الفصل الثاني

احسم أمر أسلوبك التعلُّمي الفريد

ربما لاحظت سلفًا أنك تفضل أسلوب تعلُّم مغايرًا لما لدى أقرانك ونظرائك في الصف الدراسي، فأنت أنجح -مثلًا- حين تستخدم أساليب تعلُّمية معينة، وذلك صحيح؛ فأنت -تمامًا مثل الآخرين جميعًا- لديك أسلوبك التعلُّمي الفريد الذي هو خليط جامع للأساليب التعلُّمية المختلفة المتناغمة مع شخصيتك. فثمة شخص له أساليب تعلُّمية معينة، أيًّا كان الموضوع الذي يعكف على دراسته، وآخر يرى أن من الأفضل استخدام أساليب تعلُّمية أخرى تبعًا للمادة أو الموضوع الذي يدرسه. ليس ثمة أي أجوبة صائبة وأخرى غير صحيحة على هذا الصعيد، فما يهم هو أن تُقْدِم أنت على المبادرة إلى تطوير الأساليب التعلُّمية التي تعتقد أنها المثلى بالنسبة إليك.

لعل استخدام أساليب تعلُّم متباينة مقاربة جديدة اعتمدها أرباب التعليم حديثًا؛ فمدارس كثيرة ما زالت تكتفي باستخدام مناهج تعلم منطقية ولغوية منطوية على قراءة الكتب والمناقشات في الحصص الدرسية

وحسب، ولذلك فإن أولئك الذين يمتلكون أساليب تعلُّم مختلفة يجدون صعوبة في مواكبة المقاربة التقليدية فيوصمون عادة بالقصور أو البلادة.

من المهم بالنسبة إليك أن تهتدي إلى أسلوبك التعلُّمي الخاص وتفهمه؛ كي تغدو قادرًا على الإمساك بالمناهج التعلُّمية المثلى المتناسبة معك، وحين تعتمدها فلن تتعلم أسرع وحسب، بل ستتحسن نوعية تعلمك أيضًا؛ فأسلوب التعلُّم الذي تستخدمه يؤثر في كيفية احتفاظك بالمعلومات، وكذلك في طريقة تصنيفك للدروس التي تعلمتها.

أسلوب التعلُّم البصري

إذا كان أسلوبك التعلُّمي بصريًّا، فالراجح أنك تميل إلى استخدام الصور، والخرائط، والمجسمات، والخيالات، والألوان، في تنظيم المعلومات والتواصل مع آخرين، ومن السهل تمامًا أن تتصور فهم الخطط، والحصائل، والأشياء، حين تكون قادرًا على رؤية تمثيلاتها البصرية، وأنت كذلك مولع بالخربشة، والرسم، ولا سيما بالألوان.

أساليب التعلُّم

إذا كنت متعلمًا بصريًّا فإن استخدام الألوان، والصور، والخيالات، وغيرها من الأدوات البصرية إبان الدراسة هو الأمثل بالنسبة إليك، ونظرًا إلى أن من شأن التصور أن يكون سهلًا عليك، فأنت بحاجة إلى جعل الصور أكثر بروزًا، وهذا سيضمن جعل كل موضوع أنت عاكف على دراسته حاليًّا،

مهما كان، متميزًا من سائر الصور البصرية الأخرى التي تملأ رأسك. في ما يأتي بعض من طرائق التعلُّم التي يمكنك اعتمادها:

1. وظِّف آليات التنظيم المكاني، والإخراج، والألوان عندما توجد القرائن، وحاول دائمًا استخدام أكبر عدد ممكن من الكلمات البصرية (مثل: خريطة، بصري، صورة، منظور،... إلخ) عندما تكون عاكفًا على إيجاد القرائن.
2. استخدم خرائط العقل، وثمة حشد من أدوات التخطيط العقلي المتوافرة الآن على الإنترنت مجانًا. بدلًا من استخدام النصوص، استخدم الصور، والألوان، ومفاتيح بصرية أخرى بأكبر قدر ممكن، وإذا لم تكن ميالًا إلى ابتكار خرائط عقلية بالإفادة من الحاسوب، فإن من الممكن -ببساطة- أن تستخدم قطعة ورق، بشرط استعمال أقلام ملونة (أقلها أربعة) حين تعتزم رسم خرائطك العقلية.
3. تعلَّم أساليب استخدام المخططات التنظيمية التي يمكنها أن تساعدك على تصور العلاقات البينية المتبادلة بين مختلف عناصر أي عملية ومنظومة.
4. حين تكون عاكفًا على استظهار مضمون تجده صعب التصور، يمكنك استخدام طريقة القصة أو الرحلة البصرية.

