخص کنید تا خیالتان آسوده شود ، آنگاه به مطالعه بپردازید . عوامل بیرونی حواس پرتی چیزهایی هستند که معمولا " ساده تر رفع می شوند : سرو صداهای محیط ، نور کم یا زیاد ، براق بودن کاغذ کتاب ، سردی یا گرمی هوا ، گرسنگی

با تشنگی خواننده و... عواملی هستند که می توان با از بین بردن آنها شرایط تمرکز را فراهم کرد.

[ص ۱۵۸ تا ۱۶۰ کتاب را مطالعه کنید.]

③ موانع دیدن و خواندن : موانعی چون کلمه خوانی ، تلفظ کلمات ، دوباره خواندن غیر ضروری و ترس از درک کم و... مطالبی هستند که بر توانایی خواندن درست اثر می گذراند .

[ص ۱۴۹ تا ۱۵۲ کتاب را بخوانید و تمرینهایش را انجام دهید.]

[ضمیمه ۲ بخش اول را بخوانید و به تمرینها عمل کنید]

اگر به نکته های زیر هم توجه کنید خالی از فایده نخواهد بود :

● مطمئن باشید که پلک زدن را ادامه می دهید .

● گاهی چشم را از صفحه بازگیرید و به نقطه ای دور نگاه کنید تا چشمها از خستگی بیرون آیند .

● گاه نیز چشمها را ببندید و آنها را در گودی دستها قرار دهید و به چشمها استراحت دهید .

● گاه نیز بعد از بستن چشمها بکوشید صفحه کتاب را در زهن مجسم کنید ، این کار هم استراحتی به چشمان شما می دهد و هم به پرورش قوه تجسم و نیروی حافظه شما یاری می دهد .

در مورد خواندن و تلفظ کلمه ها نیز به یاد داشته باشید که این کار فقط باید مواقعی خاص - که به آنها اشاره شد - صورت بگیرد نه همیشه و بدون کنترل .

④ موانع شنیدن و نوشتن : دقت کم در گوش دادن ، ترس از نوشتن و بی نظمی مطالب مزاحم در این قسمت اند .

باید ذهن را به نظم و ترتیب عادت داد ، باید از بی نظمی در کوچکترین بخشهای زندگی بهره‌میزیم تا ذهن به بی نظمی عادت نکند . از نوشتن نباید هراسید . هر یک باید دقتی داشته باشید و خاطره ها ، دیدگاهها و احساسهایمان را بی ترس و بی واهمه یادداشت کنیم و گاه گاه آنها را دوباره بخوانیم . این کار کم نظم لازم را به ذهن ما خواهد داد و واهمه ما را از بین خواهد برد .

در مورد گوش دادن هم معمولا " ما به صدا های اطرافمان عادت می کنیم و حساسیتمان را نسبت به صداها از دست می دهیم ، باید گاهی آگاهانه تمرکزمان را بر شنیدن بگذاریم و صدا هایی را که می شنویم شماره کنیم ، این کار وقت شنوایی ما را بیشتر خواهد کرد .

⑤ موانع حافظه : خوانندگان تازه کار کم و بیش از کمبود حافظه می نالند و شکوه می کنند . این گاهی البته بخاطر توقع بیش از اندازه ای است که از خود دارند ولی گاه برآستی دچار مشکلاتی هستند : مشکلاتی در یاد سپاری و یاد آوری .

[ص ۱۵۷ تا ۱۵۸ کتاب را مطالعه کنید .]

زمان مطالعه برای یاد سپاری باید چیزی بین ۵۰ تا ۶۰ دقیقه باشد و بعد از آن بین ۵ تا ۱۰ دقیقه به ذهن استراحت داده شود ، توزیع یاد سپاری مطلب باید در مدت زمانی طولانی تر صورت بگیرد : یکساعت مطالعه در چهار شب بهتر از چهار ساعت مطالعه در یک شب است .

توفیق نداشتن در یاد آوری مطالب خوانده شده نیز بیشتر به شیوه های نادرست یاد سپاری بازمی گردد . به هر حال برای به خاطر آوردن مطلب نباید مستقیما " به آنچه مورد نظر است توجه کرد بلکه باید مسائل جنبی را به خاطر آورد تا مطلب مورد نظر به عنوان نتیجه به ذهن برسد . در این حالت ذهن اجازه بازی آزادانه در گستره دانسته ها را می یابد و این امر یاد آوری را آسانتر می کند .

⑥ موانع یاد گیری : به توصیه های زیر برای مقابله با موانع یاد گیری توجه کنید :

- حتی الامکان مطالب مشابه را پشت سر هم و با هم نخوانید زیرا حتی شباهتهای جزئی هم ممکن است ذهن را در یاد گیری دچار اشتباه کند .
- تا حد امکان بکوشید چیزی را غلط فرا نگیرید . تصحیح یاد گرفته غلط بسیار مشکل است ، سعی کنید با از یک راهنما بهره ببرید یا آنچه را می آموزید دائما " با دیگران تبادل کنید تا اشتباهات خود را دریابید و از یاد گیری غلط بهره یز
- بکوشید بهترین ساعات روز را به مطالعه اختصاص دهید . کارهای دقیق و سنگین را در اوقاتی که انرژی بیشتری دارید انجام دهید و ساعت های غیر سازنده تان را برای کارهای آسان بگذارید .

(۷) موانع اندیشیدن و تفکر : عادت نکردن به تفکر و مراحل صحیح آن ، عادت به مطالعه^۱ انفعالی و عدم درک یا درک نادرست استدلالها از موانع اندیشیدن هستند .

[صفحه ۱۶۰ تا ۱۶۱ کتاب را بخوانید .]

باید به تفکر خو گرفت ، درباره مسائل روزمره زندگی اندیشید و مراحل تفکر را در مورد آنها انجام داد تا ذهن برای اندیشیدن درباره مطالب سنگین تر آمادگی بیابد .
باز هم می‌گوییم در مطالعه باید فعال بود و خود را درگیر مطلب کرد . باید شك کرد ، پرسید و به دنبال جواب گشت تا نظم منطقی مطلب بر ایمان روشن شود .

(۸) موانع خلاقیت : موانع خلاقیت بسیار عمیقند و ریشه های ترتبیتی دارند . اما مهمترین مانع خلاقیت ، ناباوری به خویشتن است .

گروه بی‌شماری از افراد وجود قوای خلاقه^۲ خود باور ندارند و حتی آن را خاص نوابغ و هوشمندان می‌شمرند و از آن هراس دارند .
چنین نیست . تنها باید آموخت که جرعه ها را از دست نداد .

درباره آنچه می‌خوانید بیاندیشید ، ترکیبهای تازه بیافرینید ، جرعه ها را یادداشت کنید ، بگذارید تا پخته شوند ، اشراقها را بنویسید و دوباره واریسی کنید . اگر دفتری داشته باشید و اندیشه های تازه ای را که در طول روز به ذهنتان می‌آیند در آن یادداشت کنید ، بعد از چندی به گنجینه ای سرشار از زمینه های تفکر خلاقه دست یافته اید . خلاقیت اختصاص به هیچ نابغه ای ندارد ، شما هم می‌توانید خالق چیزها باشید .

ضمیمه ۱ بخش اول

خواندن سریعتر و کارآمدتر (۱)

شناسایی مطالب

- خواندن و آموختن مسائل
- خواندن و آموختن - معنی - راه کار
- چرا تصور غلط در مورد خواندن و سریع خواندن پیش آمده است.
- چشم (باصره)
- قوه ادراک طی خواندن و آموختن
- تمرینات برای پیشرفت قابلیت درک و سرعت

خواندن و آموختن مسائل

- درمحل خالی زیر تمام مسائل و مشکلاتی را که در مورد آموختن و خواندن دارید بنویسید. با خود جدی و سخت‌گیر باشید. در نوشتن مشکلات خودتان خیلی دقت کنید و جزئیات را بنویسید. هر چه بیشتر قادر به توصیف باشید به همان نسبت بیشتر و کامل‌تر به رفع عیب خود اقدام خواهید کرد.

- از کلمه خواندن تعریفی که می‌دانید بنویسید.

(۱) برگرفته از صحت ۲۲، ۳۷ کتاب سلفتنی‌های مغز آدمی، نوشته دکتر محمد باقر باقری، ترجمه سائق

خواندن سریعتر و کارآمدتر

معلمینی که آموزش خواندن می دهند طی پنج سال گذشته دریافته اند که در هر یک از کلاس هایشان یک نوع مشکل عمومی دیده می شود. در زیر صورتی از عادی ترین مشکلاتی که به تجربه دیده شده است ذکر گردیده است و به خواننده توصیه می شود مشکلات خود را با آنها تطبیق داده هر یک از مشکلات زیر که شامل حال آنان نیز می شود به لیست خود اضافه کند. ممکن است آن تعداد خیلی کم باشند.

فهرست ۱ زمینه‌هایی که مشکلات خواندن و آموختن بطور عموم در آنها تجربه گردیده است.

دید	یادداشت کردن	بیاد آوردن
سرعت	فراگیری	بی حوصلگی
فهم - قوه درک	سن	تعداد لغات
زمان	بیم و هراس	تلفظ صوتی
مقدار	خستگی	استیلا چاپ شربی
محیط اطراف	تنبلی	استیلا ادبی
	ملالت و کسالت	انتخاب
	علاقه	مردود کردن
	تجزیه و تحلیل	تمرکز
	انتقاد	برگشت به عقب
	محرک	
	درک ارزش	
	سازمان	
	برگشت	

هریک از مشکلات نامبرده بالا خیلی جدی است و بنوبه خود می تواند موجب از هم گسیختگی رشته خواندن و یادگیری گردد. این کتاب برای حل مشکلات بالا اختصاص داده شده است در این فصل از مباحث: دید، سرعت، فهم و درک، زمان، مقدار آموزش و آموختن و محیط اطراف صحبت می شود.

قبل از پرداختن بیشتر به صور فیزیکی خواندن ابتدا باید اصطلاح آن کاملاً تعریف شود سپس در پرتو آن تعریف بگوئیم چرا مشکلات زیادی که در امر خواندن وجود دارد که اینقدر و در همه جا مورد توجه و تجربه قرار گرفته است.

خواندن سریعتر و موثرتر

تعریف خواندن

تعریف خواندن که اغلب به عنوان درک نیت نویسنده از متن یک کتاب یا یک نوشته و یا عبارت دیگر جذب و ترکیب کلمات نوشته شده (مثل عمل هضم) بیان می شود در - خور تعریف کامل تری است و می توان آن را بشرح زیر تعریف نمود:

خواندن عبارت از برقراری
مناسبات مشترک فرد با اطلاعات
معینی است و این مرحله جنبه
بصری آموختن است و شامل
اعمال هفتگانه زیر می باشد:

شناسایی
جذب و ترکیب
اتحاد عناصر با یکدیگر
اتحاد عناصر با عناصر خارج
بخاطر سپردن
بیاد آوردن
گرفتن ارتباط یا بکار بردن:
الف - یک نوشته
ب - یک اظهار شفاهی
پ - ارائه کردن
ت - فکر کردن
(ارتباط با خود)

ورق بزنید

این تعریف شامل بیشتر مشکلات ذکر شده در لیست شماره ۱ صفحه ۲۳ می باشد تنها مسائلی که شامل نمی شود عبارتند از آنهایی که در جهتی خارج از مراحل خواندن قرار دارد مانند عوامل "محیط اطراف"، "سن" و غیره.

چرا مشکلات خواندن وجود دارد
خواننده ممکنست از خود بیگانه شود چرا اینهمه اشخاص مشکلات نامبرده بالا را مورد بررسی و مذاقه قرار داده اند. **(دنباله در دو صفحه بعد)**

شناسائی

آشنائی خواننده با الفبای قراردادی. این قدم تقریبا " قبل از جنبه بصری خواندن انجام می شود.

اتحاد عناصر با یکدیگر

بهم پیوستن تمام اطلاعات خوانده شده با تمام قسمت های مناسب دیگر.

جذب و ترکیب

این عمل یک مرحله فیزیکی است که بدان وسیله نور منعکس از کلمه به وسیله چشم به مغز منتقل می گردد (به شکل ۵ مراجعه شود).

اتحاد عناصر با عناصر خارج

این عمل شامل تجزیه و تحلیل، انتقاد، تعیین ارزش، انتخاب، مردود کردن است یعنی مرحله ای که خواننده تمام اطلاعات قبلی خود را با اطلاعاتی که جدیداً خوانده بهم نزدیک نموده و ارتباط لازم را بین آنها می دهد.

بخاطر سپردن

ضبط و ذخیره کردن اطلاعات. این مرحله بخودی خود می تواند مشکلی باشد. بیشتر خوانندگان تجربه ورود به اطاق آزمایش و اطلاعاتی که طی دو ساعت آزمایش برای آنان لازم است دارند. ضبط و ذخیره کردن به نوبه خود کافی نیست بلکه بایستی با بخاطر آوردن همراه باشد.

بیاد آوردن

توانائی دست یافتن به آنچه که در انبار ذخیره موجود است و ترجیحا هنگامی که مورد لزوم می باشد.

گرفتن ارتباط

بکار بردن اطلاعات در هنگام لزوم یعنی بلافاصله یا بعد. این مرحله شامل بخش فرعی بسیار مهم فکر کردن است.

خواندن سریعتر و موثرتر

جواب آنان در روش تعلیم اولیه و اصولی خواندن نهفته است (بیشتر شماها که این کتاب را می‌خوانید روی ۲۵ سال هستید و احتمالاً "بوسیله روش صوتی و یا الفبائی تعلیم دیده‌اید، و دیگران ممکن است با یکی از طرق نامبرده یا متد نگریستن و گفتن آموزش - دیده باشند.)

در ساده‌ترین متد صوتی ابتدا الفبا به کودک آموخته می‌شود، سپس صداهای مختلف هر یک از حروف، و بعد مخلوط‌صداها در سیلاب، و بالاخره مخلوط‌صداهایی که یک کلمه را درست می‌کنند، از این مرحله به بعد بتدریج کتابهایی که برحسب مشکل بودنشان از درجه ۱ تا ۱۰ طبقه‌بندی شده‌اند در اختیارشان قرار داده می‌شود و کودک ضمن خواندن آنها به تدریج به سرعت خواندنش می‌افزاید و طی این مرحله رفته‌رفته به صورت خواننده ساکت در می‌آید. (با صدای بلند نمی‌خواند)

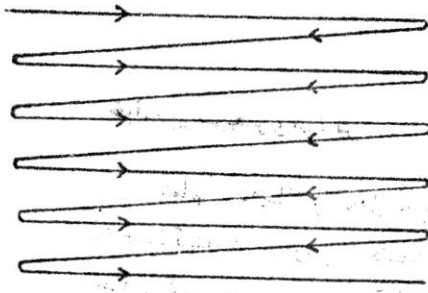
در متدهای نگریستن و گفتن با کارتهایی که روی آنها تصاویری رسم شده به کودک آموزش خواندن داده می‌شود. اسامی تصاویر به‌وضوح در زیر آنها نوشته شده، پس از آن که کودک با تصاویر و اسامی مربوط به آنها آشنا شد تصاویر را برمی‌دارند و فقط کلمات باقی می‌ماند، بعد از آنکه کودک به اندازه کافی کلمات اساسی را آموخت به وسیله یک سری کتاب‌های درجه‌بندی شده شبیه آنچه که در متد الفبائی ذکر شد به آموزش خواندن ادامه می‌دهد و بعداً "بصورت یک خواننده ساکت در می‌آید.

دو طریقه آموزش خواندن که در بالا ذکر گردید اشاره‌ی مختصری به روشهای مختلف آنست و بایستی گفت لااقل به وسیله پنجاه متد نظیر آنها هم اکنون در انگلستان و سایر کشورهای انگلیسی زبان تدریس می‌شود.

نکته این نیست که این متدها برای رسیدن به هدفهایی که دارند کافی نیستند، بلکه منظور این است برای آموزش خواندن به هر بچه‌ای به معنای تام کلمه‌ی آموزش کافی نیستند.

با توجه به تعریفی که از کلمه خواندن بعمل آمد دیده می‌شود این روشها فقط برای مرحله تشخیص و تاحدودی جذب و ترکیب و اتحاد عناصر داخلی با یکدیگر در نظر گرفته شده‌است. در این روشها به مسائل خواندن سریع، زمان، مقدار آموزش، فراگیری، بیاد آوردن، انتخاب، مردود کردن، یادداشت برداشتن، تمرکز، درک ارزش، انتقاد، تجزیه و تحلیل، سازمان، انگیزه، علاقه، ملالت، عوامل محیطی، خستگی، طرز چاپ حروف، و غیره توجهی نشده است.

بنابراین ملاحظه می‌شود که دلیل انجام بررسی‌های وسیع برای مشکلاتی که گفته شد بجا و صحیح است توجه به این مطلب مهم است که مرحله شناسایی هیچگاه مسائل بزرگی به حساب نیامده است. چه بقدر کافی در سالهای اول دبستان به آن آموزش داده می‌شود. مشکلات دیگر از این لحاظ ذکر گردیده‌اند که طی مراحل آموزش به آنها توجه نمی‌شود



حرکات چشم حین خواندن

هنگامی که از افراد خواسته می شود با حرکت انگشت سبابه حرکت و سرعت حرکت چشم خود را حین خواندن نشان دهند ، اغلب انگشت های خود را به نرمی در طول خط از چپ به راست (در خطوط لاتین) با یک پرش سریع از آخر یک خط به اول خط دیگر حرکت می دهند . بطور عادی این حرکت بین یک چهارم ثانیه تا یک ثانیه طول می کشد (مراجعه به شکل ۶)

شکل ۶ - نمودار حرکت چشم افراد حین خواندن است که اطلاعی از حرکت چشم خود ندارند فکر شده هر خط در کمتر از یک ثانیه خوانده می شود. به متن این صفحه مراجعه شود.

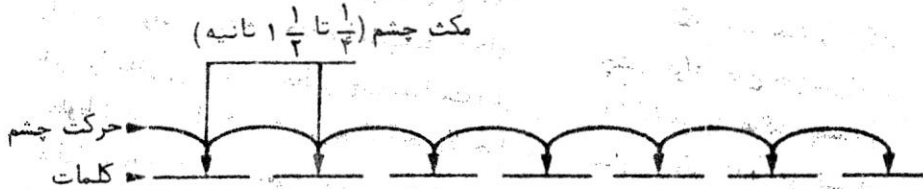
دو اشتباه عمده در این کار صورت می گیرد :
حرکت و سرعت

اگر چشم به آهستگی هر خط را در یک ثانیه طی کند . کلمات با سرعت بین ۶۰۰ تا ۷۰۰ کلمه در دقیقه خوانده می شوند . از آنجائی که متوسط سرعت خواندن حتی در موضوعات سبک ۲۵۰ کلمه در دقیقه است ملاحظه می شود افرادی که حتی سرعت هایشان کمتر است فکر می کنند کلمات را سریعتر از آنچه از نظر می گذرانند می خوانند .

اگر چشم ها به نرمی همان قسم که در شکل ۶ نشان داده شده روی حروف چایی حرکت کنند نمی توانند از آن حروف چیزی ضبط کنند ، چه چشم ها فقط هنگامی می توانند اشیاء را بوضوح ببینند که روی آنها ثابت شده و مکث کنند ، اگر شیئی بی حرکت است چشم هم باید بی حرکت باشد تا آنرا ببینند و اگر شیئی حرکت می کند چشم هم بایستی با آن حرکت کند ، یک آزمایش ساده با دوستانتان این امر را بخوبی ثابت می کند . انگشت سبابه را بی حرکت مقابل چشم ها نگاهدارید ، حالا مراقب چشم های خود یا چشم های دوستان هنگامی که به شیئی نگاه می کنند باشید ، چشم ها ابتدا ثابت می مانند سپس انگشت را بالا و پائین و گردان حرکت دهید و چشم ها را ثابت نگهدارید یا دو دست را از جلو صورت متقاطع حرکت دهید و در عین حال همزمان به هر دو نگاه کنید (اگر توانستید این کارهای اخیر را انجام دهید برای نگارنده بنویسید) . هنگامی که اشیاء حرکت می کنند اگر خواهیم آنها را به وضوح ببینیم چشم ها نیز باید با آنها حرکت نمایند .

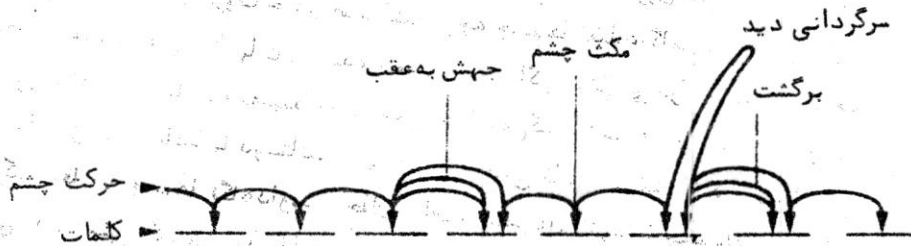
خواندن سریعتر و موثرتر

تمام بحث بالا را بعمل خواندن ربط دهیم ، روشن است اگر چشم‌ها بخوانند کلمات را ضبط کنند در صورتی که کلمات ثابت باشند باید چشم‌ها بر روی هر کلمه قبل از آنکه حرکت کنند مکث نمایند نه آنکه به روی یک خط به قسمی که در شکل ۶ نشان داده شده روان حرکت نمایند . چشم‌ها در حقیقت با یک سری مکث‌ها و جهش‌های سریع حرکت می‌کنند (شکل ۷)



نمودار ۷ - نشان دهنده مکث‌ها و شروع حرکت چشم‌ها در مرحله خواندن است (به متن مراجعه شود)

جهش‌ها از یک کلمه به کلمه دیگر به قدری سریع هستند که تقریباً "زمانی نمی‌گیرند ولی مکث چشم‌ها روی هر کلمه از یک چهارم تا یک‌ونیم ثانیه وقت لازم دارد . شخص عادتاً " هر کلمه را یک دفعه می‌خواند . فرد دیگری مجدداً " روی کلماتی که خوانده است به عقب برمی‌گردد فرد اخیر به وسیله یک حساب ساده‌ی حرکت چشم در سرعت خواندن مجبور باین عمل می‌شود و این سرعت معمولاً " زیر ۱۵۰ کلمه در دقیقه است و چنین معنی می‌دهد که این فرد قادر نیست بیش از آنچه که می‌خواند بفهمد و نیز قادر نیست بیشتر بخواند (به شکل ۸ مراجعه شود)



نمودار شکل ۸ - ضعف خواندن خواننده‌ای را که در خواندن کند است نشان می‌دهد . یک کلمه یک مرتبه خوانده شده و ناخودآگاه یک پرش به عقب انجام شده برگشت‌ها آگاهانه صورت گرفته و سرگردانی دید نیز موجود است (به متن مراجعه شود)

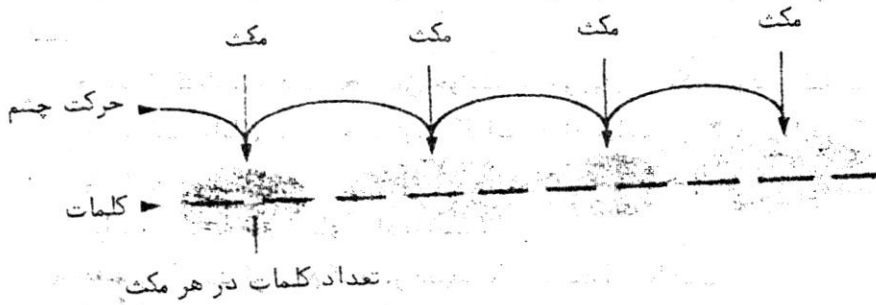
ممکن است چنین بنظر آید که خواننده کند سرنوشت خوبی ندارد ولی این مشکل را می‌توان به چندین طریق حل نمود :

خواندن سریعتر و موثرتر

۱- جهش‌های به عقب از روی کلمات ممکن است محدود گردند چه ۹۰ درصد آنها و همچنین برگشت‌ها بر مبنای نگرانی است و برای فهم غیرلازم‌اند، ۱۰ درصد کلمات حتماً نیاز به تجدید ملاحظه دارند آنها را همان قسم که در فصل روش مطالعه‌اساسی صفحات ۱۲۷ و ۱۲۸ کتاب بیان خواهد شد می‌توان یادداشت نمود.

۲- زمان هر یک از مکث‌ها را می‌توان تا یک چهارم ثانیه تقلیل داد. خواننده نباید نگران باشد که یک چهارم ثانیه زمان کوتاهی است چه او می‌تواند در یک صدم ثانیه پنج کلمه را ضبط کند.

