

الْقِرَاءَةُ السَّرِيعَةُ

طريقك إلى التفوق والنجاح

- هل تريد أن تقرأ بسرعة في عملك أو كليتك أو بيتك؟
- هل تريد أن تقرأ وتحلل بكفاءة أكثر وبسرعة أفضل؟
- اقرأ أسرع لتفهم أكثر.
- أساليب تنموية مهارات القراءة.
- مهارة قراءة الكتب الدراسية.
- كيف تتفوق على أقرانك بالقراءة السريعة والفهم السريع؟
- فن القراءة الصحيحة طريقك لتكون كاتباً مميّزاً.
- كيف تجعل طفلك يحب القراءة؟
- العلاج بالقراءة وفن التواصل مع الآخرين.

مروة عماد الدين



عماد الدين ، مروة .

القراءة السريعة : طريقك إلى التفوق والنجاح / مروة عماد الدين .

- ط ١ - القاهرة ، مكتبة ابن سينا للنشر والتوزيع ، ٢٠٠٧

٨٠ ص ؛ ٢٤ سم

في رأس العنوان : كتاب للمعلم والطالب والمثقف .

تدمك ٠ ٨٢٠ ٢٧١ ٩٧٧

١- القراءة السريعة

أ- العنوان

٣٧٢,٤

رقم الإيداع : ٢٠٠٧ / ٢٩٨٧
الترقيم الدولي : 977-271-820-0

٧٦ شارع محمد فريد - النزهة -
مصر الجديدة - القاهرة
٦٣٨٠٤٨٣ ف ، ٦٣٨٩٣٧٢ - ٦٣٧٩٨٦٣ ☎



للطبوع والنشر والتوزيع

جميع الحقوق محفوظة للناسر

لا يجوز طبع أو نسخ أو تصوير أو تسجيل أو اقتباس
أي جزء من الكتاب أو تخزينه بأية وسيلة ميكانيكية
أو إلكترونية بدون إذن كتابي سابق من الناسر .

تصميم الغلاف : إبراهيم محمد إبراهيم

طبع بمطابع العبور الحديثة بالقاهرة ت : ٦٦٥١٠١٢ فاكس : ٦٦٥١٥٩٩

تطلب جميع مطبوعاتنا من وكيلنا الوحيد بالمملكة العربية السعودية

مكتبة الساعي للنشر والتوزيع

ص . ب ٥٠٦٤٩ الرياض ١١٥٢٢ - هاتف : ٤٣٥٣٧٦٨ - ٤٣٥١٩٦٦ فاكس : ٤٣٥٥٩٤٥

جسدة - هاتف فاكس : ٦٢٩٤٣٦٧

مُقَدِّمَةٌ

إذا تصادف أن جلست بجوار شخص أوروبى فى سفر، أو أثناء انتظار شىء ما، فإنك ستجده ممسكاً بكتاب صغير أو مجلة أو جريدة، يتصفح أياً منها، ليشغل فراغه، ويبعد عن نفسه الملل، ويزيد من ثقافته، أما نحن فإننا نشغل أنفسنا بحوارات جانبية، أو نترك أنفسنا فريسة لصراعات فكرية بداخلنا.. نفكر فيما مضى وما هو آت.. وكل ذلك لا يقدم أو يؤخر!.. وهكذا يوصف مجتمعنا دائماً بأنه مجتمع لا يقرأ ولا يحب القراءة، ونجد الطالب يقبل على استذكار دروسه بضيق ونفور وكأنه يساق إلى عاقبة وخيمة. وهذا أيضاً من دواعى انتشار ظاهرة الدروس الخصوصية التى تهتم بإعطاء الطالب شحنات سريعة يملأ بها وعاء ذاكرته لفترة محددة ثم لا يلبث أن ينساها ويفرغها تماماً فى انتظار شحنات جديدة وهكذا.. لتكون النتيجة ثقافة واهية وعلماً مترنحاً، وعقولاً جوفاء، ولا يخرج عن هذه المنظومة إلا عدد قليل، قدّر له أن يحمل الأمر محمل الجدّ ويسعى ويجتهد ولكنها فى الغالب الأعم تكون حالات فردية، فماذا نصنع ليكون هذا العمل الفردى منهجاً عاماً يضم بين جنباته أغلب الشباب والفتيات، ويكون حب القراءة وإرادة الفهم والرغبة فى الاستيعاب ظاهرة عامة فى مجتمعنا العربى؟

إن هناك مسئولية مشتركة بين كل من الأسرة والمدرسة والمجتمع والإعلام والدولة، لكل دوره فى توفير وسائل حب القراءة لدى الطفل أو الطالب.

وعندما تتكاتف الجهود ويؤدى كل مسئول دوره بصورة مدروسة لا تخضع للمعاطف فقط فإن النتيجة ستكون إيجابية بكل تأكيد .

إن حب القراءة وإتقانها يجعل الإنسان قادراً على دراسة العلوم المختلفة وتجويدها من خلال مطالعة المراجع العالمية المنتمة لها، ومن هنا ينشأ العلماء والباحثون.

والقراءة هي وسيلة انفتاح المجتمع على جيرانه من المجتمعات الأخرى، ومعرفة أسرار ثقافتهم وجوانب حياتهم المتعددة والاستفادة منها.

ولكى تتحقق نتائج سريعة في وقت قصير، فعلينا أن نتعلم فنون القراءة ونتقنها، ومن هذه الفنون: فن القراءة السريعة، وفن القراءة التصويرية، وفن القراءة الضوئية وكذلك الطرق الحديثة لتدريس القراءة والكتابة، وطرق العلاج بالقراءة.

إن تأثير القراءة مهم جداً للتواصل مع الآخرين وإجادة فن الحوار والتخاطب وإدارة المناقشات وتنمية القدرة على إبداء الرأي واستيعاب الرأي الآخر.

فالقراءة هي عيوننا على الحياة وتفتح أمامنا الأبواب المغلقة التي نعرف من خلالها الماضي والحاضر وكيف سيكون المستقبل.

وقد حاولت أن أضع في هذا الكتاب مجموعة من الأساليب العلمية التي أفرزتها دراسات علمية لزراعة بذور حب القراءة لدى الصغار، وكذلك لإيضاح الطريق أمام المعلمين وأولياء الأمور لكي يأخذوا بأيدي أبنائهم على هذا الطريق، طريق الخير والنور الذي يقودنا إلى مستقبل واعد، وحياة أفضل.

المؤلفة

القراءة عيونك على الحياة



تتكون عملية القراءة من مجموعة كبيرة من المهارات التي يستخدمها القارئ أثناء تعامله مع نص معين، مثل معرفة:

- ١- الرموز المكتوبة .
 - ٢- التقاط معانى المفردات والجمل.
 - ٣- فهم التراكيب اللغوية المختلفة.
 - ٤- معرفة طريقة تنظيم النص، واستخدام معلوماته العامة.
- وحتى يتمكن القارئ من فهم، وتذكر المعلومات، والأفكار الموجودة صراحة أو ضمناً فى النص المقروء لابد له أن يكون قادراً على تطبيق تلك المهارات فى عملية القراءة.

◀ لماذا القراءة ؟

تؤكد الدراسات الحديثة أن نحو ٧٠٪ مما يتعلمه المرء يكون عن طريق القراءة، مثال على ذلك : الطالب فى مختلف المراحل الدراسية، ويقضى ساعات فى ممارسة عملية التعلم، فهو :

- ١- يحتاج إلى القراءة فى تعلم جميع الموضوعات التى يدرسها.
- ٢- يؤدى الامتحانات التى غالباً ما تكون كتابية، أى إنها تعتمد على القراءة وقدرته على الفهم.

٣- يوظف مهارات القراءة فى حياته اليومية، مثل : قراءة الصحف والمجلات، والأفلام المترجمة، والرسائل، والإعلانات، وصفات الدواء، وغيرها..

وعلى الطالب أن يعلم أن الضعف فى القراءة يؤدي إلى ضعف فى الكتابة، ولكى يتقدم الطالب فى عملية الكتابة عليه أن يُتقن أولاً المهارات القرائية.

◀ كيف تتم عملية القراءة ؟

تتم عملية القراءة عن طريق الإبصار سواء كانت جهرية ، أو صامتة، وعن طريق السمع إذا كانت القراءة سمعية، أما النوع الثالث فيتم عن طريق اللمس (طريقة برايل).

● أولاً : القراءة السمعية :

وفيهما يستخدم الإنسان ٥% من النشاط البصرى و٩٥% نشاطاً ذهنياً.

● ثانياً : القراءة البصرية :

وفيهما يوظف الإنسان العين بنسبة ٥% والباقى نشاطاً ذهنياً ونشاطاً لجهاز النطق فى الإنسان، ومن ذلك يتبين لنا أن القراءة الجهرية بنوعها أكثر صعوبة، وتحتاج إلى وقت أطول؛ لأن القارئ سيقراً كل كلمة مع مراعاة الضوابط والوقفات ونبرة الصوت، وتغيره ليتواكب مع المعنى.

● ثالثاً: القراءة بطريقة برايل :

يعتبر (لويس برايل) هو المؤسس الأول لطريقة برايل وقد ولد (لويس برايل) عام ١٨٠٩ وقد بصره وهو فى الثالثة من عمره، ولقد تمكن (برايل) من تعديل الشفرة العسكرية التى كان قد اخترعها الضابط الفرنسى (بيير لسكى) من اثنتى عشرة نقطة إلى ست نقاط ليسهل التعليم على المكفوفين. لم تكن طريقة (برايل) الطريقة الوحيدة للكتابة

البارزة، فقد كان هناك طرق أخرى، مثل طريقة كتابة الحروف العادية ولكن بالبارز، وطريقة أخرى تستعمل خطوطاً ومنحنيات بارزة، إلا أن سهولة طريقة (برايل) وبساطتها أدت إلى اندثار جميع الطرق الأخرى.

أما كتابة (برايل) فى اللغة العربية فقد دخلت على يد (محمد الأنسى) فى منتصف القرن التاسع عشر، حيث حاول التوفيق بين أشكال الحروف المستخدمة فى الكتابة العادية، وشكلها فى الكتابة البارزة، وبهذه الطريقة نقل (الأنسى) عدداً من الكتب، إلا أن هذه الطريقة لم تنتشر على نطاق واسع إلا بعد تطويرها وما يتناسب مع اللغة العربية.

وعندما نتحدث عن القراءة يجب أن ندرك أنها
متعددة الأنواع وتتمحور حول أربعة فروع رئيسية :

١- القراءة الثقافية :

وتشمل الإمام بالأولويات من أمور الدين والدنيا، وتتميز باختيار المادة المقروءة .

٢- القراءة الأكاديمية :

هذه القراءة تستوجب الفهم المتعمق لعدة مواد، ليتمكن المرء من اجتياز اختبار معين، أو الحصول على المؤهل الدراسى الذى يؤهله للحصول على عمل، وتحديد مهنته. والقراءة الأكاديمية لا يوجد بها عامل الاختيار للمادة المقروءة.

٣- القراءة المرجعية :

نقوم بهذه القراءة عندما نرغب فى البحث عن المعلومات، وقد تتطلب الاطلاع على العديد من المراجع والكتب مثل البحث عن تفسير آية ، أو التحقق من معلومات جغرافية عن بلد معين.

قد تكون أقل القراءات شأناً وتشمل قراءة الصحف والشعر وبعض القصص، وهدفها غالباً التسلية والترويح عن النفس .

« الهدف من القراءة :

قبل أن تقرأ ينبغي أن تسأل نفسك: ما الهدف من قراءة هذه المقالة أو الكتاب؟

فإن كان الهدف هو البحث عن معلومة محددة، فالطريقة الأنسب هي الفحص Scanning ، وإن كان الهدف هو أخذ نظرة عامة فالطريقة الأنسب هي المسح السريع Skimming، وأيضاً هناك الطريقة الطويلة وهي أن تقوم بالقراءة كلمة كلمة وسطرًا سطرًا، وغالبًا ما يتم استخدامها في الموضوعات الصعبة.

وهناك طريقة أخرى وهي الطريقة البصرية، أى أن تقوم بقراءة مجموعة من الكلمات مرة واحدة، وهي التي استطاع من خلالها بعض الأشخاص أن يصلوا إلى ١٢٠٠ كلمة فى الدقيقة، فإذا علمنا أن العين تحتاج لربع ثانية للتركيز على حرف واحد فهذا يعنى أننا نحتاج لثانية للتركيز على كلمة واحدة فإذا اعتبرنا أن متوسط طول الكلمة هو أربعة أحرف فإن الشخص العادى سيقراً ٢٤٠ كلمة فى الدقيقة.

ويمكنك الدمج بين هذه الطرق الأربع فتقرأ بعض الأسطر قراءة طولية متأنية وبقية السطور بشكل بصرى فتفهم بشكل سريع، ويمكنك أن تبحث عن معلومة متعلقة بما قرأت عن طريق المسح السريع.

والمسح السريع تقنية من تقنيات الطريقة البصرية، فالطريقة البصرية رائعة جداً وتستحق القراءة حولها وتطبيقها.

فمثلاً عند قراءة كتاب ما يمكن أن تتم عملية المسح بالخطوات التالية:

● الاطلاع على مقدمة الكتاب والتعرف على أهداف المؤلف من كتابة الكتاب.

● التعرف على أبواب، أو فصول الكتاب الرئيسية وعناوينها العريضة وعلاقة بعضها ببعض.

● إلقاء نظرة سريعة على الأشكال التوضيحية المستخدمة في الكتاب وعلى الخاتمة.

● وعملية المسح هذه لها دور كبير في التحضير الذهني، مما يساعد على سرعة الاستيعاب وبالتالي على سرعة القراءة.

● تعريف القراءة :

توصف القراءة بأنها استخلاص للمعنى من المادة المطبوعة أو المكتوبة أو القدرة على فك رموز المعانى من الأشكال المكتوبة.

وتتضمن القراءة سلسلة متكاملة من المهارات الثانوية، مثل: الإحاطة بنظام الحروف، وعلاقة بعض الحروف مع بعض لتشكيل صوتاً لغوياً آخر، كما تتضمن أيضاً المهارة الذهنية والحركية الآلية الخفيفة للعين. وقد يواجه طالب اللغة الأجنبية بعض الصعوبات في تطبيق هذه المهارات والتي سنتطرق إليها ولأسلوب العلاج لاحقاً.