أسلوب التعلُّم السمعي

إذا كنت من محبي العمل مع الموسيقى والصوت، فالمرجح أنك متمتع بأسلوب التعلُّم السمعي، وثمة دليل آخر على كونك من هذا النوع؛ يتمثل في

حساسيتك الجيدة إزاء الإيقاع و/ أو النغم. عادة، يكون السمعيون قادرين على العزف على آلة موسيقية، وعلى الغناء، وعلى تعرف الأصوات المختلفة الصادرة عن آلات موسيقية متنوعة، وقد تجد نفسك أيضًا شديد التأثر بأنماط معينة من الموسيقى، وعند متابعتك للبرامج التلفزيونية أو الأفلام يكون انتباهك مشدودًا إلى الموسيقى الخلفية، وتجد نفسك عادة منخرطًا في دندنة أو همهمة أحد الألحان أو الأغاني على نحو لاإرادي.

أساليب التعلُّم

1. عندما تحاول تعلم شيء وظِّف الموسيقى والقافية والصوت في أنشطتك الدراسية، وحين تكون عاكفًا على ابتكار تصورات وقرائن، ركِّز في الإفادة من المضامين السمعية.
2. لابتكار تصورات أفضل يمكنك التعويل على تسجيل الصوت الذي من شأنه أن يزودك بنوع من الخلفية الموسيقية في أثناء دراستك. إذا كنت دائبًا-مثلًا- على تعلُّم إجراءات الطيران، فيمكنك الاستماع إلى تسجيل صوت محرك طائرة يدور بنعومة، وعندما ترغب في تصور مناورات إبحار مختلفة، فيمكنك الاستماع إلى صوت الماء والهواء. يمكنك الاهتداء بسهولة إلى تسجيلات صوتية مناسبة لمساعدتك على دوراتك الدراسية على الإنترنت.
3. استغل القافية والوزن عند حَلِّكَ للكلمات المتقاطعة أو منشطات الذاكرة، وتستطيع إدخال الكلمات المتقاطعة أو منشطات الذاكرة لتكون جزءًا من أغنية أو دندنة.

4. أسلوب التثبيت مفيد جدًّا عندما تكون راغبًا في تذكر حالات عاطفية تستطيع الموسيقى استحضارها؛ فحين تكون أغنيةٌ أو موسيقى معينة قادرة على إشعارك بالحيوية والنشاط، بادر إلى تدويرها في الخلفية وأنت منكب على دراسة دروس صعبة، وعندما تكون بحاجة إلى الزخم العاطفي، تستطيع بسهولة تذكر الشعور دون الاستماع بالضرورة إلى الموسيقى، فعقلك سيتذكر.

أسلوب التعلُّم اللفظي

ينطوي أسلوب التعلُّم اللفظي على كل من الكلمات المنطوقة والمكتوبة على حد سواء، فإذا كنت تعتقد أنك ميال إلى هذا النوع من أساليب التعلُّم، فمن المألوف لك أن تجد إيصال أفكارك وعواطفك، كلامًا وكتابة سهلًا تمامًا ، وتكون القراءة والكتابة بالنسبة إليك ولعًا، ويمتعك اللعب بأصوات الكلمات و/أو معانيها. كذلك فإنك تمتلك طيفًا واسعًا من المفردات، ومغرم دائمًا بالبحث عن معاني الكلمات الغريبة عنك، وعندما تتحدث مع آخرين، تحاول أن تُدْخل كلمات جديدة تعلمتَها للتو لجعلها جزءًا من مفرداتك الفعالة.