۳- میدان دید را برای مکث‌های چشم می‌توان توسعه داد به قسمی که بر روی هر سه کلمه یک زمان مکث انجام گیرد. این راه حل ممکن است در ابتدا بنظر غیرممکن برسد چه



شکل ۹ - نمودار شکل ۹ حرکات چشم یک خواننده کارآمد را نشان می‌دهد. به قسمی که ملاحظه می‌شود کلمات بیشتری در هر مکث ضبط می‌شوند و از طرفی جهش‌های به عقب، برگشت و سرگردانی دید محدود گردیده است (به متن مراجعه شود)

گفته شده مغز با هر کلمه یک زمان سروکار دارد ولی در حقیقت چشم بخوبی می‌تواند روی یک گروه از کلمات در زمان واحدی مکث کند و تقریباً "همیشه‌این رویه بهتر است، چه هنگامی که ما یک جمله را می‌خوانیم آنرا برای درک معانی جداگانه‌ی هر کلمه نمی‌خوانیم بلکه برای معنای جمله‌ای که کلمات در آن هستند می‌خوانیم.

برای مثال خواندن: گربه

از روی جاده عبور کرد

مشکل‌تر است از خواندن (گربه از روی جاده عبور کرد).

خواننده ضعیف و کند باید از لحاظ مغزی بیشتر از خواننده تند و روان کار کند چه خواننده کند باید معنای هر کلمه را به معنای کلمه بعدی اضافه کند مثلاً "در جمله بالا این

خواندن سریعتر و موثرتر

تعداد جمع‌ها به ۶ عدد می‌رسد ولی خواننده تند و کارآمد در معنای واحدها فرو می‌رود و فقط یک جمع ساده می‌نماید.

مزیت دیگر خواننده کارآمد و تند آنست که چشمانش در هر صفحه کمتر کار فیزیکی انجام می‌دهد و بجای آنکه مثل خواننده ضعیف و کند در هر صفحه ۵۰۰ مکت کرده و چشمان خود را محکم به کلمات بدوزد ۱۰۰ مکت می‌کند و هر مکت نیز برای او دارای خستگی عضلانی کمتری است.

امتیاز دیگر خواننده تند آنست که آهنگ و روانی خواندن او وی را به راحتی از میان معانی می‌گذراند در صورتی که مکت‌ها، شروع‌ها، و روش نامنظم خواننده کند به احتمال خیلی زیاد موجب خستگی، از دست دادن تمرکز، انحراف فکری و از دست دادن معانی آنچه را که خوانده است می‌گردد.

از شرح زیر می‌توان دریافت نظراتی که در مورد افراد تندخوان گفته می‌شود صحیح نیستند:

۱- هر یک از کلمات باید در یک زمان خوانده شده و روی آن مکت شود: غلط است
چه به علت توانایی ما در جمع کردن کلمات تعداد زیادی از کلمات را در یک مکت می‌توانیم ضبط کنیم (و باین جهت که ما برای معنی می‌خوانیم نه برای هر کلمه، خواندن تند دارای مزایای زیادی است.

۲- خواندن سریعتر از ۵۰۰ کلمه در دقیقه ممکن نیست: غلط است
حقیقت آن است که، ما در حدود ۶ کلمه در هر مکت می‌توانیم ضبط کنیم، و نیز در هر ثانیه می‌توانیم ۴ مکت داشته باشیم، یعنی سرعت ۱۰۰۰ کلمه در دقیقه یک سرعت عملی است.

۳- خواننده تند، قادر به درک معانی نیست: غلط است
چه آنکه سریع‌تر می‌خواند بیشتر معانی کلماتی که می‌خواند درک می‌کند، بیشتر روی موضوعات تمرکز می‌دهد و بطور قابل ملاحظه‌ای فرصت دارد به موضوعاتی که بیشتر مورد توجه او هستند و مهم می‌باشند برگردد.

۴- سرعت بیشتر خواندن تمرکز کمتری می‌دهد: غلط است
چه هر چه ما سریع‌تر بگذریم نیروی جنبش بیشتری در خود جمع می‌کنیم و بیشتر تمرکز می‌دهیم.

۵- سرعت‌های متوسط خواندن طبیعی هستند و بنابراین بهتراند: غلط است
چه سرعت‌های طبیعی خواندن طبیعی نیستند، آنها سرعت‌هایی هستند که به علت یک آموزش ناقص در دوره ابتدایی بدست ما آمده، و به ما نیاموخته‌اند چگونه چشم و مغز خود را در سرعت‌های مختلف به کار بیاوریم.

خواندن سریعتر و موثرتر

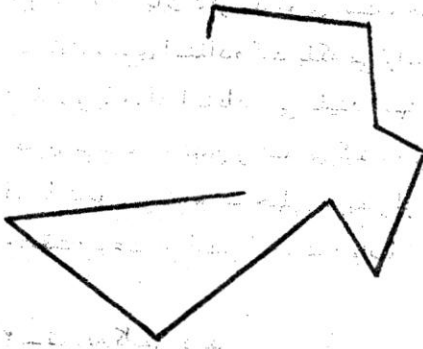
فنون خواندن پیشرفته

گذشته از توصیه‌های عمومی که در بالا گفته شد، ممکن است خوانندگان بتوانند از اطلاعات زیرین که معمولاً "بایستی با همکاری یک معلم شایسته انجام شود، بهره‌مند گردند:

۱- فنون کمک‌های بصری:

هنگامی که کودکان شروع به آموزش خواندن می‌کنند، اغلب با انگشت خودشان کلماتی را که می‌خوانند نشان می‌دهند، ما بطور عادی و سنتی این کار را غلط می‌دانیم و به آنان می‌گوئیم انگشت خود را از روی صفحه بردارند، ولی اکنون ثابت شده این ما هستیم که اشتباه می‌کنیم نه اطفال، زیرا بجای آنکه اصرار کنیم انگشت خود را از روی صفحه بردارند بایستی به آنها بگوئیم انگشت خود را سریعتر حرکت دهند. این واضح است که دست حرکت چشم را کند نمی‌کند برعکس تا حدود بسیار زیادی این راهنمایی فنی ما را به روان خواندن عادت داده و آهنگ خواندن ما را بی‌نهایت افزایش می‌دهد.

برای ملاحظه اختلاف بین حرکت یک چشم راهنمایی شده و یک چشم راهنمایی نشده از یکی از دوستان خود بخواهید دایره‌ای را به قطر نیم متر در جلو چشم خود تصور کند، سپس از او بخواهید به آرامی و دقت با چشمان دور محیط دایره را دنبال کند، ملاحظه خواهید کرد چشمان دوست شما به جای آنکه بصورت یک دایره کامل حرکت کند الگویی را که بیشتر شبیه یک مستطیل مفصل داری است دنبال می‌نماید. (رجوع شود به شکل ۱۰)



شکل ۱۰ - الگوی نشان دهنده

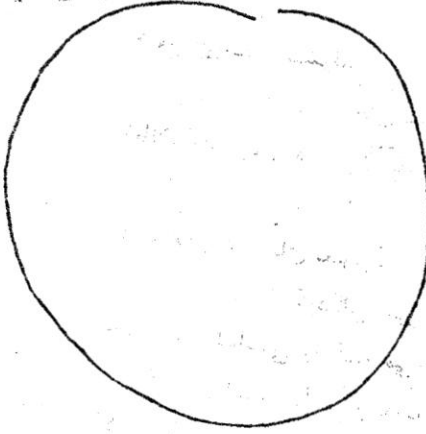
حرکت چشم راهنمایی نشده

است که سعی می‌کند دور محیط

یک دایره حرکت کند (به متن

مراجعه شود)

خواندن سریعتر و موثرتر



سپس دایره‌ای را در فضا با انگشت خود رسم کنید و از دوست خود بخواهید نوک انگشت شما را همانقسمت که به آرامی دور محیط دایره حرکت می‌کند دنبال نماید، ملاحظه خواهید کرد چشمان دوستان درست دایره را شبیه آنچه که در شکل ۱۱ نشان داده شده رسم می‌کند.

شکل ۱۱ - الگویی که نشان دهنده حرکت یک چشم کمک شده در اطراف محیط یک دایره می‌باشد. به متن صفحه مراجعه شود.

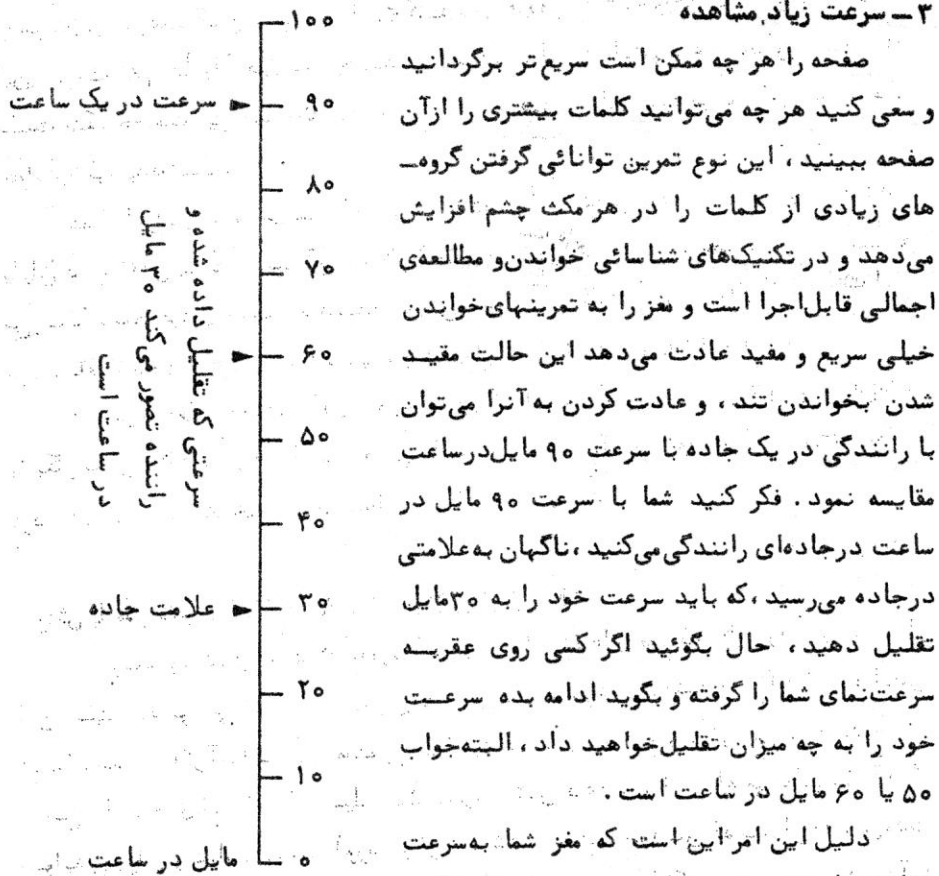
این آزمایش ساده همچنین نشان می‌دهد اگر به شخص اطلاعات اساسی در مورد عمل فیزیکی چشم و مغز داده شود چه پیشرفت عظیمی در امر خواندن ممکن است بدست آید، در بسیاری از موارد، تمرین‌های طولانی و دشواری هم لازم نیست و نتایج مثل همین موردی که در بالا ذکر شد فوری است، خواننده نیز الزامی ندارد از انگشت خود بصورت یک کمک بصری استفاده کند بلکه می‌تواند همانقسمت که خیلی از خوانندگان تند و کارآمد از قلم و یا مداد استفاده می‌نمایند آنها را بکار برند. درابتداء بنظر میرسد وسیله کمک بصری سرعت خواندن را کند می‌کند، این امر همانقسمت که قبلاً گفته شد باین جهت است که ما تصور می‌کنیم که خیلی سریعتر از آنچه که معمولاً می‌خوانیم، می‌خوانیم ولی در حقیقت سرعت خواندن کمک شده واقعا "بیشتر خواهد شد".

۲- توسعه کانون دید

در ارتباط با تکنیک‌های کمک بصری خواننده می‌تواند برای تمرین بیش از یک سطر را در یک زمان زیر نظر بگیرد، محققاً این کار از لحاظ فیزیکی غیرممکن نیست بخصوص در موضوعهای سبک یا مرحله شناسائی کتاب و یا مطالعه اجمالی بکار می‌آید، همچنین سرعت خواندن عادی را نیز افزایش می‌دهد، نکته خیلی مهم اینست که طی این نوع خواندن‌ها باید از وسیله کمک بصری استفاده شود چه بدون آن چشم با انحراف کمی در بالای صفحه سرگردان و مات می‌شود، الگوهای مختلف دیگر کمک بصری نیز موجود است، مثل مورب، منحنی، و حرکات مستقیم بطرف پائین صفحه که بایستی تمرین شوند.

خواندن سریعتر و موثرتر

۳- سرعت زیاد مشاهده



شکل ۱۲ - تصویر نشان

می دهد چگونه مغز به سرعت و حرکت عادت می کند از همین قضاوت اشتباه می توان بمنظور آموزش عادت کردن به خواندن تند استفاده نمود.

تمرین با استفاده از محرک

اغلب خواندن در یک حالت بی تفاوت و تقریباً " بدون ذوق و اشتیاق انجام می شود، این نکته ای است که بیشتر دوره های آموزشی خواندن سریع از آن استفاده می کنند، در این دوره ها به شاگردان تمرین ها و تکلیف مختلف داده می شود و به آنان گفته می شود که بعد

خواندن سریعتر و موثرتر

از هر تمرین سرعت آنان بین ۱۰ تا ۲۰ کلمه در دقیقه افزایش خواهد یافت و در حقیقت این سرعت هم غالباً طی درس‌ها بدست می‌آید، این افزایش سرعت مدیون تمرین‌ها نیست بلکه حقیقت این است که انگیزه شاگرد رفته‌رفته در طی دوره موجب افزایش سرعت خواندن گردیده است.

همین افزایش مهم سرعت را می‌توان با تضمین هر شاگرد به سرعتی که میل دارد در پایان دوره به آن برسد بدست آورد، کار آنکه در پایان این نوع دوره‌ها معمولاً به نتیجه می‌رسند شبیه فردی است که دوندۀ خوبی نیست ولی گاوی او را دنبال کرده است این فرد مسافت ۱۰۰ متر را در ۱۰ ثانیه دویده و از یک نردۀ هم پریده است.

در این حالات محرک عامل عمدۀ انجام کار است و کسی که تمرین خواندن می‌کند با بکار بردن آگاهانه از آن استفاده می‌نماید، اگر تصمیم گرفته شود که کاری بهتر انجام گردد آنوقت است که خود بخود انجام آن کار میسر می‌گردد.

آموزش با مترونوم (METRONOME - TRAINING)

مترونوم وسیله‌ای است که معمولاً برای حفظ ریتم‌های موزیک بکار برده می‌شود، از این وسیله بخوبی می‌توان برای تمرین‌های خواندن و سرعت بخشیدن به آهنگ خواندن استفاده نمود. اگر آنرا به شیوه معقولی تنظیم کنند هر ریتم یا ضرب آن می‌تواند یک فاصله زمانی را به جای استفاده از وسیله کمک بصری نشان دهد، از این راه می‌توان یک آهنگ خواندن روان و مداوم بدست آورد و از کند شدن سرعت خواندن که پس از گذشتن مدت کوتاهی از شروع خواندن پیش می‌آید جلوگیری نمود، پس از آنکه ریتم راحتی بدست آمد سرعت خواندن را با افزایش گاه‌بگاه یک ریتم می‌توان اضافه نمود.

مترونوم را همچنین می‌توان برای سرعت بخشیدن به درک مطالبی که خوانده می‌شود مورد استفاده قرار داد بدین نحو که با آهنگ آهسته شروع و بتدریج به سرعت آن افزود تا به آهنگ سریع دلخواه رسید یعنی نگاه کردن به هر صفحه در یک ضرب.

اطلاعات در مورد حرکت چشمها، وسائل کمک بصری و تکنیک‌های خواندن پیشرفته باید در هر یک از موقعیت‌های ویژه خواندن بکار گرفته شود. بعداً "خواهیم دید که اگر تکنیک‌ها و توصیه‌هایی که گفته شد با هم و یا توأم با اطلاعات و تکنیک‌های سایر فصولی که خواهند آمد، آمیخته شوند، بخصوص اگر سه روش اخیر با روش مطالعه سازمان یافته (فصل آخر کتاب) مخلوط شوند بیشتر مفید خواهند بود.

در پایان این فصل یک سری تمرین‌ها داده شده است که در تمام زمینه‌های مختلف آموزش لازم را می‌دهد. این تمرینات در طی جلساتی که در روز بین ۵ تا ۱۰ دقیقه طول می‌کشد باید

خواندن سریعتر و موثرتر

انجام گیرد و بهتر است قبل از هر مطالعه عادی که می‌خواهیم انجام دهیم این تمرینات صورت گیرد. طی هفته‌های اول بهتر است نیم ساعت در روز باین کار بپردازیم پس از آن که از تمرین‌ها باندازه کافی تجربه بدست آمد فقط هنگامی که حس می‌شود تحدید نظری در تمرین‌ها لازم است ممکن است آنرا انجام داد.

فرمولی که سرعت کلمه در دقیقه را بدست می‌دهد به شرح زیر است:

$$\text{سرعت کلمه در دقیقه} = \frac{\text{تعداد صفحات خوانده شده} \times \text{تعداد متوسط کلمات صفحه}}{\text{تعداد دقیقی که برای خواندن صرف شده است}}$$

توضیح:

و- جدول صفحه ۰؛ کتاب درسی در ستون ردیف (ریتم) اولین ستون سمت راست با یک خانه جابجایی بطرف بالا همراه است و لذا در ترم‌های قبل دانشجویان در درک این جدول با مشکلاتی همراه بوده‌اند زیرا عددی که از طریق فرمول سرعت بدست می‌آورده‌اند با عدد مندرج در جدول برابر نبوده است. لطفاً آنرا اصلاح فرمائید یعنی اعداد ۱ و ۲ و ۳ و ۰۰۰ را به ترتیب با یک خانه جابجایی بطرف پائین منتقل کنید.

تمرین‌ها

پس از هر محاسبه‌ای که در مورد سرعت کلمات در دقیقه انجام دادید تعداد آن را در نمودار صفحه ۳۸ وارد کنید.

۱- تمرین حرکات چشم روی صفحه، چشمها را در سطح افقی و قائم، مورب از گوشه چپ و بالا به گوشه پائین و راست، سپس از گوشه‌ی بالای راست به پائین و چپ حرکت دهید رفته‌رفته به سرعت حرکت چشم‌ها در هر روز اضافه کنید، منظور این است که چشم‌ها آموزش یافته دقیق‌تر و مستقل‌تر عمل کنند.

۲- از کتابهایی که برای استفاده تحصیلی بکار می‌برید ۵ دقیقه بخوانید سپس تعداد کلمات خوانده شده در دقیقه را با استفاده از صفحه ۳۸ در آنجا ثبت کنید.

۳- تمرین کنید ۱۰۰ صفحه را با سرعت تقریبی هر صفحه در ۲ ثانیه ورق بزنید و چشم‌ها را خیلی سریع تا پائین صفحه حرکت دهید.

۴- الف: هر چه سریعتر برای یک دقیقه بدون نگرانی از درک مطلب کتابی را بخوانید. ب. با استفاده از انگیزه فهم یک دقیقه بخوانید.

پ: تعداد کلمات خوانده شده را بر حسب تعداد در دقیقه شمرده و ثبت کنید.

اگر وقت اجازه می‌دهد باز هم تکرار کنید.

خواندن سریعتر و موثرتر

۵- یک کتابی که موضوع آن سبک است (خیلی علمی نیست) و مطابق ذوق شما است انتخاب کنید، سعی کنید تا هر چه بیشتر ممکن است مطلب را بفهمید آن را بخوانید ولی فراموش نکنید هدف اولیه تمرین سرعت است. در این کار تمرین خواندن مجدد از آخرین نقطه‌ای که در کتاب قبلاً به آن رسیده بودید باید شروع کنید.

الف: سعی کنید یک دقیقه با سرعت ۱۰۰ کلمه در دقیقه سریع‌تر از بالاترین سرعت عادی خود بخوانید.

مثال:
بالاترین سرعت
قبل (۵۰۰)
(۶۰۰)

ب: سعی کنید ۱۰۰ کلمه در دقیقه سریع‌تر از تمرین الف بخوانید. (۷۰۰)

پ: سعی کنید ۱۰۰ کلمه در دقیقه سریع‌تر از تمرین ب بخوانید. (۸۰۰)

ت: سعی کنید ۱۰۰ کلمه در دقیقه سریع‌تر از تمرین پ بخوانید. (۹۰۰)

ث: سعی کنید ۱۰۰ کلمه در دقیقه سریع‌تر از تمرین ت بخوانید. (۱۰۰۰)

ج: سعی کنید برای مدت یک دقیقه از نقطه‌ای که در تمرین ث به آن رسیده‌اید با قوه‌ی فهم و درک مطلب بخوانید، سپس تعداد کلمات را در دقیقه حساب کرده و ثبت کنید.

۶- تمرین خواندن با سرعت زیاد - تمرین ۱

الف: یک کتاب آسانی را انتخاب کرده و از ابتدای یک فصل شروع به خواندن کنید.

ب: سعی کنید برای مدت ۵ دقیقه با استفاده از کمک آموزشی بصری سه سطر را در یک زمان با سرعت حداقل ۲۰۰۰ کلمه در دقیقه بخوانید.

پ: همان مطلب را در ۴ دقیقه بخوانید.

ت: همان مطلب را در ۳ دقیقه بخوانید.

ج: مثل تمرینی که در بند ب گردید برای مدت ۵ دقیقه با بکار بردن قدرت درک مطلب بخوانید.

۷- تمرین خواندن با سرعت زیاد - تمرین ۲

الف: یک کتاب آسان را انتخاب کرده و از ابتدای یک فصل شروع کنید.

ب: یک دقیقه با استفاده از کمک بصری بطور اجمالی مطالعه کنید سعی کنید هر صفحه را در ۴ ثانیه بخوانید.

پ: از ابتدای فصل با سرعت ۲۰۰۰ کلمه در دقیقه به مدت ۵ دقیقه بخوانید.

ت: هر وقت که ممکنست این تمرین را تکرار کنید.

ضمیمه ۲ بخش اول

چ - تمرینات برای رفع مشکلات خواندن

آزمایش

قبل از شروع این آزمایش لازم است کاملاً دقت کنید که از شما چه خواسته شده است. درحالیکه سر خود را کاملاً ثابت نگه داشته‌اید و در وضعی که چشمهایتان حرکت می‌کند و نه سرتان، ابتدا به‌چپ و بعد به‌راست نگاه کنید. حال، نگاه خود را به‌روبرو دوخته و ثابت نگه‌دارید. سر خود را به‌طرف بالا و سپس بطرف پائین حرکت دهید. منظور از این تمرین اینست که بخواهر آوردید چشم‌ها و سر شما می‌توانند بطور مستقل از یکدیگر حرکت کنند. درموقع خواندن قطعه زیر، چشمهای خود را (بدون فشار) در وسط کلمات ثابت نگه‌دارید و فقط سر خود را از بالا به پائین ببرید. بایستی سعی کنید همه کلمات هرسطر را با یک نگاه جذب کنید (بخوانید). اجازه ندهید نگاهتان از راست به‌چپ و از کلمه‌ای به کلمه دیگر بطور افقی جش کند. مسکن است که انجام این کار را واقعاً مشکل بیاید ولی با تمرکز حواس و به‌کار بردن اراده خواهید توانست قطعه زیر را طبق دستور داده شده بخوانید. نهایت سعی خود را به‌کار برید و هر قدر که مشکل باشد تا پایان قطعه از خواندن باز نایستید.

خرچنگ نالای

اثر: رید میلاد

در اعماق لاجوردین

وسبز رنگ آقیانوس هند

جنگی بوقوع پیوست که

از همان لحظه شروع

به نظر می‌رسید که

باید بسرعت خاتمه یابد

چرا که یک طرف دعوا

سالمی دویانی بود

با دندانهای

چون تیغ برنده

و طرف دیگر

خرچنگی کوچک

بوسته‌ی بدن

خرچنگ بی‌نوا

چندان سخت نبود

و جنگ‌های ظریفش

ضعیف بود

وی حتی توان

حرکت سریع نیز

نداشت تا بگریزد

راههای علاج بدون کمک دیگران

الف : علاج تلفظ ولبخوانی

اول تلفظ : برای پیدا کردن محل دقیق تولید صدا در گلو بطریق

زیر عمل کنید. دوانگشت دست خود را در دو طرف سبب آدم خود قرار دهید. هوا را بطور مداوم از میان لبهای خود بخارج بدمید (فوت کنید) آیا ارتعاشی احساس می شود؟ نه. حالا هر آهنگی را که میل دارید در گلو با صدای «هوم هوم» بنوازید. ارتعاش و زوزمانندی را زیر دوانگشت خود احساس می کنید؟ این همان مشکلی است که می خواهید آنرا در موقع مطالعه آرام از بین ببرید. اگر نمیتوانید آنرا مهار کنید (از میان ببرید) در موقع خواندن هوا را از دهان خود به بیرون بدمید.