● أهمية القراءة :

إن الهدف الرئيس لتدريس القراءة هو تدريب الطلاب لكي يقرءوا بفاعلية وسرعة ليحصلوا على المعلومات أو المعنى من المادة المكتوبة بفهم كامل.

• وسائل تنمية حب القراءة :

- أ- الوعى بأهمية القراءة .
- ب- اختيار الوقت المناسب مع التدرج من الكتب الصغيرة إلى الكبيرة.
- ج- اختيار الكتب المناسبة .
- د- محاوره العلماء والمثقفين.
- هـ- سهولة الحصول على الكتاب.
- و- التقليل من الجلوس أمام التلفاز .



١- كيف تدرس القراءة ؟

من المهم جداً للمعلم أن يسعى لتحسين قدرة طلابه على القراءة، وهذا لا يتحقق فقط بكثرة القراءة، وإنما يتحقق بطريقة تدريس هذه المهارة. على المعلم أن يفكر جيداً ويسأل نفسه ماذا يحتاج الطالب لكي يكون قارئاً جيداً.

●● يحتاج الطالب إلى :

- أ- أن يقرأ قراءة صامتة جيدة سريعة.
- ب- أن يستطيع استخراج المعلومات من القطعة التي يقرأها.
- ج- أن تصبح لديه المقدرة على معرفة معاني الكلمات الجديدة من خلال السياق العام للقطعة.
- د- أن يستطيع تتبع الأفكار والمعلومات الموجودة بالقطعة.
- هـ- أن يستطيع التعرف على بعض الكلمات بسرعة ومن خلال شكلها.

◀ القراءة الصامتة :

ما هي أهداف القراءة الصامتة ؟

- أ- القراءة من أجل المعلومات .. Reading for information :
- وتتلخص في وجود أسئلة توضح الفائدة العلمية التي خرج بها الطالب من خلال قراءته للقطعة .

ب- القراءة السريعة .. Speed Reading :

للتدرب على القراءة السريعة، على المعلم أن يختار القطع القصيرة والبسيطة التي تكون مفرداتها في متناول الطالب حتى لا ينشغل في البحث عن المعنى، وتغرقل سرعته .

ج- القراءة من أجل استعادة المعلومات .. Reading for Recall :

وهذا النوع من القراءة يتلخص في أن يقرأ الطلاب قطعة معينة، ثم يطلب المعلم إغلاق الكتب، ثم يحاول الطالب تذكر بعض الكلمات أو الجمل التي قرأها . بإمكان المعلم اختبار ما تذكره الطالب بأن يكتب على اللوح نفس القطعة مع ترك فراغ لبعض الكلمات ويطلب من الطالب تذكر هذه الكلمات .

د- القراءة من أجل القواعد .. Reading for Grammar :

ولهذا النوع من القراءة يختار المعلم القطعة التي تحتوى على عدة جمل حول قاعدة معينة كالأزمنة Tenses أو المبنى المجهول Passive أو الكلام المنقول Reported speech ويطلب من الطلاب أن يضعوا خطأ تحت كل ما يتعلق بهذه القاعدة ، ثم يقوموا بشرح سبب استخدام هذه القاعدة في هذا الموضع بالتحديد .

هـ- القراءة من أجل البحث عن الكلمات .. Words finding reading :

وفي هذه القراءة يذكر المعلم كلمة معينة ويطلب من الطلاب البحث عنها في القطعة، ثم تحديد السطر الموجود فيه، ثم ينتقل إلى كلمة أخرى .. وهكذا .

وبإمكان المعلم أن يختار كلمة تكررت عدة مرات في القطعة، ثم يطلب من الطلاب أن يُعدّوا المرات التي ظهرت فيها هذه الكلمة، والهدف من

هذه الطريقة هو إكساب الطالب مهارة البحث عن الكلمات عن طريق الدقة، وسرعة الملاحظة .

ونصح عند تدريس القراءة الصامتة بالتنوع فى طرق تدريس هذه المهارة حتى لا يصاب الطلاب بالملل والإحباط.

٢- أساليب تنمية مهارات القراءة

هناك أساليب كثيرة يستطيع المعلم تطبيقها لتنمية مهارات القراءة للطلاب:

- ١- تدريب الطلاب على القراءة المعبرة والممثلة للمعنى، من حيث حركات اليد وتعبيرات الوجه والعينين.
- ٢- الاهتمام بالقراءة الصامتة وتنويعها كما ذكرنا سابقاً، فالطالب لا يجيد الأداء إلا إذا فهم جيداً، ولذا فليبدأ الطالب بتفهم المعنى عن طريق القراءة الصامتة.
- ٣- تدريب الطلاب على القراءة السليمة، من حيث مراعاة الشكل الصحيح للكلمات.
- ٤- تناول الكلمات الجديدة بأكثر من طريقة، مثل: وضعها فى جملة مفيدة، ذكر المرادف، طريقة التمثيل.
- ٥- تدريب الطلاب على الشجاعة عند القراءة الجهرية وممارستها أمام الجميع بصوت واضح، وأداء مؤثر دون خجل أو تلعثم، وتدريب الطالب على الوقفة الصحيحة وحمل الكتاب بطريقة صحيحة، وعدم السماح للطلاب أن يقرأ قراءة جهرية وهو جالس..
- ٦- تدريب الطلاب على القراءة بسرعة مناسبة، وبصوت مناسب.

- ٧- تدريب الطالب على الفهم، وتنظيم الأفكار أثناء القراءة.
- ٨- تدريب الطالب على القراءة جملة جملة ، لا كلمة كلمة.
- ٩- تدريب الطالب على التذوق الجمالى للنص، والإحساس الفنى والانفعال الوجدانى بالتعبيرات والمعانى الرائعة.
- ١٠- تدريب الطالب على التركيز وتلخيص الموضوع الذى يقرؤه.
- ١١- تشجيع الطالب المتفوق والمتميز فى القراءة بمختلف الأساليب.
- ١٢- غرس حب القراءة فى نفوس الطلاب وتتمية الميل القرائى لديهم.
- ١٣- التشجيع على القراءة الحرة الخارجة عن المقرر الدراسى ووضع المسابقات والجوائز لتنمية هذا الاتجاه.
- ١٤- تدريب الطالب على استخدام المعاجم والقواميس .
- ١٥- تدريب الطالب على ترجمة علامات الترقيم إلى ما ترمز إليه من مشاعر وأحاسيس، ليس فى الصوت فقط ولكن فى تعبيرات الوجه أيضاً.
- ١٦- ينبغى ألا ينتهى الدرس فى الفصل، ولكن لابد أن يمتد إلى القراءة فى المنزل أو المكتبة.
- ١٧- علاج الطلاب الضعاف، وأخذهم بالرفق وتشجيعهم.

◀ كيف تصلىح خطأ الطالب ؟

- ١- تمضى القراءة الجهرية الأولى دون إصلاح للأخطاء إلا ما يترتب عليه البعد عن المعنى.
- ٢- بعد أن ينتهى الطالب من قراءة الجملة التى وقع الخطأ فى إحدى كلماتها نطلب إعادتها مع ذكر الخطأ حتى يتم تداركه.

٣- يمكن الاستعانة ببعض الطلاب لإصلاح الخطأ لزملائهم.

٤- قد يخطئ الطالب خطأً نحويًا في نطق الكلمة ، فعلى المعلم أن يشير إلى القاعدة عن طريق المناقشة.

٥- قد يخطئ الطالب في لفظ كلمة بسبب جهله في معناها، وعلاج ذلك أن يناقشه المعلم حتى يعرف المعنى الصحيح مع مشاركة الطلاب الآخرين.

٦- يرى علماء التربية أن على المعلم أن يتجاهل خطأ الطالب أحياناً إذا كان صغيراً وبخاصة إذا كان الطالب متميزاً ونادراً ما يخطئ، فالأفضل عدم مقاطعته.

٣- كيف تُدرس قراءة وكتابة



اللغة الإنجليزية ؟

أ- القراءة :

تعتبر مهارة القراءة من المهارات الأساسية في تدريس اللغة الإنجليزية ، حيث يجب التركيز عليها من البداية ومنذ أن نبدأ بتدريس الحروف.

تكمن القراءة السليمة في الفهم المسبق للكلمات، فلا بد أن يحرص المعلم ومنذ الوهلة الأولى في التلقين الصحيح للكلمات والتزويد المناسب.

فالكلمة تدرس على أنها وحدة صوتية متكاملة لا تتجزأ، ويترك المتلقن ليتعرف على الفروق الصوتية بين كلمة وأخرى بطريقة استنتاجية.

● لماذا لا يجيد الطلاب القراءة باللغة الإنجليزية ؟

عدم الإجابة سببه الرئيس الطريقة التي تدرس بها المفردات ، وعدم فهم الطالب لهذه المفردات يجعله بطيئاً فى قراءتها .

◀ أساليب تحسين مستوى القراءة :

١- اتباع الطرق الصحيحة لتدريس المفردات والإكثار من ترديد العبارات والجمل والكلمات .

٢- استقطاع وقت لتدريس الكلمات المتشابهة صوتاً مثل:

man - cat - bat - sat

hot - shot - not - got

sit - hit - bit - hill

phone - photo - graph - elephant

sheep - sheet

etc..

٣- يجب أن يشير مدرس اللغة الإنجليزية للمبتدئين وبطريقة تلقائية إلى اتحاد الحروف فى صوت واحد مثل :

sh- th

٤- خصوصية بعض الحروف مثل y,w,g,h والإكثار من الأمثلة على مثل هذه الحروف .

وعلى المدرس أن يجعل تلاميذه يدركون حقيقة هذه الحروف دون الشرح، بل يتركهم لاكتشاف القاعدة بأنفسهم .

وسيدرك مكتسب اللغة هذه العلاقات الصوتية بطريقة ذاتية إن شرحت له أو لم تشرح .

• قراءة لا معنى لها :

- عندما يقرأ الطالب ما لا يفهم فإنه يصدر أصواتاً فقط، ولكن يجب أن يكون المعلم مدركاً أن الطالب يفهم ولو جزءاً من الجملة.
- ولا يشترط أن يفهم جميع ما يقرأ، والأفضل أن تكون هناك كلمات فى النص قابلة للتخمين.
- من الأفضل أن يكون المدرس هو القارئ الأول لأى نص ومن بعده يقرأ ذو الكفاءة العالية حتى يكون نموذجاً لزملائه.
- يمكن أن يطلب المعلم من الطالب الضعيف فى مهارة القراءة تحضير الدرس فى المنزل.
- يعتبر التشجيع والإطراء دافعاً أساسياً لتعلم واكتساب اللغة.

ب- الكتابة :

مما لا شك فيه أن مهارة الكتابة لا تقل عن أى مهارة أخرى من مهارة تعلم اللغة الإنجليزية، وعلى المعلم مراعاة بعض القواعد التى تحقق إتقان الطالب لهذه المهارة :

- 1- يجب تعويد الطلاب المحافظة على كتاباتهم نظيفة ومرتبّة.
- 2- تخصيص دفاتر خاصة للتدريب على الكتابة.
- 3- تعويد الطالب على بدء كل جملة بحرف كبير، وختامها بنقطة أو علامة سؤال.
- 4- التأكيد على أهمية رسم الحروف والكلمات بداية ونهاية بصورة صحيحة، وفى ظل القواعد السليمة لكتابة هذه اللغة.
- 5- تعليم الطالب إمساك القلم والجلسة بالطريقة الصحيحة.

- ٦- التنبيه إلى قواعد رسم الحروف بما فيها ما يلي :
- المسافة الواجب تركها بين حروف كل كلمة وبين كل كلمتين.
 - الميل المناسب لجميع الحروف.
 - الحجم المناسب لكل حرف بحيث يتوافر الانسجام والتوافق بين الحروف.
 - ارتفاع كل حرف أو نزوله عن السطر وفق القاعدة.
 - الاستخدام الأمثل للحروف الصغيرة والحروف الكبيرة .
 - التأكيد على استخدام قلم الرصاص والمحاة وخاصة في المراحل الأولى.
 - أن يبدأ تدريب الطالب من خلال النماذج المسطرة تسطيراً واضحاً.
 - ضرورة علاج الأخطاء ومناقشتها مع الطلاب.



١- مهارة قراءة الكتب الدراسية بكفاءة أعلى

◀ قراءة وفهم النصوص :

تقدم المواد الدراسية بشكل مكتوب، وقد يعاني الطلاب من مشاكل بسبب صعوبة وكمية المادة المطلوب قراءتها وفهمها.

يفتح الطلاب كتبهم ويبدءون القراءة فاقدين المتعة أو شاعرين بالنعاس وهم يعلمون جيداً أن تركيزهم وفهمهم وسرعتهم سيئة جداً، ولا يعلمون أن هناك طرقاً لتحسين الفهم وللدراسة بفاعلية.

* الخطوة الأولى : نظرة مبدئية ..

• لماذا ؟

إذا أعطيت عقلك إطاراً عاماً للأفكار والهيكل، ستكون قادراً على فهم وتذكر التفاصيل التي ستقرأها فيما بعد بصورة أفضل.

• كيف ؟

قم بإلقاء نظرة سريعة (١٠ دقائق) على الأجزاء الأساسية التالية، لمعرفة عن ماذا تتحدث ؟

- العنوان .
- معلومات الغلاف .
- تاريخ النشر .

● قائمة المحتويات .

● المدخل أو المقدمة .

● الفهرس .

● القاموس .

قبل قراءة أى فصل ألقِ نظرة على :

● العنوان .

● المدخل .

● العناوين الفرعية .

● الجمل الأولى لكل فقرة .

ثم أجب عن هذا السؤال: كم ستستغرق من الوقت تقريباً للانتهاء من قراءته؟

* الخطوة الثانية : القراءة بفاعلية :

● لماذا ؟

كونك قارئاً نشيطاً سيجعلك قادراً على فهم النصوص، ومقاومة الملل وزيادة الحفظ.

