

رموز موفقیت در درس و تحصیل

محورهای پژوهش:

- 1- معنای موفقیت چیست؟
- 2- عوامل توفیق کدام است؟
- 3- نقش دوستان، معلمان و خانواده در موفقیت دانش آموز چیست؟
- 4- چگونه می توان از استعدادها بهترین بهره را گرفت؟
- 5- ویژگی های انسان های موفق چیست؟
- 6- قوای جسمی و توان مندی های بدنی و فکری چه تأثیری در رشد علمی دارد؟
- 7- تأثیر حافظه و نبوغ فکری در موفقیت دانش آموز چیست؟
- 8- وضعیت روانی دانش آموز، چه سهمی در توفیق او دارد؟
- 9- عوامل عقب ماندگی درسی کدام است؟
- 10- چه کنیم که شکست، ما را به یأس نکشاند؟
- 11- نقش امید در موفقیت درسی.
- 12- تأثیر اخلاص و بعد معنوی در موفقیت تحصیلی.
- 13- نقش تغذیه سالم در موفقیت درسی و تحصیلی.
- 14- میزان تأثیر ورزش و تفریحات سالم در موفقیت درسی.

15- نمونه هایی از انسان های موفق در کسب علم .

16- نمونه هایی از شکست خوردگان در مسیر دانش آموزی .

در هر کاری برای رسیدن به (هدف) و کسب موفقیت، رمز و راز و شیوه ها و قواعدی است که رعایت آنها، راه را میان بُر می سازد. درس خواندن و (موفقیت تحصیلی) نیز از این قاعده مستثنا نیست. پس سزاوار و بجاست که جوانان این رموز و روش ها را بشناسند و به کار بندند تا از تلاش علمی و آموزشی خود، بیشترین بهره و سریع ترین ثمره را به دست آورند. برخی از این رموز عبارت اند از:

1- سؤال

دانش آموز، با برخورداری از روحیه تواضع و کنار گذاشتن غرور، آنچه را نمی داند باید بپرسد و مشکلات درسی خود را با معلم در میان بگذارد. اگر کسی غرور و تکبر داشته باشد، راه فهم و علم را به روی خود می بندد و (پرسیدن) - که اعتراف ضمنی به ندانستن است - برای او دشوار می شود. پرسش، (کلید گنجینه دانش) است. این حکمت، در کلمات پیامبر خدا (صلی الله علیه و آله) آمده است:

(العلم خزائن و مفتاحها السؤال). ۱

گاهی هم شرم و خجالت مانع پرسیدن می شود. امام باقر^ع فرمود: (پرس و از پرسیدن روی بر نگردان و خجالت نکش، چرا که این دانش را هر کس تکبر یا خجالت داشته باشد، نمی آموزد). ۲

2- فراغت خاطر

ذهن آشفته و خاطر پریشان، مانع تحصیل است. پراکنده کاری و جلی نگرفتن درس، سبب سستی چرخه آموزش می شود. آن که هر روز موضوعی و هر فصل رشته ای بر می گزیند و امروز و فردا می کند و در کنار درس به کارهای جنبی و متفرقه می پردازد و فرصت تحصیلی را به کارهای غیر درسی صرف می کند. عقب خواهد ماند.

پیامبر خدا (صلی الله علیه و آله) از جمله وصیت های حضرت خضر به موسای حکیم را چنین نقل می کند: (یا موسی! تَفَرَّغْ لِلْعِلْمِ اِنْ كُنْتَ تُرِيدُهُ، فَاِنَّمَا الْعِلْمُ لِمَنْ يُفَرِّغْ لَهُ؛ ای موسی! اگر علم می خواهی، خود را برای آن خالص و فارغ بساز، چرا که دانش از آن کسی است که خود را برای آن فارغ و یکدل کند.) در توصیه های امام سجاده^۱ راجع به حقوق معلّم آمده است که عقل و ذهن و دل و فهم خود را برای معلّمت خالی و فارغ بساز تا بهتر بتوانی از دانش او بهره بگیری.^۴