سعی کنید قطعه‌ی زیر را بدون ایجاد کوچکترین صدائی در گلوئی خود بخوانید :

مردمان محروم جهان (۱)

سرخ پوستانی که در ارتفاعات کوههای آند در آمریکای جنوبی زندگی می کنند، دارای تاریخسی ابتدائی ولی بسیار قدیمی می باشند. این هفت میلیون بازمانده‌ی ملت بزرگ سرخ پوست در سرزمینی کم درخت و خاکی بی قوت با طوفانهای مهیب و زمستانهای جانگزا، زیست می کنند. از کشتزارهایشان غذای کافی بدست نمی آورند. کودکانشان از ستین سه الی چهارسالگی مجبور به کار و تلاشی طاقت فرسا در مزارعت در دشت تلفات کودکان آنها در دنیا بالاترین وسطح تعلیم و تربیت آنان جزو پائین ترین است. آنان در ارتفاعی بین ده تا پانزده هزار پا از سطح دریا زندگی می کنند، جایی که حتی هوا نیز فاقد اکسیژن و مواد لازم برای زندگی است.

احتیاجات این سرخ پوستان که بین سه کشور اکوادور، پرو و بولیوی پراکنده اند بسیار زیاد است. مشکلاتشان طاقت فرساست و بیمارهایشان عمیقاً حاصل قرنهای محرومیت و زندگی ابتدائی است. احتمالاً هیچ برنامه‌ی کمک یک بعدی در بهبود وضع آنان مؤثر نخواهد بود. برنامه‌های بهداشتی بدون برنامه‌های زراعی تأثیری نخواهد داشت و برنامه‌های زراعی در جایی که اثری از تعلیم و تربیت وجود ندارد با شکست مواجه خواهد گردید.

پنج سازمان جهانی برای یافتن راه حل مشکلات این بازماندگان نگور بخت اینکا دست به

ولی چند لحظه‌ای طول نکشید که ماهی تیز دندان دیوانه وار پا به فرار نهاد چرا که این خرچنگ خرد اقیانوس هند دست به کاری بس بی سابقه زد. کاری که تقریباً کسی نشنیده است که در طبیعت انجام شده باشد.

خرچنگ سلاحی برگرفته و آتورا به کار برده بود سلاح وی یک شقایق دریائی بود جانور دریائی عجیبی که چون گلی بنظر می رسد. و مسلح به نیشهایی قوی است که میتواند بسیاری از ماهیان و جانوران دریا را که با وی برخورد کنند قلع سازد خرچنگ کوچک که نسبت به آن حساس نیست، در هر چنگ خود یکی از نارنجک های طبیعی را گرفته و سبوی دهن خود در تاب کورد.

مربوطه خواندن تلفظ خرچنگ تا آیا ترا نشستی حولت چشم خود را لتول کنی ؟ اگر جواب مثبت است که دارای قد و قدی هستی که مستقیم عامل در کار تلفظی است. ولی اگر نتوانستی از جش نگاه خود بر روی تک تک کلمات جلوگیری کنی، احتمالاً بهترین بستری داری میتوانی از نتیجه شهر کودکان و مطالب ستورای روزنامه استفاده نایی.

تمرین ۲

مانند تمرین قبلی با ثابت نگاه داشتن سر خود و نگاه مستقیم فقط به اعداد ستون وسط سعی کنید سه عدد هر سطر را با هم بخوانید (هشتاد و هفتاد و هشت):

۸	۷	۸
۶	۴	۱
۷	۳	۵
۸	۹	۴
۷	۱	۹
۵	۲	۴
۶	۹	۳
۳	۵	۶
۲	۸	۴
۷	۱	۲
۱	۸	۷
۸	۹	۸
۷	۵	۶
۱	۱	۳
۱	۹	۶
۳	۵	۲
۵	۲	۲

دست هم داده اند - آنها، تحت عنوان «میون آند» با دولتهای پرو، بولیوی و اکوادور همکاری می کنند. شش منطقه، یکی در اکوادور یکی در پرو و چهارتا در بولیوی تشکیل شده است - در اینجا روشهای نابود ساختن بلاهانی چون کمبود تعلیم و تربیت، غذای ناکافی، شرایط زندگی پائین و امراض فراوان توأماً به آزمایش گذاشته می شود. ... ما از میان مزارع ذرت های کوتاه و گندمهای پراکنده گذشتیم - در همه ی دهات سرگرم کاشتن سیب زمینی بودند - مردان در یک خط قرار گرفته، آرام به عقب گام برداشته و زمین را با چوب می کوبیدند - زنان زوبروی آنان زانو زده خاک سفت را با دستهایشان می شکافتند و روی دستها و زانوان مردان را تعقیب می کردند - دامنه های قرمز و نارنجی رنگشان در نور آفتاب می درخشید - صحنه های زیبا بود - ولی از زمین و دانه ها و محصول آنها فقر و بی ثباتی می بارید ...

تمرین ۳

اینک همین کار را با گروه کلمات زیر انجام دهید - اولین سطر سه کلمه از نام مشهوری است که با آن آشنا هستید که سه کلمه تک تک سعی نمائید که از هر سه کلمه در هر سطر مفهوم آشنائی را درک نمائید - دقت: فقط دیدگاتان روی ستون وسطی و به طرف پائین حرکت کند ولی سر خود را ثابت و بدون حرکت نگاه دارید:

ال دین	نصر	ملا
دار	تفنگ	سه
گلستان	نامه	عهد
آخر	جهانی	جنگ
حافظ	القیب	لسان
شیرازی	سعدی	شیخ
ملت	هفتاد و دو	جنگ
کود	موش	سه
شبستری	کرد	حسین
نگستان	دلیران	پیام
پر نیان	چون	نرم
هدایت	کود	بوف
باز	آمدو	ابر
نشی	شناس	سخن
شبی	متهاب	بی تو

تمرین ۱

مستقیم به عدد وسط نگاه کنید - سر خود را یکی از سه طرف بالا ثابت نگاه دارید و سعی کنید سه عدد هر سطر را مثل آنکه در کنار یکدیگر نوشته شده باشند بخوانید - مثلاً در سطر اول دوست و سی و پنج، سه دو، سه، پنج:

۲	۳	۵
۷	۶	۲
۸	۴	۷
۳	۲	۵
۴	۵	۳
۶	۹	۱
۳	۱	۴
۵	۷	۶
۹	۸	۸
۱	۷	۸
۳	۱	۷
۸	۲	۴
۶	۳	۵
۹	۳	۶
۴	۲	۵
۹	۱	۷
۸	۹	۲
۷	۵	۳

بخش دوم

مراحل و روشهای مطالعه

خواندن ، مانند بسیاری امور دیگر ، امری تدریجی است : باید ابتدا نوشته را خیلی کلی از نظر گذراند ، آنگاه بخشهای نوشته را دقیق تر خواند و سپس مطالعه نهایی را انجام داد . (نوشته يك مفهوم کلی است . نوشته می تواند يك كتاب ، بخشی از يك كتاب ، يك مقاله حتی يك نوشته کوتاه در يك مجله تفتنی باشد) ، البته لازم نیست که هر نوشتهای " کامل " خوانده شود ، بسته به وقت ، اهمیت و هدف مطالعه باید روشهایی متفاوت را برای مطالعه برگزینیم . اینجا ، ما ابتدا " مراحل مطالعه کامل " را بررسی می کنیم و سپس به بررسی شیوه های مطالعه می پردازیم .

مراحل مطالعه کامل

فرض کنیم نوشته ای که در دست دارید يك " كتاب تازه " است . برای " مطالعه کامل "

این " كتاب تازه " باید مراحل زیر را بگذرانید :

①- آشنایی کلی با نوشته (نگاه کلی به كتاب) :

در مرحله اول ، باید يك دیدگاه کلی نسبت به كتاب پیدا کنید . موضوع كتاب را تشخیص دهید و پیش دانسته ها و سؤالهائتان درباره موضوع را به یاد آورید . متن كتاب را از نظر کلی بررسی کنید و از شکل ، سبك ، و محتوای آن يك دید کلی به دست آورید .

(رك مطالعه اجمالی) (اگر هدف از پیش تعیین شده ای برای مطالعه داشته باشید ممکن است تنها بعضی از فصول كتاب به کار شما بیایند . رك مطالعه انتخابی)

②- زمان و مقدار (قدر از كتاب ، چه مدت ؟) :

باید تصمیم بگیریم که می خواهیم چقدر از كتاب را بخوانیم . ۱۰ صفحه ، پنجاه صفحه ، يك فصل یا . . . طبیعی است که این مقدار باید با مدت زمانی که در اختیار داریم متناسب باشد (اگر بخوایم مقدار زیادی از نوشته را در مدت کم بخوانیم حتما " شکست خواهیم خورد) يك تقسیم بندی آگاهانه از زمان تقسیم وقت به زمانهای ۴۰ تا ۶۰ دقیقه ای است . بعد از هر يك ساعت مطالعه باید بین ۵ تا ۱۰ دقیقه استراحت کنیم : به هوای آزاد برویم و تنفس کنیم ، عضلات را حرکت بدیم و چشمها را ببندیم و استراحت کنیم .

(رك مطالعه اجمالی)

۳- آشنایی و آگاهی سریع از نکات اساسی :

فرض کنیم مقدار مطالعه مان را يك فصل انتخاب کرده ایم ، حالا با استفاده از مهارت هایی که در بخش پایه های مطالعه کسب کردیم (مهارتهای دیدن) به سرعت صفحات متن را از نظر بگذرانیم تا يك دید کلی از موضوع به دست بیاوریم .

جملات موضوعی (که معمولا " در ابتدا یا در انتهای پاراگراف قرار می گیرند) و معمولا متضمن اصلی پاراگراف را در بردارند کمک خوبی برای درك سریع نکات اساسی متن هستند . خلاصه ها هر فصل هم کمک خوبی برای این منظورند . (رك ← سریع خوانی ، عبارت خوانی)

۴- کشف سازمان مطالب :

سازمان دادن و مرتب کردن مطالب شامل تعیین سطوح مختلف مطالب از نظر معنی است . ترازی اصلی اندیشه و مقصود اصلی نویسنده را مشخص می کند . نکات اصلی مجموعه ای از مطالبند که از ترازی اصلی منشعب می شوند و به واقع ترازی اصلی براساس آنها شکل می گیرد . اطلاعات جزئی دلیلی ، مدارك و شواهدی هستند که برای اثبات ترازی نکات اصلی آورده شده اند . باید در متن مورد مطالعه لافل این سه سطح را تشخیص داد . (رك ← دقیق خوانی)

۵- علامت گذاری و حاشیه نویسی :

هم هنگام با سازمان دهی مطالب می توانیم با علامتگذاری به شکلهای خاص و حاشیه نویسی این سازمان را بر صفحات کتاب منعکس کنیم . استفاده از " کلمات کلید " در اینجا بسیار موثر هستند . " کلمات کلید " کلماتی هستند که در کنار هر پاراگراف در حاشیه کتاب نوشته می شوند و مفهوم کلی پاراگراف را در بردارند . (نگاه کنید به کتاب ص ۸۲) (رك ← دقیق خوانی)

۶- یادداشت برداری و خلاصه نویسی :

حال باید آنچه را خوانده ایم ، یادداشت کنیم (استفاده از جملات موضوعی و کلمات کلید در این کار بسیار موثرند) روشهای گوناگون یادداشت برداری را در صفحات ۷۶ تا ۸۰ کتاب درسی خواهید دید . (رك ← دقیق خوانی)
بعد از این خوست که خلاصه ای از آنچه خوانده ایم یا زبان و جمله های خودتان ، در يك پاراگراف کوتاه بنویسید . این امر درك و فهم شما را بالا می برد ، قدرت یادسپاری را تقویت می کند و کار شما را در مرور مطلب آسانتر می کند . (رك ← دقیق خوانی)
اگر نتوانیم خلاصه متن خوانده شده را با جمله های خودمان بنویسیم به احتمال زیاد آنرا نفهمیده ایم .

(۷) سؤال کردن :

اساس تفکر بر شك کردن و پرسیدن قرار دارد . حالا باید درباره تك تك مسائل خواننده شده پرسشهایی طرح کنیم . پرسیدن ما را نسبت به امر خواننده فعال کرده و فکر ما را گسترش می دهد (البته اگر پیش از آغاز مطالعه یا در مرحله اول هم پرسشهایی درباره موضوع کتاب طرح کنیم یادگیری ما افزایش خواهد یافت)

سؤالات انواع گوناگونی دارند (رك ← مطالعه تجسسی)

(۸) انتقاد و ارزشیابی :

بعد از سؤال کردن باید جوابها را (که ممکن است به طور مستقیم یا غیر مستقیم در متن پاسخ داده شده باشند) استنباط کنیم ، آنگاه این استنباط ها را به هم ربط دهیم و ارتباط میان پاسخها را دریابیم . آنگاه به ارزیابی پاسخها بپردازیم . آیا پاسخها قانع کننده اند ، آیا فهم آنها آسان است ، آیا باهم ربط منطقی دارند ، آیا تناقضی بین آنها نیست و . . . (رك ← مطالعه انتقادی)

(۹) خلاقیت و نوآوری :

بعد از ارزیابی متن ، اجازه فعالیت آزادانه به ذهن بدهید ، میان آنچه فرا گرفته اید ارتباطهای جدید برقرار کنید . ایده ها ، نظریه ها ، اندیشه ها و جرعه های ذهنی خود را یادداشت کنید . بگذارید ایده هایتان پخته شود ، خلاقیتهايتان را بر کاغذ بیاورید . و به واریتهایی آنها بپردازید . ایده ها ، نظریه ها و خلاقیتهايتان را صیقل دهید . هنگام مطالعه متون ادبی نیز بیشتر باید به این فعالیت آزاد ذهن توجه داشت . (از تداعی به تخیل رسید و از تخیلها به خلاقیت) (رك ← خواندن برای درك زیبایی)

(۱۰) تکرار و مرور :

درباره تکرار و مرور در بخش قبلی سخن گفته ایم . اینجا اضافه می کنیم که سه قانون اصلی درباره مرور وجود دارد :

- ۱- در هر تکرار جدا سازی کلیات از جزئیات بسیار مهم است . جزئیات در پرتو کلیات بهتر به یاد سپرده می شوند و بهتر به یاد می آیند .
- ۲- مدت زمان مرور باید نسبتاً کوتاه و توزیع آن مناسب باشد (ده دقیقه بعد ، ۲۴ ساعت بعد ، يك هفته بعد ، يك ماه بعد و . . .)
- ۳- تکرار و مرور باید فعال باشد . در برابر هر ساعت مطالعه باید حداقل همانقدر به نگارش مقاله ، سخن گفتن ، تدریس (حتی به شاگردان خیالی) خلاصه نویسی و اموری از این دست پرداخت .

" من نمی دانم در نظر جهانیان چه جلوه می کنم ، ولی بنظر خودم درست مثل پسر بچه ای بوده ام که در کنار دریا در حال بازی است و گاهی نظر خود را از بازی منحرف کرده ، یک سنگریزه صاف تروپیکاً یک صدف قشنگ تراز معمولی پیدا می کنم در حالی که اقیانوس بیکران حقایق کشف نشده در جلوی من قرار دارد . "

اسحق نیوتن دانشمند و
فیزیکدان شهیر انگلیسی

فصل اول

روشهای مطالعه

نوشته های متفاوت را چنانکه گفتم نباید به گونه ای یکسان مطالعه نمائیم . میان خواندن غزلی از حافظ ، داستانی از تولستوی ، نوشته ای از دکارت و نهایتاً مطالعه الواح و آثار امری باید تفاوت بگذاریم . مطالعه صحیح و سازمان یافته بطور قطع باید براساس روش باشد تا میل به مقصود آسانتر گردد . کثرت انتشار کتب و مجلات در سطح جهانی ، نشر روزافزون کتب در زمینه های علمی ، ادبی ، مذهبی و غیره به السن مختلفه با توجه به قلیت وقت انسان مطالعه کننده ، حتی در زمینه های تخصصی ایجاب می نماید که وضع مطالعه مورد بررسی قرار گرفته و بوسیله روشهای صحیح به شکل منظم و سازمان یافته درآید . از طرف دیگر ذهن انسان مقایسه منظم و مرتب را به نحو بهتری دریافت می کند لهذا هر قدر که مطالعه سازمان یافته تر باشد ، پذیرش آنها بوسیله ذهن ساده تر می شود .

گرچه نباید مدعی شد که تمام مشکلات مطالعه با روشهای موجود مرتفع خواهد شد ولی می توان گفت که قرار دادن مطالعه در چهارچوب روشهای مطالعه حداقل کاری است که از سوی مطالعه کننده باید انجام پذیرد .

1- خواندن اجمالی

[صفحات ۱۷ تا ۲۴ کتاب روشهای مطالعه را بخوانید.]

[تمرینات صفحات ۲۴ و ۲۵ را انجام دهید.]

[صفحه ۲۶ را با دقت بخوانید.]

به نکات ذیل توجه داشته باشید :

الف- در خواندن اجمالی مرحله اول و دوم از مراحل دهگانه " مطالعه کامل " مورد توجه است.

ب- مسئله مهم و اساسی در این روش سرعت مطالعه است. این بررسی باید در حداقل مدت لازم که البته به سرعت شما در امر مطالعه بستگی دارد صورت پذیرد.

ج- حداکثر زمان مطالعه اجمالی بین ۵ تا ۱۰ دقیقه است.

تمرین : ۱- کتاب روشهای مطالعه را بصورت اجمالی بخوانید و نتیجه را برای خود بنویسید.

۲- جزوه راهنمای درسی را بصورت اجمالی بخوانید و گزارش آنرا برای خود بنویسید.

2- سریع خواندن و خواندن انتخابی

[صفحه ۲۷ تا ۴۰ و ۴۲ و ۴۳ کتاب درسی را بخوانید و تمرینات متن درس را دقیقاً انجام دهید.]

[تمرینهای صفحات ۴۳ و ۴۴ را انجام دهید.]

[صفحات ۴۱ و ۴۵ را با دقت بخوانید.]

به نکات ذیل توجه داشته باشید :

الف- به اعتقاد برخی سریع خوانی مکمل و لازمه خواندن اجمالی است و از نظر عده ای - سریع خوانی روشی است که در اکثر سطوح خواندن قابل تصمیم است یعنی با کمی انعطاف می توان در هر سطح از خواندن از روش سریع خوانی استفاده نمود.

ب- سریع خوانی به مهارتهای دیدن که در بخش پیش به آنها اشاره شد، بستگی دارد. قریب ۷۰٪ مطالبی که ب مغز انسان می رسد از طریق سلولهای مرتبط با شبکه چشم است و بنابراین هدایت صحیح چشم بسیار اهمیت دارد.

ج- ریتم یا آهنگ یکی دیگر از عوامل مؤثر در سریع خوانی است.

د - در سریع خوانی مرحله ۳ از مراحل "مطالعه کامل" و در خواندن انتخابی مرحله ۳ و ۱ بکار می آیند .

هـ - در خواندن انتخابی باید هدفی از پیش تعیین شده وجود داشته باشد . باید پرسید:

۱- "دقیقا" به دنبال چه می گردید ؟

۲- بهترین جا برای یافتن آن کجای کتاب است ؟

و - سرعت زیاد و زمان کم در مطالعه سریع احتیاج به تمرین و ممارست فراوان دارد .

ز - توقع داشته باشید که در همان یک ماهه اول که تمرین سریع خوانی انجام می دهید

بتوانید سریع خوان شوید ، شاید در مراحل اولیه به اندازه روزهای قبل از تمرین هم

نتوانید از مطالعه خود نتیجه بگیرید . همچنین توقع نداشته باشید که فهم و درک شما

از مطالب زیاد باشد . اگر حس کردید که در حین سریع خوانی چیزی از مطالب در ذهن

شما نمی ماند اصلا نگران نباشید . مطمئن باشید پس از مدتی ذهن شما هم درک لازم

را از مطالب خواهد داشت .

ح - در مراحل اولیه تمرین سعی نمائید از کتابهای داستانی و ساده استفاده نمائید

و از مطالعه کتب مشکل جدا خودداری فرمائید . بدون تردید کتابی در زمینه فلسفه

در مرحله تمرین در درجه اول شما را عصبی می کند تا سریع خوان .

ط - در بخش سریع خوانی حضور شخص با تجربه می تواند کمک موثر باشد . امید است که

روزی بتوانیم در این زمینه هم قدم برداریم . ولی حال سعی کردیم که کمبود حضور

استاد را با افزایش مطالبی در زمینه سریع خوانی و تمرینات آن جبران کنیم . (ضمیمه ۱)

تقاضای ما این است که تمرینات را بدقت و بتدریج انجام دهید [ضمیمه ۱] حق دوم

ی - به بخش قبلی راهنما مراجعه کنید و یکبار دیگر تمرینات خواندن سریعتر و کارآمدتر

را انجام دهید .

3- عبارت خواندن

[ص ۴۷ تا ۶۷ کتاب درسی را بخوانید و تمرینات متن درس را دقیقاً انجام دهید .]

[تمرینات ص ۶۷ تا ۶۹ را انجام دهید .] [صفحه ۷۰ را بدقت بخوانید .]

در عبارت خوانی : الف - مرحله سوم از مراحل دهگانه مطالعه کامل مورد نظر است .

ب - مهارتهای دیدن از اهمیت خاصی برخوردارند و باید سعی نمود یک پاراگراف یا

چند سطر را در معرض زاویه دید قرار داد .

ج - جملات بجای کلمات خوانده می شوند و هدف افزایش سرعت مطالعه است .

تکلیف ارسالی : شرح تکلیف را در انتهای جزوه بخوانید و در پایان هفته چهارم تکلیف

اول را ارسال دارید .

ب - تمرینات خواندن سریع تر و کارآمدتر

تمرینات

هرستون از اعداد زیر را با کارت مذکور بطوری بیوشانید که نوک پیکان در برابر صفر بالای اعداد قرار گیرد. نگاه خود را در این نقطه ثابت نگه داشته و با کارت بطرف پائین لغزنده و درحالیکه فقط به صفر وسطی اعداد می نگرید آنها را سرعت بخوانید. توجه کنید که چشم نباید هیچگونه حرکت افقی (حرکت به چپ یا راست) برای دیدن اعداد يك سطر داشته باشد:

تمرین اول - وسعت دادن به میدان دید -
تمرینات زیر منظور کمک به بسط و وسعت بخشیدن به حیطه دید هنگام خواندن، یعنی دیدن تعداد هرچه بیشتر کلمات در هر پرش نگاه، و برای تشخیص سریع مجموعه کلمات و شبه جملهها طرح شده است.

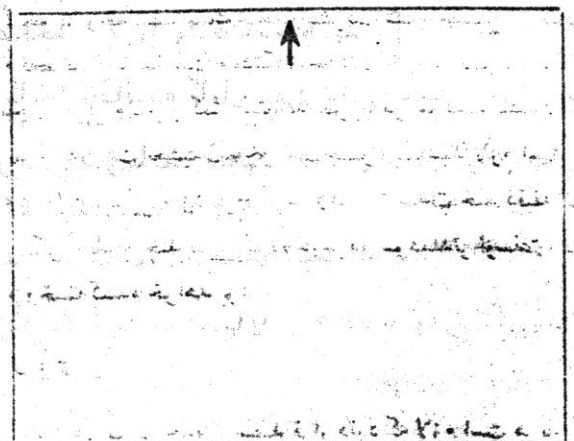
توجه داشته باشید که این تمرینات برای شروع و وسیله‌ی کمک به دید چشم است نه هدف نهائی. این تمرینات مقدمتاً راه را نشان می‌دهد و شمارا برای تمرین دوم (در آخر همین بخش) آماده می‌سازد. ولی آنچه که واقعا بشما کمک کرده و پیشرفت شمارا تقنین می‌نماید، فقط و فقط تمرین، ممارست و پشتکار خودتان خواهد بود. مطالعه‌ی تنها بدون تمرین و تکرار کمتر میتواند بطور کامل سودمند باشد. اگر واقعا مایل به سرعت بخشیدن به خواندن خود باشید لازم است که برنامه‌ای برای تمرین خود طرح کرده و هرروز بملت چند دقیقه تمرین کنید. تکرار يك یا چند تمرین کوتاه دوهربار سودمندتر از ساعتها تمرین مداوم و خسته‌کننده خواهد بود.