● كيف ؟

● ضع أهدافاً واقعية بالنسبة للوقت، ولعدد الصفحات.

● قسم الفصل إلى أقسام صغيرة، ثم حاول أن تقرأ الفصل كاملاً من غير توقف.

● اسأل نفسك سؤالاً قبل كل فقرة أو قسم، ثم ابحث عن إجابته.

● حاول وضع العنوان الفرعى أو الجملة الأولى من الفقرة فى شكل سؤال، استعمل : «مَنْ» ، «ماذا» ، «متى» ، أو «كيف» إذا استلزم الأمر ذلك.

- خذ قسطاً من الراحة عندما تشعر بأنك غير قادر على التركيز في المادة بسبب: الشرود، النعاس، الملل، أو الجوع . وبعد راحة قصيرة يمكنك العودة لقراءتك بنشاط وطاقة وانتباه أكبر.

* الخطوة الثالثة : الاستذكار :

● لماذا ؟

تظهر الأبحاث أن ٤٠ - ٥٠% من المادة المقروءة تنسى في فترة قصيرة جداً (١٥ دقيقة) بعد القراءة. الاستذكار الفوري خطوة أولى ضرورية نحو الاستمرار بالاحتفاظ بالمادة المقروءة.

● كيف ؟

- بعد قراءة كل قسم صغير من المادة، اختر إحدى الطرق التالية:
- تذكر عقلياً أو قم بالإلقاء الشفهي لأهم ما قرأت.
- اسأل نفسك أسئلة وأجب بكلماتك الخاصة .
- اكتب ملاحظات هامشية حول الكلمات الرئيسية أو العبارات المهمة في القسم.
- وضع الخطوط بعد القراءة أفضل طريقة لتحديد أهم المعلومات الواجب تذكرها .
- دوّن ملاحظتك أو خلاصة ما قرأته بشكل منفصل.
- قم بالاستذكار أو المراجعة مع صديق، فما لا تتذكره أنت، قد يتذكره هو .

◁ اعرف كتابك :

- للكتاب ثلاثة أقسام رئيسية :

أ- المقدمة .

ب- محتوى الكتاب.

ج- الخاتمة .

أ- المقدمة :

- العنوان : دليل الكتاب.

- اسم المؤلف ومؤهلاته : لمعرفة أسلوبه فى الكتابة وتنظيم الكتاب.

- الناشر وتاريخ النشر : وهذا الأمر مهم جداً وخاصة فى كتب

الكمبيوتر، أو الكتب العلمية وذلك بسبب التطورات السريعة
والاكتشافات الكثيرة الجديدة فى هذه المجالات.

- قائمة المحتويات : خلاصة الكتاب.

ب- محتوى الكتاب :

- العنوان والعناوين الفرعية: اقرأها أولاً لتتكون لديك صورة عامة عن
محتويات الفصل .

- اذهب لنهاية الفصل لرؤية ما إذا كان هناك ملخص له أو لا، إن
وجدت الملخص اقرأه فوراً.

- الصور التوضيحية : الصور ، الخرائط ، الرسوم البيانية، القوائم،
الإحصائيات.

- نمط تنسيق الكتابة : قد تكون الكتابة عريضة أو مائلة، أو أسفلها
خط أو كل الكلمة بحروف كبيرة.

- المفردات: لكل موضوع «لغة» خاصة به. هذه الكلمات غالباً ما تكون
مكتوبة بخط عريض، ظلل الكلمة وابحث عن تعريفها فى الفقرة
وظللها أيضاً.

- أسئلة الفصل: اقرأ الأسئلة أولاً، ليتمكنك البحث عن إجاباتها عند قراءتك للفصل.

- اقرأ الفصل: إلى هنا تكون قد ألقيت نظرة مبدئية دقيقة على الفصل وحين وقت قراءته .

- وهذه الخطوة لن تكون قراءتك الأولى للفصل، إنها تأكيد للمعلومات التي تجمعت من الخطوات السابقة .

ج- الخاتمة :

- القاموس: يبين مصطلحات موضوع الكتاب.

- المراجع : مواد إضافية ذات علاقة بالموضوع .

- الفهرس : محتويات الكتاب مرتبة هجائياً .

- الملحق : يحتوى على أشياء مفيدة، مثل: الجداول، الرسوم البيانية، الإحصائيات ، ملخصات ، أسئلة وإجابات .

٢- مهارة التركيز أثناء الدراسة

عليك اتباع الآتى حتى تصل إلى درجة من التركيز تجعلك تتقن قراءة وفهم دروسك ومن ثم التفوق الأكيد إن شاء الله :

١- تكثيف الانتباه على الأهداف .

٢- فكّر فى أهمية الموضوع الذى بين يديك .

٣- حافظ على صفاء ذهنك .

٤- لا توهم نفسك بأن الموضوع ممل أو صعب .

٥- ادرس بنظام واسأل عما لا تفهم .

٦- اقرأ بتمعن وضع الأسئلة أثناء القراءة .

٧- حدد الكلمات والفقرات المهمة .

- ٨- لخص ما قرأت، فهذا يساعدك على الحفظ والفهم.
عليك معرفة عوائق التركيز حتى تتجنبها، وذلك مثل :

١- الانتقال من موضوع إلى آخر دون انتظام.

٢- وجود مشاكل صحية أو عائلية .

٣- تراكم المواد الدراسية .

٤- وجود رفقاء السوء.

٥- كراهية المواد الدراسية.

٣- مهارة الانتباه



الانتباه هو الخطوة الأولى فى التعلم الجيد، ولكن هناك بعض الصعوبات التى تواجه الأفراد فى الانتباه.

فالانتباه عملية ذهنية عقلية يجب إجراؤها مع العملية الحسية، وحتى تتمكن من تركيز الذهن فى أمر محدد دون الانتقال إلى غيره تحتاج إلى جهد؛ لأن:

١- الفرد يتمكن من الانتباه لأمر واحد فقط.

٢- تركيز الانتباه يتطلب جهداً ذهنياً.

٣- من السهل جداً أن يتعرض الأفراد للتشتت.

●● كيف تتنبه بفاعلية أكبر ؟

١- انتبه للمعلومات المهمة فقط.

٢- فكر فى أهمية المعلومات بالنسبة لك.

٣- تعامل فى وقت محدد مع قضية واحدة فقط.

٤- تجنب التعامل مع عدة مصادر للمعلومات فى الوقت نفسه، كأن

تدرس، وتستمع إلى الموسيقى، أو الراديو.

٥- اترك العمل فوراً حين تصل إلى درجة تشعر فيها بعدم القدرة على الإنجاز .

٤- الاستفادة من الوقت

◀ معنى الوقت :

إن الوقت عند بعضنا يمثل مجرد مقياس، أو معيار لفترة زمنية، وهذا المفهوم يدمر روح المبادرة، ويحبط الإبداع، ولا يحقق الإنجازات. إن التنظيم السليم للوقت أحد أساسيات النجاح ، إذن فلا بد لنا أن نقضى بعض الوقت نخطط بالتفصيل الجدول الأسبوعي للأعمال المطلوب إنجازها.

◀ تقسيم الوقت :

- خصص وقتاً معيناً للأشياء التي تود إنجازها.
 - التزم بهذا الوقت بقدر المستطاع .
- على سبيل المثال فأنت عندما تخصص ساعة من كل يوم لإنجاز غرض معين فإنك تكسب ٣٦٥ ساعة سنوياً وبوسعك أن تنجز الكثير فى هذا العدد من الساعات ، مثل:
- ١- حفظ أجزاء من القرآن الكريم.
 - ٢- تعلم أساليب القراءة السريعة.
 - ٣- اكتساب مهارات جديدة .
 - ٤- مطالعة كتب جديدة .
 - ٥- تعلم لغة أجنبية.
 - ٦- زيادة المعلومات السابقة وتطويرها .

- ١- خطط يومك كل صباح بكتابة الأشياء التي يجب عملها واشطب على كل ما تم إنجازه أثناء اليوم.
- ٢- احتفظ دائماً بقلم وورقة أو مفكرة صغيرة فى جيبك لتسجيل الخطط والأفكار خلال أوقات الفراغ.
- ٣- استفد من وقت الفراغ فى القراءة والحفظ أو فى عمل شئ بناء.
- ٤- تجنب الناس الذين يسرقون الوقت بأنانية.
- ٥- لا ترتب رحلة أو زيارة لإنجاز عمل ما إذا كان بوسعك إنجاز ذلك العمل بخطاب أو مكالمة تليفونية.

٥- فن الاستماع إلى الشرح

إن الاستماع لشرح المعلم فى المدرسة يختلف كثيراً عن أى استماع آخر لكلام قد تسمعه وتتساه بعد دقائق.. لأن الشرح يتناول أموراً تفيدك فى المستقبل.

فأنت هنا تستمع لتتعلم، ويجب أن يكون هدفك الأساسى الاحتفاظ بما تسمع لوقت طويل.

كيف تتقن فن الاستماع إلى الشرح ؟

أ- أعد نفسك للدرس الذى ينوى المعلم شرحه بأن تطالعه فى البيت وتحاول أن تحدد أفكاره الرئيسية وتستخرج معانى الكلمات الصعبة فيه وتضع علامة استفهام أمام الفقرات الغامضة التى لم تفهمها.

ب- تأكد من أنك بحاجة إلى المعلم أكثر بكثير من حاجته إليك، لذا ابدل مجهوداً في معرفة أسلوبه وطريقته في الشرح.

ج- تجنب أحلام اليقظة (وأحلام اليقظة هي أن تنظر دون أن تبصر وتسمع دون أن تلتصت؛ أي: أن تكون بجسمك في الفصل، ولكن عقلك وذهنك وبقاى حواسك في مكان آخر).

د- لا تخجل أو تتردد في طرح الأسئلة حول نقطة لم تفهمها في الدرس.

٦- الاستعداد للامتحان

◀ كيف تستعد للامتحان؟

أ- اتباع أسلوب الدراسة بعيداً عن مكان تجمع أفراد الأسرة، وعن التلفاز، والابتعاد عن المشاكل، والدراسة في غرفة متجددة الهواء، واحرص على الجلسة الصحيحة أثناء الدراسة، على أن تكون الدراسة بعد تناول وجبة الغداء المناسبة وتوفير الإضاءة الكافية بالغرفة.

ب- عمل برنامج دراسى للمراجعة قبل موعد الامتحانات بفترة كافية .

ج- أهمية استغلال أيام العطلات في المراجعة.

د- اللجوء لمعلم المادة لشرح وتوضيح ما يصعب عليك.

هـ- التقليل من متابعة التلفاز أثناء فترة الامتحانات.

◀ ليلة الامتحان :

أ- عليك الدراسة بتركيز، والاستعانة بأسئلة الامتحانات ونماذج الإجابات، ولا تحاول التنبؤ ببعض الأسئلة، وتترك أجزاء من الدرس بلا مراجعة.

ب- وعليك أن تأخذ قسطاً من النوم بما لا يقل عن ٨ ساعات لتكون في حالة من الراحة الجسدية والنفسية والذهنية.

◀ صباح الامتحان :

أ- الاستيقاظ مبكراً للصلاة والمراجعة النهائية.

ب- تناول وجبة الفطور.

ج- تأكد من أن جميع ما يلزمك لأداء الامتحان معك.

د- لا تحاول النقاش مع زملائك في المادة حتى لا تشتت أفكارك.

◀ الامتحان :

أ- افهم المطلوب منك بدقة في كل سؤال.

ب- ابدأ بالأسئلة الواثق بقدرتك على إجابتها.

ج- اترك السؤال الصعب في النهاية.

د- التزم بالزمن المحدد للامتحان.



القراءة بين قلة الصبر وضعف التركيز



القراءة فن ومهارة من يتقنه ملك الدنيا، وفتح خزائن المعلومات في جميع المجالات، ولكن تعترض بعض محبي القراءة صعوبات يفرضها العصر الحالى على نفس الإنسان وعقله بسبب كثرة المشاكل والأعباء اليومية، فكم من القراء الذين يقضون أوقاتاً طويلة في القراءة ، ومع ذلك فإن حصيلتهم منها قليلة جداً .

صعوبات القراءة في العصر الحديث



« أولاً : قلة الصبر على القراءة :

وقلة الصبر ليست آفة حديثة، ولكنها إزدادت في عصرنا الحالى؛ نظراً لكثرة المسؤوليات، وصعوبة الحياة، حيث أصبح كثير من محبي القراءة لا يستطيعون المداومة على القراءة، ولا يملكون الصبر على البحث والنظر في الكتب، فبمجرد أن يبدأ القارئ بالاطلاع على كتاب ما ، يتركه جانباً ويشتغل بأمر آخر .

وأدى هذا الانشغال عن القراءة إلى اضطراب في التفكير العام وسطحية ورؤية علمية محدودة .

العلاج :

أ- ترويض النفس وإجبارها تدريجياً على القراءة.

- ب- تحديد عدد معين من الصفحات يومياً يجب إنجازه .
- ج- اختيار الوقت الملائم، حتى لا تتشغل بأى شىء غير القراءة وليكن قبل النوم.
- د- تربية أطفالنا منذ الصغر على تخصيص وقت للقراءة، وتكوين هذه العادة وغرسها فى نفوسهم وعقولهم.

◀ ثانياً : ضعف التركيز :

كثير من القراء يقرأ بعينيه فقط، ولا يقرأ بعقله، ويبدأ القراءة بنشاط وحماس، ولكنه بعد الانتهاء من عدد قليل من الصفحات يبدأ بالملل التدريجى، حتى يستيقظ فجأة ليجد نفسه غارقاً فى عالم الأفكار الشخصية، والخواطر البعيدة عن مادة الكتاب.

وقد يؤدي ضعف التركيز إلى اكتساب معلومات ناقصة، أو غير صحيحة وتكون النتيجة ضرراً وليس نفعاً.

العلاج :

- قم بتقسيم عدد صفحات الكتاب على أيام الأسبوع، ولا تقرأ غير الصفحات المحددة لليوم الواحد، وإذا وجدت نفسك «تسرح» ولا تستطيع التركيز توقف عن القراءة، وأعد القراءة من جديد ولا تستأنف باقى الصفحات إلا إذا استوعبت تماماً الصفحات التى أنهيتها.

