

# كيف يتفوق إبنى فى المرحة الدراسية

نعتقد أن الدرجات لىس بالأهمىة التى تولىنها، فالشىء الأكثر أهمىة هو أن نبث فى أبناىنا الرغبه و القدره على العمل الجاد و المثابرة و الارتباط بأى مهمه إلى أن يتم إكمالها لأنه لو أكتسب هذا المفهوم الأخلاقى للعمل فسىنفعه فى حىاته المدرسىة و المستقبلىة. فقد توصلت كل الدراسات فى الخمسة عشر عاماً الأخرىة بأن الاستغراق و مشاركة الوالدىن لابنهما لهما التأثير الأكبر على نجاحه فى المدرسه و سىبقان فى الأهمىة المدرسىن أو مستوى المدرسه فأن كنت ترغب فى تحسن مستواه الدراسى أن تمنحه وقتاً كافياً كل يوم للعناىة بواجباته .

قد أثبتت الدراسات أنه فى إمكانيه الأباء المستغرقىن مع أولادهم فى العملىة التعلیمیة مساعدتهم على رفع نسبة التركيز لدهم عن طرىق اتخاذ الخطوات المحددة التالىة :

أولى هذه الخطوات هى معرفة الأسباب الحقیقیة وراء ضعف التركيز، لأننا نحن أولىاء الأمور فى كثر من الأحيان نلقى بالتبعه على أولادنا عندما لا یركزون انتباههم فى دروسهم، و ننسى - أو نتناسى - أسباباً أخرى كثرىة و جوهرىة قد تؤدى إلى ضعف تركىز التلمیذ؛ منها: طبیعة المقررات الدراسیة، و معاملات المعلمىن و الآباء، سواء فى المدرسه أو فى البىت فى الدروس الخصىصیة، و طرق التدرىس المستخدمة، و طرق الاستذكار التى یعتمد علیها الآباء عندما یریدون مساعدة أبناىهم، و التى تكون غالباً تلقینیة خالیة من المشوقات و المثىرات، و یغلب علیها العاطفة أو القسوة المفرطة التى تأتى من باب خوفنا الشدید على أولادنا وقلقنا على مستقبلهم الدراسى .

وربما یكون التلمیذ هو السبب، ولكن لظروف خارجه عن إرادته؛ كالأظروف الصحیة أو النفسیة، أو غیر ذلك.

وینبغى أن أشیر هنا إلى خطأ یقع فىه كثر من الآباء و المعلمىن؛ إذ یحرصون على تلقىن الأولاد المعرفة، و لا یهتمون بإمدادهم بمفاتیح المعرفة التى تمكنهم من تعلم أنفسمهم بأنفسمهم؛ فهناك فرق بین أب تلقن أبناؤه المعرفة جافة، و بین أب یوجه أبناؤه فقط و یشرف علیهم؛ و ذلك بمتابعة إنجازهم للواجب المترلى

دون أن يتدخل إلا إذا سأله التلميذ في أمر لا يعرفه، ثم بعد أن ينتهي من عمله في مادة دراسية أو من حل تدريبات أو أسئلة، ينظر في كراسته؛ فيقر الصواب، ويساعده على اكتشاف خطئه، وهذا مجرد مثال لكيفية مساعدة الأبناء على الاستذكار، وهناك وسائل كثيرة أخرى، لا يتسع المقام لذكرها.

وربما يكون ضعف تركيزه هذا راجعاً إلى ظروف نفسية؛ وعلى أية حال، فللنهوض بمستوى ابنك وعلاج مشكلته ننصحك بما يلي :

1 - احرص دائماً على إيجاد دافع لدى ابنك للاستذكار والانتباه، والدوافع نوعان: داخلية - وهي الأقوى - كأن نغرس فيه حب العلم كعبادة لله وطاعة له، وخاصة كالحوافز والإثابة والترغيب... وأنت أعلم بما يحبه ابنك، ومن المفيد أن تذكر له أشخاصاً ناجحين ممن يحبهم .

2 - اعتمد في مساعدة ابنك على المتابعة لا على التلقين، مع تشجيعه دائماً وبث الثقة بالنفس .