طرز کار:

بعد از هر تمرین جدولی سفید قرار دارد که لازم است هر بار که تمرین را انجام می‌دهید نتیجه را در آن جدول بنویسید و بعد از مدتی (یکساعت، نصف روز، يك روز یا مدتی دیرتر) همان تمرین را تکرار نمائید و نتیجه پیشرفت خود را حساب کنید. در ضمن بعد از انجام چند تمرین حساب کنید که سرعت شما در انجام این تمرینات در ساعات مختلف فرق می‌کند یا نه. این کمک خواهد کرد که به عادات خواندن خود و پیدا کردن بهترین موقع برای تمرکز فکر و مطالعه پی ببرید.

تمرین ۱:

تکه کاغذ یا کارت سفید مستطیل شکلی حدود ۱۲x۷ سانتیمتر (یک چهارم صفحه‌ی کاغذ معمولی) تهیه کرده و در وسط لبه بالایی آن مطابق شکل يك پیکان رسم کنید.



جدول انجام تمرین شماره ۱

مدت انجام تمرین به ثانیه	ساعت انجام تمرین	تاریخ انجام تمرین	دفعات تمرین
۲۰۰	۵۴.۹۳	۲۳.۸۱	۱۵.۲۱
۷.۹	۷۴.۸۲	۳۵.۸۶	۱۹.۱۸
۴.۱	۳۳.۹۴	۹۳.۶۲	۱۷.۰۱
۳.۸	۹۲.۴۹	۶۵.۶۱	۱۱.۱۱
۷.۲	۷۱.۲۸	۷۵.۸۳	۱۴.۹۲
۹.۳	۸۸.۲۱	۳۸.۶۲	۹۹.۸۴
۵.۶	۳۶.۱۷	۳۱.۸۲	۵۳.۷۲
۲.۴	۶۱.۶۵	۳۸.۹۳	۶۰۰.۶
۶.۳	۳۵.۲۵	۷۳.۱۸	۹۸.۸۹
۱.۱	۸۷.۵۳	۹۲.۵۵	۴۱.۳۳
۸.۶	۳۹.۲۷	۳۰.۵۸	۵۵.۴۶
۹.۷	۷۰۰.۳	۸۱.۴۰	۴۹.۷۷

خواندن اعداد بدین صورت که در متن قرار ندارند مشکل است. معهذا برای کمک به این عادت که چشم خود را در نقطه‌ای ثابت نگه داشته و با گسترش میدان دید چشم خود، دوطرف آن نقطه را ببینید، یعنی در هر نگاه تعداد بیشتری از اعداد و کلمات را مشاهده کنید سودمند خواهد بود.

جدول انجام تمرین شماره ۵

مدت انجام تمرین به ثانیه	ساعت انجام تمرین	تاریخ انجام تمرین	دفعات تمرین

هر يك از تمرینات زیر می بایستی در کمتر از ۳۰ ثانیه انجام شود. زمان شروع تمرین را معین کرده، سرعت دور یا زیر حروف ظنیر حروف ست راست خط عمودی که تکرار شده اند خط بکشید. سر ۳۰ ثانیه توقف کرده، با سرعت کم مرور کنید و ببینید احیاً چند حرف را جا انداخته اید و یا چند سطر باقی مانده است. علایمی را که زده اید یا نتیجه را یادداشت کرده و خطوطی را که کشیده اید پاک کنید روز بعد یا پس از انجام چند تمرین دیگر مجدداً تمرین قبلی را با سرعت بیشتر تکرار نمایید.

آگاه کلمه را درك کرده و نگاه را از روی آن بفرزاید. هرچه کلمه طولانی تر باشد تشخیص آن بعنوان واحدی کامل، بدون توجه به حروف تشکیل دهنده آن، آسانتر است. حتی در بعضی موارد متوجه اغلاط چاپی نوشته نشده و آنرا درست می خوانیم. همین واقعیت اغلب به باقی ماندن اغلاط املائی در ذهن کمک می کند. جز در مورد خواندن نوشتجات برای غلط گیری در حال عادی کمتر به تك تك حروف کلمات توجه می شود.

در موقع خواندن کلمات بالا، آیا متوجه شدید که کلمات ترازو و پرواز گر غلط چاپ شده اند؟ اگر اینطور باشد، احتمالاً عادت دارید که در موقع خواندن تك تك حروف را خوانده کلمه را تشخیص دهید. سعی کنید این عادت خود را که باعث کندی خواندن است مرتفع ساخته و هر کلمه را بدون حروف تشکیل دهنده آن بطور یکجا و بتدریج عبارات را بدون توجه به کلمات بطور مجرد و باز همین ترتیب جملات را نیز بدون توجه به تك تك کلمات و عبارات آن نگاه کرده و بخوانید.

تمرین ۵:

در تمرین زیر چشم خود را روی خط بین کلمات متمرکز ساخته، بطرف پائین نزناده و دو کلمه ای مربوط در هر سطر را بخوانید. هرچه تندتر که بتوانید نگاه خود را بطرف پائین حرکت داده و سعی کنید که آنها را درست بخوانید. نگاه خود را در روی خط نگاه داشته و بچپ و راست ننگرید:

نیکو	منظر	دوست	عزیز
حکم	بلدیر	کتاب	خوب
صلاح	اندیش	نشان	شهادت
کمان	آبرو	بیان	شیرین
ناز	دختر	حرف	حساب
ناز	باتو	مردم	دانا
طرب	انگیز	مخاطب	مدرسه
دماغ	گنده	فراق	خوار
دانه	تلخ	اساس	هستی
سیاه	چال	قرآز	بام
سپید	دندان	توان	مرد
سیاه	چادران	طاقت	زیاد
بویی	ناز	رفیق	مهربان
کتاب	خوان	نیاز	شدید
تباه	کار	زیبای	خفته
انسان	شناس	نوای	ملازم
داستان	نویس	زمزمه ای	نسیم
ساده	نویسی	اساس	هستی
درد	آشنا	جنای	بیرنگ

تمرین ۶ :

در سمت راست خط عمودی حرفی وجود دارد که درست چپ خط در همان سطر بطور اقفی يك يا چند بار تکرار شده است. با تعیین زمان شروع سرعت زیر حروف تکرار شده خط بکشید. سعی کنید در کمتر از ۳۰ ثانیه تمرین را انجام دهید :

ا	ب	ج	ن	س	ه	ر	ش	ك	ا	ر	و
ك	ب	د	ج	د	ز	ن	غ	و	و	ی	ج
د	و	و	ض	ر	ذ	ر	پ	ه	خ	د	ر
و	ه	د	ك	ه	ه	ص	ح	ق	ف	ر	ه
ا	ی	ن	ن	ر	ش	ن	ق	و	ل	ل	ج
م	ل	س	س	ج	ض	ش	ش	ك	ل	پ	ك
ك	ك	ك	س	ل	ك	ك	ه	س	ذ	ط	ك
ن	ل	ن	ع	ن	ف	ق	ظ	ه	ش	ك	ل
ر	د	ن	ل	ز	ر	و	د	ذ	م	ا	ز
و	ز	د	ر	ذ	ز	ر	د	ذ	ذ	ز	و

جدول انجام تمرین شماره ۶

تعداد اشتباهات	مقدار انجام شده در ۳۰ ثانیه		ساعت انجام تمرین	تاریخ انجام تمرین	دفاتر تمرین
	تا سطر	کامل			

تمرین ۷ :

مطابق با تمرین قبلی سرعت زیر حروف مکرر مذکور را خط بکشید. زمان را محاسبه کرده و سعی کنید در کمتر از ۳۰ ثانیه انجام دهید.

الف	الف	سین	ضاد	الف	کاف	واو	الف	جیم	قاف	صاد
دال	دال	کاف	ذال	ذال	جیم	الف	دال	ذال	حاء	صاد
نون	دال	بهاء	نون	سین	دال	الف	عین	راء	نون	نون
کاف	نون	نون	الف	قاف	کاف	حاء	ضاد	دال	واو	کاف
سین	سین	شین	عین	شین	ذال	ضاد	صاد	شین	شین	شین
شین	سین	شین	شین	غین	عین	سین	ذال	شین	واو	قاف
ضاد	ضاد	صاد	ضاد	صاد	میم	جیم	صاد	کاف	الف	دال
قاف	قاف	کاف	واو	الف	جیم	قاف	قاف	کاف	بهاء	کاف
واو	الف	ذال	راء	بهاء	عین	راء	دال	واو	ذال	واو
جیم	جیم	میم	عین	قاف	کاف	میم	جیم	بهاء	جیم	جیم
ذال	واو	دال	ضاد	ذال	صاد	ضاد	دال	ذال	دال	ذال

جدول انجام تمرین شماره ۷ :

تعداد اشتباهات	مقدار انجام شده در ۲۰ ثانیه		ساعت انجام تمرین	تاریخ انجام تمرین	دفعات تمرین
	تا سطر	کامل			

اگر خیلی کند هستید، در تمرین بعدی ابتدا دو یا چند ستون کلمات آخر را یا کاغذ پوشانده و تمرین را با چند ستون اول کلمات انجام دهید. زمانه را محاسبه کرده و با تعداد ستونها و تاریخ انجام تمرین یادداشت نمایید. علامتها را پاک کنید. در فرصتهای بعدی هر بار با یک ستون بیشتر تمرین را تکرار کنید. در مدت کوتاهی پیشرفت خود را ملاحظه خواهید کرد.

تمرین ۸ :

به سرعت هر سطر را بطور افقی از نظر بگذرانید. زیر هر کلمه از کلمات سمت چپ خط عمودی را که درست راست تکرار شده است خط بکشید. زمان شروع را معین کرده و تمرین را در کمتر از ۳۰ ثانیه تمام کنید :

تمرین شماره ۸

عدالت	عبادت	عدالت	عداوت	عمارت	عداوت	عدالت	عداوت	عدالت	علامت
نوازش	نوازش	نوازان	نوزادش	نوازش	نوازش	نیایش	طوالش	نوازان	نمایش
خنک	خپک	خنک	چنگ	پلنگ	چنگ	خنک	خنک	خنک	چنگ
کارمند	کارمند	کارمند	کارزنده	کارچند	کارزنده	کارمند	کارزار	کارروز	کاربند
حافظه	حافظ	حافظه	حافظه	خامنه	حافظه	حافظه	حافظه	حافظ	حاسد
تلاش	تلاش	تلاش	تلاش	قماش	تلاش	پلاک	ملاس	تلاش	تلاش
درخت	لخت	درخت	سخت	درخت	سخت	رخت	بخت	دریخت	درخت
فروزانه	فروزانه	فروزانه	فروزانه	رندانه	فروزانه	فروزانه	پرچانه	مردانه	فروزان
پدیده	شدیده	پدیده	جدیده	جدیده	جدیده	پدیده	پدیده	مدیده	ندیده
فراوان	فراوان	فراوان	فراوان	فراوان	فراوان	شتابان	فراوان	فراوان	فرازان
مبتلا	مبتلا	مبتلا	مبتلا	مبتلا	مبتلا	ابتدا	مبتدا	باقلا	مبدا

درین تمرین درست چپ خط عمودی در هر سطر تعدادی کلمه آورده شده است که یکی از آنها تقریباً « مترادف » (هم معنی) با کلمه‌ی سمت راست می‌باشد. زیر کلمات مترادف را خط بکشید. با تعیین زمان شروع تمرین، در کمتر از ۳۰ ثانیه انجام دهید.

تمرین شماره ۱۰

اسیر	دیوار	غمگین	خوشحال	مازاد	علاج	بیان	شادان
پرکار	پروار	راستگو	امین	خطاکار	وزین	غافل	درستکار
پول	عنوان	بهارى	نشاط	عامدا	عبادت	درآمد	عابدی
ناامید	هدایا	بلایا	لا علاج	ماسلا	نادار	آمار	ناچار
عذب	دشوار	فقیر	ایمان	بازار	نظیر	محدود	مسکین
دچار	دلیر	دربند	گرفتار	نوا	آزاد	امین	اسپر
دیدن	رفتن	بدنیا آمدن	فرار کردن	نیاز داشتن	بودن	مرگ	تولد
جوشش	کوشش	مباش	کلاش	پوشش	مدیریت	معاش	تلاش
دوستی	امید	بدی	خطا	خوبی	دشمنی	جنگ	وداد
نازنین	دیرین	آباد	ابتلا	آرزو	نیما	رها	آزاد
معنی	کمان	ناهید	چیستان	لفز	کلام	لفظ	آرش

جدول انجام تمرین شماره ۱۰

تعداد اشتباهات	مقدار انجام شده در ۳۰ ثانیه		ساعت انجام تمرین	تاریخ انجام تمرین	دلمات تمرین
	کامل	تا سطر			

تمرین ۱۱ :

در زیر، درست و راست خط عمودی کلماتی نوشته شده و درست چپ آن در هر سطر پنج کلمه آورده شده که یکی از آنها با کلمه‌ی سمت راست غیر همجنس می‌باشد با تعیین زمان شروع تمرین، زیر کلمات غیر همجنس خط بکشید :

تمرین شماره ۱۱

زرد	سیاه	سبز	کافد	آبی	قرمز
کفش	کتاب	پیراهن	دستکش	کت	کلاه
دوچرخه	هواپیما	کشتی	اتومبیل	راژبو	ترن
قره‌منی	فوتبال	طبل	گیتار	پیانو	ویلن
پا	دست	گردن	گوش	چشم	بازو
سیب	یخ	باد	آفتاب	باران	برف
کمانچه	سه‌تار	چنگ	نی	گیتار	تار
اتاق	دکان	باغ	موزه	مسجد	خانه
سویاز	سر جوخه	منشی	سرهنگ	سروان	نظامی
بلژیک	آلمان	اسپانیا	چین	ایتالیا	فرانسه
فرش	دوچرخه	رختخواب	میز	کمد	صندلی
سدیم	نیتروژن	قهوه	اکسیژن	هلیوم	نیتروژن

فصل دوم

بعد از انجام تکلیف اول و ارسال آن يك هفته فرصت خواهید داشت که به مرور و تکرار مباحث قبلی بپردازید و تمرینات خواندن اجمالی و سریع خواندن و عبارت خواندن را ادامه دهید. پس از آن مباحث روش دقیق خواندن را مطالعه فرمائید.

1- دقیق خواندن

[ص ۷۱ تا ۸۴ کتاب درسی را بخوانید]

[تمرینات ص ۸۴ و ۸۵ کتاب را انجام دهید]

[جدول صفحه ۸۶ را بدقت مطالعه و مورد توجه قرار دهید]

توجه به نکات ذیل در دقیق خوانی اهمیت دارد :

الف / دقیق خواندن به مراحل ۴ و ۵ و ۶ از مراحل "مطالعه کامل" نظر دارد .
ب / اساس کار در این روش بر استخراج نکات کلیدی و مهم کتاب و نکات فرعی وابسته و مربوط به مطلب اصلی و کلیدی است .

ج / فنون اصلی این روش آنچنان که مشخص است کشف سازمان مطالب / علامت گذاری و حاشیه نویسی / یادداشت برداری و خلاصه نویسی / هستند .

د / در زمینه سازمان دادن و استخراج نکات کلیدی و تزیینی و نکات فرعی توجه به موارد ذیل ضروری است

۱- ممکن است تزیینی يك متن از نظر افراد گوناگون متفاوت باشد زیرا هرکس تزیینی را با توجه به هدفی که از مطالعه دارد ، تعیین می کند . ولی مسا در روش دقیق خواندن سعی داریم تزیینی را آنطور که مورد نظر نویسندگان بوده در یابیم .

۲- الگوهای یادداشت برداری می توانند خیلی شخصی باشند زیرا هرکس بر طبق ذوق و سلیقه شخصی خود الگوهایش را شکل می دهد .

۳- علائمی که در علامت گذاری متن به کار می رود و نیز "کلمات کلیدی" مورد استفاده برای يك متن نیز ممکن است کاملاً شخصی باشند و تنها برای خود شخص قابل استفاده باشد .

۴- ترتیب سه مرحله (کشف سازمان / علامت گذاری و حاشیه نویسی / یادداشت برداری و خلاصه نویسی) ممکن است برای افراد مختلف متفاوت باشد خصوصاً در مرحله اول . به هر حال مهم درك ، فهم و یادگیری هرچه بهتر مطالب است .

۵- جدول صفحه ۸۶ کتاب درسی که می‌توان آنرا "جدول سطوح مطالعه" دقیق خوانی " نام نهاد بما می‌گوید در مرحله بررسی اجمالی باید قادر باشیم که تراز اصلی و نکات اصلی را تشخیص داده سپس با بکارگیری فنون تعیین ساختمان و علامت گذاری و حاشیه نویسی همان تراز اصلی و نکات را دقیق تر دریافت کنیم و در پایان با خلاصه نویسی و مرور اندیشه های مهم مطالب را کاملا به ذهن بسپاریم.

هر سازمان دادن متن را به دو روش می‌توانید انجام دهید :

۱- تمام متن یا تمام يك بخش را دقیقاً مطالعه نمائید . سپس کتاب را ببندید و آنچه را که ذهن شما بعنوان نکات اصلی و فرعی دریافته است براساس يك الگو سازمان دهید . سپس برای تکمیل الگوی خود مجدداً متن را مطالعه نمائید و همان عمل قبل را انجام دهید . با این تفاوت که می‌توانید برخی از مطالب را با سرعت بیشتری مطالعه نمائید چون دفعه اول آنها را آموخته ۲- متن مورد نظر را به کمک یادداشت برداری ، علامت گذاری ، حاشیه نویسی ، خط کشیدن زیر نکات و جملات کلیدی دقیقاً مطالعه نموده و سپس با استفاده از موارد فوق الگوی خود را کامل کرده و سازمان دهی نمائید . يك متن نمونه در زمینه خط کشیدن زیر مطالب مهم و علامت گذاری در ضمیمه درج شده است . (ضمیمه ۲ بخشدوم)

و / در مورد یادداشت برداری از هرگونه الگوی ابتکاری می‌توان استفاده نمود ولیکن

باید دقت کرد زیرا هر الگویی برای هر موضوعی مناسب نیست بعنوان مثال :

۱- الگوی طرح اختلاطی ساختمان فقط برای موضوعاتی مناسب است که وجه مشترك دارند .

۲- الگوی طرح شعاعی ساختمان برای موضوعاتی است که وضعیت ، اندازه و

فاصله نکات اصلی و اطلاعات جزئی را نسبت به تراز اصلی می‌رسانند .

۳- الگوی طرح هرمی برای موضوعاتی مناسب است که چند بعدی هستند .

ز / چند الگوی یادداشت برداری ضمیمه شده است . به پشت جلد کتاب درسی توجه

کنید . آیا يك الگوی ابتکاری یادداشت برداری مشاهده نمی‌کنید ؟

تمرین : برای قسمت های متفاوت بخش پایه های مطالعه الگوهای متفاوتی رسم کنید . هرمی ، شعاعی و سازمانی و . . .

تکلیف ارسالی دوم : به انتهای راهنما نگاه کنید . تکلیف دوم را انجام دهید و در انتهای

هفته هشتم ارسال دارید - ۶ -

اعداد برای مشخص نمودن يك رشته امور مسلم، افكار، تواریخ مهم و غیره است.

وسلولهای عضلانی موجب حرکت اعضای بدن اند. ^①
 شکل و اندازه سلولها بسیار متنوع و گوناگون است: گلبولی، ^② طیفی، و باریک. گروهی از آنها نسبتاً بزرگترند، مثلاً، يك سلول عصبی ممکن است «دنباله» ای به طول تقریبی بیست سانتیمتر داشته باشد. سلولهای عصبی خودساز و تکثیر شونده نیستند؛ از بلو تولد همراه انسان به دنیای آیند و هر گاه یکی از آنها نابود شود، جانشینی نخواهد یافت. سایر سلولها معمولاً تکثیر می شوند، چون به سادگی می توانند به دو بخش تقسیم شوند و هر بخش يك سلول کامل بسازد: ابتدا سلول از میان باریک می شود و عاقبت به دوباره تقسیم می گردد. سلول «دختر» عیناً مانند سلول اصلی است.

E

مفهوم عبارت کاملاً روشن نیست

سرعت تکثیر سلولهای قسمت های مختلف بدن بر حسب احتیاج هر قسمت متفاوت است. گفته اند که نیمی از پروتئین بدن - اغلب سلولهای عضلانی - در هر هشتاد روز یکبار تجدید می شود. دوران حیات سلولهای پوستی چهار تا پنج روز است. پوست تازه پیوسته از زیر تشکیل می شود و به طرف سطح بدن بالا می آید تا جانشین قسمتی شود که می میرد و می ریزد و شسته می گردد.

E

مطالبی که احتمالاً در امتحانات و مسابقه ها به کار می آیند.

یکی از وجوه بسیار جالب توجه سلولها خصوصیت جاودانگی آنهاست. در سال ۱۹۱۲ مرحوم الکسی کارل در آنستوی را کفتر قسمتی از قلب جوجه ای را برداشت و به آن مرتب غذا و آب رسانید، گهگاه نیز نسج های اضافی را از اطراف آن می گرفت. سلولها مدت سی و چهار سال زنده بودند. عاقبت هم چون آزمایش های مفید و لازم از آنها بعمل آمده بود، دور ریخته شدند. آزمایش های دیگر نشان داده که اصولاً هر سلول بدن در محیط مناسب آزمایشگاه نیز می تواند همان گونه زندگی و تولید مثل کند که در خود بدن می کرد.

D

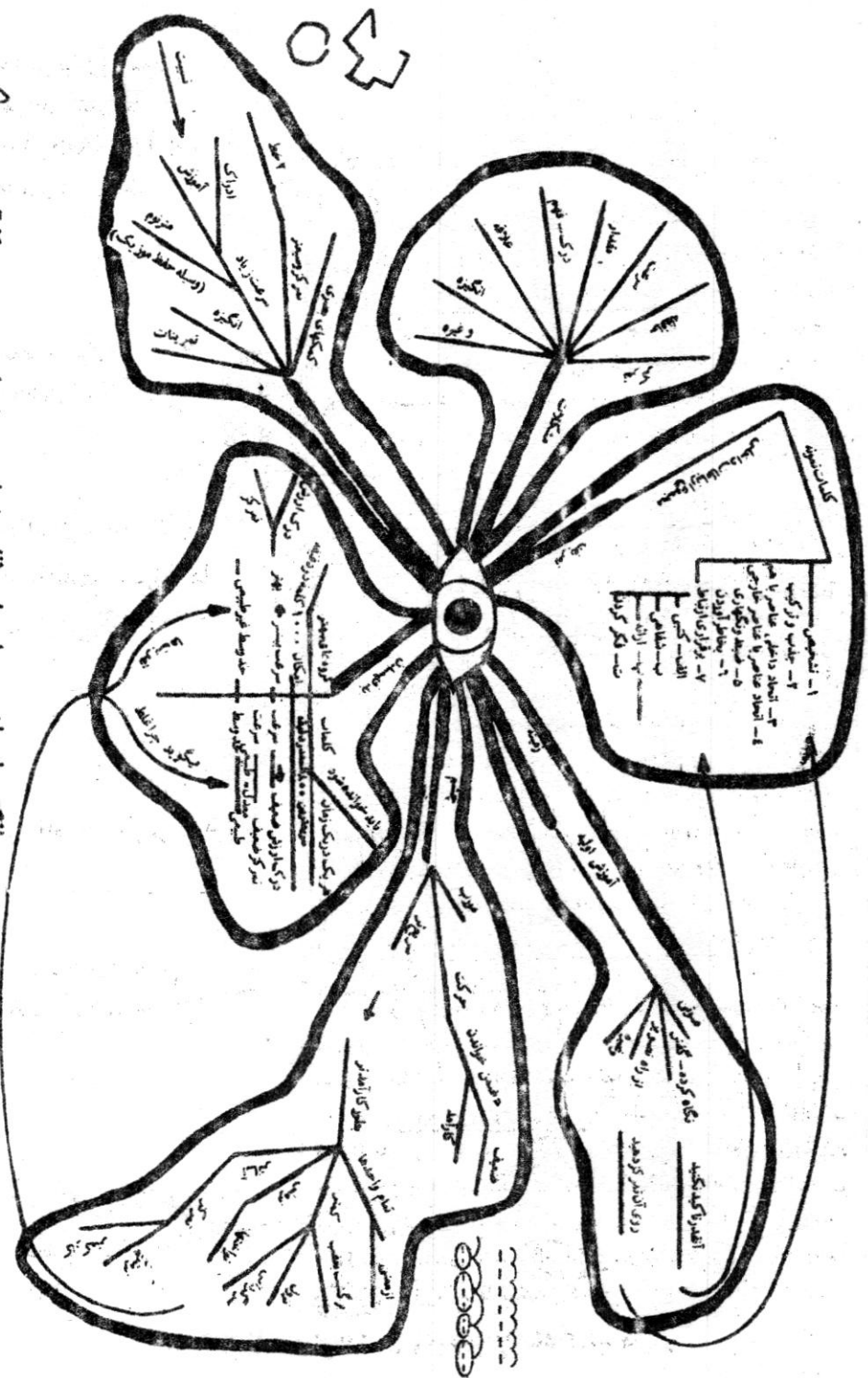
مخالف با نظر نویسنده.