هناك أيضاً بعض الصعوبات التى تبدو وكأنها قليلة الأهمية، ولكن قد يكون لها دور كبير فى البعد عن القراءة، ومنها:

أ- الجلسة الصحيحة :

عند القراءة يجب الجلوس جلسة صحيحة ومريحة بدون الاسترخاء التام، حيث إن الجلسة الخاطئة تعيق الدورة الدموية التى تؤدى إلى تدنى سرعة الاستيعاب، أما الاسترخاء فيفقد التركيز، ولكن يمكن

استغلال وقت الراحة والاسترخاء لقراءة المتعة والتسلية التي لا تتطلب كثيراً من التركيز.

ب- اختيار الوقت والمكان المناسبين :

يجب اختيار الأوقات التي تناسب نوع القراءة، فالقراءة الثقافية والأكاديمية تتطلب أن يكون القارئ نشطاً، بعيداً عن الضوضاء والمقاطعات، وفي مكان تتوافر به التهوية والإضاءة المناسبة.

ج- تحديد مدة القراءة :

قبل البدء بقراءة كتاب معين يجب تحديد طول الوقت المناسب لإكمال قراءة الكتاب، فوجود عامل الضغط له أثر نفسي في رفع مستوى وسرعة القراءة كنتيجة لتحديد الوقت.



الحفظ وسيلتك للحفاظ على عقلك



الحفظ مرتبط ارتباطاً أدياً بمهارة القراءة، فأصبح الناس لا يستسيغون الحفظ، ولذلك يتجنبون القراءة، ولا بد أن نعلم أن الناس يتفاوتون في مقدرتهم على الحفظ، ولكن لا يوجد إنسان على الإطلاق لا يستطيع الحفظ.

كيف أحفظ؟



١- العزيمة :

اعقد العزم على الحفظ وكن مُصرّاً على تحقيق هذا الهدف، اقرأ وكرر وتحدّ نفسك حتى تحفظ .

٢- كرر ثم كرر :

التكرار ليس من سمة الأغبياء كما يشاع، وليس مضيعة للوقت ، فالتكرار هو الوسيلة الناجحة للحفظ.

٣- استغل شبابيك :

الشباب أقدر على الحفظ.. هذه حقيقة علمية، فالتعليم في الصغر كالنقش على الحجر، وكذلك الحفظ، احفظ وأنت شاب، تظل تتمتع بعقل واعٍ سليم مدى الحياة.

٤- الفهم يسهل الحفظ :

افهم قبل أن تحفظ، فالفهم يساعد كثيراً ويسرع عملية الحفظ.

٥- احفظ شكل الصفحة :

التقط بعينيك صورة كلية للصفحة، وضع خطوطاً وعلامات تساعدك على الحفظ.

٦- التقسيم :

قسم ما تريد حفظه إلى وحدات، وابدأ بنصف صفحة، احفظ ثم كرر، احفظ النصف الثاني، أعد حفظ النصفين معاً وهكذا.

٧- اسمع صوتك :

اقرأ بصوت تسمعه أذناك، فالأذن تساعد في عملية الحفظ.

٨- بعد الإنجاز :

بعد إنجاز الحفظ قم بترداد ما حفظت لنفسك أو لغيرك، ولا تترك حفظك أمداً طويلاً، فالمراجعة تضمن لك بقاء ما حفظت في عقلك تستدعيه وقتما تشاء.



فن القراءة طريقك لإتقان فن الكتابة



«إذا أردت أن تتعلم الكتابة، فعليك أن تقرأ»، هذه حقيقة يعرفها الكتاب والمفكرون، فالقراءة تزيد من حصيلة الإنسان اللغوية وتفتح له أبواب المعرفة وتجعله يتقن التعبير وإبداء الرأي فى القضايا والأحداث الماضية والمعاصرة.

كيف تتقن فن الكتابة؟

١- تحديد الهدف :

لماذا تكتب ؟

- اعرف وحدد لنفسك هدفك من الكتابة، فعلى أساس الهدف يأتى:
 - أ- أسلوب الكتابة .
 - ب- الموضوعات التى تريد تناولها.
 - ج- النتيجة المتوقعة .

٢- اقرأ :

فالقراءة تسمى حصيلتك اللغوية والمعرفية.

٣- اكتب :

مارس عملية الكتابة باستمرار ، فكلما قمت بالتدريب على الكتابة زاد أسلوبك قوة وريانة، فعليك أن تكتب وتكتب، ومع مرور الوقت ستجد

أسلوبك فى تحسن مستمر، وحاول أيضاً أن تجد لك أسلوباً متميزاً
تتخصص به فى موضوعات معينة وعندما تتقنه ابدأ فى التنوع والكتابة
فى مجالات أخرى.

٤- ابدأ بالاحتراف :

شارك فى جريدة أو مجلة واكتب فيها، وحاول أن تجد الناقد الذى
يطور مهاراتك ويكتشف موهبتك .

٥- لا تتكلف :

اكتب بأسلوب بسيط، غير متكلف، ولا تحاول انتقاء الكلمات الصعبة
أو المبالغ فيها، فانتقاء الكلمات البسيطة تجعلك قريباً من قلوب القراء
وتجعل فكرتك تصل سريعاً وبمنتهى السهولة .

٦- اللغة العربية أم اللهجة العامية :

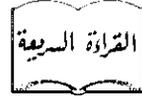
عليك باستخدام اللغة العربية الفصحى فى كتاباتك ، لأن اللغة
العربية ذاخرة بالمفردات والمعانى التى تساعد الكاتب على التعبير، فاللغة
العربية عندما تستخدم بشكل مبسط تدخل القلوب وتشعر القارئ
بمصداقية الكاتب.

٧- البداية أو المقدمة :

المقدمة هى أساس الموضوع أو المقال ، فأسلوب البداية يحدد جودة
المادة، ابدأ بمقدمة بسيطة مشوقة تضمن متابعة عيون القارئ، حتى
آخر كلمة فى الموضوع.

٨- لا تبالغ :

لا تبالغ فى ذكر التفاصيل وخاصة التفاصيل التى لا تخدم هدف
الموضوع، فكّر قبل كتابة الموضوع فى النقاط التى تحتاج لتفاصيل، وتلك
التي لا تحتاج ، وهذا يعتمد بالدرجة الأولى على طبيعة الموضوع.



القراءة السريعة

نجد أمامنا يومياً الآلاف من المعلومات الجديدة، بحيث إذا لم يمتلك الشخص منا مهارة القراءة السريعة، فإنه لن يكون على دراية وعلم بمجريات الأمور والمتغيرات التي تحدث كل ساعة، وسيبقى غافلاً عن الكثير من الأمور التي قد تساعد في حياته المهنية والاجتماعية.

◀ ما هي القراءة السريعة ؟

القراءة السريعة - كما يدل - اسمها هي عبارة عن أسلوب للقراءة تتضاعف به كمية المادة المقروءة في وقت معين مع الاحتفاظ بكامل الاستيعاب، فالإنسان الذي يتقن هذه المهارة بإمكانه في المتوسط تقليل وقت القراءة إلى الربع أو أقل، وهذا يعتمد أيضاً على مستوى القارئ وثقافته، ومدى إتقانه، وتدريبه على هذه المهارة.

ومع تعدد مصادر المعرفة ، كان لابد من استحداث طرق جديدة للقراءة تواكب ثورة المعلومات التي قامت في جميع أنحاء العالم.

◀ تاريخ القراءة السريعة :

بدأ الاجتماع الأول لزيادة سرعة القراءة، أو ما يعرف بالقراءة السريعة، عن طريق أجهزة قياس معدلات السرعة في المعاهد المتخصصة المختلفة، ولكن لم تثبت هذه الأجهزة كفاءتها، لأنه بمجرد عدم استخدام تلك الأجهزة تنخفض سرعة القراءة مرة أخرى.

بعد ذلك راقب العلماء بعض الأشخاص ولاحظوا أن سرعة القراءة تختلف بين الأشخاص، فقد كان الرئيس روزفلت يقرأ كتاباً كل يوم قبل الإفطار وكان جون كنيدي يقرأ بمعدل ١٢٠٠ كلمة فى الدقيقة.

وقد نتعجب عندما نعرف أن رجل الشارع فى اليابان يقرأ ٤٠ كتاباً سنوياً والأمريكى يقرأ ٣٠ كتاباً سنوياً.

أدرك هؤلاء أن القراءة هى وسيلتهم للتواصل مع الآخرين ومواكبة المعرفة وتعلم ما ينفعهم فى هذا العصر الحديث ، عصر الانفجار المعلوماتى.

◀ لماذا يجب أن نتقن القراءة السريعة ؟

ننفق الكثير من وقتنا فى قراءة الكتب والصحف والمجلات وفى هذا العصر المسمى بعصر السرعة، نحتاج إلى القراءة فى وقت أقصر، لذا لابد أن نلجأ إلى ما يسمى بالقراءة السريعة التى تمكن من قراءة الكثير فى وقت قصير.

◀ لماذا يجب أن تنمى مهارات القراءة لديك ؟

- ١- القراءة تنمى الثقة بالنفس .
- ٢- القراءة تجعلك أكثر كفاءة فى إنجاز الأعمال.
- ٣- القراءة تجعل قراراتك أكثر إيجابية .
- ٤- القراءة تثبتك فى مواجهة الأزمات والضغوط.
- ٥- القراءة تزيد من فهمك وإدراكك للأمور.
- ٦- القراءة تجعلك لبقاً فى محادثة الآخرين .
- ٧- القراءة تزيد من قدرتك على تحمل المسؤولية.
- ٨- القراءة تجعلك أكثر دقة وذكاءً .

◀ ماذا تحتاج قبل البدء فى تعلم مهارة القراءة السريعة ؟

- ١- قصص من الصحف اليومية .
- ٢- مقالات من المجالات .
- ٣- عدد من الروايات .
- ٤- كتب علمية .
- ٥- ساعة رقمية أو ساعة إيقاف .
- ٦- قلم الرصاص ومشابك ملونة .

كيف تختبر سرعة قراءتك ؟

- أوجد عدد الكلمات فى صفحة واحدة فى سطر واحد، فمثلاً : عدد الكلمات فى الأسطر الستة الأولى هى (٦٠ كلمة)
- ٦٠ كلمة ÷ ٦ أسطر = ١٠ كلمات فى السطر الأول .

◀ كيف تعمل هذه الأساليب ؟

١- الحركة الآمنة لليد :

وتتلخص باستخدام إصبع السبابة كمرشد ، تتبع كل سطر من أقصى اليمين إلى أقصى اليسار، وفى نهاية كل سطر حرك إصبعك إلى أعلى اليسار لمنع تثبيت العين، ثم ابدأ مرة أخرى من اليمين، ومن الضرورى المحافظة على إيقاع ثابت لحركة الإصبع، وإذا قابلك ناقص أكمل حتى ينتهى الهامش الذى على يسار السطر وانتبه من تحريك رأسك يميناً وشمالاً، فقط حركة العين لتتابع حركة الإصبع على السطر.

٢- الحركة شبه الآمنة لليد :

فى هذه الطريقة سوف تستخدم منظم قراءتك لتتبع الجزء الأوسط فقط من القطعة التى تريد قراءتها .

٣- الحركة السليسة لليد:

فى هذه الطريقة ضع سبابتك تحت سطر من سطور الصفحة المقروءة. ابدأ من أقصى اليمين إلى أقصى اليسار، وبينما سبابتك على السطر الذى تقرؤه، حرّك السبابة سطرًا أو سطرين، بينما أنت تتابع القراءة والحركة، كرر هذا الأمر، وفى هذه الطريقة يقع بصرك على كامل الجزء المقروء، وليس على أجزاء الكلمة، تحتاج هذه الطريقة وقتًا كافيًا للتدريب على ممارستها حتى تتقن هذا الأسلوب.

◀ تنوعات حركة اليد :

- ١- الحركة المتعرجة (z).
- ٢- من المنتصف إلى أسفل الصفحة مباشرة.
- ٣- حركات تحتاج فيها لإصبعين.
- ٤- من أعلى إلى أسفل بشكل متوازٍ .
- ٥- من أعلى إلى أسفل إلى أعلى على شكل حرف (v).
- ٦- من أعلى إلى أسفل ثم انقطاع ثم إلى أعلى مرة أخرى.
- ٧- طريقة الركض وهى مفضلة للأغلبية لقراءة المواد الصعبة.

كيف تختبر سرعة قراءتك ؟

- اضرب ١٠ كلمات فى السطر × ٣٠ سطرًا (الصفحة الكاملة)
= ٣٠٠ كلمة فى الصفحة.
- اضرب ٣٠٠ كلمة فى الصفحة × ١٠ صفحات (عدد الصفحات المقروءة) = ٣٠٠٠ كلمة .
- اقسام ٣٠٠٠ كلمة ÷ ٣ دقائق (الوقت المستغرق فى القراءة) = ١٠٠٠ كلمة فى الدقيقة .
- فتكون قراءتك هى ١٠٠٠ كلمة فى الدقيقة الواحدة .

◀ أساليب تساعدك على زيادة سرعة قراءتك :

هناك ثلاثة أساليب تساعدك على زيادة معدل سرعة قراءتك، وهذه الأساليب تتطلب منك تحريك يدك لتتبع الأسطر، وسواء كان إصبعك أو كان قلمًا كلها تسمى «منظم القراءة» وهو الشيء الذى يساعدك فى تتبع ما تقرأ .

١- الحركة الآمنة لليد كمؤشر :

وهى تناسب قراءة المواد الصعبة والمفصلة، كالعقود والبحوث .

٢- الحركة شبه الآمنة لليد كمؤشر :

وهى تناسب قراءة المواد الأقل صعوبة مثل تقارير العمل غير الرسمية .

٣- الحركة اللصيقة لليد :

وهى تناسب قراءة المواد السهلة، مثل الجرائد والمجلات والقصص .

من أجل قراءة أسرع

١- ادفع نفسك للقراءة، ولا تضيع وقتك فى معرفة كل كلمة على حدة .

٢- لا تكن عبداً للمضردات ، وابحث عن المعنى لاحقاً .

