المحاضره الثامنـــــــــــــه

من وسائل الجذب والإثارة

نصائح وتنبيهات

ماذا تفعل عند الخوف والارتباك

من وسائل الجذب والإثارة

\*اذكر قصه مثيره وغير معروفه

\*اعرض صوره او دع الجمهور يشاهد شيئا

\*اسال سؤالا مثيرا ودعهم يفكرون في الاجابه

\*اذكر حقيقه او بيانا مذهلا, او احصائيه تدهش المستمعين

\*حاول ان تحفظ غيبا ما ستقوله اول دقيقه فهذا يزرع ثقه المستمعين فيك من البدايه ويشعرون انهم بحاجه لكلمتك

نصائح وتنبيهات

اشعر الجمهور بالثقه/

أشعر الجمهور بأنك واثق من نفسك ، وإذا ذكرت معلومات أو إحصاءات غريبة وهي بالفعل صحيحة تماماً فلا تترك مجالاً للشك فيها بل أذكرها بطريقة الواثق منها.

كن المستمع المتفائل/

اجعل نفسك أحد المستمعين ، بل كن المستمع المتفائل بحيث تظهر ما تتوقعه من الجمهور تجاه كلامك بمعنى : أنك تتفاعل تماماً مع كلامك ؛ فتغضب في حال الغضب ، ويظهر ذلك على قسمات وجهك، ثم تفاعل أخرى في حال الضحك فتتبسم وتضحك ، وهكذا تسخر في حال السخرية ، ولتكن جميع هذه التفاعلات التي تقدمها للجمهور واضحة من خلال نبرات صوتك.

تفنن في توزيع النظرات/

من الإتقان أن تنظر إلى جميع الحضور وأن تشعر كل واحد منهم وكأنك تتحدث له .

انتقل عشوائيا بين الحضور بعينيك وتوقف بهما عند كل شخص لثلاث أو أربع ثوان ، ثم انتقل إلى غيره.

استخدم وسائل الايضاح/

حاول استخدام وسائل الإيضاح ( الشفافيات – عروض الكميوتر – الشرائح – البورجكتر – الأوراق الكبيرة – أفلام الفديو – الخرائط والرسوم البيانية – جهاز التسجيل السمعي- السبورة ... الخ) ، فلها أثر كبير على تفاعل الجمهور ، وفهمه.

وقد تكون وسيلة الإيضاح يدك فمن الجميل والرائع إذا كان هناك تعداد لنقاط أن يقوم الملقي بعدها على أصابعه واحدة واحدة فلها بالغ الأثر .

لا تبدأ بمقدمه سوداويه/

من الخطأ الفادح الاعتذار في المقدمة بأن يقول الملقي: (أنا لست بالخطيب البارع.. ولا الملقي المتميز .. إنما أحرجني أحدهم لأتحدث أمامكم ، وليس لدي الجديد.. وإنما فقط للتذكير .. وعذراً إن أمللتكم في الدقائق القادمة).

أتقول هذا في المقدمة ثم تريد منهم التركيز معك ، أو أن يعيروك أي اهتمام ؟!! بعد هذه الافتتاحية السوداوية حتى وإن أبدعت في موضوعك.

احذر من هذه الكلمات/

احذر و ابتعد عن استخدام بعض الكلمات المملة مثل : آه .. آه ، في الحقيقة ، بصراحة ، بالفعل ، كما تعلمون.

هذه الكلمات تعد من اللوازم اللغوية ؛ إذ يستخدم بعض الأشخاص مثل هذه الكلمات بشكل مستمر ، وذلك لملأ الوقت الذي يحتاجون فيه إلى التفكير ، فينبغي التخلص منها.

لا تقــــــــــــــــــــلد/

لا تقلد غيرك في صوته أو نظرته أو لبسه أو طريقة حركته ( ولا مانع من أن تستفيد من تميز الآخرين).

اجعل حركتك طبيعية وتحدث وكأنك تتبادل الحديث مع صديق في الشارع ، ألست طبيعياً آنذاك ؟. إذن كن طبيعياً هنا؟

في بداية تعلّم الإلقاء التقليد مفيد جداً ، ولكن لا بد أن يكون للملقي هدف أن يكوّن شخصيته ، ويتميز بأسلوبه.

لا تقعر الكلام/

بعض الملقين يظن أنه يبدع إذا تكلف الكلام ، وأن الناس يعجبون به إذا استخدم الألفاظ الصعبة الوعرة ، وهذا غير صحيح ، فكلما كانت الكلمات سهلة سلسة ازداد تجاوب الجمهور وتفاعله.