بطور کلی سلولها دورشته و وظیفه دارند. ^① وظایف فردی مربوط به دوام و حفاظت شخصی، و وظایف جمعی مربوط به سایر سلولها. دسته اول شامل اعمالی از قبیل جذب غذا و دفع فضولات است. دسته دوم شامل وظایف هر سلول در قبال سایر سلولهاست. مثلاً سلولهای فوزالعهده ذرات بسیار ریز سولین شرح می کنند که موجب تنظیم مصرف قندها در سلولهاست؛ درود سلولها نظایرهای کوچک روغن ذخیره می شود که به مایه چرب سوخت و حرارت بقیه بدن می رسد. سلولهای معدوم ماده تخمیری (انزیم) می سازند که به عمل هضم و جذب پروتئین در سایر سلولها کمک می کند.

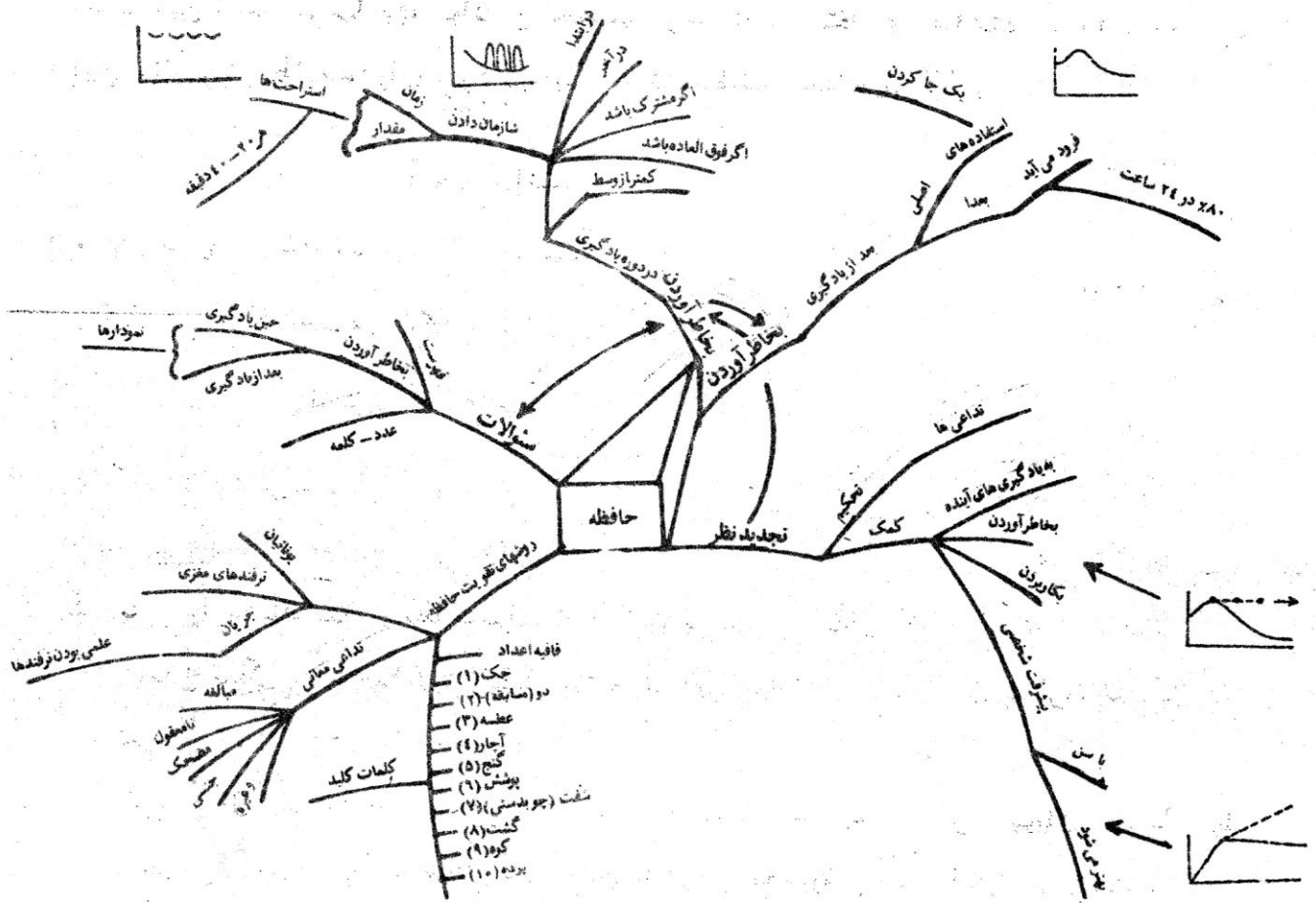
زیر نکته های مهم خط بکشید

دور کلمات نا آشنا را خط بکشید

شکل ۳ - علامت گذاری يك صفحه از يك کتاب درسی



A الگوی یادداشت برداری از مطالب فصل دوم (خواندن سریعتر و کارآمدتر)



الگوی یادداشت‌برداری شده فصل ۳ حافظه

B

فصل سوم

اساس این قسمت بر مباحث خواندن تجسسی و خواندن انتقادی گذاشته شده است و در عین حال روش مطالعه برای درك زیبایی را نیز مطالعه خواهید کرد.

1- خواندن تجسسی

[ص ۸۷ تا ۱۰۴ کتاب درسی را بخوانید]

[تمرینات ص ۱۰۵ تا ۱۰۷ کتاب را انجام دهید.]

[ص ۱۰۸ خلاصه فصل را بدقت بخوانید.]

به نکات ذیل توجه فرمائید .

الف/ طرح سؤال اساس این روش است اگر سؤالاتی طرح کنید و به دنبال جواب سؤالاتتان بگردید درك و یاد سپاری مطلب برایتان آسانتر می شود . سؤال کردن از خصوصیات زندگی انسان متفکر بوده و تلاش در جهت پاسخ به این سؤالات راه را برای پیشرفت بشرباز نموده است .

طرح سؤال یکی از فعالیت های اصلی امر آموزش است و بدین طریق پویایی از هان رشد و نمو می نماید . ایجاد سؤال در ذهن میدان وسیع جولان تفکر را فراهم می کند . سؤالات باید در سه مرحله طرح شوند :

۱- پیش از مطالعه (رك ← مطالعه اجمالی)

۲- هنگام مطالعه : تبدیل جملات موضوعی به سؤال (رك ← آشنایی و آگاهی سریع

از نکات اساسی)

۳- بعد از مطالعه : سؤال کردن از خود برای مرور و ارزیابی شخصی (رك ← تکرار

و مرور)

ب / در مورد سؤالات هفتگانه ای که در این قسمت طبقه بندی شده توضیحات ذیل راه گشا خواهد بود :

۱- سؤال حافظه ای : تعریف اطلاعات ذهنی و انتقال آن به دیگران (جواب همه

افراد پس از مطالعه متن به این سؤالات به تقریب یکسان است)

۲- سؤال ترجمه ای : توضیح اصول و قوانین و نکات اصلی آموخته شده بروشنی و

وضوح (جواب باید بصورتی غیر از صورت متن بزبان خود شخص باشد)

۳- سؤال تفسیری (مقایسه‌ای) : سؤال از تفاوتها ، دلایلها و ارتباطها (همیشه بین دو عامل مختلف) (وجوه افتراق و تشابه)

۴- سؤال کاربردی : پیش‌بینی اثر يك مطلب در زندگی افراد . (اثر و موثر)

۵- سؤال تحلیلی : بهیگیری مزاحل و روند منطقی مطالب که به نتیجه گیری منجر شده است .

۶- سؤال ترکیبی (خلاق) : سؤال از چگونگی يك مطلب نو و جدید (جواب این سؤالات بصورت مشخص و مستقیم در متن وجود ندارد و تنها محصول فکر شخص خلاق است .)

۷- سؤال ارزشیابی : سؤال از نظریات افراد در مورد صحت و سقم مطالب عرضه شده و نیز اعتبار آراء و نظریه های ارائه شده (جواب این سؤالات با توجه به ارزشها و معیارهای فرد تعیین می شود و بیانگر نظر و دیدگاه شخصی وی است)

ج / باید توجه داشت که سؤالات نسبی هستند و خصوصا " در زمینه سؤالات ترکیبی بسته به پیش دانسته های فرد در انواع مختلف قرار می گیرند (رک ← ص ۹۸ کتاب درسی)

تمرین : روی متون دلخواه در خصوص طبقات سؤالات تمرین بیشتری انجام دهید .

به این سؤال پاسخ دهید : جستجو یعنی چه ؟

2- خواندن انتقادی

ص ۱۰۹ تا ۱۲۰ کتاب را بخوانید

تمرینات ص ۱۲۱ تا ۱۲۳ را انجام دهید

جدول صفحه ۱۲۰ کتاب را بدقت بررسی کنید .

به موارد ذیل توجه کنید :

الف / روش مطالعه انتقادی تکیه بر مرحله هشتم از مراحل ده گانه مطالعه کامل دارد .

ب / در این روش شخص ابتدا به فهم دقیق مطلب نیاز دارد ، پس باید سؤال کند ، جواب

سؤالات را استنباط کند و این جوابها را بهم ربط دهد و در آخر به انتقاد و ارزیابی مطلب بپردازد .

ج / قضاوت منصفانه در مورد يك اثر حكمي كند كه جنبه هاي مثبت و منفي اثر مورد توجه قرار گيرد لذا نبايد تصور كنيم كه انتقاد يعني استخراج نكات منفي و يا ايراد گرفتن از مندرجات كتاب و يا اهداف نويسنده . بلكه بهمان نسبت بايد محاسن و نكات مثبت متن مورد بررسي قرار گيرند . حتي بهتر است كه در ابتدا به برجسته نمودن و پروراندن جنبه هاي مثبت اقدام نمود .

د / سعی کنید معانی کلمات و مفاهیمی را که نویسنده بکار برده بخوبی درک نمائید ، نوع استدلالهای نویسنده را با استفاده از اصول منظم منطقی تشخیص دهید و نهایتاً پس از درک و فهم هدف ، تراز اصلی و رئوس مطالب و نیز نحوه استدلال نویسنده به قضاوت بپردازید .

ه / جنبه های تحریّ حقیقت را کاملاً رعایت نموده و يك جانبه قضاوت نکنید .

ی / سعی شده است يك نقد نسبتاً خوب انتخاب شده و به این درس ضمیمه گردد (ضمیمه ۴ بخش دوم) تا راهنمای شما باشد . شما نیز می توانید چند نقد مثل نقد کتاب ، نقد فیلم ، نقد ادبی ، نقد اقتصادی در مجلات و کتب معتبر مطالعه نمائید و معیارهای نقد صحیح را بدست آورید . نقد صحیح هنری است که با مطالعه نقد های مختلف بدست می آید .

تمرین : يك كتاب تاريخي يا روانشناسي و يا جامعه شناسي و . . . انتخاب و به خواندن انتقادي بپردازيد و متن را بر اساس جدول صفحه ۱۲۰ كتاب درسي ارزشيابي كنيد .

به این سؤال پاسخ دهید : نقد چیست ؟

3- خواندن برای درک زیبایی و جنبه های هنری مطلب

ص ۱۲۲ تا ۱۲۵ کتاب را بخوانید

تمرین صفحه ۱۳۵ را انجام دهید

خلاصه فصل را در صفحه ۱۳۶ دقیقاً مطالعه کنید

به نكات ذیل توجه فرمائید

الف / در خواندن برای درک زیبایی برخلاف روشهای گذشته تکیه بر جنبه های عقلی و منطقی مطلب نیست بلکه بر جنبه های شهودی و وجد و شعف و لذت حاصل از مطالعه اثر هنری تأکید می شود .

ب در مطالعه هنری و زیبا شناختی ، احساسات روانی ، تخیلات و حالات توأم با شور و انجذاب فرد از اهمیت اساسی برخوردار است و در عین حال باید :

۱- سؤال کرد که منظور هنرمند چه بوده ؟ احساسات و اعتقادات او چیست ؟
۲- تجسس کرد که هنرمند چه وضعی یا شخصی را توصیف کرده است (بواقع خود را به جای شخص در آن وضع قرار داد)

۳- ارتباط داد : بعبارتی به کشف هم آهنگی بین آثار هنری پرداخت

۴- استنباط کرد : یعنی به تعبیر و تفسیر اثر هنری مشغول شد و نکات تازه ای را از

پس پرده اثر هنری استنباط کرد . حتی می تواند این تعبیرات با نتیجه گیری

هنرمند و منظور وی متفاوت باشد .

ج در هنگام خواندن اثر هنری باید اجازه دهیم تا تداعی ها آزادانه انجام شوند و به

تدریج به تخیل تبدیل شوند . آنگاه تخیلها خلایق را در ذهن ایجاد می نمایند .

د واکنشهای يك فرد در برابر يك خلق هنری از سه حالت خارج نیست :

۱- بی اعتنائی (مثل نگاه فرد بی علاقه به نقاشی ، به يك تابلوی نفیس و زیبا)

۲- لذت واقعی از يك اثر هنری در گرو امیال و خواستههای شخص لذا چینیـــــــ

لذتهائی ممکن است موقتی هم باشند (مثل لذت ناشی از سبك خاصی در -

موسیقی یا نقاشی)

۳- احساس اوج یعنی احساسی برتر و والاتر که سرور و بهجتی روحانی را در شخص

موجب می شود (مثل شناخت و درك زیبایی مبتنی بر خصایص روحانی)

بگوشیم تا با تأمل در آثار هنری به حالت سوم نزد یکتر شویم .

تمرین : ۱- غزلی از حافظ را انتخاب نمائید و با تأمل در آن آنچه را آموخته اید تجربه کنید .

۲- به يك گالری یا موزه بروید و با دقتی شدن به آثار هنری لذت واقعی را احساس نمائید .

به این سؤال پاسخ دهید : هنر چیست و هنرمند چه کسی است ؟

تکلیف ارسالی سوم : به انتهای جزوه نگاه کنید . تکلیف سوم را انجام دهید و در پایان

هفته دوازدهم ارسال دارید .

[صفحات ۱۳۷ تا ۱۴۲ کتاب درسی را بخوانید.]

پس از آشنایی با روشها و فنون مطالعه باید به نکات ذیل توجه کامل نمود :

اول : استفاده از چند روش توأماً ، بدین معنی که حین مطالعه يك متن باید سعی نمود تا از ترکیب چند روش استفاد کرد . مثلاً " ابتدا به کمک سریع خوانی و عبارت خوانی به بررسی اجمالی پرداخت و سپس به کمک مطالعه دقیق ، به خواندن تجسسی و انتقادی اقدام نمود .

دوم : توجه به این نکته دقیق ضرورت دارد که هر موضوعی را با هر روشی نمیتوان مطالعه نمود و شناخت موضوع مطالعه و روش خاص آن موضوع از اهمیت خاص برخوردار است لذا موارد ذیل را در هنگام شروع مطالعه و به کمک بررسی اجمالی متن مورد مطالعه باید در نظر داشت :

- ۱- آیا نوشته علمی و تجربی است ؟
- ۲- آیا عقلی و نظری است ؟
- ۳- آیا تخیلی و شاعرانه است ؟
- ۴- آیا الهی و روحانی است ؟
- ۵- آیا شهودی و عرفانی است ؟
- ۶- آیا مؤلف کتاب اثبات مطالب را هدف قرار داده یا تشریح و توضیح آنها را مد نظر دارد ؟ و آیا ...

سوم : هر نوع مطالعه ای را که انجام می دهیم باید جنبه تقدس و تنزیه آثار مبارکه را حفظ نمائیم . همچنین زمان و مکان و هدف مطالعه در تعیین نوع و روش مطالعه کاملاً مؤثر هستند و بنابراین کسب مهارت در زمینه خاص مثل سریع خوانی و یا خواندن اجمالی به این معنی نیست که ما همیشه و در همه جا مطالعات خود را به روش خاصی انجام دهیم . بعنوان مثال در موقعی که شما می خواهید خطابات مبارکه را بخاطر استخراج مطالبی در زمینه يك مسئله تحقیقی مورد نظر مطالعه نمائید و در موقعی دیگر در جمع خانوادگی قصد دارید خطابه ای از همیكل مبارك را زیارت نمائید ، بدون تردید شما با دو نوع خواندن متفاوت مواجه خواهید بود .

چهارم : بدون تردید هر کس در زندگی به روش خاص خود به مطالعه کتب و آثار خواهد پرداخت . روشهای مطالعه معرفی شده به این معنی نیست که روش مطالعه همه چیز همین است و روش دیگری نمیتوان تصور نمود .

سوال : شیوه مطالعه شما چگونه است ؟

نقد کتاب

منبع : مجله راهنمای کتاب / شماره ۴۰۴

سال ششم تیر و مرداد ۱۳۴۲

شیراز در گذشته و حال

شاپور راسخ

دکتر در فلسفه

دانشیار دانشکده

ادبیات

شیراز در گذشته و حال

ناشر اتحادیه مطبوعاتی فارس - ۱۳۳۹ - ۶۱۹ صفحه - رقی

شیراز در گذشته و حال کتابی است در جغرافیا و تاریخ و ترجمه احوال نام آوران این شهر شهیر که به اهتمام آقای حسن امداد دبیر علوم اجتماعی دبیرستانهای شیراز تألیف شده است. (۱)

نگارش کتابی در توصیف یک شهر در ایران سابقه دراز دارد. گذشته از سفرنامه هائی مانند آنچه حکیم ناصر خسرو تحریر کرده است و همچنین کتب مسالك و معالك که زکریا اجمالی شهرهای متعددی را دربردارد کتب متعددی در تاریخ و جغرافیای تاریخی شهرها چون تاریخ قم حسن بن محمد بن حسن قمی (اواخر قرن چهارم هجری) ، فارس - نامه ابن البلیخی (آغاز قرن ششم) ، تاریخ بخارای ابوبکر نرشخی (ترجمه پارسی در اوائل قرن ششم) ، تاریخ طبرستان ابن اسفندیار (اوائل قرن هفتم) و تاریخ یزد جعفر بن محمد بن حسن جعفری (قرن نهم) به چشم محقق می رسد. در میان مؤلفین اخیر باید نام کسانی را که به روزگار قاجاریه به چنین مطالعاتی دست برده اند یاد کرد و از آن زمره هستند نویسندگان مجلدات هشت گانه مجموعه ناصری (کتابخانه سلطنتی - نسخه خطی) که توصیف دقیقی از پاره ای شهرهاست و بجای اتکاء بر مسموعات و منقولات بر مشاهده منظم و شرکت مستقیم در زندگی اجتماعات شهری و تهیه آمار و اسناد صحیح مبتنی است.

از جمله این مجلدات و رسالاتی که متضمن است باید به کتابی که حسین بن محمد ابراهیم اصفهانی مشهور به تحویل دار درباره اصفهان نوشته اشاره کرد که نه فقط جغرافیای طبیعی و اقلیمی این شهر را حاوی است بلکه بیانی درست از وضع اقتصاد ، تعداد نفوس ،

انواع گروهها و مشاغل و اصناف ، شماره مساجد و مدارس و ابنیه عمومی و شکل و سیمای شهر و زبان و مذهب و نژاد و هیئت و خلقت و حتی عادات و اخلاق مردم نیز هست.

در سالهای تازه تر مونوگرافیهای بسیاری در باب شهرهای ایران به طبع رسیده که بجاست به بعضی منجمله تاریخ کیلان عباس کدیور ، تاریخ یزد و کرمان احمد علی وزیر ، تاریخ ^{جواهر} تهران کلام ، مینودر (قزوین) سید محمد گریز ، جغرافیای تاریخی ری بکرنگیان و مانند آن اشارتی بشود .

تألیف آقای امداد ، جنگی از اطلاعات مفید درباره شهر زیبای تاریخی شیراز است و گرچه تحقیق بدیع و اصلیمی نیست اما راهنمای خوبی بر زائران موطن سعدی و حافظ است. (۲)

در ترتیب مطالب و نحوه تدوین کتاب ، جای نکته گمراهی بسیار هست . مثلاً "بخش جغرافیای انسانی نظم درستی ندارد و از نژاد آغاز می کند و بحث در ذوق هنری مردم شیراز می کشد و بعد مسأله جمعیت شهر را مطرح می کند و حال آن که بحث در نژاد و جمعیت باید به دنبال هم بیاید و جای گفتگو در هنر ، فصل مخصوص فرهنگ (آداب ، رسوم ، عقائد ، اخلاق و ساخته های مادی و مانند آن) است همچنین ذکر دروازه ها ، محله ها ، باغها و سایر امور مربوط به منظر و سیمای شهر را باید در بخشی جداگانه آورد . سیاق کار جامعه شناسی این است که مونوگرافی شهری را معمولاً از بخشی در باب نژاد و جمعیت و شکل و هیئت شهر (مرفولوژی) آغاز می کنند پس از آن در باب ساخت جامعه (طبقات ، قشرها و گروهها) سخن می گویند . بعد از مؤسسات یا نهاد های اجتماعی (خانواده ، مذهب ، حکومت ، اقتصاد و جز آن) یاد می کنند و در آخر فرهنگ مادی و معنوی ، اخلاق ، عادات ، روحیات و مانند آن را بمیان می گذارند و بدیهی است که چنین ترتیبی منطقی تر از آن است که نویسنده محترم کتاب حاضر پذیرفته و مثلاً پس از بحث در باب مؤسسات آموزشی و جرائد به ساختمانها و باغهای شهر و تاریخ آنها پرداخته و دوباره از کتابخانه ها و سینماها که بی شبهه بدنبال جرائد و سایر وسائل مخابرات عمومی می بایست ذکر شود به آب مشروب و چگونگی دستگاه لوله کشی شهر روی نموده است .

از مؤلف باید سپاسگزار بود که فهرست اسامی اشخاص و اماکن را در پایان کتاب داده است اما منابع و مأخذ کتاب بدرستی تنظیم نشده و تاریخ و محل طبع و فصلی یا فصلی که مورد استفاده و استناد مؤلف بوده مذکور نیفتاده است. (۳)

درست‌نصف کتاب به مباحث ادبی و نقل اشعار شعرای بزرگ قدیم و جدید و ترانه های محلی شیراز اختصاص یافته است و به این تألیف بیشتر صبغه " جنگ ادبی " می‌زند. (۴)

از این گونه تألیف نباید توقع بیش از اندازه داشت و باید همت بلند آقای امداد را قدر دانست که چنین مجموعه سودمند خواندنی فراهم کرده است و آرزو مند بود که مؤلف با شیوه مونیوگرافی شهری چنان که نزد جامعه شناسان و جغرافی دانان غربی معمول است آشنایی جوید و در چاپهای آینده اثری کاملتر و استوارتر پدید آورد. (۵)

نظر: نقد جناب راسخ در مورد کتاب " شیراز در گذشته و حال " تألیف جناب حسن امداد در عین اختصار بر وسعت اطلاعات و گسترش دامنه مطالعات شخص منتقد حکم می‌کند. استانداردها و ملاکهای نقد صحیح را در خود ودیعه دارد و می‌تواند الگویی برای عزیزان ما باشد.

* زیر نویس:

- ۱- بررسی اجمالی
- ۲- بررسی آثار مشابه برای تعیین ارزش کلی اثر و میزان موفقیت نویسنده و تعیین ارزش اثر از طرف شخص منتقد
- ۳- بررسی از لحاظ محتوی و سازمان
- ۴- بررسی از لحاظ سبک
- ۵- قضاوت انتقادی

تعمیرین: نقدی بر جزوه راهنمای درس که در اختیار دارید بنویسید و در صورت تمایل ارسال دارید.

* این زیر نویس به منظور آموزش و تطبیق این نقد با جدول صفحه ۱۲۰ کتاب نوشته شده و نیازی به درج آن در ذیل نقد های شما نیست.

یادداشت برداری

گرچه یادداشت برداری و تهیه فیش از جمله مواردی است که در دقیق خوانی مطرح می شود ولی به لحاظ اهمیت این روش در امر مطالعه ، فصل جداگانه ای برای آنها در نظر گرفته ایم .

۱- تعریف یادداشت برداری :

یادداشت برداری یعنی جمع آوری اطلاعات دقیق و مستند از طریق مطالعه کتابها ، شرکت در کنفرانسها ، سخنرانیها ، بخشهای کلاسی ، مکالمات ، تفکر فردی و یا مشاهدات روزمره ، شنیدن برنامه های رادیو و استفاده از سایر وسایل ارتباط جمعی به صورتی دقیق و منظم ، به طوری که در اسرع وقت دسترسی به هر یک از یادداشتها میسر باشد .