أساليب التعلُّم

1. أساليب التعلُّم المنطوية على الكتابة والكلام. ابحث عن أساليب تمكنك من تجميع أكبر قدر ممكن من الكتابة والكلام في أثناء الدراسة، فحين تكون عاكفًا على تعلم مناهج جديدة- مثلًا- عبِّر

عمّا يجول في خاطرك من بداية العملية إلى نهايتها. ويمكنك أيضًا تسجيل كلامك كي تتمكن من الاستماع والاستظهار.

2. استفد من الأساليب المعتمِدة على الكلمات؛ مثل التدوين والتأكيدات، وعند ابتكار التأكيدات استخدم الوزن والقافية ما استطعت، وحين تحاول استظهار مفاهيم مهمة، اقرأها بصوت مرتفع. تستطيع أيضًا أن تضع مفاهيم مفتاحية معينة في إطار أطروحة، أو دندنة، أو أغنية مألوفة بالنسبة إليك.

3. لعل منشطات الذهن هي أوفى الصديقات للمتعلم اللفظي، ومن شأنها أن تكون مفيدة جدًّا عندما تكون عاكفًا على حفظ قوائم من المعلومات، وأي منشط ذهن لفظي يركِّز في الأحرف الأولى للكلمات التي ترغب في حفظها من أجل ابتكار كلمات أخرى أو متوالية لجعل التذكر والاستظهار أسهل بالنسبة إليك. ومن شأن ابتكار عبارات وجمل باستخدام كلمات ترغب في حفظها أن يكون خيارًا آخر.

4. التدوين أسلوب فعال آخر عند المتعلمين اللفظيين، ويمكنك تجاوز تدوين الكتابات إلى تسجيلها بوساطة استخدام مسجلة سمعية رقمية أو مسجلة عادية، لتستمع بعد ذلك إلى مدوناتك المسجلة وتراجع المعلومات وتستظهرها.

5. حاول إدخال المسرح والتنويعات عندما تقرأ المحتوى بصوت مرتفع، واحرص على ألا تجعل صوتك رتيبًا عند استعراضك أي سلسلة مناهج، ومن الأفضل أن تقرأ المادة كما لو كنت تُلقي خطابًا حماسيًّا مفعمًا بالحيوية.

6. من المثالي، إذا استطعت، أن تتعاون مع آخرين وتمثل دورًا، وهذا سيحقق نجاحًا استثنائيًّا حين تكون عاكفًا على تعلم حوارات لفظية مثل النداءات الإذاعية، والمزادات العلنية، والمفاوضات.

أسلوب التعلُّم المادي أو الجسدي- الحركي

إذا كان هذا أسلوبك في التعلُّم، فإنك تستخدم حاسة اللمس وجسدك في تعلم أشياء جديدة، ويُرجَّح أنك تستمتع بالتمارين الرياضية، وبالألعاب، بل وببعض الفاعليات الجسدية مثل النجارة والبستنة، وتجد أن من الأسهل أن تفكر بالمشكلات، والأفكار، والقضايا وتحللها عندما تكون فاعلًا جسديًّا، وحين يزعجك أمر فإنك تفضل الخروج والمشي أو الجري بدلًا من تأمل الأمر وتقليبه داخل البيت، أو وأنت في حالة (سكون) (جالسًا أو مستلقيًا على السرير مثلًا).

وقد تلاحظ أنك شديد الحساسية إزاء محيطك المادي، ويسهل عليك التقاط التركيبات المختلفة لقطع الأثاث، وللملابس، ولغيرها من الأشياء المادية. ويعد حل ألغاز الكلمات المتقاطعة، وابتكار النماذج، وتلويث يديك مفضلًا بالنسبة إليك.