٣- اقرأ ولا تتكلم، ولا تنطق بالكلمات وأنت تقرأ ، لأن ذلك يقلل من سرعتك .

٤- اعزل نفسك عن الضوضاء وعوامل التشتيت .

◀ مهارات القراءة السريعة :

١- بناء المضردات :

تفيد الدراسات بأن المتفوقين فى ميادين العمل المختلفة هم الذين

لديهم حصيلة متميزة من مفردات اللغة، ومن الطرق التي تساعدك على بناء المفردات:

أ- احتفظ بكمبيوتر جيب صغير لاستيعاب الكلمات ومفرداتها .

ب- طور اهتماماتك وتدرّب على الاستخدام الأمثل لقواعد اللغة .

٢- تنمية المجال البصرى:

عندما تنمى الجانب البصرى ستكون قادراً على فهم الرسالة التي يريدّها كاتب المقال دون الحاجة لقراءة النص المكتوب .

٣- قوة الصورة :

تتجه الصور إلى العقل مباشرة تاركة فيه انطباعات ذهنية، فلا تتجاهل هذه الانطباعات وقم بالاستفادة منها .

٤- الإعادة الفورية :

هى ما يعرف بالخريطة الذهنية، والتي من خلالها يسجل الإنسان فى ذهنه الكلمات الدالة على المعنى حتى تتكون صور ذهنية، وبتذكر كلمة واحدة ستنتقل الفكرة أو القصة أو المعلومة بكاملها .

تستخدم الإعادة الفورية (الخرائط الذهنية) فى الحالات الآتية:

أ- إلقاء خطاب .

ب- تقديم متحدث .

ج- عند إجراء اتصال تليفونى .

د- الذهاب للتسوق .

هـ- تدوين الملاحظات فى الاجتماعات .

٥- الأسئلة الخمسة : (من ، ماذا ، متى ، أين ، لماذا)

عند قراءة نص معين مع:

رقم ١ على كل كلمة تجيب عن من؟

ورقم ٢ على كل كلمة تجيب عن ماذا ؟

وكذلك الأمر فى ٣ متى ؟ ٤ أين ؟ ٥ لماذا؟

وعندما تريد مراجعة النص سريعاً انظر فقط إلى الأرقام وستتذكر المعلومات التى تريد معرفتها بشكل سريع .

◀ كيف تستخدم الخطوات السابقة فى؟

قراءة علمية :

استخدم فى القراءة العلمية طريقة القراءة متعددة الأوجه، وتستخدم هذه الطريقة لقراءة المادة العلمية لأنها منظمة بشكل منطقي، وتعرف هذه الطريقة بـ (sq3r) وهى اختصار لـ :

s= survey q = question

R= read R= recite

R= write

R- review

١- استعرض : تصفح كل شيء من الصفحة الأولى إلى الفهرس واسأل نفسك لماذا أقرأ هذا الكتاب ، وماذا سيضيف لى ؟

٢- نظرة عامة على الكتاب: انظر بشكل سريع لمحتويات الكتاب لبرمجة عقلك للتعامل مع هذا الكتاب .

٣- اقرأ من أجل الفهم والاستيعاب .

٤- بعد المعاينة، أعد استعراض ما قرأت وحاول زيادة الاستيعاب.

٥- اعمل على تصميم خريطة ذهنية (إعادة فورية) لتذكر النقاط الرئيسة لما قرأت.

عند قراءة نص غير قصصى ، اتبع ما يلى :

١- استعرض الوثيقة بسرعة ، ولاحظ الموضوع الذى توجه المعلومة بشأنه .

٢- تمرن على زيادة قدرتك على استيعاب ما تقرأ .

٣- ضع علامات على المواد التى تحتاج إلى إعادة قراءة .

٤- ضع ما قرأت فى صورة خرائط ذهنية .

٥- استعرض ما قرأت وتأكد من احتياجك لاتخاذ قرار مآ .

عند قراءة نص قصصى ، اتبع ما يلى:

١- استعرض القصة بشكل سريع .

٢- تكيف مزاجياً مع القصة .

٣- صمم صوراً وخرائط ذهنية .

٤- استشعر القصة وكأنك تشاهد فيلماً .

٥- قسم ما تقرأ إلى أجزاء أو فصول، وخصص لكل جزء زمناً محدداً .

◀ كيف تحافظ على مهارتك فى القراءة السريعة ؟

١- اقرأ كثيراً، وخصص وقتاً لممارسة مهارات القراءة .

٢- اقرأ من أجل الوصول إلى الأفكار الأساسية لما تقرأ .

٣- طور قدرتك على الفهم بقراءة المقالات الصعبة .

٤- خطط وقتاً محدداً للقراءة، وصمم على أن تنتهى فى الوقت المحدد .

٥- ركز انتباهك وابتعد عن مصادر التشيت .

٦- تمرس على تكوين الخرائط الذهنية لما تقرأ، سيزيد هذا من فهمك

ومن حفظك .

٧- قم بالتنوع فى حركات اليد أثناء القراءة، لتجريب الطرف والوسائل المتنوعة.

٨- كن مرناً ومتحكماً فى أن تكون سريعاً أو بطيئاً فى القراءة لأجل فهم أفضل.

« ما الهدف من إتقان فن القراءة السريعة ؟

تهدف القراءة السريعة إلى اكتساب المعرفة بصورة أكبر ، وهى مهارة يمكن اكتسابها، وحتى نجيد القراءة السريعة يجب علينا معرفة :

كيف نقرأ الآن ؟

١- النظر إلى الكلمة المكتوبة.

٢- تحويل الكلمة المكتوبة إلى كلمة مسموعة.

٣- البحث عن معنى الكلمة المسموعة.

٤- تحويل معنى الكلمة المسموعة إلى الكلمة المكتوبة.

٥- فهم الكلمة المكتوبة.

والقراءة السريعة تختصر تلك الخطوات إلى خطوتين فقط:

١- النظر إلى الكلمة المكتوبة.

٢- فهم الكلمة المكتوبة.

فالفرق بين القراءة العادية، والقراءة السريعة كالفرق بين الرجل العادى والعَدَّاء، فكلاهما يقطعان مسافة واحدة ولكن الزمن يختلف، والعَدَّاء لم يصل لهذه المهارة إلا بالتدريب المتكرر، واتباع أساليب معينة.

ومن فوائد القراءة السريعة أنه كلما زادت سرعة قراءتنا زاد فهمنا للجملة، لأن الذهن البشرى يمكنه الاستيعاب بسرعة ٥٠ ألف كلمة فى

الدقيقة فمهما بلغت سرعتنا، فإن سرعة ذهننا تفوقه؛ لذا فمن خلال التدريب، واتباع أساليب معينة قد ذكرناها سابقاً، وبالنظر إلى البعد الكبير بين إمكانية الذهن على الاستيعاب لعدد الكلمات (٥٠ ألف كلمة في الدقيقة) وبين الواقع الحالى والمتوسط لكل إنسان (٢٠٠ كلمة في الدقيقة) يمكن وبسهولة تحقيق نتائج مذهلة، وقد وجد أنه بالتدريب الذى يستغرق بين أربعة أيام وخمسة عشر يوماً تكون نتائج المتفوقين حوالى ١٥٠٠ كلمة فى الدقيقة، وأما من دونهم فإنهم يتوقفون عند حوالى ٧٠٠ كلمة فى الدقيقة.

◀ معوقات السرعة مع طرق الحماية :

هناك عدة عوامل تعوق سرعتك فى القراءة :

١- العادة :

اعتاد كثير من الناس منذ الصغر على عملية التراجع لقراءة الكلمة أو الكلمات مرة ثانية، أو عدة مرات، وأحياناً السطر بأكمله، وقد تستمر هذه العادة مع الشخص حتى الكبر مع عدم وجود مبرر لهذه العادة. فعملية التراجع عند القراءة تؤدي إلى تشتيت الذهن، وإعاقة تسلسل الأفكار لإكمال الصورة، وترسيخ فكرة المادة المقروءة، ويعتبر التراجع من أكبر عوائق القراءة السريعة.

ومن السهل التخلص من هذه العادة بالإصرار على عدم التراجع أو التوقف بل محاولة الاستمرار فى القراءة وبالطبع فى المحاولات الأولى ستقل درجة الاستيعاب ولكن بعد التدريب ترتفع مرة أخرى.

إن عملية الجهر بالقراءة، أو مجرد تحريك الشفاه تستغرق وقتاً أكبر، وتتطلب جهداً أكثر، ويعتبر ذلك أيضاً من أكبر معوقات القراءة السريعة، ولذا يجب اجتناب، تحريك العينين بدرجة كبيرة بين بداية السطر

ونهايته، وباعتقاد ذلك يتوسع مدى العين، وتتمكن من التقاط كلمات السطر فى نظرة واحدة، وبصورة منتظمة، ومتتابعة لكل سطر، أو لكل مجموعة من الكلمات.

ولكى تقضى على هذه العادة وهى تحريك الشفاه عند القراءة، عليك بوضع ملعقة بين أسنانك أثناء القراءة، وسوف تنتهى هذه العادة نهائياً، ولا يُسمح للأطفال بفعل ذلك فقد يكون خطراً عليهم.

٢- عدم أخذ فترات راحة :

عليك أخذ فترات راحة أثناء القراءة، فهذا يساعدك على الرجوع مرة أخرى بنشاط وحماس لمواصلة ما تقرأ .

٣- القراءة بدون هدف:

دائماً ، ضع هدفاً للقراءة، وابحث دائماً عن الهدف من قراءتك لأى كتاب، مقال ، جريدة حتى تستطيع الإنجاز والالتزام لتحقيق هدفك.

٤- نظام الغذاء :

هل تعلم أن ما تأكله أثناء قراءتك لكتاب أو مقال ، له تأثير مباشر على قدرتك للاستيعاب والتركيز، فعليك الانتباه لما تأكل أو تشرب أثناء قراءتك.

٥- الضوضاء :

اقرأ دائماً فى جو هادئ ، بعيداً عن الإزعاج والضوضاء التى تشتت التركيز، وتجعلك تنسى ما قرأت قبل الانتهاء منه .

« مهارة المجاراة وضبط السرعة :

والمقصود .. القراءة السريعة مع الفهم السريع، وهذه المهارة، تحتاج إلى الكثير من التدريب ، كما تتطلب الاستمرار فى التطبيق، وهى لهذا

تعتمد على المرونة «أى القدرة على قراءة النصوص المختلفة بالسرعة الأكثر اتفاقاً مع غرض ونوعية النص».

« مهارة التخمين :

هى العملية الذهنية التي يقوم بها الدماغ قبل قراءة النص، فقد يوحى العنوان بأفكار قد تكون فى صلب الموضوع، فيتنبأ القارئ بما يمكن أن يكون الموضوع، ويمكن التدريب على هذه المهارة بالتكرار ومقارنة النتائج حتى يصبح لدى الإنسان فراسة، وهى قد تبرز تجاه كاتب معين فقد تقرأ عنوان مقال لكاتب محدد ثم تخمن باقى الموضوع وإذا راجعت النص، ووجدت ما خمنت أو قريباً منه ، فإنك فى المرة القادمة قد تقترب أكثر.





القراءة التصويرية

يقول دارسو القراءة التصويرية، ومدرسوها: إنها أجدى طريقة لمواجهة واستيعاب الطوفان المعلوماتي ويؤكدون أنك من خلالها تستطيع قراءة ٢٥٠٠٠ كلمة فى الدقيقة وصفحتين فى ثانية واحدة، واجهت هذه المهارة كل أصناف التهكم والسخرية والاتهام بالخيالية.

والقراءة التصويرية هى ليست قراءة بالمعنى الحرفى للكلمة وأنها تصوير للصفحات التى بين يديك، ونستطيع القول: إنها مسح للصفحة. يستطيع أى شخص أن يستخدم هذه الطريقة، ويمكن أن تصل سرعة أى منا إلى أكثر من ٢٥٠٠٠ كلمة فى الدقيقة. وبذلك يستطيع الفرد منا أن يقرأ كتاباً من ٢٥٠ - ٣٠٠ صفحة فى أقل من ٥ دقائق.

على الرغم من أن هذا الكلام أشبه بالخيال، إلا أن العلماء أثبتوا ذلك ومنهم المدرب البارز فى هذا المجال الدكتور / عبيد الناصر الزهرانى، الذى أثبت فى الدورات التى قدمها هذا الكلام.

وقد ذكر (بول شيلى) فى كتابه (القراءة التصويرية) أن التجارب الأولية فى القراءة المدرسية جعلت التعلم بطيئاً ، فقام (بول شيلى) بعمل الأبحاث فى مجال إدراك اللاوعى ومرحلة ما قبل الوعى، وأثبت أن الإنسان لديه قدرة ذهنية لا يمكن تخيلها.

يستطيع الإنسان امتصاص المعلومات البصرية دون تدخل الوعى، ومن هنا جاءت فكرة القراءة التصويرية، والعمل على تطويرها، حتى أصبح لها قسم خاص فى الجامعات الغربية.

● الخطوات العلمية التى تستخدم فيها قدرات عقلك بفاعلية للوصول إلى أى موضوع تريده فى أقل وقت ممكن :

* الخطوة الأولى.. الاستعداد :

القراءة المؤثرة تبدأ بوضع هدف واضح وأن تكون واثقاً من الحصول عليه، وهذا يعنى أن نعى بكامل وعينا ما نريده من القراءة، فالهدف يعمل كإشارة أمر للعقل الباطن للبحث عن النتائج التى نريدها، فندخل فى حالة وعى بدون قلق أو ضجر.

* الخطوة الثانية .. إلقاء نظرة عامة :

وهى مسح المادة المكتوبة، وإنجاز هذا الأمر مع كتاب ما فإننا نقرأ: الغلاف الخارجى، جدول المحتويات، الفهرس، العناوين الرئيسية، الخطوط العريضة وغيرها، فالقراءة الفعالة تأخذ موقعها من الكليات إلى الجزئيات، حيث تبدأ بنظرة عامة للشئ وتتحول بعدها إلى الأجزاء الصغيرة والتفاصيل.