ماذا تفعل عند الخوف والارتباك

لست وحدك/

في استبيان وجد أن 70 % من الناس يخافون عند مواجهة الجمهور .. فالخوف طبيعي ويمر به كل الناس حتى المحترفون ، فهذه الظاهرة يمكن التغلب عليها .. فكيف ؟

هاك علاج الخوف والارتباك في مواجهة الجمهور:

علاج د/الحمادي

يقول د. علي الحمادي : ( إذا كنت خائفاً لسبب أو لآخر .. فخذ نفسا عميقا وأخرجه ببطء .. ثم وجه نظرك لبعض الوقت فوق رؤوس الجمهور ، ولا تنظر إلى أعينهم ، كما يمكنك أن تحدث نفسك إن الأمر هين ويسير ، وحاول كذلك أن تتصنع الابتسامة .. وقبل هذا وذاك .. استعن بالله وأسأله التيسير)

افرك يدك قبل دخولك للجمهور/

عند خوفك تحتاج إلى تفرغ الطاقة في داخلك بشيء بعيد عن الكلام ، فيمكنك فرك يدي لتخرج شيئاً من هذه الطاقة ، قبل دخولك للجمهور

.قد تخطئ في كلمه فلا ترتبك واكمل فهذا طبيعي

-وان وجدت سخريه-ولاتجعلها حاجزا/

لا تقف عند الخطأ فتؤكده ، وإنما تعداه إلى غيره ، ففي وقوفك عند الخطأ تأكيد له ، ووضعٌ للحواجز أمامك.

لا تقلق فسيشغل الجمهور بأمر آخر.

ولا تنس أن المهارة تحتاج إلى محاولات متكررة ، ولا بد من وقوع الخطأ ؛ فكرر المحاولة حتى تتقن المهارة.

محاضره التاســـعه

العنصر الثالث من عناصر القراءة والمحادثة: القراءة

أهمية القراءة

أهداف القراءة

إرشادات ومراحل القراءة

اهميه القراءه

مقدمـــــه/

لا نهضة للأمة إلا بنهضة الفرد ، ونهضته لا تتم إلا بالقراءة المنظمة.

هل هذه الأمة هي الأمة التي أول ما نزل في دستورها (اقرأ).

حال الأمة مأساوي ففي إحصائية اليونسكو جاء أنّ المواطن العربي يقرأ ست دقائق في اليوم ، وأن ثلث الرجال ونصف النساء لا يقرأون.

في إعلان ما يسمى بدولة إسرائيل عندما أعلن وزير الدفاع الصهيوني عن خطته لاحتلال قبل خمسين عاماً فسئل: ألا تخافون أن يقرأ العرب خطتكم ويعدون العدة ؟ فأجابهم: اطمئنوا ، العرب قومٌ لا يقرؤون ، وإذا قرؤوا لا يفهمون ، وإذا فهموا لا يطبقون

اهميــه القراءه

لماذا القراءة عند الأمم الحضارية واجب حضاري ، ونحن نعتبرها مضيعة للوقت ومثالية فارغة؟

الهدف/ ان تصبح القراءه هوايه محببه الى نفوسنا ثم عاده نواظب عليها

الأمل أن ينهض المفكرون والمثقفون من شباب الأمة بإصلاح مناهج الفكر والثقافة ، وتعلم القراءة الحرة المنهجية فيمتلكون ناصية المعرفة والقوة في الأداء والطرح.

لا زالت القراءة أهم وسيلة فعالة لنقل المعلومات في عصرنا المليء بالتقنيات.