عياريًّا أيضًا يقال لك إنك تستخدم حركات يدوية بارزة، وتعابير لغة جسدية أخرى، وأنت تحاول أن توصل فكرة ما. وعندما تكون عاكفًا على تعلم موضوع أو مهارة جديدين، تتملَّكَ الرغبة في تخطي قراءة النظريات والتعليمات، وتميل إلى القفز المباشر إلى الحركة واكتشاف كيفية تطبيق الجوانب المادية من المهارة أو الموضوع؛ فبدلًا من قراءة المخططات

والتعليمات الخاصة بكيفية تركيب المحرك-مثلًا- فإنك تفضل البدء بتفكيك أجزاء المحرِّك أو الآلة جميعًا كي تتمكن من تعلم كيفية إعادة تجميعها. وكذلك فأنت لستَ ممن يستمتعون بالجلوس داخل غرفة الصف والإصغاء إلى المدرِّس لساعات، وحين تُجبَر على التزام الهدوء، تجد نفسك متململًا أو عاجزًا عن الاستقرار. تغمرك رغبة قوية في أكبر قدر ممكن من الحركة.

أساليب التعلُّم

1. وظِّفْ يديك في ضبط العمل والحركة والأفعال والإحساس باللمس إبان عملية التعلُّم، فعندما تحاول تصور مفهوم معين ركِّز في الأحاسيس التي قد تختبرها في السيناريو، وإذا كنت عاكفًا-مثلًا- على تصور كيفية مراوحة القارب أو انعطافه، فإن بوسعك أن تركز انتباهك في الأحاسيس المادية الكامنة في المشهد؛ ما الشعور الذي ستشعر به يداك عندما تحاول إدارة الدفة أو التخفيف من توتر الحبال؟ ما نوع الشعور الذي سينشأ عند بدء القارب بزيادة السرعة حين تبادر أنت إلى اعتماد سرعة جديدة؟
2. عندما تكون عاكفًا على وضع كتابات وتأكيدات استخدم كلمات تصف الأحاسيس المادية لكل من الحركات الكامنة، وهاك مثالًا موفقًا لكتابة دوَّنها قائد طائرة حركي: «مع شروعي في الإقلاع، أدفع الصمام إلى الأمام، وهو ما يجعلني أشعر بالاحتكاك، ومع تغير الحرارة، وضغط الزيت، وسرعة الهواء، أبدأ بالشعور بأن الضوابط تغدو أكثر تجاوبًا مع إملاءاتي. أتراجع قليلًا إلى الخلف

مع بداية سرعة الإقلاع، وأستطيع أن أحس بأن ذبذبات العجلات تتوقف حين تنفصل الطائرة عن الأرض».

3. حاول -قدر ما تستطيع- استخدام أشياء مادية في نشاطك التعلُّمي، وعند انشغالك بتعلم وظائف حاجة محددة، المسّها ماديًا حتى يكون حصولك على المعلومة أفضل. وتعدُّ بطاقات الإيضاح أدواتِ استظهارٍ بالغةَ الفاعلية بالنسبة إلى المتعلمين الحركيين؛ لأنهم يستطيعون لمس البطاقات وتحريكها في أثناء الدراسة.

4. كثيرون لا يدركون أن رسم المخططات والكتابة نشاطان جسديان أيضًا؛ إنهما أسلوبان تعلُّميان ناجحان بالنسبة إلى المتعلمين الحركيين في الوقت نفسه.

5. تعلَّمْ أساليب فن التزام الانتباه، والهدوء، والاسترخاء، والتركيز والتنفس، كي تتمكن من تركيز ذهنك في أثناء التعلُّم أو الأداء.

6. أداء الأدوار يعدُّ أسلوبًا مهمًّا آخر بالنسبة إلى المتعلمين الحركيين، ويمكنك القيام به وحدك (مضطلعًا بالأدوار المختلفة)، أو تستطيع أن تتعاون مع أصدقاء وزملاء لممارسة ألوان جديدة من السلوك أو المهارة التي تحاول تعلُّمها. ابحث دائمًا عن طرائق تمكنك من محاكاة أو تمثيل الموضوع الذي أنت عاكف على تعلمه.

أسلوب التعلُّم الرياضي أو المنطقي

إذا كان هذا هو أسلوبك، فإنك تميل إلى استخدام ذهنك للمحاكمة الرياضية أو المنطقية، ويسهل جدًّا عليك تعرف الأنماط وابتكار القرائن

والروابط بين مضامين تبدو بلا معنى وحدها، وأنت ممتاز في تصنيف المعلومات وتبويبها وصولًا إلى تعلم أفضل لأي موضوع.