اصطلاح برگه برداری ، فیش برداری و یادداشت برداری در غالب موارد به منظور واحد به کار می رود . در انگلیسی اصطلاح Index Card (کارت راهنما یا کارت فهرست)

برای همین منظور به کار می رود . همچنین استعارات واژه Fish for شامل

Fish for (کوشش برای یافتن اطلاعات غیر مستقیم یا تردستی) ، Fish up و Fish out of

به معنای استخراج و بیرون کشیدن نکات از مطلبی . البته در معنای ظاهری واژه Fish

به معنای ماهی هم می توان به یکی از اساسی ترین اصول یادداشت برداری رسید . در

ماهگیری سنتی ، تکه خمیر یا کرمی را در قلاب ماهیگیری نصب نموده و آنرا در رودخانه

یا دریا رها می سازند ، آنگاه که یک ماهی بسوی این دام می آید و حریصانه طعمه را به دهان

می گیرد قلاب تیز را نیز در کام خود فرو برده و به این ترتیب صیاد صید را از آب بیرون می کشد

و در سبد ماهیگیری قرار می دهد . فیش برداری هم همین معنا را دارد .

یافتن یک صید در دریایی از صیدها و یا استخراج نکته ای از میان دریایی از نکته ها .

۲- فایده یادداشت برداری :

مهمترین فایده یادداشت برداری جلوگیری از فراموشی مطالب آموخته شده و اطمینان در

درستی مطالب در گفتار و نوشتار است . از این یادداشتها می توان برای تهیه نطق ،

نوشتن مقاله ، کتاب و انجام تحقیق استفاده نمود .

۳- هدف یادداشت برداری :

- یادداشت برداری ممکن است به منظور یکی از این هدفها انجام شود : (هدفهای رفتاری)
- ۱- تهیه فهرست مراجع
 - ۲- تجسس و یافتن مطالب خاصی که در يك مطالعه تحقیقی مورد نظر است.
 - ۳- تهیه فهرستی از مطالب مندرج در کتاب (در مورد کتابهایی که فهرست مطالب ندارند .)
 - ۴- تهیه فهرست اعلام و اشخاص ، اقوام ، نژادها ، مکانها ، کتابها ، آیات ، اصطلاحات و . . .

۴- روش یادداشت برداری :

- ۱- قبل از برداشتن هرگونه یادداشتی منبع مورد مطالعه را یکبار به سرعت بخوانید .
پیش از آن که پژوهشگر تصمیم بگیرد چه مطلبی را ثبت کند و به کاربرد ، از این رونگاه کلی به مطلب مورد نظر ضروری است . انتخاب مهمترین نکات در يك مطلب ، مهارتی است که شخص باید به مرور کسب کند .
- ۲- برای یادداشت برداشتن از کارتهای فهرست به ابعاد 6×4 اینچ استفاده کنید .
(هر اینچ حدود ۲۵ سانتیمتر است) این کارتها را می توان برحسب عناوین مطالب به آسانی طبقه بندی کرد ، به علاوه جای کافی برای ثبت مطالب در آن وجود دارد . . .
(همچنین می توان از کلاسورهای کوچک که قطع آنها کوچکتر از اندازه فوق است استفاده نمود . در این صورت برگه ها داخل کلاسور نگهداری می شود .)
- ۳- یادداشت برداری در يك روی برگه صورت می گیرد و برای سهولت دستیابی به اطلاعات پشت آنرا نمی نویسند .
- ۴- حجم مطالبی که یادداشت می شود باید به اندازه يك پاراگراف متوسط باشد و چنانچه از آن تجاوز نماید از برگه های اضافی با ذکر شماره سری استفاده می شود .
- ۵- هر يك از کارتهای یادداشت را برحسب يك عنوان مشخص تنظیم و نگهداری کنید و عناوین مطلب ها را بالای کارت بنویسید تا مرتب کردن آنها آسانتر باشد . باید درباره منبعی که یادداشت از روی آن نوشته شده است در کارت شرح نسبتاً کاملی نوشت . اگر از کتابی استفاده شده است که در کتابخانه شماره خورده است ، شماره آن باید نوشته شود تا در آینده به آسانی بتوان جای کتاب مذکور را در کتابخانه پیدا کرد .
- ۶- در هر کارت فقط يك عنوان را بنویسید . این امر سازمان دادن به کارتهای یادداشت را انعطاف پذیر می کند . اگر یادداشت طولانی است آن را روی کارتهایی با شماره متوالی بنویسید و پیش از بایگانی کردن کارتها آنها را به هم الصاق کنید .

- ۷- از روشنی و قابل فهم بودن یادداشتها اطمینان حاصل کنید چون ممکن است این برگهها تا مدتها بعد از یادداشت برداری به کار نروند .
- ۸- نقل قول مستقیم ، خلاصه برداری ، ذکر مأخذ و اظهار نظر توأم با ارزشیابی را به وضوح از هم متمایز کنید .
- ۹- برای بازنویسی یا ماشین کردن یادداشتهای خود برنامه ریزی نکنید . این کار هم موجب اتلاف وقت می شود و هم امکان اشتباه را زیاد می کند . همان بار اول یادداشتها را با دقت کافی بنویسید .
- ۱۰- برای یادداشت افکاري که در طول روز به ذهنتان می رسند همیشه برگه هایی همراه خود داشته باشید .
- ۱۱- برای بایگانی و گمنشدن کارتها آنها را در جعبه ، فهرست کارتها (یا در کلاسور - چنان که گفته شد) بایگانی کنید و برای بایگانی هایتان هم يك فهرست تهیه کنید تا مراجعه به آنها را در موارد مختلف ساده تر کند .
- ۱۲- چنانچه مطلب مورد یادداشت بیشتر از يك بُعد داشته باشد می توان برای هر يك برگه ای اختصاص داد و مطلب را بازنویسی کرد یا صرفاً با اشاره به شماره برگه ای که مطلب به طور مشروح نوشته شده ، بعد مورد نظر را منظور کرد .

عنوان کتاب - روشهای مطالعه	شماره سری ۱۰
ترجمه دکتر علی اکبر سیف صفحه ۵ ، مقدمه	
موضوع - عمومیت مطالعه در دنیای امروز :	
- در دنیای متغیر قرن بیستم ، که هرروز در هر زمینه علمی ، هنری ، سیاسی و اقتصادی يك اتفاق تازه می افتد ، کتاب و مطالعه دیگر کار افراد بخصوصی نیست .	

نمودار ۱- یادداشت کلی چند بعدی

عنوان کتاب : روشهای مطالعه	شماره سری ۱۱
ترجمه دکتر علی اکبر سیف ، صفحه ۵ ، مقدمه	
موضوع : تأثیر وقایع علمی با عمومیت مطالعه	
شرح - رجوع شود به برگه شماره ۱۰	

نمودار ۲- یادداشت جزئی يك بعدی

بطوریکه نمودار ۱- نشان می‌دهد، عین مطلب مورد نظری بدون تأکید بر جنبه خاصی در وقایع
 در نیای امروز اعم از وقایع علمی، هنری، سیاسی و اقتصادی، ثبت گردیده و تأثیر کلی این وقایع
 بر اهمیت عمومیّت در مطالعه منظور نظر است. ولی در نمودار ۲- صرفاً "تأثیر وقایع علمی بر
 اهمیت عمومیّت در مطالعه مورد نظری" باشد که برگه مستقلی را به خود اختصاص داده است.

۵- انواع یادداشت برداری: معمولاً "یادداشت‌ها را به یکی از این انواع تهیه می‌کنند:

- ۱- نقل قول جمله نویسنده (نوع A): جمله مورد نظر را عیناً
 در داخل گیومه قرار داده و چنانچه ماقبل یا مابعد آن
 مورد نیاز نباشد به جای عبارات حذف شده سه نقطه قرار
 می‌دهند.

مجله پیام شماره ۸۱ سال ۱۶	شماره سری ۱-۵۰
ص ۲۹	A
موضوع اصلی: اثرات جنگ هسته‌ای	
موضوع فرعی: دوام بحران	
"این ویرانگری که دامن جنگ‌ها و گیاهان منطقه‌های معتدل را خواهد گرفت، چه بسا خواص فیزیک سطح خاک را برای سالمان دراز پس از جنگ همچنان مختل نماید."	

نمودار ۳- نمونه یادداشت برداری نقل قول مستقیم

- ۲- نقل قول ضمنی (نوع B): در این حالت به جای نقل
 قول عین مطلب، مضمون یا استنباط خواننده از آن -
 یادداشت می‌شود (تفسیر یا ترجمه آزاد)

مطالع الانوار	شماره سری ۲-۱
ص ۶۵۴ تا ۶۵۷	B
موضوع اصلی: رمی شاه	
موضوع فرعی: شهادت حاج سلیمان خان	
شهادت سلیمان خان در کوچه و بازار به صورت شمع آجین کردن انجام شد و این را خود خواسته بودند. شهادت ایشان به این شکل تأثیر عجیبی در آن‌ها به جای گذاشت و استقامتی از خود نشان دادند که باعث حیرت همگان شد. ای خوش آن عاشق صادق که در پای حبیب سر و دستار نداند که کدام اندازد	

۳- تلخیص مطلب (نوع C) : خواننده مطلب مشروح را بطور فشرده و خلاصه طبق اصول خلاصه نویسی یادداشت می نماید . (خلاصه)

مجله پیام شماره ۸۱ سال ۱۶
صفحات ۲۶ الی ۲۹

شماره سری ۱-۱
C

موضوع اصلی : اثرات جنگ هسته ای

موضوع فرعی : اثرات بر آب و هوا

دوده و گرد و غبار که نتیجه آن تاریکی شدید است - سرمای سخت در اثر کاهش نور خورشید - تصاعد گازهای سمی حاصل از حریق و نهایتاً "ایجاد ابر سمی بمدت طولانی - رادیواکتیویته هوا و آبها - از میان رفتن لایه اوزون - طوفانهای برف - سیلابهای شدید - اختلاف شدید هوا بین دو نیمکره - از میان رفتن آب آشامیدنی .. کاهش اکسیژن در اثر نابودی جنگلها همه از اثرات جنگ هسته ای است.

نمودار ۵ - نمونه یادداشت برداری تلخیص

۴- قضاوت و نقد (نوع D) : خواننده علاوه بر نقل عین یا مضمون مطلب قضاوت و ارزشیابی خود را نیز نسبت به موضوع مطروحه ثبت می نماید (ارزشیابی)

شماره سری ۸-۱
D

مجله پیام شماره ۸۱ سال ۱۶

صفحه ۳۱

موضوع اصلی : اثرات جنگ هسته ای

موضوع فرعی : عدم احتمال وقوع جنگ باشدت تصور شده

" ولی من تقریباً یقین کامل دارم که جنگ هسته ای نابودی تکامل یافته ترین نوع روی سیاره را بدنبال خواهد داشت. نوع انسان را . "

باتوجه به اینکه امر الهی برای ایجاد وحدت عالم انسانی و استقرار صلح و نهایتاً "تأسیس ملکوت الله بر ارض ظاهر شده امکان نابودی بشریت بصورت مطلق وجود ندارد . چنین نتایجی اگرچه منطقی است ولی بوقوع نخواهد پیوست ، زیرا در آنصورت ظهور جمالقدم معنی پیدا نخواهد نمود ولی احتمالاً " در صورت وقوع عده زیادی (نه همه) جان خود را فدای تمدن مادی خواهند نمود .

نمودار ۶ - نمونه یادداشت برداری قضاوت و نقد

توجه: چهار فیشر مربوط به نمودارهای ۳ تا ۶ از تکلیف دوتن از دانشجویمان (در ترم ۱/۱۴۸) استخراج شده است. ولذا شماره سری آنها از تباطی یک هم ندارند و به دنبال هم نیستند.

موسسه تحقیقات و توسعه

۶- عکسبرداری از مطالب مراجع: « هنگام یادداشت برداری در صورت لزوم می توان از برخی از صفحات کتاب یا مجله عکس گرفت تا بعداً با وقت بیشتر مورد مطالعه قرار گیرد. نسخه های جدید مجلات تخصصی که در بیشتر کتابخانه ها یافت می شود فقط بصورت میکروفیلم است. تمامی مطالب سالانه یک مجله در یک حلقه فیلم گنجانده می شود. مطالب بسیاری از کتابها و مجلات روی کارتهای میکروفیش ثبت می شوند به گونه ای که یک نوشته ۱۰۰۰ صفحه ای در کارتی به ابعاد ۶×۴ اینچ جای می گیرد. با انباشته شدن روز افزون فضای محدود و قفسه ها از مطالب چاپی، گرایش سریع در جهت تهیه میکروفیلم و میکروفیش ادامه خواهد یافت. ماشین های چاپ میکروفیلم و میکروفیش که با سکه کار می کنند در کتابخانه های بیشتر دانشگاهها موجود است و تهیه مواد چاپی با این ماشینها گران نیست و کیفیت آن نیز بسیار خوب است. در واقع یادداشت برداشتن از روی یک کسارت چاپی ۱۱×۸ اینچ بسیار آسانتر است تا از فیلمی که روی پرده می افتد. (۱)

موسسه تحقیقات و توسعه

۱- روشهای تحقیق در علوم تربیتی و رفتاری نوشته جان بست ترجمه دکتر حسن پاشنا شریقی - دکتر نرگس طالقانی چاپ دوم ۱۳۶۲ - انتشارات رشد ص ۶۷-۷۰

۷- حال با توجه به هدف فہائی کہ در بند ۳ (هدف یادداشت برداری) مطرح گردید بہ ذکر اجمالی روش ہریک می پردازیم :

۱) تهیه فہرست مراجع

برای سہولت مراجعہ بہ منابع مطالعہ نوشتن اطلاعات کلی در بارہ محتوای ہر کتاب می تواند استفادہ از آنها را سہلتر نماید . معمولاً "در مطالعات اکتشافی و بالاخص در مواقعی کہ قصد بررسی کلی یک کتاب است این یادداشتہا می تواند زمینہ ای برای مطالعات دقیق تر و عمیق تر بعدی فراہم نماید .

معمولاً برای این منظور از برگہ های (۴×۱۶ اینچی) استفادہ می شود . در تهیه یک گزارش رسمی یا یک مقالہ نیز ، رسم بر این است کہ شرحی در بارہ فہرست مراجعی کہ در تهیه گزارش بکار رفته است ، در آن گنجانندہ شود . آسانترین راہ برای گردآوری و تنظیم فہرست مراجع استفادہ از ہمین کارتہای فہرست مراجع است . این کارتہا در کتابخانہہا موجود است و معمولاً بر حسب حروف الفبای نام نویسندہ و یا نام کتاب مرتب شدہ اند .

شمارہ :

پست ، جان

روشہای تحقیق در علوم تربیتی

ترجمہ : شریفی ، حسن پاشا - طالقانی ، نرگس (دکتر)

ناشر: انتشارات رشد محل نشر : طہران تاریخ نشر: زمستان ۱۳۶۶ چاپ اول

شمارہ صفحہ : ۵۴۰

یک کتاب مرجع ، شامل کاربرد روش علمی در تحقیق - تهیه طرح تحقیق - انواع تحقیق - ابزارها و روشہای تحقیق و توصیف و استنباط دادہ ہا و استفادہ از منابع اطلاعات و نہایتاً "تہیہ گزارش تحقیق ..."

نمودار ۷ - کارت فہرست مراجع

۲) تهیه فہرست موضوعی

چنانچہ هدف از یادداشت برداری تہیہ فہرست موضوعی کتاب مورد مطالعہ باشد نیازی بہ استفادہ از برگہ های (۴×۶) اینچی نمی باشد . زیرا مطلب نوشتہ شدہ مشروح نمی باشد و صرفاً ذکر عنوان یا موضوع اصلی ہر مطلب روی برگہ های علیحدہ کافی است . البتہ قبل از تہیہ یادداشت تہیہ طرح کلی فہرست موضوعی ضروری است فی المثل :

الف- مباحث فلسفی و عرفانی

ب- مباحث اجتماعی

ج- مباحث اخلاقی

د- علوم ، فنون و هنرها

هـ- مباحث اداری

و- مباحث تاریخی

برای هر یک از مباحث ذکر شده می توان تقسیمات و مفرعاتی در نظر گرفت که بسته به تجربه مطالعه کننده می تواند جزئیات بیشتری را دربرگیرد . به عنوان مثال در تحقیق (د) می توان این تقسیمات را در نظر گرفت :

د - علوم - فنون - هنرها

د - ۱ - علوم

د - ۱ - ۱ - علوم انسانی

د - ۱ - ۱ - ۱ - روانشناسی

د - ۱ - ۱ - ۲ - جغرافیا و . . .

د - ۲ - فنون

د - ۳ - هنرها

و نیز در تحقیق (و) این تقسیمات قابل پیش بینی هستند :

و- مباحث تاریخی

۱- تاریخ تمدن جهان

۲- تاریخ ادیان

۱- کور آدم

۱- دور حضرت آدم

۲- دور حضرت نوح

۳- دور حضرت ابراهیم

۴- دور حضرت موسی

۵- دور حضرت زردشت

۶- دور هند و یس - بود یس

۷- دور حضرت مسیح

و - ۲ - ۱ - ۸ - دور حضرت محمد

و - ۲ - ۲ - دوران معاصر (کور جدید)

بعنوان مثال صفحات ۵ تا ۱۵ کتاب الرساله المدنيه الصادره في سنة ۱۲۹۲ که بوسیله آقا شیخ فرج الله مریوانی در مصر به چاپ رسیده است یادداشت برداری موضوعی من نمانیم: الف - برگه برداری به ترتیب صفحات کتاب - بتدریج که کتاب خوانده می شود برگه برداری صورت می گیرد:

۱- شرط شرافت و عزت انسان . ص ۵ ، ۱۰ "چه قدر انسان شریف و عزیز است . . . قیام نماید" (۱)

۲- اعظم سعادت (در عالم وجود) . ص ۵ ، ۱۴ "اعظم سعادت ، سعادت انسانیه" (۲)

۱-۲- خصلت انسان در عالم وجود . ص ۵ ، ۱۵ "واوست مدرك . . . انفسیه"

۳- مقام انسان . ص ۵ ، ۱۶ "اگر سمند همت . . . لا یعقلون"

۴- آنچه شایسته ایرانیان است ص ۶ ، ۶ "باری باید . . . مدنیت شود" (۳)

۵- تأثیر ظهور حضرت محمد در عربستان . ص ۶ ، ۱۵ "جوهر ذکر و ثنا . . . انسانیه گشتند"

۶- شأن صدور این کتاب (علت نگارش کتاب) ص ۷ ، ۷ "بر اولی الابصار . . . مرقوم نماید" (۴)

۷- حکمت عدم ذکر نام نگارنده کتاب . ص ۷ ، ۱۶ "واو تصریح . . . تا پیدا اسوار"

۸- عظمت مملکت ایران در عهد باستان . ص ۸ ، ۱۰ "ای اهل ایران . . . دیهیم جهانبانی ایران است ."

۹- علت تدنی ایران ص ۱۱ ، ۲ "حال ای اهل ایران . . . نظر کنیم"

۱- "چه قدر انسان شریف و عزیز است اگر به آنچه باید و شاید قیام نماید . " باتوجه به کلمه اگر ، جمله موضوعی شرطی است .

۲- باتوجه به متن کتاب ، عالم وجود ، در جمله مستتر است زیرا در ادامه آن آیات آفاقیه و انفسیه است که از خصائل عالم انسان است .

۳- باتوجه به اصل جمله که با عبارت "باری باید دامن همت به کمر زد" ، شروع می شود این موضوع در نظر گرفته شده است .

۴- باتوجه به عبارت "چون در این ایام . . . مفهوم علت در یادداشت موضوعی مستتر است .

۱- عظمت مملکت ایران در عهد باستان . ص ۱۱، ۱۳ (ایضا " آیا اهل ایران ...
مشرق نه "

۱-۱- عظمت مملکت ایران در عهد باستان . ص ۱۲، ۴ " این خطه طیبه ...
نورانی بود . "

۱-۱- سبقت ایرانیان در قوای فطریه . ص ۱۲، ۱۰ " همچو گمان نرود ... داشته
و دارند . "

۱-۲- استعداد منابع طبیعی و جغرافیائی ایران . ص ۱۲، ۱۴ (" و همچنین
مملکت ایران ... تحسین را داشته "

۱-۳- آنچه ایرانیان برای احیای عظمت خود لازم دارند . ص ۱۲، ۱۶ " ولکن تفکر
و تعمق باید ... واجب "

۱-۴- تقدم اروپا و آمریکا در زمان حاضر . ص ۱۳، ۲ " الان بین قطعات خسته
... شهرت یافته "

۱-۵- اعصار توحش اروپائیان ص ۱۳، ۶ " و حال آنکه در ازمنه قدیم ...
می شمرند "

۱-۶- مبدأ مدنیت اروپا ص ۱۳، ۱۴ " فی الحقیقه اساس مدنیت ... تأسیس
شده "

ب: تنظیم برگه ها - حال که برگه ها به ترتیب صفحات کتاب تهیه شده است با استفاده از
طرح کلی فهرست موضوعی هر یک از برگه ها را در زیر کارتی که حرف مربوط به طبقه بندی
موضوعی روی آن ثبت شده است قرار می دهیم :

فرض بر این است که یادداشت برداری به ترتیب صفحات کتاب در برگه های جداگانه
نوشته شده اند و بنابراین قابلیت جابجایی را به آسانی دارند لذا با قرار گرفتن
در زیر برگه های طرح کلی فهرست موضوعی طبقه بندی می شوند .

<p>و</p> <p>مباحث تاریخی</p>	<p>د</p> <p>علوم، فنون و هنرها</p>	<p>الف</p> <p>مباحث فلسفی و عرفانی</p>
<p>و - ۲ - ۱ - ۸</p> <p>تاریخ ادیان دور</p> <p>حضرت محمد</p>	<p>و - ۲ - ۱ - ۷</p> <p>تاریخ ادیان دور</p> <p>حضرت مسیح</p>	<p>و - ۱</p> <p>تاریخ و تمدن جهان</p>
	<p>تاریخ ادیان</p> <p>و - ۲ - ۲</p> <p>دوران معاصر</p>	

نمودار ۸- طبقه بندی برگه ها براساس طرح کلی فهرست موضوعی

حال هر يك از مجموعه برگه های هر بخش را طبق ضابطه های منطقی که در دستور قبل ذکر گردید ، منظم می نمائیم و نتیجه نهائی را پس از حصول اطمینان از صحت عمل از برگه ها استخراج و یادداشت می نمائیم :

- تنظیم برگه های تهیه شده به ترتیب صفحات کتاب

الف- مباحث فلسفی و عرفانی :

۱- اعظم سعادت (در عالم وجود) ص ۵ ، س ۱۰

۱- خصلت انسان در عالم وجود ص ۵ ، س ۱۵

۲- شرط شرافت و عزت انسان ص ۵ ، س ۱۵

۳- مقام انسان ص ۵ ، س ۱۶

د - علوم و فنون و هنرها

د - ۱ - ۱ - ۲ - جغرافیا

۱- استعداد منابع طبیعی و جغرافیائی ایران ص ۱۲ ، س ۱۴

و - ۱ - تاریخ و تمدن جهان

و - ۱ - ۱ - تاریخ و تمدن ایران

و - ۱ - ۱ - ۱ - عظمت مملکت ایران در عهد باستان . ص ۷ ، س ۱۰ و ص ۱۱ ، س ۱۳ و ص ۱۲ ، س ۴

و - ۱ - ۱ - ۱ - ۱ - سبقت ایرانیان در قوای فطریه . ص ۱۲ ، س ۱۰

۲- تقدّم اروپا و امریکا در زمان حاضر . ص ۱۳ ، س ۲

۳- علت تمدنی ایران ص ۱۱ ، س ۲

و- ۲- ۱- ۷- دور حضرت مسیح

۱- اعصار توحش اروپائیان . ص ۱۳ ، ص ۶

۲- مبدأ مدنیت اروپا . ص ۱۳ ، ص ۶

و- ۲- ۱- ۸- دور حضرت محمد

۱- تأثیر ظهور حضرت محمد در عربستان . ص ۶ ، ص ۱۵

و- ۲- ۲- دوران معاصر

و- ۲- ۲- ۱- شأن صدر و این کتاب (علیت نگارش کتاب) ص ۷ ، ص ۷

۲- حکمت عدم ذکر نام نگارنده کتاب . ص ۷ ، ص ۱۶

۳- آنچه ایرانیان برای احیای عظمت خود لازم دارند . ص ۱۲ ، ص ۱۶

۴- آنچه شایسته ایرانیان است . ص ۶ ، ص ۶

تمرین : ه صفحه از يك كتاب كه مطالعه کرده اید و حاوی مطالب متنوع می باشد
انتخاب کرده و به تعداد کافی و لازم، فهرست موضوعی، با توجه به طرح کلی
فهرست موضوعی که در سطور قبل ذکر کرده اید تهیه و تنظیم نمایید .