3- توجه و گوش دادن

تمرکز فکر و جمع بودن حواس در هنگام تحصیل و فراگیری دانش، عامل مهمی برای یادگیری است. در متون دینی از موضوعی به نام (حُسن الإِستماع) یاد شده است؛ یعنی خوب گوش کردن. کسی که هنگام مطالعه و درس خواندن یا شنیدن درس استاد، حواسش جمع نباشد و خوب گوش ندهد، یادگیری او هم

دچار اختلال و آسیب خواهد شد. از سخنان امام علی^۵ در این زمینه چنین می خوانیم: (وقتی نزد

دانشمندی نشسته ای، پیش از آن که حرف بزنی، بر شنیدن حریص و مشتاق باش و همان طور که خوب

حرف زدن را یاد می گیری، خوب گوش دادن را هم بیاموز.^۵

علامه طباطبائی در باره شهید مطهری می فرمود: (مرحوم مطهری یک هوش فوق العاده ای داشت و حرف

از او ضایع نمی شد. حرفی که می گفتیم، می گرفت و به مغزش می رسید... هر چه می گفتیم هدر نمی رفت؛ مطمئن بودم که هدر نمی رود. ۶)

4- یادداشت

اگر علم را ثبت و ضبط و یادداشت نکنیم، فراموش می شود. به حافظه هم چندان نمی توان تکیه کرد. بسیاری افراد توفیق علمی خود را مدیون یادداشت های خویشند. حضرت رسول (صلی الله علیه و آله) فرمود: علم را به قید و بند بکشید (قیدوا العلم). (پرسیدند: به بند کشیدن علم چگونه است؟ فرمود: (کتابتُهُ؛ با نوشتن آن). ۷)

امام حسن مجتبیٰ \$ فرزندان و برادر زادگان خود را گرد آورد و به آنان فرمود: شما کوچک های قومی هستید و امید است که بزرگ های قوم دیگر شوید، پس دانش بیاموزید. هر کس از شما نتوانست علم را حفظ کند و به خاطر بسپارد، آن را ننویسد و در خانه اش بگذارد. ۸. امام صادق \$ نیز فرمود: (اكتبوا، فإنکم لا تحفظون حتی تکتبوا؛ ۹ بنویسید، شما آموخته های خود را حفظ نمی کنید تا آن که بنویسید). .

یادداشت برداری از درس ها، آموخته ها و شنیده ها، یکی از رموز موفقیت در تحصیل است. بسیاری نیازمند دفترها و جزوه های هم کلاسی های خویشند، چرا که خود ننوشته اند و از (یادداشت) بهره نگرفته اند.

5- پیگیری و استمرار

عامل دیگر موفقیت، جدیت، پیگیری، سخت کوشی و خسته نشدن است. هر هدفی با تداوم و تلاش، قابل دسترسی است. اگر با کمترین ضعف و ناکامی به وجود آمده آموزش را کنار بگذاریم و دلسرد شویم، ناکامی های بیشتر و بزرگ تری در انتظارمان خواهد بود. البته جاذبه های فرعی و دل مشغولی های گوناگون و کشش های غیر درسی وجود دارد، اما دانش آموز موفق کسی است که بر این جاذبه ها غلبه کند و از پیمودن راه و کوشش برای نیل به هدف، خسته نشود.

پیگیری و تداوم، هم هدف را همیشه زنده می دارد، هم آموخته ها را زنده و با طراوت نگه می دارد و هم انگیزه آموزشی را تقویت می کند. امام علی (ع) فرمود: «هر کس دانش را زیاد مرور و بررسی کند، آنچه را آموخته فراموش نمی کند و آنچه را هم نمی داند، می آموزد». ۱۰ این موضوع به نوعه با مسئله (تکرار) هم مرتبط است. خواندن و تکرار کردن آموخته ها، آن را در ذهن و دل مستقر می سازد و از فراموشی جلوگیری می کند.