وإذا كنت من هذا النوع فأنت مغرم بالأرقام وبإنجاز الحسابات المعقدة، وتستطيع- من غير كبير جهد- أن تتذكر بسهولة مفاهيم الجبر والمثلثات الأساسية، وتستطيع كذلك إجراء حسابات معتدلة التعقيد ذهنيًّا.

حين تكون منشغلًا بقضية أو مسألة، تحاول دائمًا الاهتداء إلى طريقة منهجية للتعامل معها، وتجد نفسك منكبًّا على ابتكار إجراءات يمكنك الرجوع إليها مستقبلًا.

ولديك ولع بوضع الميزانيات وغيرها من الخطط والأهداف العددية، وطبيعي أيضًا بالنسبة إليك مواكبة تلك الموازنات أو الخطط العددية، وتستمتع بوضع قوائم المهمات، وخرائط الطريق، والبرامج، وتحرص على ترتيبها قبل المبادرة إلى التحرك.

يحلو لك- عند التفكير- دعم آرائك بإحصائيات أو أمثلة منطقية، وقد تجد نفسك مشغولًا على الدوام باقتناص الزلات المنطقية في أفعال الآخرين، وكتاباتهم، وأقوالهم، ومن المحتمل أن تكون قد تعرضت لمشكلات من جراء تسليطك الضوء على هفوات الآخرين تلك.

أساليب التعلُّم

1. لا بد أن يتمثل هدفك التعلُّمي بفهم الأسباب الكامنة وراء المهارات والمحتوى، فتجنب الاستظهار دون فهم، ومن الأفضل أن تحفظ

المضمـون بعـد فهم المبـادئ الكامنة في العمق. تـأنَّ في الاهتداء إلى الروابط اللاحمة بين السيرورات والمنظومات المختلفة.

2. في جلساتك الدراسية أدرج جملة النقاط الرئيسة التي تقرؤها من المـواد المرجعيـة، فمن شـأن التحليـلات والإحصـاءات أن تكون هي الأخـرى مفيـدة في تمكينـك مـن تحديد المجـالات المعينـة التي أنت بحاجة إلى التركيز فيها.

3. تذكـر أن أسـلوب الربـط بالـغ الفاعلية حـين يكون- يـا للمفارقة!- لاعقلانيًّـا أو منافيًـا للمنطـق، وحتـى إذا كانـت الأشـياء التي تريد ربطهـا ذات علاقات منطقية، فتعمد إيجاد علاقة لامنطقية ليكون تذكرك أفضل.

4. لـدى وضـع أي مدونـة، تأكـد مـن أنـك سـلطت الضـوء علـى ألوان منطقيـة مـن السـلوك والفكـر. عليـك أن تسـتفيد مـن براعتك في التقاط الإجراءات والمنظومات بسهولة.

5. مـن شـأن أسـلوب (تفكـير الأنظمة) أن يكـون أيضًـا مفيـدًا في فهم الروابـط بـين مختلـف أجـزاء أي سـيرورة أو منظومـة، فمن خلال نمـط التفكـير النظامي سـتكون أقـدر على فهـم الصـورة الكبرى. عندمـا ترسـم-مثلًا- مخطط منظومات، سـتغدو قـادرًا على فهم كيفيـة تعامـل مسـتويات الطـيران المختلفـة ومنظومـات الطائرات الفردية في دعم الطيران المتوازن.

6. حـذار مـن المبالغـة في التحليـل، فـلا تفـرطْ في تخصيـص الوقـت لتحليل مجالات معينة من تدريبك أو تعلمك قد يفضي إلى ما يعرف باسـم (شـلل التحليل)، إذ قد يخطر ببالك أن مبالغتك في التحليل تشْـغلك، غير أنك في النهاية لا تنجز شـيئًا. ضع لنفسك حدًّا زمنيًّا

لتحليل الأفكار والمحتوى، وبعد انقضاء المدة المحددة طالب نفسك بالتقدم، سواء أقتنعت بأنك أنجزت التحليل أم لم تقتنع، ثم توقف لنيل قسط من الراحة وركز في الخطوات العملية التي لا بد لك من أن تخطوها لبلوغ أهدافك التعلُّمية.