* الخطوة الثالثة .. القراءة التصويرية :

تقنية القراءة التصويرية تبدأ بوضع أنفسنا فى حالة استرخاء ذهنى وبدنى تام تسمى بحالة التعلم المثلئ، وفيها تتبدد كل حالات القلق والتوتر، وبعد ذلك نضبط نظرتنا نحو منتصف الكتاب، والهدف فيها هو استخدام أعيننا بطريقة جديدة بحيث تشمل كامل الصفحتين بدلاً من التركيز على كلمات فردية .

* الخطوة الرابعة .. الإثارة :

فى حالة الإثارة فإننا نعيد تحريك الذهن بالأسئلة، واكتشاف أجزاء من النص تثير اهتمامنا ، ثم نبدأ بإلقاء نظرة سريعة على منتصف كل صفحة أو عمود . ونتوقف عند كل كلمة توقفت عندها العين عنوة، فهى رسالة من العقل تقول: إن هذه الفقرة مهمة بالنسبة للموضوع الذى تبحث عنه .

* الخطوة الخامسة .. الخارطة الذهنية :

وهى كتابة ما يفهم من الكلمات التى توقفت عندها العين فى شكل خارطة، وهذا كله يقوم على الاسترخاء .

الاسترخاء

يعد الاسترخاء من أهم الأمور سواء فى القراءة التصويرية أم غيرها، ومن المعلوم أن العقل يصدر موجات كهرومغناطيسية (ألفا - بيتا - دلتا وثيرتا) تبعاً للحالة التى يمر بها والتى يهمننا هنا أن (ألفا) تصدر عندما يكون الإنسان فى حالة استرخاء، وأيضاً يصدر العقل موجة (ثيرتا) التى هى حالة الإبداع وبين الحالتين تكون حالة التعلم المثلى، فهذه الحالة تجمع بين (ألفا وثيرتا).

◀ القراءة التصويرية بحث أم متعة ؟

هدف القراءة التصويرية بحثى من الدرجة الأولى وبعيد عن المتعة فالصحفى يبحث عن المعلومة وسط كم هائل من المعلومات، وكذلك الدارس والباحث وأرباب التجارة والمحامون وكذلك الدعاة والخطباء وغيرهم .

أما المتعة فتأتى من الهدف الذى تستخدم به القراءة التصويرية ،
فإذا أردت أن تبحث عن نص معين فى كتاب كبير، فالقراءة التصويرية
تساعدك فى ذلك وهنا تأتى المتعة.

أما إذا كان الهدف من القراءة الاستمتاع بالمعانى والجمل أو قراءة
شعر، فالقراءة التصويرية لا مجال لها هنا.

◀ كيف يتفاعل ضعف الإدراك مع القراءة التصويرية ؟

الإدراك كما عرفه (بونتي) هو: فهم معنى متأصل فى شكل حسى
سابق على كل حكم. فكل فرد يأخذ من القراءة التصويرية بقدر معرفته
بها، ويمكن زيادة عملية الإدراك من خلال القراءة التصويرية .

* القراءة التصويرية .. والقراءة السريعة :

الحقيقة أن القراءة تعتمد على الشخص نفسه ، ولكن فى القراءة
التصويرية يكون الاسترخاء ثم القراءة ولكن فى القراءة السريعة تكون
القراءة أكثر توترًا ويحاول القارئ الاسترخاء خلال القراءة. والقراءة
السريعة هى زيادة سرعة الإنسان فى القراءة إلى ١٠٠٠ كلمة فى
الدقيقة، بينما القراءة التصويرية هى زيادة قدرة الإنسان على القراءة
إلى ٢٥٠٠٠ كلمة فى الدقيقة .

* القراءة التصويرية والاكْتساب اللغوى :

تعتمد القراءة التصويرية على الصورة وليس الصوت، لذلك من أراد
أن يتعلم التجويد واللغة، فالقراءة التصويرية لا تصلح له ولكن قد
تساعد فى زيادة المخزون اللغوى.

* تفرع القراءة التصويرية عن البرمجة اللغوية العصبية :

ذكر «بول شيلى» فى كتابه أن البرمجة اللغوية ساعدته فى دراسة القراءة التصويرية .

يستخدم العلماء البرمجة اللغوية العصبية فى التدريب مثل :

- ١- الاسـتـرخـاء .
- ٢- التخلص من المعتقدات المعوقة.
- ٣- تمارين الثقة بالنفس .





كيف أجعل طفلي يحب القراءة ؟

سؤال يتكرر في أذهاننا كثيراً، فإما أن نجد له إجابة وإما لا ، لأن ترغيب أطفالنا في القراءة ليست فكرة واحدة أو نشاطاً واحداً نقوم به يوماً وننساه أياماً، ترغيب الطفل في القراءة هو أسلوب حياة ومنهج مستمر يبدأ ويتطور مع تطور الطفل وتطور احتياجاته، وهناك طرق ونصائح اتفق عليها العلماء والخبراء في العالم تساعد الأهل على جعل أطفالهم يحبون القراءة، ويجعلونها زاهم اليومى بدون ضغط أو إجبار.

١- القدوة القارئة :

- أ- توفير مكتبة - ولو صغيرة بالبيت - تضم الكتب والمجلات المتنوعة.
- ب- رؤية الطفل لأب وأم قارئين ومحبين للقراءة ، يجعله حتماً يحب القراءة.
- ج- توفير الكتب للطفل في مرحلة ما قبل المدرسة والتي تقترب من الألعاب في أشكالها وتكثر فيها الرسوم والصور.

٢- توفير الكتب والمجلات الخاصة للطفل :

- أ- يجب أن تحمل هذه الكتب المضمون التربوي المناسب لبيئة الطفل.
- ب- لا بد أن تناسب العمر الزمني والعقلي للطفل.

ج- وأن تتميز بالإخراج الجميل والألوان الجذابة والأحرف الكبيرة لتجذب الطفل.

٣- تشجيع الطفل على تكوين مكتبة صغيرة له :

- أ- اجعل طفلك يختار لون ومكان مكتبته فى غرفته .
- ب- قم باصطحاب طفلك للمكتبات التجارية واترك له الاختيار.
- ج- لا تجبر طفلك على شراء كتب أو مجلات معينة .

٤- التدرج فى مستوى الكتاب :

- أ- كتاب مصور فقط .
- ب- كتاب يحتوى على صورة وجملة واحدة فى كل صفحة .
- ج- ثم كتاب مصور، يكون فى الصفحة الواحدة سطر.. وهكذا .

٥- المكان الجيد للقراءة :

- أ- البيت يعتبر أفضل مكان للقراءة.
- ب- يجب توفير الإنارة المناسبة والراحة الكاملة للطفل أثناء القراءة.
- ج- يفضل معظم الأطفال الكرسي الهزاز كمكان خاص للقراءة فقط.

٦- خصص وقتاً لتقرأ لطفلك :

- أ- اقرأ لطفلك يومياً فى ميعاد محدد وليكن قبل النوم مساء .
- ب- اقرأ لطفلك حتى وإن كان يعرف القراءة ، فالطفل يقلد أمه وأباه.

٧- رغبات الطفل :

- على الأهل مراعاة رغبات الطفل فى اختيار الموضوعات التى يجب أن يقرأها، مثل (قصص الحيوانات، القصص الخيالية، المغامرات إلخ..)

◀ كيف تقرأ لطفلك ؟

- 1- عندما تقرأ لطفلك فأنت تحاول أن تجعله يحب القراءة، ويستمتع بها، فاعمل جاهداً على تحقيق هذا الهدف حتى لا يصاب الطفل بالملل:
 - 1- اقرأ لطفلك أى كتاب أو قصة يرغب فيها مهما كانت بسيطة أو مكررة.
 - 2- عليك بالتمثيل والتعبير أثناء القراءة واستعمل نبرات صوت مختلفة.
 - 3- اطرح الأسئلة وحاوّر طفلك فيما سمعه منك.
 - 4- حاول أن تكون هذه القراءة مستمرة يومياً أو على الأقل مرتين كل أسبوع.
 - 5- يمكن أن توزع أدوار القصة على أطفالك ليقوموا بتمثيلها.
 - 6- اجعل وقت القراءة وقت مرح ومتعة .

◀ المناسبات ، الإجازة، السفر، وهوايات الطفل لدعم حب القراءة :

المناسبات :

- 1- استغلال النجاح أو التفوق فى دراسته لتقديم القصص والكتب المناسبة كهدية للطفل.
- 2- استغلال المناسبات الدينية مثل الحج والصوم والأعياد وغيرها من المناسبات لتقديم القصص الجذابة حول هذه المناسبات.
- 3- استغلال الرحلات والزيارات لحديقة الحيوان وغيرها من الأماكن واصطحب بعض الكتب عن المكان والحيوانات فى هذه الرحلة أو الزيارة.

• الإجازات والسفر :

- 1- يجب ألا ينقطع الطفل عن القراءة حتى فى الإجازة والسفر .

٢- إذا كانت الأسرة تزور مدينة لأول مرة ، فمن المفيد جداً شراء بعض الكتيبات عن هذه المدينة، ويقوم الأب بالقراءة الجهرية، فالقراءة الجهرية ممتعة للأطفال، وتدعم الروابط الأسرية، وستكون جزءاً من ذكريات طفولتهم.

• الهوايات :

- اكتشف هواية طفلك، ثم وفر له الكتب المناسبة لهذه الهواية، التي تقدم له كل المعلومات والأسئلة التي تشغله حول هوايته مثل (كرة القدم- قيادة الدراجة - الرسم - الكمبيوتر وغيرها من الهوايات).

◀ القراءة والتلفزيون :

التلفزيون أصبح الآن أسهل وأسرع وسيلة للحصول على المعلومات وهو المتعة السهلة، ولكن يجب أن يتعلم الطفل أن يبحث عن المعلومات وأين يجدها، ولا بد من تقنين الفترة التي يجلس فيها الطفل أمام التلفزيون وتحديدًا بشكل صارم، وحتى ننجح في استبدال الساعات الطويلة التي يجلس فيها الأطفال أمام التلفزيون بساعات من القراءة المثمرة التي تنمي العقل يجب علينا:

١- الاكتفاء بجهاز تلفزيون واحد في المنزل، لأن كثرة أجهزة التلفزيون في المنزل تشجع الطفل على أن يقضى معظم وقته في مشاهدة البرامج، وعدم البحث عن وسائل أخرى للتسلية .

٢- تعمد الأب اختيار برنامج خاص به، والأم كذلك حتى يلجأ الطفل للقراءة حين يكون فرد آخر من أسرته يتابع لا يرغب الطفل في متابعته .

٣- لا تضع جهاز تلفزيون في غرفة طفلك لأي سبب ، لأنه سوف ينام وهو يشاهده بدلاً من قراءة كتاب قبل النوم.

◀ المدرسة والرحلات المدرسية وتنمية القراءة :

نعلم جيداً أن دور المدرسة مكمل لدور البيت، فالمدرسة والبيت هما مصدر المعرفة للطفل، يبدأ الطفل في تعلم القراءة بشكل أكاديمي في سنواته الأولى بالمدرسة، وهناك فرع من فروع مادة اللغة العربية يسمى القراءة، ولهذا الفرع منهج محدد، وأسلوب تدريس، وامتحان أيضاً شهري وفي آخر العام، ولكن... كيف يمكن أن نستغل هذا الفرع من فروع اللغة العربية في جذب الطفل للقراءة أكثر، وليس العكس ؟

- ١- التعاون بين البيت والمدرسة لجعل حصة القراءة ممتعة .
 - ٢- إنشاء مكتبة صغيرة بحجرة الدراسة تضم كتباً وقصصاً متنوعة ويترك الاختيار للطفل لاختيار كتاب يقرؤه مرة أسبوعياً .
 - ٣- على الأهل متابعة طرق تدريس القراءة وتقديم المقترحات.
 - ٤- حاول أن تعقد مقابلة مع معلم القراءة توضح له اهتمامك بقراءة طفلك .
 - ٥- قم بالاستعلام عن علاقة طفلك بمكتبة المدرسة .
 - ٦- قدّم خطابات الشكر للمعلم الذى يؤدي درس القراءة بطريقة تنمى حب القراءة لدى الطفل .
 - ٧- أحياناً يخشى المعلم القيام بأنشطة قراءة حرة داخل الفصل، ويترك المقرر قليلاً، لذا عليك أن تدعم هذا المعلم، وتثنى على عمله أمام مديره .
- تمثل الرحلات المدرسية فرصة رائعة لتشجيع الطفل على القراءة، فمثلاً يمكنك أن تسأل عن مكان الرحلة، وتمد طفلك ببعض الكتب عن هذا المكان ليقرأها مع أصدقائه في رحلة الذهاب والإياب، مثل : حديقة الحيوان، الملاهى، المتاحف، الحدائق إلخ..
- فهذا سيجعل أصدقاء طفلك يقلدونه مما سيعطيه ثقة أكبر بنفسه ويشعر بالتميز لأنه يقرأ .

◀ السيارة والقراءة :

١- احرص على توفير المجالات والقصص المناسبة لطفلك فى سيارتك .
وقدمها للطفل أثناء القيادة، وخاصة إذا كان على الطفل أن يجلس
مدة طويلة فى السيارة وفى المقعد الخلفى .

٢- كن قدوة لطفلك ، واحتفظ ببعض الكتب والمجلات النافعة فى
سيارتك، وقم بقراءتها عند إصلاح عطل أو غسيل السيارة واستفد
بهذا الوقت الضائع حتى يتعلم طفلك هذا السلوك .

◀ علم طفلك قراءة الوصفات :

قم بقراءة الوصفات لطفلك مثل وصفة الدواء بداخل العبوة، أو طرق
تركيب الألعاب وغيرها من الوصفات، واطلب من طفلك أيضاً قراءتها
لأن ذلك يجعله يكتشف غموض الأشياء وبذلك يتعلق بالقراءة أكثر .

◀ قصص القرآن والأنبياء :

قم بتزويد طفلك بكتب عن الشخصيات الدينية وقصص القرآن، لكى
يتعلم دينه، ويرتبط به، ويفهم المعانى العديدة والمعجزات بطريقة بسيطة،
وكل ذلك موجود فى قصص مشوقة وجذابة .