أعزُّ مكانٍ في الدُّنى سرحُ سابحٍ وخيرُ جليسٍ في الأنامِ كتاب

اهميه القراءه

\*القراءه عباده وتقريب الى الله

\*80-90% مما نتعلمه نحصلها عن طريق القراءه

\*قراءه نستفيد من خبرات وتجارب السابقين

\*قراءه من اهم وسائل الرقي والقوه وسرعه النمو

\*قراءه نأتي بالجديد لنتغير ونرتقى ونواكب عصرنا

\*قراءه نهدب اخلاقنا, ونتعامل مع الاخرين بعلم

\*قراءه تساعد ع الفهم والتفكير وتميز الجادين من التافهين

اهميه القراءه 1

1القراءه تنمي القدره ع الاتصال الفعال وتبادل الافكار

2القراءه تساعد الفرد ع تكوين اتجاهاته وقيمه وميوله

3القراءه تكون الاحساس بالمتعه والراحه فالكتاب كالصديق

4القراءه تبادل حضاري وثقافي بين المجتمعات

5القراءه وسيله غرس وتعديل للقيم والعادات وتجديد التراث

6القراءه تبني شخصيه القارئ وتزيد من مهاراته وفعاليته

اهداف القراءه 2

1القراءه تفتح ابواب الثقافه والزياده المعرفيه

2القراءه تبني الحريه فانت تقراأ لمن تشاء وبشكل حر

3 القراءه تساعد ع التجديد الفكري والمعرفي

4تطوير الثروه اللغويه وتساعد ع التعبير الرصين

5 القراءه تنمي الذاكره وتبني طرق التفكير وتنشط القدره ع الفهم

ارشادات ومراحل القراءه 1

-استمتع بالقراءه , ولا تدخل القراءه بالاكراه

-كون عاده القراءه حتى تصبح جزءا من النشاط اليومي

- اكتشف الساعه الذهبيه التي تكون فيها في قمه نشاطك

- هيئ الاجواء المكانيه والزمانيه للقراءه وابتعد عن المشتتات

- حدد الهدف من القراءه , وما الجديد الذي تريد ان تتعلمه

ارشادات ومراحل القراءه 2

-خصص وقتا يوميا ولو بسيطا كالتزام شخصي لا تنقطع عنه

-كن مرنا في سرعتك فبعض الكتب تحتاج الي سرعه واخرى بالعكس

- ابدا بالسهل قبل الصعب وبالصغير قبل الكبير وبالكتيبات قبل المجلدات

-كافئ نفسك ع القراءه وع الانجاز اذا حققت اهدافك القرائيه

المحاضره العاشره

انواع القراءه من حيث طريقه ادائها

انواع القراءه من حيث غاياتها

انواع القراءه من حيث طرق ادائها/

قراءه صامته

قراءه جهريه

القراءه الصامته: تعريفها/هي تكوين خبرات جديدة وفهمها دون استخدام أعضاء النطق.

مزايا القراءه الصامته

1-تعطي للقارئ حرية شخصية.

2-أسرع في القراءة.

3-تساعد على الفهم ؛ لتفرغ الذهن للفهم.

4-توفر الوقت والجهد.

5-يمكن استعمالها في أي مكان.

القراءه الجهريه تعريفها /هي تكوين خبرات جديدة وفهمها بالجمع بين أعضاء الفهم والنطق.

مزايا القراءة الجهرية:

1-أحسن وسيلة لإتقان النطق.

2-فيها تدريب عملي على مواجهة الجمهور.

3-تساعد على على زرع الثقة في النفس.

4-تساعد على توصيل المعاني للآخرين.

انواع القراءه من حيث غاياتها

أنواع القراءة عديدة ومتنوعة اخترت منها ستة أنواع

1القراءه الاستكشافيه

2القراءه السريعه

3القراءه التحليليه

4القراءه الانتقائيه

5القراءه الترويحيه

6القراءه النقديه

القراءه الاستكشافيه:

1-قراءة الغلاف الداخلي والخارجي ، ومعرفة تاريخ النشر.

2-قراءة مقدمة الكتاب وخاتمته.

3-قراءة فهرس الموضوعات والمصادر والمراجع.

4-قراءة الملخصات المصاحبة وأهم الأفكار الرئيسية.

قراءة العناوين الرئيسية.5-

6-تصفح سريع لبعض صفحات الكتاب ؛ لأخذ الانطباع الأولي.

القراءه السريعه:

1-ميزان السرعة في القراءة يعود إلى نوع الكتاب.

2- تحتاج لها في حال تكوين فكرة عامة عن الكتاب.

3- لا تسمح لنفسك بالتوقف عند الأفكار السابقة بل أجبرها على التقدم.

4- وسع مجال العين بحث تقع عيناك على أكبر عدد ممكن من الكلمات.

5- استخدم أسلوب القراءة الصامتة.

6- تدرج في تعويد نفسك ولا تستعجل.

القراءه التحليليه:

1-كتابة الملخصات وتدوين المهمات.

2- ترقيم الفقرات والأفكار.

3- عمل حوار ومناقشات.

4- اختيار المعلومات ، ومحاولة تصنيف وتمحيص المحتوى.

5- الربط بين هذه المعلومات والمعلومات المخزنة في عقل القارئ.

القراءه الانتقائيه:

1-تحديد الهدف وبدقة من القراءة.

قراءة الحقائق والأفكار.2-

3- السعي إلى استخراج ما يخدم موضوع أو بحث أو تخصص معين.

4- تصلح عند عمل بحوث علمية أو التأليف.