أسلوبا التعلُّم البَيْني أو الاجتماعي

أرباب أسلوب التعلُّم هذا يكونون عادة متمتعين بمهارات تواصل جيدة؛ لفظية وغير لفظية على حد سواء، فإن كنت منهم فأنت محبوب، وكثيرًا ما يلوذ الناس بك التماسًا للنصح، ولك علاقات جيدة بفضل حساسيتك العالية إزاء أمزجة الآخرين، ومشاعرهم، ودوافعهم، وتتقن فن الإصغاء إليهم وصولًا إلى تحقيق فهم أفضل لوجهات نظرهم.

يحلو لمدمني أسلوب التعلُّم البيني أو الاجتماعي أن يتعلموا داخل غرف الصف أو في جماعات، ويكون تعلمهم أفضل حين يتمكنون من اختبار صدى أفكارهم لدى آخرين، ويصغون إلى مدى تجاوب هؤلاء معهم، ويطيب لهم أن يقضوا بعض الوقت منشغلين مع إحدى الجماعات بسلسلة من المشكلات والأفكار والقضايا. إذا كان هذا هو أسلوبك، فأنت في العادة ترغب في البقاء حتى بعد انتهاء الحصة الدرسية بغية الكلام مع أقرانك في الصف، وبدلًا من القيام بالوظائف وحدك، تميل إلى إنجازها كما لو كانت فاعلية اجتماعية.

أساليب التعلُّم

1. يجب أن يتمثل هدفك بالتعاون مع آخرين قدر المستطاع، ويمكنك تحقيق ذلك بحضور الحصص وابتكار فريقك الدراسي مع آخرين متمتعين بالمستوى ذاته من المهارة.

2. تمثيل الأدوار أسلوب ناجح تستطيع توظيفه، ومن المثالي تشجيع فريقك الدراسي على أداء تمارين تمثيلية لتحقيق فهم أفضل لمفاهيم ومضامين تحاولون تعلُّمها، وإذا لم يكن التعاون مع فريق ممكنًا فتستطيع، ببساطة، أن تهتدي إلى صديق أو زميل مستعد لأداء الأدوار معك.
3. يمكنك أيضًا أن تتعاون مع آخرين حين تضع تخيلات وقرائن، غير أنك بحاجة إلى ضمان بقاء أقرانك في الفريق على الصفحة نفسها عند الوصول إلى أهدافك التعلُّمية. من شأن العمل في فريق أن يتيح لك فرصة إنتاج قرائن أكثر إبداعًا وأغنى تفوقًا من تلك التي تنتجها وحدك.
4. تستطيع تشجيع فريقك الدراسي على الانشغال بخطط المنظومات وخرائط الذهن معًا، ويمكنك تحقيق هذا بتكليف شخص واحد بالرسم مع مشاركة باقي الفريق عن طريق الصدمات الدماغية، إذا حدث أن أخفق الفريق كله في الاتفاق مرة على ناحية معينة من الموضوع الذي أنت بصدد تعلمه، تستطيع ببساطة أن تنسخ ما أنجزه فريقك الدراسي وتواصل العمل عليه وحدك، إذ لا جدوى من مواصلة العمل في فريق حين تعجزون عن التوافق.

أسلوب التعلُّم الشخصي أو الانعزالي

إذا كان هذا أسلوبك، فمن المرجَّح أنك شخص مستقل، وانطوائي، ومنعزل، ويعدُّ التركيز إحدى نقاط قوتك، وتستسهل تمامًا أن تصب مشاعرك وأفكارك على موضوع محدد أنت عاكفٌ على تعلمه. كذلك أنت

واع لأفكارك وعواطفك الخاصة، ويمكنك أيضًا أن تخصص كثيرًا من الوقت لتحليل نفسك وتأمُّل أحداث الماضي ومن بينها أفعالك، وكلماتك، وأفكارك السابقة. ويحلو لك أن تمتلك موقعًا، أو مفكرة، أو دفتر مذكرات لتدوين أفكارك وعواطفك.