یادداشت برداری تجسسی

۳

این نوع یادداشت برداری، در مواقعی به کار می رود که قصد استخراج مطلب یا موضوع خاصی را، از میان موضوعهای متعدد مطرح شده در کتاب داشته باشیم. در این صورت صرفاً "مطلب یا موضوع مورد نظر را با توجه به ابعاد آن که دارد، مورد مطالعه دقیق قرار داده و هر جنبه یا نکته از نکات آن را در يك فیش، یادداشت می نمائیم. مثال : فرض می کنیم که در همان کتاب معرفی شده (رساله المدنیه) که حاوی مطالب متنوع عرفانی، فلسفی، اجتماعی و اخلاقی است می خواهیم از مطالبی که درباره ایران در آن درج گردیده یادداشت برداری تجسسی نمائیم. به عنوان مثال همان صفحات ۵ تا ۱۵ کتاب مورد مطالعه قرار داده و به ترتیب صفحات کتاب یادداشت برداری می نمائیم :

رسالة المدنیّه	موضوع اصلی: تاریخ تمدن ایران	شماره سری ۱-۱
ص ۶، ۷	موضوع فرعی: شرط ترقی ایران	A

"باری باید دامن همت به کمرغیـرت زد و از هر جهت به اسباب آسایش و راحت و سعادت و معارف و تمدن و صنایع و عزت و شرف و طو منزلت جمعیت بشریه تشبث نمود. تا از زلال نیت خالصه و سلسال جهد و کوشش اراضی قابلیات انسانیّه به ریاحین فضائل ذاتیه و شقائق حقائق خصائل حمیده سرسبز و خرم گشته رشک گلستان معارف اسلاف گردد و این قطعه مبارکه ایرانیه مرکزسنوح کمالات انسانیّه در جمیع مراتب گشته آینـه جهان نمای جهان مدنیت شود."

نمودار ۹ یادداشت تجسّسی "نقل قول" (۱)

رسالة المدنیّه	موضوع اصلی: تاریخ تمدن ایران	شماره سری ۲-۱
ص ۸، ۱۰	موضوع فرعی: همداربه ایرانیان	A
	جهت تفکر در تاریخ گذشته	

"ای اهل ایران قدری در ریاض تواریخ اعصار سالفه سیرنمائید و سربه جیب تفکر فرو برده به بصر عبرت ملاحظه کنید که تماشای عظیمی است."

نمودار ۱۰ یادداشت تجسّسی "نقل قول"

رسالة المدنیّه	موضوع اصلی: تاریخ تمدن ایران	شماره سری ۳-۱
ص ۸، ۱۳	موضوع فرعی: عزت و سعادت ایران باستان	A

"در ازمینه سابقه مملکت ایران به منزله قلب عالم و چون شمع افروخته بین انجمن آفاق منور بود. عزت و سعادتش چون صبح صادق از افق کائنات طالع"

نمودار ۱۱ یادداشت تجسّسی "نقل قول"

موضوع اصلی "تاریخ و تمدن ایران" شماره ۱ فرض شده و این برکه، فیش اول از موضوع اصلی است. فیش (۱-۱)

نظریه اینکه مطالب این کتاب از نثرو سبک اصیل و خاصی برخوردار است به منظور حفظ اصالت کتاب از روش یادداشت برداری "نقل قول" استفاده می کنیم. و البته عمیقاً غمناک است. ی آشنایی عزیزان با سایر حالات (بیان ضمنی مطلب/ تلخیص مطلب/ قضاوت و نقد) آورده شده

(D) (C) (B)

رساله المدنیّه
ص ۸، ۱۶

موضوع اصلی: تاریخ تمدن ایران
موضوع فرعی: فرهنگ و معارف ایران
باستان

شماره سری ۴-۱
A

"... و نور جهان افروز معارفش در اقطار مشارق و مغارب منتشر و ساطع"

نمودار ۱۲ یادداشت تجسّسی "نقل قول"

رساله المدنیّه
ص ۹، ۱

موضوع اصلی: تاریخ تمدن ایران
موضوع فرعی: سطوت ملوک ایران
باستان

شماره سری ۵-۱
A

"آوازه جهان گیری تاجداران ایران حتی به سمع مجاورین دایره قطبیه رسیده و صیت سطوت ملك الملوكش ملوك يونان و رومان را خاضع و خاشع نموده بود."

نمودار ۱۳ یادداشت تجسّسی "نقل قول"

رساله المدنیّه
ص ۹، ۴

موضوع اصلی: عظمت ایران باستان
موضوع فرعی: حکمت حکومت و قوانین
سیاسی ایران باستان

شماره سری ۶-۱
A

"حکمت حکومتش حکمای اعظم عالم را متحیر ساخته و قوانین سیاسیه اش دستور العمل کلی ملوک قطعات اربعه عالم گشته (۱)"

(۱) تعبیر قطعات اربعه از این جهت است که در سابق قطعه امریک مجهول بود."

نمودار ۱۴ یادداشت تجسّسی "نقل قول" (می توان موضوعات حکمت حکومت و قوانین سیاسی ایران باستان را در ردیفش علیه نگاهاشت.)

رساله المدنیّه
ص ۹، ۶ س

موضوع اصلی: عظمت ایران باستان
موضوع فرعی: صیت جهانگیری ملت ایران باستان

شماره سری ۱-۷
A

" ملت ایران مابین ملل عالم به عنوان جهانگیری ممتاز "

نمودار ۱۵ یادداشت تجسّسی " نقل قول "

رساله المدنیّه
ص ۹، ۶ س

موضوع اصلی: عظمت ایران باستان
موضوع فرعی: فرهنگ و معارف ایران باستان

شماره سری ۱-۸
A

" ملت ایران مابین ملل عالم به . . . صفت معدوحه تمدن و معارف سرافراز. در قطب عالم مرکز علوم و فنون جلیله بود و منبع صنایع و بدایع عظیمه و معدن فضائل و خصائل حمیده انسانیّه "

نمودار ۱۶ یادداشت تجسّسی " نقل قول " (می توان برای علوم و فنون و صنایع نیز یادداشت علیحده تهیه نمود .)

رساله المدنیّه
ص ۹، ۱۰ س

موضوع اصلی: تاریخ تمدن ایران
موضوع فرعی: دانش و هوش ملت ایران باستان

شماره سری ۱-۹
A

" دانش و هوش افراد این ملت با بهره ، حیرت بخش عقول جهانیان بود و فطانت و زکاوت عموم این طایفه جلیله مغبوط عموم عالمیان . "

نمودار ۱۷ یادداشت تجسّسی " نقل قول "

رساله المدنیّه ۲ ص ۹، ۱۳
 موضوع اصلی: تاریخ تمدن ایران / شماره سری ۱-۱۰-۱
 موضوع فرعی: شهادت توره بروسعت / A
 قلمرو کورش در ایران باستان

"گذشته از آنچه در تواریخ فارسیه مندرج و مندرجست در اسفارتوراه که الیوم نزد کل
 مل اروپا من دون تحریف کتاب مقدس مسلم است، مذکور که در زمان کورش که در
 کتب فارسیه به بهمن بن اسفندیار موسوم، حکومت ایران از حدود داخلیه هند و چین
 تا اقصی بلاد یمن و حبشه که منقسم به سیمد و شصت اقلیم بود حکمرانی می نمود."
 (دوره کورش از وضع موثقی استخراج و ثبت شود)

نمودار ۱۸ یادداشت تجسس "نقل قول"

رساله المدنیّه ص ۱۰، ۵
 موضوع اصلی: تاریخ تمدن ایران / شماره سری ۱-۱۰-۱
 موضوع فرعی: شهادت تواریخ رومان / A
 بر عظمت کورش

"در تواریخ رومان مذکور که این پادشاه غیور بالشکر بنیان حکومت رومان را
 که به جهان گیری مشهور بود با خاک یکسان نموده، زلزله در ارکان جمیع حکومت
 عالم انداخت"

نمودار ۱۹ یادداشت تجسس "نقل قول" (با توجه به اینکه مطلب
 اضافی درباره عظمت کورش می باشد شماره فرعی در شماره سری
 در نظر گرفته شده است)

رساله المدنیّه ص ۱۰، ۵
 موضوع اصلی: تاریخ تمدن ایران / شماره سری ۱-۱۰-۲
 موضوع فرعی: شهادت تاریخ ابی الفدا / A
 بر عظمت کورش

"و نظریه تاریخ ابی الفدا که از تواریخ معتبره عربی است اقلیم سبعة عالم را در قبضه تصرف
 آورد."

نمودار ۲۰ یادداشت تجسس "نقل قول"

* سه برگه بالا از نظر موضوع فرعی یکسانند (وسعت و عظمت قلمرو کورش) از این رو بترتیب فوق
 شماره سری آنها تعیین شده است.

رساله المدنیّه
ص ۱۰، ۱۰
موضوع اصلی: تاریخ تمدن ایران شماره سری ۱۱-۱
موضوع فرعی: شهادت تاریخ ابی الفدا
A
و غیره بر عظمت فریدون

" و همچنین در آن تاریخ [ابی الفدا] و غیره مذکور که از ملوک پیشدادیان فریدون که فی الحقیقه بکمالات ذاتیه و حکم و معارف کلیّه و فتوحات متعدّدّه متتابعه فریدون ملوک سلف و خلف بود، اقالیم سعه را مابین اولاد ثلاثه خود تقسیم نموده "

نمودار ۲۱ یادداشت تجسّسی "نقل قول" [منظور از این عبارت]، توضیح نگارنده می باشد که به اصل مدرک برای روشن شدن منظور از (آن تاریخ) افزوده است.

رساله المدنیّه
ص ۱۰، ۱۴
موضوع اصلی: تاریخ تمدن ایران شماره سری ۱۲-۱
موضوع فرعی: نخستین حکومت عالم
A

" خلاصه از مفاد تواریخ ملل مشهور و مشهورست که نخستین حکومتی که در عالم تأسیس شده و اعظم سلطنتی که بین ملل تشکیل گشته تحت حکمرانی و دیهیم جهانیانسی ایرانست "

نمودار ۲۲ یادداشت تجسّسی "نقل قول"

رساله المدنیّه
ص ۱۱، ۳
موضوع اصلی: تاریخ تمدن ایران شماره سری ۱۳-۱
موضوع فرعی: هشداریه اهل ایران
A
در زمان قاجاریه

" حال ای اهل ایران ما باید قدری از سگرهوی به هوش آمده و از غفلت و کاهلی بیدار گشته به نظر انصاف نظر کنیم. آیا غیرت و حمیت انسان قائل بر آن می شود که چنین خطه مبارکه منشأ تمدن عالم و مهد عزت و سعادت بنی آدم بوده و مغبوط آفاق و محسود کل ملل شرق و غرب امکان حال محفل تأسف کل قبائل و شعوب گردد. "

نمودار ۲۳ یادداشت تجسّسی "نقل قول" از آنجاکه این یادداشت رو بعدی است استخراج یک بعد آن بنظر ضروری می باشد.

شماره سری (۱-۱۴) A	موضوع اصلی: تاریخ تمدن ایران موضوع فرعی: ایران باستان ، منشاء تمدن عالم	رساله المدنیّه ص ۱۱ ، ۴
<p>... چنین خطه مبارکه که منشاء تمدن عالم ومبداء عزت وسعادت بنی آدم بوده ومغبوط آفاق ومحسود کلّ ملل شرق وغرب امکان</p>		

نمودار ۲۴ یادداشت تجسّسی "نقل قول"

شماره سری (۱-۱۵) A	موضوع اصلی: تاریخ تمدن ایران موضوع فرعی: تمدنی ایران زمان قاجار	رساله المدنیّه ص ۱۱ ، ۷
<p>... حال محل تأسف کل قبائل وشعوب گردد و در تواریخ اعصار حالیه ، ذکر عدم مدنیّتش تا ابدالآباد در صفحه روزگار باقی با وجود آنکه ملتش اشرف ملل بوده ، حال به این احوال اسف اشتغال قناعت نماید ...</p>		

نمودار ۲۵ یادداشت تجسّسی "نقل قول"

شماره سری (۱-۱۶) A	موضوع اصلی: تاریخ تمدن ایران موضوع فرعی: استعداد اقلیم ایران	رساله المدنیّه ص ۱۱ ، ۱۱
<p>... ومع آنکه اقلیمش مرغوبترین کُل اقلیم بوده ...</p>		

نمودار ۲۶ یادداشت تجسّسی "نقل قول"

شماره سری (۱-۱۷) A	موضوع اصلی: تاریخ تمدن ایران موضوع فرعی: عظمت تمدنی ایران	رساله المدنیّه ص ۱۱ ، ۱۱
<p>... حال به نکبت عدم سعی وکوشش ونادانی ، بی معارف ترین کشورهای عالم شمرده گردد .</p>		

نمودار ۲۷ یادداشت تجسّسی "نقل قول"

شماره سری ۱-۱۸	موضوع اصلی: تاریخ تمدن ایران	رساله المدنیّه
A	موضوع فرعی: عظمت فرهنگ ایران باستان	ص ۱۱، ۱۳

"آیا اهل ایران در قرون پیشین سرد فتره انائی و عنوان متشور دانش و هوش نبودند؟ و از افق عرفان به فضل رحمن چون نیتر اعظم طالع و مشرق نه؟"

نمودار ۲۸ یادداشت تجسّسی "نقل قول"

شماره سری ۱-۱۹	موضوع اصلی: تاریخ تمدن ایران	رساله المدنیّه
A	موضوع فرعی: هشدار به ایرانیان معاصر	ص ۱۱، ۱۶

"حال چگونه بدین حال پرمال اکتفا نموده در هوای نفسانی خود حرکت می نمائیم و از آنچه سعادت گیری و مرضی درگاه احدیت حضرت کبریاست چشم پوشیده کل به اغراض شخصیّه و منافع زلیه ذاتیه خود گرفتار شدیم."

نمودار ۲۹ یادداشت تجسّسی "نقل قول"

شماره سری ۱-۲۰	موضوع اصلی: تاریخ تمدن ایران	رساله المدنیّه
A	موضوع فرعی: عظمت فرهنگ و حسن سلوک ایرانیان عهد باستان	ص ۱۲، ۴

"این خطّه طیّبه چون سراج و هاج به انوار عرفان و ضیاء علوم و فنون و طوّ منزلت و سموّ همت و حکمت و شجاعت و مروّت نورانی بود . . ."

نمودار ۳۰ یادداشت تجسّسی "نقل قول" (در این یادداشت می توان خلقیات ایرانیان عهد باستان را از طوّ منزلت تا آخر، بصورت یادداشتی از عظمت فرهنگ آنها تفکیک و به صورت مستقّل مطرح نمود.)

رساله المدنیّه

موضوع اصلی : تاریخ تمدن ایران شماره سری ۲۱-۱

A

موضوع فرعی : علّت تمدنی ایران معاصر

ص ۱۲، ۷

" حال ازکسالت و بطالت و خمودت و عدم ترتیب و نظم و قوّت غیرت و همت اهالی پرتو
اقبالش مکدر و ظلمانی گشته (بکت السموات السبع والارضون السبع علی عزیززل) ."

نمودار ۳۵ یادداشت تجسّسی " نقل قول "

رساله المدنیّه

موضوع اصلی : تاریخ تمدن ایران شماره سری ۲۲-۱

A

موضوع فرعی : استعداد فطری ایرانیان

ص ۱۲، ۱۰

" همچوگمان نرود که اهالی ایران درزکا خلی و فطانت و دهاه جلی و ادراک
و شعور فطری و عقل و نهی و دانش و استعداد طبیعی از ما دون و ون ویست ترند
استغفرالله بلکه درقوای فطریه سبقت برکل قبائل و طوائف داشته و دارند ."

نمودار ۳۲ یادداشت تجسّسی " نقل قول "

رساله المدنیّه

موضوع اصلی : تاریخ تمدن ایران شماره سری ۲۳-۱

A

موضوع فرعی : استعداد محیط جغرافیائی

و طبیعی ایران

ص ۱۲، ۱۴

" و همچنین مملکت ایران به حسب اعتدال و مواقع طبیعی و محاسن جغرافیائی
و قوه انباتیه منتهی درجه تحسین را داشته "

نمودار ۳۳ یادداشت تجسّسی " نقل قول "

شماره سری ۱-۲۴- A	موضوع اصلی: تاریخ تمدن ایران موضوع فرعی: وظیفه ایران در قبال احیاء عظمت و تمدن ایران باستان	رساله المدنیّه ص ۱۲، ۱۶
<p>"ولکن تفکّر و تعمق باید و جهد و کوشش شاید و تربیت و تشویق و تحریص لازم و همت کامله و غیرت تامّه واجب ."</p>		

نمودار ۳۴ یادداشت تجسّسی "نقل قول"

شماره سری ۱-۲۵- A	موضوع اصلی: تاریخ تمدن ایران موضوع فرعی: شأن صدور این کتاب	رساله المدنیّه ص ۱۴، ۲
<p>"حال به فضل الهی رهت روحانیه مظهر نبوت کلیه پادشاه معدلت پناه ایران سرادق عدل را بر آفاق معالک کشیده و صبح نیات خالصه شهر یاری از مشرق هم خیریه جهانبانی دمیده و اراده فرموده که در این مملکت عظیم المنقبه تأسیس اساس عدل و حقانیت و تشیید ارکان معارف و مدنیت فرماید . . ."</p>		

نمودار ۳۵ قسمت اول یادداشت تجسّسی "نقل قول"

شماره سری ۱-۲۵- A	موضوع اصلی: تاریخ تمدن ایران موضوع فرعی: شأن صدور این کتاب	رساله المدنیّه ص ۱۴، ۸
<p>" . . . و جمیع وسایل مابه الترقی را از حیث قوه به مقام فعل آرد تا عصر تاجداری رشک اعصار سالفه گردد و تا بحال چون ملاحظه نمی شد که سروری که زمام کل امور در کف کفایت اوست و اصلاح حال جمهور منوط به همت بلند او چنانکه باید و شاید چون پدر مهربان در تربیت و مدنیت و راحت و آسایش افراد اهل مملکت . . ."</p>		

نمودار ۳۶ قسمت دوم یادداشت تجسّسی "نقل قول"
 « به نمودار ۳۱ و ۳۲ توجه کنید . نمودار ۳۲ دنباله نمودار ۳۱ است که به علت کمبود جا
 در فیش (۱-۲۵-۱) در فیش بعدی ادامه پیدا کرده است .

رساله المدنیه
ص ۱۴، ۱۴

موضوع اصلی: تاریخ تمدن ایران
شماره سری ۱-۲۵-۳
موضوع فرعی: شأن صدور این کتاب
A

"... سعی بلیغ را مجری فرماید و بوجه مطلوب آثار رعیت پروری واضح و مبرهن گردد. لهذا بنده و امثال این بنده ساکت بودند. و لکن حال چون مشهود ابصار اولی البصائر گشته که ذات خسروانه بصراحت طبع اراده فرموده که تشکیل حکومت عادلانه و تأسیس بنیان ترقی عموم تبعه فرماید..."

نمودار ۳۷ قسمت سوم یادداشت تجسّسی "نقل قول"

رساله المدنیه
ص ۱۵، ۳

موضوع اصلی: تاریخ تمدن ایران
شماره سری ۱-۲۵-۴
موضوع فرعی: شأن صدور این کتاب
A

"... لذائذ صادقانه دلالت بر این انکار نمود و..."

نمودار ۳۸ قسمت چهارم یادداشت تجسّسی "نقل قول"

رساله المدنیه
ص ۱۵، ۴

موضوع اصلی: تاریخ تمدن ایران
شماره سری ۱-۲۶-
موضوع فرعی: تنقید از مقاومت بعضی نفوس در مقابل ترقی
A

"... بعضی نفوس که عقول و افکارشان بعلل اغراض ذاتیه مختل و روشنائی رأی و تصوّراتشان بغير خود پرستی و ظلمات منفعت شخصیه محبوب و مکدر، همیشگیان مصروف شهوات نفسیه و غیرشان محوّل بروسائل ریاسیه علم مغایرت برافراخته و آغاز شکایت نموده اند..."

نمودار ۳۹ یادداشت تجسّسی "نقل قول"

دقت کنید که نمودارهای ۳۹، ۴۰، ۴۱، ۴۲، ۴۳ از لحاظ نوع با سایر نمودارها متفاوت است و به ترتیب صفحات کتاب یادداشت برداری نشده اند.

شماره سری ۱-۱۵-B

رساله المدنیہ ص ۱۱، ۲

موضوع اصلی : تاریخ تمدن ایران

موضوع فرعی : تمدنی ایران در زمان قاجار

انحطاط ایران موجب تأسف همگان می‌گردد و با وجودی که زمانی ملت ایران از شریف‌ترین ملل عالم بوده است ، در کتب تاریخی معاصر عموماً " ایران به عنوان کشوری عاری از تمدن معرفی گردیده است .

نمودار ۴۰ - یادداشت تجسّسی - نقل قول ضمنی

شماره سری ۱-۲۷-C

رساله المدنیہ صفحات ۱۰۹

موضوع اصلی : تاریخ تمدن ایران

موضوع فرعی : تمدن ایران باستان

بطوریکه در کتاب عهد عتیق ، کتب تاریخی رومی و تاریخ ابی الفدا مذکور است در عهد کورش حکومت ایران بر سید و شصت اقلیم از اقلیم عالم مستقر بوده است . کورش امپراطوری رم را بلگی سرنگون و بر آن امپراطوری پیروز گردیده است .

نمودار ۴۱ - یادداشت تجسّسی - تلخیص مطلب

(چون این فیش مستقل از بقیه فیش‌ها است سری آن (۱-۲۷) تعیین شده است .)

شماره سری ۱-۱۷-D

رساله المدنیہ ص ۱۱، ۱۱

موضوع اصلی : تاریخ تمدن ایران

موضوع فرعی : علت تمدنی ایران

" حال به نکت عدم سعی و کوشش و نادانی ، بی‌معارف‌ترین کشورهای عالم شمرده می‌گردد . "

طبق شواهد موجود در کتب تاریخی معاصر ، سفرنامه‌ها و گزارشات مستشرقین ، اکثریت مطلق مردم ایران در آن زمان بیسواد بوده‌اند و آموزش و پرورش عمومی وجود نداشته بلکه آموزش و پرورش از آن اعضا و خانواده‌های درباری و مرفه بوده است . از جمله این منابع کتاب " سه سال در میان ایرانیان " اثر کنت دوگوبینو و " یکسال در میان ایرانیان " براون است .

نمودار ۴۲ - یادداشت تجسّسی - قضاوت و نقد

در فیش (۱۷۳) تهیه کننده فیش، مطالبی بعنوان شواهد عینی در تائید مطالب یادداشت شده، درج نمود است. نمونه دیگری از قضاوت و نقد است. (۲۸-۱)

اعلامیه حقوق بشر
ماده اول

شماره سری ۱-۲۸-D

موضوع اصلی : حقوق بشر

تمام افراد بشر آزاد به دنیا می آیند و از لحاظ " حیثیت " و " حقوق " با هم برابرند . همه دارای عقل و وجدان می باشند و باید نسبت به یکدیگر با روح برادری رفتار کنند .

کشورهای انگلستان ، امریکا ، فرانسه ، چین و شوروی دارای حق و توهستند و هر یک می توانند با این حق ، حقوق یکسان مذکور در ماده اول را نقض کنند . بنابراین بسیاری از مواد و مصوبات سازمان ملل جنبه شعاری دارد و در عمل موثر نمی باشد .

نمودار ۳ - یادداشت تجسسی - قضاوت و نقد

در این فیش ضمن بیان عین مطلب مورد نظر به نقد و انتقاد نسبت به آن مطالبی توسط نگارنده فیش درج گردیده است. منظور از نقد در این مقام می تواند شامل رد، تعدیل، و یا اصلاح مطالبی باشد که تهیه کننده فیش مایل است آنرا برای خواننده روشن نماید.

حال که با توجه به موضوع مورد بررسی، صفحات ۵ تا ۱۵ کتاب، یادداشت برداری گردید
 بایستی یادداشتها طبقه بندی منطقی شوند (سازمان دهی) و مطالبی که تکراری است،
 در هم ادغام و یا در زیرهم قرار گیرند بطوریکه پس از طبقه بندی و تعیین تقدم و تأخر
 هر يك از مطالب، بتوان تألیف جدیدی از آن حاصل نمود. در اینجا برای احتراز از تکرار
 مطالب صرفاً ترتیب منطقی مطالب را با ذکر عنوان هر يك، مطرح می نمایم.