3 - عوّد ابنك أن يبدأ مذاكرته بتلاوة ما تيسر من القرآن الكريم... حتى ولو آية - ثم الدعاء المأثور:  
"اللهم لا سهل إلا ما جعلته سهلاً، وأنت تجعل الحزن إن شئت سهلاً." \

4 - عوّد ابنك أن يهيئ نفسه للاستذكار؛ وذلك باختيار الوقت المناسب؛ بحيث لا يكون متعباً ولا متضيقاً ولا حزيناً ولا مهموماً؛ لذا فليتعود أن يحاول حل مشكلاته قبل الاستذكار؛ كأن يبادر بمصاحبة من تشاحن معه، أو يلجأ إلى من هو أكبر منه من الموثوق بهم من أفراد الأسرة أو الأقارب، أو حتى يكتب همومه في ورقة بينه وبين نفسه إذا لم يجد من يبوح له بمشكلته؛ ففي كتابته هذه تنفيس وترويح عن النفس، وربما استراح نفسياً بمجرد بث همومه لهذه الصديقة (الورقة)، ويمكن له أن يمزّقها بعد تحقيق الهدف وهو الراحة النفسية والتهيؤ للمذاكرة .

5 - تهية مكان الاستذكار؛ وذلك بالتغلب على الضوضاء، واتباع أسس الإضاءة الصحيحة، فتكون

الإضاءة على يساره، وألا تكون ضعيفة فتبعث على النوم أو تضعف العين أو توتر الأعصاب أو تسبب النفور أو تضعف التركيز. ومنتهي المكان أيضاً: ترتيب الكتب، وألا يكون أمام المتعلم - على مكتبه - إلا الكتب التي ينوي مذاكرتها، مع تجهيز أدوات المذاكرة قبل الجلوس .

6 - الاهتمام بالصحة والتغذية، وضرورة الكشف الصحي الدوري على ابنك؛ فلذلك أثره الكبير في التركيز .

7 - عود ابنك ألا يذاكر وهو جائع أو متخم بالطعام، وألا ينام كذلك وهو جائع أو متخم .

8 - احرص على أن يجلس ابنك جلسة انتباه لا جلسة استرخاء عند المذاكرة (يجلس عمودياً مع الميل قليلاً للأمام - لا الانكفاء - وذلك على كرسي لا هو باللين الناعم فيسبب النوم، ولا بالحشن القاسي فلا يصبر في جلسته)، مع تجنب المذاكرة جالساً على السرير أو مستلقياً .

9 - درّب ابنك على أن يبدأ مذاكرته بالاطلاع على العناوين أو العناصر والأفكار الرئيسية وتحديدتها أولاً، ثم الدخول في تفاصيل الدرس بعد ذلك .

10 - إذا تعثر ابنك في استيعاب جزء معين فوجهه إلى أن يكتب ما يذكره من هذا الجزء في ورقة، ثم ينظر في الكتاب مرة ثانية، ويعيد محاولة الكتابة مرة ثانية، إلى أن يتم الاستيعاب .

11 - ألا يذاكر مادتين متشابهتين على التوالي، فإن ذلك قد يسبب النسيان والتداخل .

12 - اهتم بعملية الاسترجاع بين الحين والآخر، ويمكنك ذلك بتوجيهه ومتابعته ومشاركته، كما يمكنك أن توجهه بين الحين والآخر إلى الاعتماد على النماذج المحلولة، من باب "اختبر نفسك"، أي بعد حل التدريبات أو الأسئلة كاملة، ينظر في ذكر النماذج ويصحح لنفسه بنفسه، ثم تابع ذلك بعد أن يصحح

لنفسه، وشجّعهُ على هذا التقويم الذاتي حتى يصبح عنده عادة مستمرة من عادات العلم، مع مراعاة علاج نقاط الضعف .

- 13 أرشد ابنك إلى ضرورة فهم الشيء المراد حفظه أولاً؛ لأن الفهم يحقق حفظاً سريعاً ويسيراً .

- 14 يمكنك تقوية الحفظ والاستيعاب لديه عن طريق تشجيعه على استثمار أوقات فراغه في المبادرة بالمراجعة الصامتة، أو شرح ما فهمه لك ولأخوته وزملائه .

- 15 عوّد ابنك أن يعطي نفسه فترة راحة (10 - 15 دقيقة) بين فراغه من مذاكرة مادة والبدء في مادة أخرى، وحتى في أثناء مراجعة المادة من المفيد جداً أن يعطي راحة خمس دقائق كل نصف ساعة أو كل ساعة حسب طاقته، يتحرك فيها أو يروح عن نفسه بأية وسيلة يجدها؛ ففي ذلك إفادة، للتلاميذ العاديين، وفيه إفادة أكبر لضعيفي التركيز .

ندرك تماماً أن كل هذه الخطوات ستحتاج منك في تنفيذها الي زاد من الاتزان والحلم و الصبر وعدم

استعجال النتائج، فقد قالوا فيما مضي :

العلم بالتعلم ..... والحلم بالتحلم