من المؤكد أنك لست ميالًا إلى مرافقة آخرين، بل ترغب- بقدر ما تستطيع- في أن تفعل الأشياء وحدك، ويطيب لك قراءة كتب التعليم الذاتي، والتماس دورات وورشات التطوير الذاتي لتحقيق المزيد من التحسين لذاتك. وحين تكون عاكفًا على الانشغال بقضية أو مسألة، تفضِّل الانزواء في مكان هادئ حيث لن تتعرض للإلهاء أو المقاطعة من آخرين.

أساليب التعلُّم

1. حتى إذا لم تكن تحب الكلام مع آخرين، حاول أن تتعمد التواصل مع أستاذك أو زملاء صف آخرين؛ التماسًا لأجوبة عن أسئلة شديدة الصعوبة عليك. ليس ثمة أي خطأ في طرح أسئلة من قبيل: «كيف أستطيع تطبيق هذا المفهوم في حياتي؟»، «ما الذي يجعل هذا الموضوع مهمًّا؟»، أو «ما الذي أستطيع تحقيقه بتعلم هذا؟».
2. تأكَّدْ من أن أهدافك التعلُّمية متوافقة مع أهدافك ومعتقداتك الشخصية، فإذا رأيت أن بعض أهدافك التعلُّمية غير متناغمة مع قيمك ومعتقداتك، فبادر إلى استشارة أستاذك الذي يمكن أن يوجهك.
3. عند تعلُّم أي موضوع جديد، حاول دائمًا أن تهتدي إلى أساليب تفضي إلى تحقيق مصلحتك الشخصية من الموضوع، أو ربطها

بـه. حاول اكتشـاف مـدى قدرتك على الاختلاط بالنـاس بوسـاطة المحتوى الذي تعكف على تعلمه؛ ما الدوافع الشـبيهة لدوافعك التي يمكن أن تتوافر لديهم؟ ما الأسباب الكامنة وراء تصرفاتهم؟ كيف تستطيع التعلُّم منهم؟

4. امسـك دفـتر مذكـرات أو احجز موقعًـا، على أن يكـون مختلفًا عن دفـتر المذكـرات الذي تحتفـظ به لتجاربـك الشـخصية؛ ففي دفتر المذكـرات الدراسـي تسـتطيع تسـجيل أفـكارك وعواطفـك حـول الموضوعـات التـي أنـت عاكف علـى تعلُّمها. مـا التحديـات المحددة التـي تتعرض لهـا؟ ما الطرائـق التي تمكِّنـك من التغلـب على تلك التحديات؟ سـجل الأساليب التي نَجَحَتْ معك وتلك التي لم تنجح. بوسـعك اسـتخدام دفتر مذكراتك مرجعًا في المسـتقبل حين تواجه التحديات والعقبات ذاتها من جديد.

5. عنـد ابتـكار التصـور والقرائـن، احرص علـى تأكيـد أفـكارك وعواطفـك، ويفضـل أن يكون ابتـكار تصوراتـك وقرائنك في مكان منعزل بحيث يوفر لك حرية التعبير عن أفكارك ومشاعرك.

6. التأكيـدات جوهرية جدًّا بالنسـبة إلـى المتعلمـين الانعزاليين؛ إنهم منطلقـون مـن آرائهـم عـن أنفسـهم. وابتـكار التأكيـدات منهـج مهـم بالنسـبة إلـى المتعلمـين الانعزاليـين علـى صعيـد الاطمئنـان إلـى أن الصـور التـي يحتفظـون بهـا عـن أنفسـهم متناسـبة مـع أهدافهم التعلُّمية.

7. يتمثـل أسـلوب ناجـح آخـر بالنسـبة إلـى المتعلمـين الانعزاليـين بالنَّمْذَجَـة، علـى أن ينطـوي علـى ابتـكار مـا هـو أكـثر مـن مجـرد

مظهر ونماذج سلوكية؛ لا بد لك من التوغل (في رأسك) ونَمْذَجة سيروراتك الفكرية وعواطفك في أوضاع مختلفة، وتستطيع أيضًا أن تتعلم مزيدًا عن نفسك من خلال قراءة سِيَر آخرين أو عن طريق التحدث مع آخرين حول تصورهم لشخصك.

obeikan.com