كل ما سبق يجعل الطفل يعيش فى جو قرائى جميل، يشعره بأهمية
القراءة والكتاب ، وتتمو علاقته بالكتاب بصورة إيجابية ومفيدة .

◀ أهمية القراءة للأطفال :

للقراءة أثر بالغ الأهمية على نمو الطفل العقلى، فالقراءة تفتح أمام
الطفل آفاق المستقبل وتطلععه على العديد من الأفكار والمعلومات من
جميع أنحاء العالم، تخبره عن الماضى وتفتح عيونه على المستقبل وهو
جالس على كرسيه الصغير والعالم كله بين يديه، فالطفل منذ نعومة

أظافره يجب اكتشاف الكون من حوله، وأفضل طريقة للاكتشاف هي القراءة.

« فوائد القراءة للطفل :

- ١- تزيد القراءة من الحصيلة اللغوية ومفردات الطفل، وذلك يتضمن اللغات الأجنبية.
- ٢- تنمي القراءة مدارك الطفل وخياله.
- ٣- تعلم الطفل دروساً عديدة، والفرق بين الخير والشر، والقبح والجمال..
- ٤- تزيد القراءة من التحصيل الدراسي للطفل.
- ٥- تساعد الطفل على اكتشاف متعة العلم والمعرفة.
- ٦- تساعد على تنمية المهارات الكتابية لدى الطفل.
- ٧- تعزز من ثقة الطفل بنفسه.
- ٨- تعلم الطفل وتكسبه مهارات الحديث والإلقاء.
- ٩- تنمي القراءة العلاقة بين القارئ (معلم - أسرة) وبين الطفل.
- ١٠- توجه الطفل نحو التسلية المفيدة، وتبعده عن أخطاء التليفزيون السلبية.
- ١١- تعلم الطفل احترام الكتاب .

« اختيار الكتب المناسبة لمراحل العمر المختلفة للأطفال :

- أقل من ٣ سنوات : يجب معرفة الكثير عن قصص ما يحدث له أو حوله (أنواع الطعام التي يأكلها - الألعاب التي يحبها..)

فكلما صغر الطفل تصغر دائرة اهتمامه .

- من ٣- ٥ سنوات: يستمع الطفل فى هذه المرحلة إلى المزيد عن أسرته ومنزله ، الحيوانات المفضلة لديه، المدرسة والأصدقاء.

- من ٥- ٩ سنوات : الطفل فى هذه المرحلة يعشق الخيال ، فهو يريد أن يعرف عن الديناصورات والوحوش والقصص الخيالية .

- من ٩ - إلى المراهقة : يفضل الطفل فى هذه المرحلة، الواقع ، فهو يحب قصص المغامرات، والتوضيحية، وحل الألغاز، وقصصًا لأبطال حقيقيين.

وكما ذكرنا سابقًا لابد أن نترك للطفل فرصة لاختيار ما يحب أن يقرأ .



إتقان فن القراءة .. طريقك لإتقان فن الحوار، و التواصل مع الآخرين، وفن الحديث



« فن الحوار والتواصل مع الآخرين :

كما ذكرنا أن القراءة هي عيوننا على الحياة ، فالاستفادة العملية من فن القراءة يجعلنا نتعلم فن الحوار والتواصل مع الآخرين من أجل الوصول إلى تقريب وجهات النظر والتعرف على الآخر وصقل الأفكار مما يؤدي إلى تقريب وجهات النظر في القضايا الخلافية الشائكة ، وإلى جانب القراءة هناك بعض الأسس التي من خلالها تستطيع إتقان هذه الفنون الحياتية.

لماذا يحاول الناس السيطرة على الآخرين ؟

- ١- يريدون تحقيق مصالحهم فقط .
 - ٢- يتقمصون الدور والموقع الذي يمثلونه بدلاً من تمثيل حاجات ومصالح كل الأطراف .
 - ٣- يخضعون لجمود التفكير النمطي الجاهز في حل المواقف .
 - ٤- لا يقدرّون على إبداع أساليب جديدة وخلاقة .
 - ٥- يسعون لحماية وتأمين أشد جوانب شخصياتهم ضعفاً وحساسية .
 - ٦- يحاولون تجاوز الصراع أو حله بشكل سطحي دون تعمق في جذوره وحقيقته .
- وقد تكون بعض هذه الأسباب أو كلها موجودة بداخلنا، لكننا لا نريد الكشف عنها .

◀ كيف يتم بناء التواصل والتفاهم ؟

إن الصراع والانتصار كثيراً ما يكون هدفاً بحد ذاته لدى البعض، فإذا كان هدفك التفاهم والتعاون المستمر مع الآخرين فعليك أن تمتلك المهارات والقدرات التي تمكنك من إقامة التواصل الجيد، والتقيد بقواعد التفاهم المثمر وعدم إظهار التفوق والقوة على الطرف الآخر. عندما يكون الانطباع الأول سيئاً يقرر طبيعة العلاقة من خلال القلق الذي يتحول إلى موقف دفاعي، فيلتزم الآخر الحذر والسكوت، أو يصبح المرء هجوماً ومتوتراً أو يتصنع إبراز الثقة الزائفة .

● الخطوة الأولى :

إذا كنت تشعر أن مصلحتك في تشجيع محدثك على التعاون المثمر، فإياك وأخطاء التفكير النمطي، قم بتحديد مزاياك ونقاط ضعفك في علاقاتك مع الآخرين.

● الخطوة الثانية :

قم بإزالة الحواجز وأعط الآخر فرصة ليتعرف عليك، ولا تظهر صورة مصطنعة ولا تتأخر في طرح الأسئلة التي تتقرب بها إلى الآخرين.

وتذكر أنه من المقبول أن ترفض أنت أو الآخر الإجابة عن الأسئلة المباشرة بدون أن يشكل ذلك عقبة في التواصل.

◀ الاستجابة البناءة :

الاستجابة البناءة هي التي تدفع المتحاورين للوصول إلى مزيد من نقاط التفاهم واستمرار اللقاء، وتتحقق هذه الاستجابة بالبعد عن :

١- تقييم الآخر .

٢- النقد الذي يمكن بسهولة أن يجرح الآخر.

ونستطيع الإشارة بطريقة ودية إلى بعض ما يزعجنا ولفت نظر الآخرين إلى الآثار السلبية الناجمة عن تصرفات أنانية أو استفزازية.
حان الوقت لتغيير بعض العبارات السلبية والاستعانة بمثل هذه العبارات:

- إنه لمن دواعى سرورى أنك تقدر جهودى.
 - أشعر بالامتنان لأنك لبَّيتَ دعوتى.
 - أعتذر إن أخطأت أو أسأت إليك بدون قصد.
 - ومن العبارات السلبية التى يجب تجنبها:
 - أختلف معك تماماً فى كل حديثك .
 - يبدو أنك لم تفهم ما أقصده .
 - إن عمرك لا يعطيك الخبرة الكافية .
 - اقتراحك تافه وسخيف.
- ◀ أسس التفاهم المثمر والتواصل الجيد:

- ١- لا تقيم .
- ٢- لا تعمم .
- ٣- لا تفسر .
- ٤- لا تقدم خصائص جاهزة.
- ٥- عرّف نفسك .
- ٦- اعرف شريكك فى الصراع .
- ٧- قدم للآخر مبررات التواصل.

« الإصغاء الفعال :

إن القدرة على الاستماع هي الأداة الرئيسية للتواصل بين الناس وخاصة في مواقف الخلاف والصراع، وتلعب دورًا مهمًا في التخفيف من الميول العدوانية في لحظات التوتر والانفعال. ولالإصغاء مهارات علينا إتقانها. وهي:

١- التلخيص :

هو تكرار ما قاله محدثنا مستعملين في ذلك كلماتنا الخاصة وهو مفتاح الإصغاء الفعال . بهذه الطريقة تركز انتباهك على ما يقوله محدثك ويسهل عليك فهمه .

٢- عكس المشاعر :

إن التواصل البصرى، والتركيز على لغة الجسد ، والإشارات الإيمائية، يعطى الآخر الثقة، ويوحى له باهتمامك بما يطرحه من أفكار، بل ويساعده على رفع قدراته في توضيح وعرض الأفكار أكثر.

٣- توجيه الحديث :

إن إطالة الحديث والإجابات المعقدة والمتشعبة تصرف الآخر عن الانتباه وتشتت تركيزه، ويضيع الوقت ، وهنا لابد من التدخل وإعادة التركيز باستخدام مهارة التلخيص، وطرح الأسئلة، والعودة إلى الموضوع الأساس للحديث.

٤- تشجيع المحدث :

يكون البدء بالحديث عن خبراتنا، أو خبرات الآخرين مفيداً في مجال النقاش، وبإبداء الجزء الإنسانى في شخصيتنا يتشجع على أن يحدثك الآخر حديثاً أعمق وأوضح عن خبراته المشابهة ويساعد ذلك في تحديد نقاط الحوار.

« أسباب الغضب أثناء الحوار وكيفية تجنبه :

من الضروري أن نعرف أنه عندما يجد الغضب المكبوت والمتراكم مخرجًا للتعبير يشكل على الأغلب انفجارًا مفاجئًا، مما يخلق مشكلة تعوق التفاهم والتحاور.

فقبل أن يتراكم فينا الغضب، ويتصاعد بحيث يعرقلنا عن متابعة عملنا وحوارنا يفيدنا تعلم واستخدام العبارات التالية :

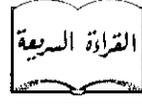
- من فضلك لا تقاطعني، ودعني أنهي ما أقوله.

- يضايقني كثيرًا أنك تقاطعني. اسمح لي أن أنهي ما أريد قوله.

- ملاحظتك في محلها إلا أنني لم أكمل حديثي بعد.

وربما كان من المفيد التوقف لبعض الوقت في لحظات التوتر والانسحاب المؤقت، ثم العودة برغبة من جميع الأطراف للاستمرار في الحوار.





لغة الحديث والاتصال

◀ اللغة :

اللغة كما يتفق العلماء هي تنظيم معين من الإشارات، وهنا لا بد لنا من الإشارة على أن كل اتصال بواسطة إشارات معينة هو لغة ، فاللغة إذن هي وسيلة اتصال أساسية، وبدونها لا تتحقق عملية الاتصال، فاللغة ليست مجرد أداة ، لأنها أكثر من ذلك وأعمق، ولأن حصرها بهذا الوصف يبعدها عن دلالاتها الفكرية والاجتماعية والإنسانية الكامنة فيها.

◀ لغة الحديث والاتصال :

الكلمة سلاح فعال ولها تأثيرها القوي في التعبير عن الأفكار وبواسطتها يستطيع المتحدث إقناع مستمعه، ولهذا فإن إتقان فن الحديث واختيار الكلمات المختارة لإيصال الفكرة هي من الشروط المهمة في لغة الحديث والتعبير.

إن لغة الحديث مرتبطة بإمكانات المتحدث في التعبير لنقل فكرته لكي يتم استيعابها وفهمها .

لذلك يجب أن تكون لغة المتحدث بسيطة وواضحة ومختصرة وتعبيرية وعملية في آن واحد .

ولكى تؤثر اللغة والمفردات في عقول وعواطف الفرد أو المجموعة، يجب أن تكون متصلة بالحياة والجماهير نفسها .

« خصائص المتحدث اللبق :

- أن يعبر بوضوح عن أفكاره .
- اختيار الكلمات وحسن استعمال المفردات .

« الإيجاز :

إن الإيجاز من إيجابيات فن الحديث لأن الحشو لا يُعيق الفهم فقط، بل ويُضيق الفكرة الأساسية التي يريد المتحدث نقلها .

« تنمية القدرة على إقامة علاقات ناجحة مع الآخرين :

إن أهم عامل في تنمية هذه القدرة هو المهارة في إجادة الكلام، فلا يكفي أن نجيد اللغة من حيث القواعد والبلاغة، بل من الضروري امتلاك مهارة فن الحديث من جميع نواحيه :

- أن نتكلم بطريقة ممتعة .
- أن نستطيع التأثير على الآخرين خلال حديثنا .
- أن نتحدث بشكل لبق .
- وأحياناً إدخال السرور إلى قلوب الآخرين .
- أن نكون قادرين على التحدث مع الذين نعرفهم والذين لا نعرفهم .
- ومع من لهم نفس وجهة نظرنا ومع الذين يخالفوننا وجهة النظر .
- أن نتحدث مع مجموعة أو مجموعتين وأحياناً أمام جمهور كبير .
- وباختصار أن نستطيع كسب الآخرين من خلال الحديث .

« من يجيد التحدث يستطيع حل مشاكله بسهولة أكبر :

من خبرتنا عن الأطفال في البيت أو في دور الحضانة، نعرف أن الطفل طليق اللسان يتعامل بسهولة أكثر مع مختلف المشاكل والصعوبات من ذلك الذي لا يستطيع التحدث بشكل جيد، ونجد أن بعض الأشخاص

يحتلون موقعا قياديا في حين يُستغنى عن البعض لأنهم صامتون، وفي البيت يدب شجار بين الزوجين ، فإذا كانوا قادرين على التحدث بشكل متعلق حول المواضيع المختلفة، فإنهم يتخطون مشاكلهم سريعا .

« لا تكن كثير الصمت ، ولا كثير الكلام :

الصامت والثرثار نوعان من البشر نجدهما دائما في مجتمعنا فالصامت، لا تشعر به في الجلسات العامة، دائما يجلس بمفرده ولا يتكلم إلا نادرا، ويرد على الأسئلة باقتضاب شديد، وإن حدث وعدت معه إلى المنزل، فستلاحظ أنه يعرف أشياء كثيرة وله أفكار واضحة ولكنه لم يثر اهتمامك فقط لأنه صامت .

إن صمت هؤلاء الناس قد يكون له أسباب مختلفة، تبدأ غالبا منذ الطفولة. أما الطرف المقابل فهم الثرثارون على اختلاف درجاتهم.. إن هذا النوع من الأفراد يتكلم باستمرار، ويقاطع غيره، ويوجه الحوار نحو شخصه، ولا يظهر أي قدر من الخجل، بل ولا يظهر أي نوع من اللباقة في السماح للآخرين بالحديث.