6- اغتنام فرصت ها

(زمان)، سرمایه هر دانش آموز است. فرصت جوانی و نشاط شباب، زودگذر و غیر قابل بازگشت است. افسوس خوردن بر فرصت های سوخته و از دست رفته هم مشکلی را حل نمی کند. اگر بزرگان دین فرصت را همچون ابر، گذرا دانسته اند، هشدار برای بهره گیری از (حال) و (فرصت امروز) و هدر ندادن این سرمایه است.

بهره گیری از صبحدم، سحرخیزی و از دست ندادن فرصت های پر نشاط آغاز روز، بهره های فراوانی دارد. در تقسیم بندی وقت ها، باید سرشارترین لحظه ها و پر انرژی ترین ساعت ها را برای کارهای علمی

و فکری گذاشت؛ نه آن که در ساعات اولیه بامداد خوابید و این (زمان طلایی) را در خواب و رختخواب سپری کرد. پیامبر اکرم (صلی الله علیه و آله) فرمود: در کسب دانش، سحر خیز باشید و اول روز در پی آن روید، چرا که سرخیزی مایه برکت و کام یابی است. ۱۱ در سرمشق های خوشنویسی هم به ما آموخته اند: (سحر خیز باش تا کامروا باشی).

7- برنامه ریزی

تنظیم وقت، تقسیم درست زمان و به کارگیری صحیح فرصت به تناسب اهمیت موضوعات، در رسیدن به هدف مؤثر است. تا هدف مشخص نباشد، امکان برنامه ریزی هم نیست. تا محدوده زمان و میزان توانایی و فرصت و امکانات، معین نباشد، این (اولویت بندی) عملی نخواهد شد. با برنامه ریزی می توان فرصت و وقت را توسعه داد و به همه کارها رسید و مشکل (نمی رسم) و (وقت نمی کنم) را حل کرد. بدون نظم و برنامه ریزی، فرصت های زیادی هدر می رود و بدون (اولویت بندی) زمان و عمر ما صرف کارهای بیهوده و کم اهمیت می شود. حضرت علیؑ فرمود: (من اشتغل بغير المهم ضیع الهمم؛ ۱۲ هر کس به کار غیر مهم مشغول شود، کار مهم تر را تباه و ضایع می سازد). این همان (مدیریت زمان) و برنامه ریزی و اهم و مهم کردن کارها و برنامه هاست.

آن صورت در سخن دیگری فرموده است: (بسیاری از مردم در پی کارهای زاید و غیر لازم (و حاشیه ای و کم اهمیت) می روند و کارهای اصلی و عمده را وا می گذارند). ۱۳ کلام امام، نقد شیوه کسانی است که برنامه ریزی حساب شده ای در کار خود ندارند. اگر دانش آموزان تنظیم حساب شده ای در مورد اهداف، برنامه ها، کارها و صرف اوقات نداشته باشند، زیان خواهند کرد.

8- معلم خوب

تأثیر یک معلم دانا، دلسوز، آگاه و صمیمی در رشد علمی و فرهنگی دانش آموز بسیار است. بسیاری از انسان های موفق، کام یابی های علمی خود را مدیون برخورداری از چنین اساتیدی هستند که هم تجربه کاری دارند، هم برتری علمی، هم دلسوزی در تعلیم و تربیت و هم رابطه های صمیمی با شاگردان. از این رو انتخاب استاد و بهره گیری از محضر علمی چنین اساتیدی، از جمله رموز موفقیت تحصیلی است. در کتاب های تفسیر، در ذیل آیه (فلینظر الإنسان الی طعامه) (انسان باید به طعام خود به دقت بنگرد) از امام باقر ع روایت شده است: یعنی این که بنگرد علم و دانش خود را از چه کسی می آموزد. ۱۴ وقتی ذهن و دل دانش آموز در اختیار استاد قرار می گیرد، شکل گیری شخصیت علمی و اخلاقی و پیشرفت او نیز از استادش اثر می پذیرد.

