

نقش تمرکز در یادگیری



برای یادگیری و به خاطر سپردن هر مطلبی، اولین شرط، توجه به آن مطلب است؛ بدیهی است که اگر دانش آموز از هوش بالایی هم برخوردار باشد؛ ولی به مطلب یا موضوعی توجه نکند، نمی تواند آن را فرا گیرد. علت افت و شکست تحصیلی برخی از دانش آموزان، ناشی از همین عدم توجه به معلم و مواد تدریس شده و نیز عدم تمرکز حواس هنگام مطالعه و انجام تکالیف درسی است؛ هم چنین برخی از دانش آموزان از ضعف حافظه ی خود گله می کنند . مطالعات روی آنان نشان داده است که اغلب این افراد، بر خلاف ادعای خود، از حافظه ی خوبی برخوردارند. اشکال، در آن جاست که در

هنگام فراگیری به مطالب مطرح شده و مورد نظر، توجه نکرده اند. هر چه بیش تر و دقیق تر به چیزی توجه کنیم، از مجموعه ی حواس بیش تری استفاده شده و درک و فهم و بازیابی آن از حافظه، آسان تر خواهد شد.

علاقه : به یقین می توان گفت که علاقه، مهم ترین شرط در ایجاد تمرکز حواس است. هر چه علاقه ی فرد به یک موضوع بیشتر باشد، تمرکز فکر او بیشتر می شود. وقتی دانش آموز به موضوعی علاقه دارد، دوست دارد درباره ی آن بیشتر بداند و میل به فراگیری بیشتر، باعث می شود که تمرکز بهتری داشته باشد؛ از طرفی هر چه بیشتر فرا بگیرد و بیشتر بداند، علاقه اش به مطلب هم بیش تر می شود و...



توجه : اغلب اوقات وقتی به چیزی نگاه می کنیم، تنها به آن نگاهی می اندازیم؛ در واقع به آن توجه نمی کنیم. برای آن که در مورد هدفی تلاش کنیم، باید همواره روی آن متمرکز باشیم. این کار با توجه کردن شروع می شود. در رابطه با آموزش، عواملی چون متمایز و مشخص بودن مطالب درسی، قابلیت کاربرد و جذابیت آن ها بر میزان توجه دانش آموزان تأثیر می گذارد. معلم باید بکوشد تا در آموزش مطالب، توجه دانش آموزان را به جنبه های حساس و مهم درس جلب کند. این کار را می تواند از راه توضیحات روشن و تأکید بر نکات مهم انجام دهد.

راه های جلب توجه :

۱ - تصاویر : استفاده از تصاویر، بیش از کلمات جلب توجه می کنند و تصاویر آدمی و حیوانات، بیش از تصاویر اشیاء (تصاویر حیوانات آشنا بیش از حیوانات نا آشنا) مورد توجه قرار می گیرند؛ لذا در درس هایی مانند ریاضی، می توان به جای تصویر اشیای بی جان مانند : چوب کبریت، خوشه گندم و ... از تصویر موجودات جان دار استفاده کرد.



۲ - استفاده از محرک های شنیداری : گرچه آموزش از طریق داستان و شعر بیش از روش های کلاسیک مؤثر است؛ ولی اگر این آموزش با آهنگ (سرود) و ریتم (ضرب) همراه شود؛ جلب توجه بیش تر می کند. چنان چه فعالیت های فوق با حرکت، پا کوبیدن، دست زدن و حرکات بدنی نیز همراه شود، در جلب و نگه داری توجه تأثیر خواهد داشت؛ زیرا از حافظه ی حرکتی (عملی) استفاده شده است.



۳ - استفاده از رنگ : بعضی از رنگ ها مانند قرمز و آبی، توجه بیش تری را به خود جلب می کنند. هنگامی که تعدادی از کلمات به یک رنگ معین مثلاً؛ سیاه روی کاغذ سفید یا با گچ سفید روی تخته سیاه نوشته شده اند، در آن ها نوعی تشابه و عدم تفاوت وجود دارد که به جلب توجه کمک نمی کند؛ لذا، در صورت امکان باید بیش از دو رنگ استفاده کرد.

۴ - استفاده از اندازه : اندازه های حروف نیز در حالتی که از کلمات درشت تر در متن کلمات ریزتر، یا از کلمات ریز تر در متن کلمات درشت تر استفاده شود، عامل مؤثری در جلب توجه است.

۵ - استفاده از تازگی : چیزهای تازه معمولاً بیش از چیزهایی که کودک و نوجوان با آن آشنایی قبلی داشته اند. توجه آن ها را جلب می کند؛ بنابراین، می توان یک مطلب را که لزوماً تکرار می شود، هر بار با استفاده از روش جدید، وسایلی جدید یا زمینه ای تازه مطرح ساخت.



۶ - مخاطب قرار دادن همه : در هنگام آموزش به همه ی دانش آموزان نگاه کنید و از طریق ارتباط کلامی و غیر کلامی، شرکت دادن آن ها در مباحث کلاس، سؤال و جواب کردن و استفاده از روش های تشویقی، توجه آنان را به مواد درسی جلب نمایید.

۷- استفاده از تکرار: تکرار یکی از عوامل مؤثر در جلب توجه است؛ اگر در ابتدا، کودک یا نوجوانی متوجه محرکی نشده باشد، تکرار آن معمولاً توجه او را جلب می کند، اما باید توجه داشت که اگر تکرار، بیش از حد ادامه یابد، باعث کم شدن توجه می شود. (تکرار نباید یک نواخت باشد؛ اگر موضوع یا مطلبی را همیشه به یک صورت تکرار کنیم، عادی می شود و جلب توجه نمی کند؛ از این رو، تکرار باید همراه با تغییر و تازگی باشد.)

۸- توجه به تفاوت های فردی دانش آموزان: دانش آموزانی را که دامنه ی توجه کم تری داشته و بیش تر حواسشان پرت می شود. در جلوی کلاس بنشانید، تا از طریق ارتباط کلامی و غیر کلامی بیش تر با آن ها، کم تر حواسشان پرت شود.

۹- خبرهای ناراحت کننده و هیجان آور را همیشه در پایان ساعات کلاس به اطلاع دانش آموزان برسانید.

۱۰- برای جلب توجه بیش تر: دانش آموزان، می توان از آن ها خواست که در انتهای جلسه درس، موضوع های مهم را بازگو کنند.

۱۱- برای شروع کار جدید، اجازه دهیم تا دانش آموزان کار قبلی خود را به پایان برسانند؛ چون ممکن است توجه آنان به کار ناتمام معطوف باشد.

۱۲- آماده سازی و ایجاد زمینه: سعی کنید قبل از بیان مطالب درسی، تا حد امکان، معلومات قبلی دانش آموزان را درباره ی مطالب مورد نظر در ذهن شان روشن سازیم.



شیوه های گوناگونی برای افزایش تمرکز وجود دارد. ما در مقام معلم، می توانیم محرک های تازه ای در مقابل دانش آموزان قرار دهیم. می توانیم مطالب را در قالب بازی ها ارائه دهیم؛ زیرا در بازی ها، بازیکنان برای فریب رقبای خود واکنش هایشان را تغییر می دهند و یا برای آن که برنده شوند، با دقت بیش تری، همه ی جنبه ها را در نظر می گیرند.