النوع الأول: يعترف بنقاط ضعفه، وهي الخجل، والصمت، ويسعى ويطمح إلى التخلص من ذلك أما النوع الثاني.. فالقضية أصعب لأنه لا يعترف بمساوئه بل هو يفخر بأنه متحدث ولا يخجل. باختصار .. علينا أن نتوازن مع أنفسنا لا صمت ولا كثرة كلام.

« اختيار الكلمات :

عندما نتحدث لابد أن نتقَى كلماتنا، حتى نستطيع التأثير إيجابيا على من يسمعنا، وحتى نغنى رصيدنا اللفوي بأكبر قدر من الكلمات لابد أن نقرأ أعمال مؤلفين جيدين ونسمع خطباء مبدعين بهدف تنمية القاموس اللفوي الذاتي.. إن هذا يعني أن يسجل الشخص العبارات التي

لم يستعملها حتى الآن، أو أن يضع خطأً تحت العبارات الجديدة التي يقرؤها ويحاول تكرارها ليحفظها.

◀ التحدث بالفصحى :

بالإضافة إلى الاحتياطي الفعال، والاحتياطي السلبي من الكلمات، فإن الاحتياطي الفعال ينقسم إلى قسمين:

١- يستخدم في الكتابة.

٢- يستخدم في التحدث.

والقسم الثاني يختلف باختلاف موضوع الحديث، وبمعنى آخر يجب أن يتوافق الكلام، واختيار الكلمات مع الظروف المحيطة.

وهناك مشكلة تعترض اللغة العربية، ولا تعترض اللغات الأخرى، وإن وجدت فإنها ليست بنفس الحجم كما هو في اللغة العربية، كل أو معظم الذين أنهما معاهد متوسطة، أو عليا في الدول الأجنبية لا يستطيعون بشكل أو بآخر إتقان اللغة الفصحى، بينما ملايين الأشخاص الذين يسكنون العالم العربي يتقنون اللغة الفصحى، إلا أن المشكلة تكمن في أن معظم الناس يستطيعون الكتابة باللغة الفصحى، ولا يستطيعون التحدث بها.

◀ استعمال الكلمات الأجنبية :

هناك بعض الأشخاص الذين يبالغون في استعمال الكلمات الأجنبية في حديثهم. وهناك من يعتمد على اللغة الأم، بينما هناك بعض الحالات كالمختصين في مجال معين، ليس عليهم البحث عن عبارة اللغة الوطنية لتحل محل اصطلاح أجنبي معروف أو متعارف عليه.

ولكن إذا حاول شخص استعمال عدة كلمات أجنبية خلال حديثه العادي فإنه في الأغلب لن يكون مفهوماً للجميع، ومثل هذا النوع لا يستطيع تقييم المستمعين ومعرفة مستواهم الثقافي.

◀ استعمال المصطلحات الحديثة :

تتغير اللغة باستمرار، فتدخلها كلمات وعبارات جديدة، كما تندثر أخرى قديمة، كما أن بعض الكلمات تنتشر بسرعة وتصبح حديثة، بالرغم من أنها لا تعبر عن روح اللغة، وتكون هذه الكلمات فى البداية ممتعة وتعطى اللغة القدرة التعبيرية المطلوبة، ولكن ما إن تنتشر فى كل مكان حتى تصبح مكررة وفاقدة للمعنى المطلوب التعبير عنه، ولذا علينا الحذر عند استخدام هذه الكلمات الحديثة .

◀ عدم الدقة فى التعبير :

إن من يريد إتقان فن الحديث، عليه أن يتعلم كيف يعبر عما يقوله بدقة، وخلال المناقشات غير الجادة لا يهتم اختيار الكلمات الدقيقة، ولكن فى حالة المناظرات، أو مناقشة بعض المسائل المهمة، فإن دقة التعبير تلعب دوراً مهماً، يمكن أن يحدد مستوى الأفراد حسب قدرتهم على التعبير الدقيق عن مقاصدهم. ومن الضروري جداً أثناء المباحثات السياسية، أو عقد الصفقات التجارية أو الاتفاقية الاهتمام بصياغة العبارات ؛ لأن كل كلمة يمكنها تغيير المعنى المطلوب.

◀ تنظيم الحديث :

إذا أراد أحد أن يقدم خطاباً، فمن الطبيعى أن يقوم بوضع الخطوط الرئيسة لهذا الخطاب مسبقاً، وأن يرتب أفكاره بعناية، قد يبدو لنا أن الحديث العادى لا يحتاج إلى مثل هذه الترتيبات، ولكن إذا أردنا أن نجيد فن الحديث، فعلياً التحضير للمناقشات ولبحث القضايا المهمة وكذلك التحضير للحديث خلال الجلسات العادية فلا بد أن :

- تطرح أفكار مرتبة .

- تفرق بين ما هو رئيس و ثانوى.

- لا تتفعل .

- اعرف متى تبدأ ومتى تنتهى.

« تركيب وحجم الجمل :

عندما نتحدث عن ترتيب الحديث يجب أن نعرف أنه لا يكفى تسلسل العبارات والأفكار، وإنما أيضاً يجب ترتيب الكلمات فى الجمل، أى تركيب الجملة، فهناك من يستعمل جملة طويلة، وآخر يستعمل جملة قصيرة، وثالث يستعمل جملة بسيطة، ورابع يستعمل جملة معقدة، وننصح بعدم استعمال الجمل الطويلة، لأن لها عدة سلبيات، مثل :

- انقطاع النفس، لأنه عندما تكون الجملة طويلة سنضطر إلى التنفس عدة مرات، مما يؤدى إلى تقطيع الجملة .

- صعوبة استيعابها لأن المستمع يستطيع أن يفهم فكرة مكونة من خمس كلمات أسهل من تلك المكونة من عشرين كلمة.

إن مما يؤدى إلى سوء الفهم استخدام الضمائر بدل أسماء الأشخاص، فالأفضل هنا استخدام الأسماء مباشرة.





العلاج بالقراءة

◀ تعريف العلاج بالقراءة :

هو استخدام مواد قرائية كمواد علاجية مساعدة، في الطب البدني أو الطب النفسي وكذلك في التوجيه لحل المشكلات الشخصية من خلال القراءة.

◀ الفرق بين العلاج بالقراءة كعلم، والعلاج بالقراءة كفن:

إن وصفة أو «روشتة» القراءة في عملية العلاج النفسى والبدنى ينظر إليه على أنه علم البليوثيرابيا، بينما محاولة علاج العيوب الشخصية أو مساعدة شخص ما على حل مشاكله من خلال مقترحات أو توصيات بقراءة كتب معينة من جانب أمين المكتبة أو المعلم أو الموجه النفسى أو أى شخص آخر خارج الوسط الطبى يمكن أن ينظر إليه على أنه فن البليوثيرابيا، فهو لا يبنى على تشخيص إكلينيكى ولكن على الفطنة والبصيرة والتجربة الذاتية، ومن الواضح أن فن العلاج بالقراءة أقل تعقيداً من علم العلاج بالقراءة.

◀ متطلبات العلاج كعلم:

- 1- عناصر بشرية (طبيب - ممرضة - أمين مكتبة).
- 2- تحليل دقيق لحالة المريض ثم عمل تحليل لاحتياجاته .
- 3- روشتة قراءة من جانب الهيئة الطبية.
- 4- مجموعة متنوعة من الكتب.

٥- وضع تقارير دقيقة عن الحالة من جانب أمين المكتبة ورفعها إلى الطبيب.

٦- إنشاء علاقة وثيقة بين أمين المكتبة والمريض.

٧- كتابة تقارير دورية عن استجابة المريض وردود أفعاله يكتبها أمين المكتبة ويسلمها للهيئة الطبية أولاً بأول.

« متطلبات العلاج كفن :

١- عناصر بشرية (قارئ عادى لديه مشكلة عقلية أو عضوية - شخص متعاطف معه وهذا الشخص هو صاحب معرفة واسعة وشخصية تهتم بالكتب من ناحية وبالطبيعة الإنسانية والبشرية من ناحية أخرى.

٢- مجموعة كتب متنوعة، وفيها ما يكفى للمساعدة فى حل المشكلات والتغلب عليها.

٣- علاقة طيبة وثيقة بين القارئ وأمين المكتبة، أساسها الثقة والاستماع لنصائحه واتباعها.

« لمحات من تاريخ العلاج بالقراءة :

برزت (إ. كاتلين جونز) كأول أمينة مكتبة تقوم ببرامج ناجحة للعلاج بالقراءة فى مكتبات مستشفى (ماكلين) فى ويفرلى (بماساشوستس)، ولما كانت (كاتلين) هى أول أمينة مكتبة مؤهلة تقوم باستخدام الكتب فى علاج المرضى عقلياً، فقد كانت أول من فتح الباب لجعل البيبلوثيرابيا فرعاً من فروع علم المكتبات والاعتراف به، ورغم توقف برنامج العلاج بالقراءة بعد ازدهار كبير فى تلك المستشفى بسبب نقص المال وانتهاء عمل الأمينة فى ذلك البرنامج، إلا أنه يعتبر حلقة مهمة فى تاريخ العلاج بالقراءة.

لقد لقيت عمليات العلاج بالقراءة دفعة قوية خلال الحرب العالمية الأولى ١٩١٤-١٩١٨ وممارسة فعلية.

فقد قام المكتبيون والأشخاص العاديون واتحاد المكتبات الأمريكية ببناء المكتبات وتحمل مسئوليتها، وفى نهاية الحرب قام مكتب المجندين فى الولايات المتحدة بتسلم مهام المستشفيات العسكرية بما فيها من مكتبات، ومنذ ذلك التاريخ قامت إدارة التجنيد بالدور الأكبر فى مجال العلاج بالقراءة.

قام إدوين شار باك Edwin Star Buck فى عام ١٩٢٨ بتحرير دليل كتب الأطفال من أجل تنمية الشخصية .. وتضمن الدليل قائمة كتب موزعة على المراحل الدراسية اشتملت على قصص العفاريت والأساطير والخرافات. وفى مجلد آخر نجد قائمة بكتب مرتبة حسب المواقف الأخلاقية الواردة، والجانب من الشخصية الذى يدعم الموقف، وقد اعتبر هذا العمل البيبليوجرافى ذو المجلدين أول مرجع مصنف حسب الاحتياجات الشخصية الخلقية.

- قامت شعبة مكتبات المستشفيات فى اتحاد المكتبات الأمريكية عام ١٩٢٩ باستحداث لجنة البيبليوثيرابيا وذلك بهدف استقصاء إمكانات استخدام الكتب كعلاج فى تغيير الاتجاهات. ومن هنا يكون العلاج بالقراءة قد اكتسب وضعاً رسمياً فى مهنة المكتبات .

- تم نشر أول إعلان فى سنة ١٩٥٦ فى مجلة المكتبات عدد يناير يطلب «إخصائى» علاج بالقراءة للعمل بإحدى المجلات.

« أهداف وأغراض البيبليوثيرابيا:

- ١- تقديم المعلومات .
- ٢- تهيئة الظروف للتبصر والاستبصار Insight .
- ٣- تهيئة الظروف لمناقشة أبعاد المشكلة .

- ٤- الوصول إلى قيم جديدة واتجاهات جديدة.
- ٥- خلق الإحساس ولفت الانتباه إلى أن الآخرين لديهم نفس المشكلة.
- ٦- إيجاد حلول للمشكلات التي تسبب المرض.
- ٧- ربط الإنسان المريض بالواقع وإيجاد حلول واقعية.

◀ أساليب العلاج :

- ١- العلاج الفردي الذي يتناول حالة واحدة.
- ٢- العلاج الجماعي الذي يتناول مجموعة في وقت واحد، وعادة ما تكون ظروفهم المرضية واحدة ومستواهم العقلي والنفسي متقارباً.

◀ أقسام البيليوثيرابيا :

١- البيليوثيرابيا المؤسسى :

- الشكل : فرد أو جماعة .
- المادة المستخدمة : حقائق تقليدية .
- الحالة : بدنى أو نفسى (سمن - حالة خاصة).
- المعالج : الطبيب والمكتبيون .
- الهدف: التبرص والإدراك .

٢- البيليوثيرابيا الإكلينيكي :

- الشكل : جماعى .
- الحالة : شخص ذو مشاكل عاطفية أو سلوكية .
- المعالج : إخصائى الصحة العقلية وأمين المكتبة .
- المادة: خيالية بعيدة عن الواقع .
- الهدف: تغيير السلوك .

المراجع

- ١- القراءة التصويرية - بول شيلي .
- ٢- العلاج بالقراءة أو الببليوثيرابيا- شعبان عبد العزيز خليفة.
- ٣- خصائص اللغة العربية وطرق تدريسها د/ نايف معروف.
- ٤- العلاج بالقراءة : كيف نصنع مجتمعاً قارئاً ؟ حسن آل حمادة.
- 5- Speed Reading - Tina Konstant.
- 6- Reading Text Book more Efficiency.
- 7- Triple Your Reading Speed. Wade .E.Cutler.

obeikandi.com

الفهرس

٣ مقدمة
٥ القراءة عيونك على الحياة
١١ إلى المعلم .. كيف تُدرّس القراءة ؟
١٣ أساليب تنمية مهارات القراءة
١٥ كيف تُدرّس قراءة وكتابة اللغة الإنجليزية ؟
١٩ إلى الطالب .. مهارة قراءة الكتب الدراسية بكفاءة أعلى
٢٣ مهارة التركيز أثناء الدراسة
٢٤ مهارة الانتباه
٢٥ الاستفادة من الوقت
٢٦ فن الاستماع إلى الشرح
٢٧ الاستعداد للامتحان
٢٩ القراءة بين قلة الصبر وضعف التركيز
٣٢ الحفظ وسيلتك للحفاظ على عقلك
٣٤ فن القراءة طريقك لإتقان فن الكتابة
٣٦ القراءة السريعة
٤٨ القراءة التصويرية
٥٣ أطفالنا والقراءة
٦١ إتقان فن القراءة .. طريقك لإتقان فن الحوار والتواصل مع الآخرين
٦٦ لغة الحديث والاتصال
٧٢ العلاج بالقراءة
٧٧ المراجع

obeikandi.com