امام حسن مجتبی ع فرمود: (عجبت لمن یتفکر فی مأکوله، کیف لا یتفکر فی معقوله، فیجنب بطنه ما یؤذیه و یودع صدره ما یزکیه؛ ۱۵ شگفت از کسی که در خوراکی خود دقت می کند، اما در مسائل عقلی و فکری خود اندیشه نمی کند؛ شکم خود را از آنچه آزارش می دهد دور می دارد، اما سینه و دل و جانش را به چیزی که او را تزکیه کند، وا می گذارد). تأکید حضرت بر دقت بر (غذای فکری) و (تغذیه علمی) است که باید از مجراهای صحیح انجام گیرد و شکل گیری شخصیت و ثمر دهی وجود انسان، در دست افراد به تعهد قرار نگیرد.

9- اعتماد به نفس

خداوند، استعداد و توان آموختن و پیشرفت را در همه کس قرار داده است؛ هر چند ممکن است در افراد، متفاوت باشد. شناخت خود و ایمان به توان مندی ها و اعتماد به نفس سبب می شود که دانش آموز، زود مایوس نشود و طی کردن راه پیشرفت را برای خود غیر ممکن نشمارد. مطالعه در باره انسان هایی که در شرایط مساوی یا مشابه با شما هستند، اما به درجاتی از رشد علمی و موفقیت دست یافته اند، نشان می دهد که آن گونه توفیق ها محال نیست و برای شما نیز فراهم می شود، به شرط آن که خود را و روحیه تان را نبازید و از ناکامی ها و شکست ها، پلی برای پیروزی های بعدی بسازید و تحقیرها و ملامت های دیگران سبب دلسردی و ناامیدی شما نشود. داشتن (روحیه) و (امید)، نقش مهمی در کام یابی دارد. توجه به (داشته ها) و شناخت نعمت های الهی و زمینه های رشد، اعتماد می آفریند. مهم، کشف آن دنیای باطن و ایمان به توانستن خویش است.

10- همت بلند

بی دلیل نگفته اند که:

همت بلند دار که مردان روزگار از همت بلند به جایی رسیده اند

هر چه هدف متعالی تر و همت والاتر باشد، تلاش انسان هم به تناسب آن افزون تر و به کارگیری توانایی

ها بیشتر خواهد شد. در کوهنوردی، آنان که (رسیدن به قله) را در نظر داشته باشند، نسبت به کسانی که

صعود به ارتفاع کمی از یک قله سرکشیده را مد نظر دارند مسافت بیشتری طی خواهند کرد. معروف است

که یکی از دانشمندان از فرزند خود پرسید: تو می خواهی در علم و دانش به کجا برسی؟ گفت: می

خواهم به رتبه و مقام تو برسم. پدر گفت: قطعاً به جایی نخواهی رسید، چون من می خواستم به مقام علمی امام صادق \$ برسم که به این جا رسیده ام؛ تو که می خواهی به حدّ من برسی، به مقامی نخواهی رسید.

یک نمونه خوب

اگر بخواهیم نمونه ای از یک انسان شایسته را نام ببریم که خوب درس خواند و خوب آموخت و در مقام شاگردی و معلّمی، انسان موفقی بود، شهید آیه الله مطهری نمونه مناسبی است. وی با اشتیاق و شور درس می خواند، به استادان خود نهایت احترام را می گذاشت، از فرصت های خود حداکثر بهره را می گرفت، وقت خود را صرف آموختن لازم ترین و مفیدترین علوم می کرد، از هدر رفتن وقت خود جلوگیری می نمود، با افراد صالح و جدّی همدرس بود، نزد اساتید پخته و با شخصیت و دانا درس می خواند، ذهن خود را از پراکندگی و تشویش باز می داشت، در درس خواندن بسیار جدّی، کوشا، صبور و مقاوم بود، علم آموزی او بسیار ژرف بود و با دانش به صورت سطحی برخورد نمی کرد. در کنار آموختن، به تهذیب نفس و توجّه به معنویات و اخلاص و عبادت هم اهتمام می ورزید، برای پخته شدن مباحث علمی به نقد و گفت و گو و مباحثه می پرداخت، نقدهای دیگران را صمیمانه می پذیرفت و از آنها بهره می گرفت. در پایان به گوشه ای از توصیه هایی که شهید مطهری به فرزند بزرگوارش داشته، اشاره می کنیم، که برای همه ما آموزنده است و می توان راز و رمز موفقیت را از آن شناخت:

(...در انتخاب دوست و رفیق، فوق العاده دقیق باش، که مار خوش خط و خال فراوان است. همچنین در مطالعه کتاب هایی که به دست می افتد، بر اطلاعات اسلامی و انسانیّت بیفز. اگر جلسات خوبی در تبریز هست شرکت کن. اگر کتابی از این دست لازم شد پیغام بده تا برایت بفرستم. حتی الامکان از تلاوت

روزی یک حزب قرآن که فقط پنج دقیقه طول می کشد، مضایقه نکن و ثوابش را هدیه روح مبارک حضرت رسول (صلی الله علیه و آله) بنما که موجب برکت عمر و موفقیت است. ان شاء الله. ۱۶

منابع پژوهش:

- 1- شیوه های موفقیت در تحصیل، محمد حسین حقجو.
- 2- جلوه های معلمی استاد مطهری، انتشارات مدرسه.
- 3- رمز پیروزی مردان بزرگ، جعفر سبحانی.
- 4- مسائل آموزش و پرورش، محمد طاهر معیری.
- 5- حدیث رویش، ابوالقاسم حسینی ژرفا.
- 6- تعلیم و تربیت در اسلام، مرتضی مطهری.
- 7- الحیاة، ج ۱ (بخش علم و تعلم).
- 8- العلم و الحکمة فی الکتاب و السنه، محمد محمدی ری شهری.
- 9- اگر نوجوان می شدم!، مولود شمس نژاد.
- 10- سی درس برای موفقیت، ج. کامیاراد.
- 11- مهارت در اندیشیدن، ادوارد. د. بونو، ترجمه بهمن لطیف.
- 12- آداب تعلیم و تربیت در اسلام، شهید ثانی، ترجمه محمد باقر حجّتی.
- 13- وظایف اخلاقی معلم و شاگرد، محمد اسماعیل نوری.
- 14- دفتر را باز کنیم، حمید گروگان.
- 15- در مکتب تجربه، حمید گروگان.

16- نگرانی ها و ناامیدی ها، محمد جعفر امامی.

17- کلیدهای تربیتی و تعلیمی، دکتر رجعلی مظلومی.

پی نوشت ها:

1- تحف العقول، ص ۵۱.

2- علل الشرائع، ص ۶۰۶.

3- العلم و الحکمة فی الكتاب و السنه، ص ۲۳۸.

4- ر. ک: رساله الحقوق، بخش (و اما سائسک بالعلم).

5- المحاسن، ج ۱، ص ۳۶۴.

6- جلوه های معلمی استاد مطهری، ص 30.

7- تحف العقول، ص ۳۶.

8- العلم و الحکمة فی الكتاب و السنه، ص ۲۴۰.

9- اصول کافی، ج ۱، ص ۵۲.

10- غرر الحکم و درر الکلم، حدیث ۱۰۷۵۸: (من اکثر مدارس العلم لم ینس ما علم و استفاد ما لم یعلم).

11- العلم و الحکمة فی الكتاب و السنه، ص ۲۵۲: (اغدوا فی طلب العلم، فانّ الغدوّ بركة و نجاح).

12- الحیاه، ج 1، ص ۳۰۸.

13- همان: (فانّ کثیراً من الناس یطلبون الفضول و یضعون الأصول).

14- اصول کافی، همان، ص ۴۹.

www.kandoo.cn.com

15- العلم و الحكمة فى الكتاب و السنه , ص ۲۳۶.

16- جلوه های معلمی استاد مطهری, ص ۴۱.

www.kandoo.cn.com

www.kandoo.cn.com

www.kandoo.cn.com

www.kandoo.cn.com