سازماندهی فیش های تجدید سور (تنظیم منطقی فیشها)

و-۲-۲- تاریخ ادیان، کبرجد

۱- شأن صدور این کتاب، ص ۱۴ تا ص ۱۵ س ۳ (شماره سری های ۱-۲۵-۱) تا

(۴-۲۵-۱)

۱-۱- تاریخ تمدن ایران

۱-۱-۱- عظمت مدنیت ایران در عهد باستان

۱- ایران باستان منشأ تمدن عالم. ص ۱۱ س ۴ (شماره سری ۱-۱۴)

۲- عظمت فرهنگ و مدارف ایران باستان. ص ۸ س ۱۶ (شماره سری ۱-۴)

ص ۹ س ۶ (شماره سری ۱-۴)

ص ۱۱ س ۱۳ (شماره سری ۱-۱۸)

ص ۱۲ س ۱ (شماره سری ۱-۲۰)

۳- حسن سلوک ایرانیان عهد باستان ص ۱۲ س ۴ (همان)

۴- استعداد فطری ایران ص ۱۲ س ۱۰ (شماره سری ۱-۲۲)

۱- دانش و هوش ملت ایران باستان ص ۹ س ۱ (شماره سری ۱-۹)

۵- استعداد اقلیم ایران (حیطه جغرافیایی و طبیعی) ص ۱۱ س ۱۱ (شماره سری ۱-۱۶)

ص ۱۲ س ۱۴ (شماره سری ۱-۲۳)

۶- ایران مؤسس نخستین حکومت عالم ص ۱۰ س ۱۴ (شماره سری ۱-۱۲)

۱- حکمت حکومت و قوانین سیاسی ایران باستان ص ۹ س ۴ (شماره سری ۱-۶)

۲- سطوت ملوک ایران باستان ص ۹ س ۱ (شماره سری ۱-۵)

۱- صیت جهانگیری ملت ایران باستان ص ۹ س ۶ (شماره سری ۱-۷)

۳- عزت و سعادت ایران باستان ص ۸ س ۱۳ (شماره سری ۱-۴)

۴- شهادت تورات بر وسعت قلمرو حکومت کوروش در ایران باستان ص ۹ س ۱۳

(شماره سری ۱-۱۰)

۱- شهادت تواریخ و ان بر عظمت کوروش ص ۱۰ س ۵ (شماره سری ۱-۱۰۰)

۲- شهادت تاریخ ابو الفدا و غیره بر عظمت کوروش ص ۱۰ س ۵ (شماره سری ۱-۱۰۰)

۵- شهادت تاریخ ابی الفدا وغیره بر عظمت فریدون ص ۱۰۱ (شماره سری ۱-۱۱)

۱-۱-۲- تدنی ایران در زمان قاجاریه

۱- تدنی ایران عصر قاجار ص ۱۱ س ۷ (شماره سری ۱-۱۵)

۱-۱-۳- تدنی ایران در زمان معاصر

۱- علت تدنی ایران معاصر ص ۱۱ س ۱۱ (شماره سری ۱-۱۷)

ص ۱۲ س ۷ (شماره سری ۱-۲۱)

۲- هشدار به ایرانیان معاصر ص ۱۱ س ۲ (شماره سری ۱-۱۳)

ص ۱۱ س ۱۶ (شماره سری ۱-۱۹)

۳- انتقاد از مقاومت بعضی نفوس در برابر ترقی ایران ص ۱۵ س ۴ (شماره سری ۱-۲۶)

۱-۱-۴- وظیفه ایرانیان در قبال احیاء عظمت ایران باستان ص ۱۲ س ۶ (شماره سری ۱-۲۴)

تمرین : ه تا ۱۰ صفحه از کتابی را که حاوی مطالب متنوع بوده و فاقد فهرست
موضوعی می باشد مانند کتب مقدسه (عهد قدیم، عهد جدید، اوستا، قرآن-
مجید . . .) را به دقت مطالعه نموده و برحسب موضوعی که مایلید بشرط آن
که حداقل چند مطلب درباره آن ذکر شده باشد، یادداشتی تجسّسی
با روش مذکور تهیه نمایید .

④ تهیه فهرست اعلام

با مطالعه همان صفحات ه تا ۱۵ کتاب مذکور، ابتدا هر یک از اسامی را روی فیله
(۱۲×۱ اینچ) (حدود ۵×۲۵ سانتیمتر) یادداشت و پس از اطمینان از دقت عمل،
فیشها را بطریقی که در بخش تنظیم برگه ها (نمودار ۸) ذکر گردید برحسب حروف
الفباء تنظیم می نمائیم.

یعنی هر کدام از فیشها را بر طبق اسم روی آنها برحسب آنکه جزء اسامی اشخاص، اقوام و
نژادها یا اسامی مکانها و یا اسامی کتابها و یا . . . باشند تقسیم بندی می نمائیم. سپس
آنها را آنقدر زیر و رو می کنیم تا برحسب حروف الفباء مرتب شوند. دقت کنید که حرف دوم
نیز باید به ترتیب حروف الفباء بماید. پس از آن نتیجه نهایی را در روی کاغذ یادداشت
می کنیم. می توانیم اسامی اشخاص را از اقوام و نژادها نیز جدا نموده و برای هر یک فهرست

جداگانه ای تشکیل دهیم. در اسامی اشخاص که بصورت نام و نام خانوادگی هستند اسامی برحسب فامیل مرتب می شوند. القاب نیز در جلو یا قبل از اسامی در داخل پرانتز قرار می گیرند. (به ضمیمه ۱ یادداشت برداری مراجعه شود)

۱- اسامی اشخاص - اقوام و نژادها

برابره ص ۱۳، ۸

بهمن بن اسفندیار (گورش) ص ۱۰، ۲

ملوک (پیشداریان) ص ۱۰، ۱۰

عترت طاهره (ائمه اطهار) ص ۶، ۱۶

فریدون ص ۱۰، ۱۱

گورش (بهمن ابن اسفندیار) ص ۱۰، ۲

۲- اسامی مکان ها

باتوجه به توضیحی که در مقدمه تهیه فهرست اسامی اشخاص، اقوام و نژادها ذکر گردید، اسامی مکان های مذکور در همان صفحات را استخراج و تنظیم نهائی الفبایی را بدین قرار درج می نمائیم:

اقالیم سبعه

ص ۱۰، ۱۳

امریکا

ص ۱۳، ۵

(قطعه) اروپا

ص ۱۳، ۵ و ص ۱۳، ۱۱

ایران

ص ۹، ۲ و ص ۱۰، ۳ و ص ۷، ۹ و ص ۸، ۱۱

چین

ص ۱۰، ۳

رومان

ص ۹، ۳ و ص ۱۰، ۵

عربی (منسوب به عربستان)

ص ۱۰، ۹

فارسیه (منسوب به فارس)

ص ۹، ۱۵

قطعات اربعه عالم

ص ۹، ۶

هند

ص ۱۰، ۳

یمن

ص ۱۰، ۴

یونان

ص ۹، ۳

۳- اسامی کتاب ها و آثار مکتوب

باتوجه به توضیحات مذکور در مقدمه تهیه فهرست اسامی افراد، اقوام و نژادها اسامی کتابها و آثار مکتوب در صفحات یاد شده را فیش برداری نموده و بدین قرار تنظیم نهائی می نمائیم :

- اسفار (توراه) ص ۹، ۱۰ (۱۰۴)
- ابی الفدا (تاریخ) ص ۱۰، ۸
- توراة (اسفار) ص ۹، ۱۴
- کتاب مقدس ص ۱۰، ۱

۴- فهرست مطالع آیات

اینها "باتوجه به توضیحی که در مقدمه تهیه فهرست اسامی اشخاص، اقوام و نژادها درج گردیده است، هر یک از مطالع آیات مندرج در همان صفحات را بطور علیحده روی یک فیش درج می نمائیم و سپس آنها را برحسب حروف الفبا تنظیم نهائی می نمائیم :

- "انما نطعمکم لوجه الله..." ص ۸، ۸
- "اولئک کالا نعم..." ص ۶، ۵
- "بکت السموات السبع..." ص ۱۲، ۹
- "سنریهم آیاتنا فی الافاق..." ص ۶، ۱

۵- فهرست اصطلاحات خاص

به همین طریق می توان فهرستی از اصطلاحات خاص یک کتاب فراهم نمود و آنها را بر حسب حروف الفبا مرتب و بدین قرار یاد داشت نمود. این فهرست بخصوص در کتب و آثار امری مورد استفاده زیادی دارد. فهرست مختصری از اصطلاحات امری از همان صفحات ۵ تا ۱۵ رساله المدنیه فراهم آمده است.

- آواره یاد به محبت الله (عباس افندی) ص ۸، ۵
- جوهر زکروثنا (حضرت محمد) ص ۶، ۱۵
- خطه طهبه (ایران) ص ۱۲، ۴
- عترت طاهره (ائمه اطهار) ص ۶، ۱۶
- قطعه مبارکه ایرانیه (ایران) ص ۶، ۱۳

تمرین : ۱۰ صفحه از همان کتابی را که برای انجام تکلیف یادداشت برداری تجسسی انتخاب کرده اید بطور دقیق مرور نموده و فهرست اعلام (۱- اسامی اشخاص ، اقوام ، نژادها ۲- اسامی مکانها ۳- اسامی کتابها ۴- اسامی مطالع آیات و سایر مواردی که در قالب فهرست اعلام می گنجد تهیه نمائید .

۸- خلاصه نویسی (۱)

(۱) خلاصه چیست ؟

خلاصه یا چکیده عبارت است از فشرده نگارش عمده و مهم يك مطلب به بیانی ساده تر ، خلاصه عبارت است از :

بیان مطالب مهم و اساسی يك نوشته در مختصرترین شکل ممکن . خلاصه باید برگرفته از اصل (نوشته) باشد و همه نکات اساسی آنرا شامل گردد . خلاصه باید جامع و کاملاً " مستقل تهیه شود . توجه داشته باشید که خلاصه : تنها فهرست مندرجات ، رؤس مطالب یا یادداشتها در باره (نوشته) نیست .

(۲) هدف از تهیه خلاصه :

در يك نوشته ، خلاصه ممکن است براساس هدفهای زیر تهیه گردد :

الف - بعنوان مقدمه ای بر موضوع کلی نوشته

ب - بعنوان يك راهنما برای خوانندگان بالقوه

ج - برای صرفه جویی در وقت

(۳) چگونه يك خلاصه خوب تهیه کنیم :

۱- تمام نوشته را به دقت بخوانید .

۲- موضوعات مهم و اصلی را مجزا و خلاصه کنید .

۳- مطالب اصلی هر بخش را مجزا و خلاصه کنید .

۴- همچنان که نوشته را می خوانید ، همه مطالب تکراری ، فهرست ها ، مثالها و توصیف جزئیات را حذف کنید .

۵- مطالب حذف شده را در قالب کلی تر بیان کنید ، چرا که هدف اصلی شما انتقال نظریات ، حقائق و واقعیت ها است - اما بدون ذکر جزئیات .

۶- خلاصه ای را که تهیه کرده اید مجدداً " بخوانید . آیا کاملاً " متأثر از متن اصلی است ؟

آیا برای خواننده بعنوان مطلبی جدا و مستقل نوشته ، قابل فهم و درک است ؟

۴) در تهیه یک خلاصه باید به این نکات دقت لازم را نمود :

الف - هدف تلخیص را تعیین ننمائید .

ب - تلخیص در نهایت حفظ امانت صورت گیرد .

ج - قبل از اقدام به تلخیص نوشته ، باید بر موضوع و متن آن مسلط شوید .

د - ارتباط مطالب و وحدت موضوعی آن حفظ شود .

ه) برای درک بهتر موضوع تلخیص به ذکر یک مثال می پردازیم :

" از عکاسی می خواهید که یک قطعه عکس 12×8 از شما بگیرد . بعد ، سفارش می دهید که از همان عکس شش قطعه 6×4 نیز تهیه کند . بطوری که ملاحظه می کنید عکس همان است ولی عکاس نمونه کوچکتری از آنرا تهیه خواهد کرد . منظور این است که کلیه خصوصیات عکس بزرگ در عکس کوچک هم وجود دارد با این تفاوت که مقیاس آن کوچکتر شده است . "

۶) تمرین : یک فصل از کتاب مورد مطالعه خود و یا یک مقاله را با توجه به نکات مذکور در بخش خلاصه نویسی ، خلاصه کنید .

[Faint handwritten notes and bleed-through from the reverse side of the page are visible in this section.]

نمونہ فہرست اعلام ضمیمہ ۱ - یادداشتیں بر روی

ابن سعد، محمد ۷۵۲	آدم (ع) ۱۳۷، ۱۴۴، ۱۲۷، ۲۰۷، ۲۰۸، ۲۱۴
ابن سینا، حسین بن عبادہ ۳۱، ۴۴۳، ۴۷۰	۲۱۶، ۳۰۵، ۳۲۱، ۴۱۷، ۴۵۸، ۶۰۵، ۷۶۶
۱۱۸۶، ۹۰۸، ۹۰۷، ۷۱۷، ۶۰۰	۹۲۴، ۹۲۵، ۹۶۷، ۱۰۱۷، ۱۰۲۳، ۱۲۱۴
ابن طاوس، علی بن موسیٰ ۴۲۴	۱۲۳۸، ۱۲۴۰، ۱۲۵۵
ابن عباس، عبادہ ۲۰، ۱۵۷، ۲۰، ۲۰، ۵۷۳، ۶۷۱	آذری طوسی، حمزہ بن علی ملک ۷۷۴
ابن عربشاہ، احمد بن محمد ۷۸	آریزی، آرتور ایہام ۲۴، ۲۵
ابن عربی، محمد بن علی ۲۹، ۵۷، ۴۴۳، ۵۳۳	آریستو فانس ۱۴۹
۵۹۷، ۵۷۳، ۶۰۰، ۶۰۱، ۶۷۶، ۶۸۱، ۹۲۶	آزر ۷۱۸
۹۱۱، ۹۹۳، ۱۰۲۹، ۱۰۴۲، ۱۱۲۷	آسیہ ۱۸۷
ابن عمرو ۷۵۱	آصف بن برخیا ۹۲۳، ۹۲۷
ابن فارض، عمر بن علی ۴۱، ۲۲۷، ۵۹۶	آصف صاحب عیار ← قوام الدین محمد صاحب عیار
ابن قتیبہ، عبادہ بن مسلم ۳۱۶	آقا علی مدرس ۴۴۳
ابن کثیر، اسماعیل بن عمر ۵۷۲	آکونیناس، توماس ← توماس آکونیناس (قدیس)
ابن کمونہ ۱۰۴۱	آمدی، عبدالواحد بن محمد ۶۱۹، ۶۶۱
ابن منظور، محمد بن مکرم ۳۰۳، ۴۹۹، ۷۹۶	آملی، محمد بن محمود ۱۳۱، ۲۱۰، ۶۹۶، ۷۵۵
۸۰۷، ۹۵۷، ۱۱۵۳	۸۶۷، ۹۰۵، ۱۲۲۵
ابن ندیم، محمد بن اسحاق ۱۳۳	ابتہاج، ہوشنگ ۲۸۳، ۸۹۵
ابواسحاق ← شاہ شیخ ابواسحاق	ابراہیم (ع) ۵۵۱، ۷۱۸
ابواسحاق نیشابوری ← نیشابوری، ابواسحاق	ابراہیم ادہم ۱۷۳
ابراہیم	ابراہیم بن فاتک ۹۰۲
ابواسحق ابراہیم النیشابوری ← نیشابوری،	ابراہیم حلوانی ۵۷۰
ابواسحاق ابراہیم	ابرو حافظ ← حافظ ابرو
ابوالاسود دؤلی ۴۴۴	ابلیس ← اہرم
ابوالبشر ← آدم (ع)	ابن ابی شیبہ ۷۵۱
ابوالحسن اشعری ۲۵۱، ۲۵۹، ۴۶۳، ۹۹۵	ابن اخوہ ← محمد احمد قرشی
ابوالحسن بصری ۲۸۱	ابن الاعرابی ۹۴۲
ابوالحسن خرقانی ← خرقانی، ابوالحسن	ابن الدباغ ← ابی زید عبدالرحمن بن محمد الانصاری
ابوالحسن علی بن احمد نسوی ۷۷۲	ابن العربی ← ابن عربی، محمد بن علی
ابوالحسین بصری ۵۱۳	ابن المعتز ۱۷۶
ابوالحسین نوری ۵۷۰، ۷۰۷، ۸۰۳	ابن بری ۳۰۳
ابوالخیر، ابوسعید ← ابوسعید ابوالخیر	ابن بطوطہ ۱۱۲، ۱۱۴، ۲۶۰، ۲۶۱، ۶۵۸، ۹۱۴
ابوالعباس زکوب شیرازی ← زکوب شیرازی،	ابن جزری ۴۴۶
ابوالعباس احمد بن ابی الخیر	ابن حنبل ۸۱۸
ابوالعلاء عقیفی ← عقیفی، ابوالعلاء	ابن خفیف ← خفیف شیرازی، محمد بن خفیف
ابوالفتوح رازی، حسین بن علی ۲۰۸، ۲۴۹	ابن خلدون، عبدالرحمن بن محمد ۹۰۷
۲۵۰، ۳۱۹، ۳۲۰، ۳۲۶، ۶۷۱، ۶۷۲، ۸۲۲	ابن خلکان، احمد بن محمد ۷۵۲
۱۰۲۴، ۱۰۵۴	ابن ذکوان، عبادہ بن احمد ۴۴۷
ابوالفرج اصفہانی، علی بن حسین ۳۱۶	ابن رشد، محمد بن احمد ۲۰۹، ۳۹۲، ۷۲۹
ابوالفضل بیہقی ← بیہقی، ابوالفضل	۷۳۰
ابوالفوارس ← شاہ شجاع	ابن زید ۵۷۳
ابوالفوارس شاہ [بن] شجاع کرمانی ۶۴۲	
ابوالقاسم عبادہ کاشانی ۷۵۹، ۷۷۰	
ابوالکلام آزاد ۸۶۴	
ابوالمجد مجدد بن آدم سنائی ← سنائی، مجدد	
بن آدم	
ابوالمعالی، برہان الدین فتحاۃ ← برہان الدین	
فتح اللہ ابوالمعالی	

سؤال و جواب

همانطور که در کتاب درسی خوانده‌اید، کامیونگر می‌گوید "جوابهای زیبا در پی سوالات زیبا می‌آیند". نامه‌های زیادی به ما رسیده است که پاسخ گویا بشیم و اگرچه آن نامه‌ها در تکمیل کردن راهنمایی تکالیف و راهنمای درس مؤثر بوده‌اند ولی کمتر حاوی سوالاتی از متن درس بوده‌اند تا با جوابگویی به آن نکته‌ای روشن شود و به این طریق آموزشی از راه دور ممکن شود. معدود سوالات زیبا، از طرف دانشجویمان مطرح شده که امیدواریم بتوانیم با پاسخ گویی به آنها ابهاماتی را از ذهن‌ها بزداییم.

ما مترصد دریافت سوالاتی از متن درس هستیم تا به مرور ایام این مجموعه را تکمیل کنیم و بر کیفیت آن بیفزائیم.

۱- سؤال: "در صفحه ۳۱ کتاب درسی آمده است که ریتم يك ثانيه یعنی هر يك ثانيه يك صفحه - و ریتم ۲ یعنی هر ۲ ثانيه يك صفحه و... پس با این سیر بتدریج به طرف کند خوانی پیش می‌رویم بجای تند خوانی. و اگر منظور از ریتم ۲ و ۴ و ۶ و ۸ آنست که در هر ثانيه ۲ و ۴ و ۶ و ۸ صفحه خوانده شود که اینهم محال است.

لطفاً این مفهوم ریتم و زمان و تعداد صفحات و ارتباط آنها را حل بفرمائید."

جواب: شروع از ریتم يك ثانيه ای و بعد ۲ ثانيه ای و به همین ترتیب به ریتم‌های بعدی رسیدن به مفهوم حرکت بسوی کند خوانی نیست بلکه شما باید در هر مرحله که ریتمی را انتخاب می‌کنید (مثلاً ریتم ۴ ثانيه ای) طبق راهنمایی کتاب میزان فراگیری خود را ارزشیابی کنید. اگر میزان درک شما منطبق با هدف مطالعه سریع (آشنائی کلی با مطلب نه درک عمیق آن) بود، همان ریتم مطالعه سریع شما در این مرحله است اگر نه از ریتم بالاتری (مثلاً ریتم ۶ ثانيه یا ۸ ثانيه) استفاده کنید و این کار را با ریتم‌های مختلف تمرین کنید تا به ریتم مطلوب خود برای مطالعه سریع دست یابید.

... و نیز چنانچه به شکل ۱۲ و توضیح مقابل آن در صفحه ۳۹ همین جزوه که از کتاب "توسی بوزان" گرفته شده توجه فرمائید وقتی که از ریتم يك ثانيه ای شروع می‌کنیم و سپس به ریتم‌های بالاتر می‌رویم تا به سرعت مورد نظر برسیم چون مغز به سرعت‌های بالای مطالعه عادت کرده است در وضعی قرار می‌گیریم که بدون آنکه اختلاف آنرا حس کنیم با سرعتی بالاتر از سرعت قبلی خود می‌خوانیم و درحقیقت شروع از سرعت‌های بالا و بتدریج کم کردن سرعت در اصل تمرین برای سرعت خوانی است. (نقل از نامه یکی از دانشجویمان)

ثانیا " همانطور که در کتاب تصریح شده و در پاورقی صفحه ۳۱ به آن اشارت رفته است منظور از ریتم يك ثانيه ای همان خواندن يك صفحه در يك ثانيه است و به همین ترتیب ریتم ۲ ثانيه ای یعنی يك صفحه در ۲ ثانيه و ریتم ۲۰ ثانيه ای یعنی يك صفحه در ۲۰ ثانيه و لکن تفاوت شما در مورد این که محال است امیدواریم قبل از تمرینات لازمه برای کسب مهارتهای سریع خوانی نباشد. بدین ترتیب بنظر می رسد مفهوم ریتم و زمان و تعداد صفحات مشخص شده باشد. البته به این دقت کنید که موضوعات مختلف را با ریتم های مختلف مطالعه خواهید کرد. ریتم مطالعه شما در يك کتاب داستانی با يك کتاب فلسفی حتما " متفاوت خواهد بود.

۲- سؤال: " می دانیم که طرن هر دو ساختمان حداقل سه وجه دارد (صفحه ۲۸ کتاب) اما تزاصلی تنها يك مطلب است. شما بگوئید که تزاصلی را در کدام وجه هرم بنویسیم؟
جواب: تکرار تزاصلی در همه وجوه بهترین کاری است که می توان انجام داد تا از هر وجه که به هرم می نگریم تزاصلی ما قابل مشاهده باشد.

۳- سؤال: " آیا رعایت شعاع دایره ها نسبت به هم در طرح شعاعی ساختمان (ص ۲۹ کتاب درسی لازم است؟ "

جواب: بله، حتما " اینطور است یعنی قرار دادن تزاصلی در دایره بزرگتر و سپس نکته اصلی در دایره کوچکتر و اطلاع جزئی در دایره بازهم کوچکتر خود بخود بدون اینکه تصریح کنیم گویای تزاصلی و نکته اصلی و اطلاع جزئی است.

۴- سؤال: " در صفحه ۸۶ کتاب درسی جدولی است که دارای سه سطح خواندن است. تفاوت بین شناخت تزاصلی و نکته اصلی در مرحله " بررسی اجمالی و مرحله " دوم یعنی دقیق خوانی چیست؟ "

جواب: تصویری که ما در مرحله " بررسی اجمالی از تزاصلی و نکته اصلی در ذهن بدست می آوریم تصویری مقدماتی است که ممکن است با تزاصلی و نکته اصلی که در ذهن نویسنده متن بوده متفاوت باشد ولی در مطالعه دقیق خوانی کوشش ما بر کشف تزاصلی و نکته اصلی به آن گونه ای است که در ذهن نویسنده بوده است.

۵- سؤال: " در مورد جداول کاربرد در موضوعات که در صفحات ۲۸ تا ۳۰ کتاب درسی آمده اند توضیح بیشتری بدهید؟ "

جواب: این جداول که در سه ستون موضوعات درسی را در خود جای داده اند به ما می گویند که کاربرد روش های مختلف مطالعه در مورد موضوعات مختلف تفاوت دارند. ستون اول به بیان تزاصلی هر موضوع پرداخته و هدف اصلی علوم مختلف را بیان