5- نظرة سريعة على كامل النص ووضع إشارات على المطلوب

.

القراءه الترويحيه:

1-الهدف هو تطوير المهارات الفردية في القراءة.

القراءة للاستمتاع وتطوير مهارات الخيال.2-

3- القراءة مبنية على رغبة نفسية ، أو الابتعاد عن الواقع.

مرتبطة بأوقات الفراغ ، وبالميول والاتجاهات.4-

5- يكثر فيها القراءة في القصص أو الطرائف والمواقف.

القراءه النقديه:

1-القراءة للحكم على النص.

2-قراءة ما وراء الألفاظ ، وعدم الوقوف على ظواهرها.

3-القراءة بعقل منفتح وجاد يناقش ويفكر ولا يستسلم.

4- الحذر من الاستنتاجات والحقائق المغلوطة لكي يستقل برأيه.

5- القارئ له رأي شخصي منذ البداية ، ولا يقفز للخاتمة مباشرة.

6- في النهاية وبعد التأكد يصدر القارئ قراره الشخصي وانطباعه.

المحاضرة الحادية عشرة:

--------------------------

مشاكل القراءة..تقنيات القراءة الذكية

----------------------------------

• هل نذكر التنفس ضمن قائمة هواياتنا؟

• سؤال غريب ! ماذا لو سمعنا أحدهم يقول هوايتي المفضلة هي الأكل أو التنفس ! سنضحك ونأخذ ذلك على أنه نكتة طريفة ؛ لأن الأكل أو التفس فعل ضروري ، وكذلك القراءة أمر ضروري لكل إنسان ، بل القراءة أمرٌ يتميز به الإنسان عن باقي المخلوقات ،

وهي مظهر من مظاهر الحياة الجوهرية.

أقوال بعض القراء من تاريخنا:

• يحكي أنه قيل لابن المبارك : يا أبا عبد الرحمن لو خرجت فجلست مع أصحابك..قال : إني إذا كنت في المنزل جالست أصحاب رسول الله صلي الله عليه وسلم..يعني القراءة.

• وقيل للمأمون: ما ألذ الأشياء؟ قال: التنزه في عقول الرجال"-يعني قراءة الكتب-.

• وقال الإمام ابن الجوزي رحمه الله: "وإني أخبر عن حالي: ما أشبع من مطالعة الكتب, وإذا رأيت كتاباً لم أره فكأني وقعت على كنز.. ولو قلت: إني طالعت عشرين ألف مجلد كان أكثر, وأنا بعدُ في الطلب".

• وعن الحسن اللؤلؤي قال: "لقد غبرت لي أربعون عاماً ما قمتُ ولا نمت إلا والكتاب على صدري".

• كان الجاحظ يكتري الدكاكين من الوراقين, ويبيت فيها للنظر في الكتب.

• حين سئل فولتير الفيلسوف عمن سيقود الجنس البشري أجاب: الذين يعرفون كيف يقرؤون.

• وسئل الفيلسوف سقراط: كيف تحكم على إنسان؟ فأجاب أسأله: كم كتاباً يقرأ؟

• ويقول المؤرخ البريطاني توينبي: إن ارتفاع نسبة قرّاء الكلمة المطبوعة هو الأساس الحضاري لتصنيف البلدان إلى دول متخلفة أو نامية أو متقدمة.

• ويقول الرئيس الأمريكي الثالث جيفرسون: إن الذين يقرؤون هم فقط الأحرار ؛ لأن القراءة تطرد الجهل والخرافة.

مصادر مشاكل القراءة:

1- مصادر وهمية:

أنا لست ذكياً ولا أفهم ما أقرأ.

القراءة لا ترتبط بالذكاء وأنت محتاج لكثرة التمارين.

ذاكرتي سيئة وضعيفة ولا أستطيع

الحفظ.

القضية غير مرتبطة بالحفظ إنما بالاسترجاع.

أنا مشغول يومياً وعملي يأخذ كل وقتي.

خصص 10 دقائق يومياً فقليل دائم خيرٌ من كثير منقطع.

2- مصادر نفسية:

أنا أشتكي من شح المال والدخل.

ادخر جزءاً يسيراً لشراء أهم الكتب أو استعر من الآخرين.

رؤية الكتاب تذكرني بالإحباطات الدراسية.

حدّث نفسك إيجابياً ، واستمتع أثناء القراءة.

أنا لا أحب رؤية الكتاب ، ولا أتحمل القراءة.

ابدأ بما تحب واقرأ القصص المشوقة وتدرّج.

3-مصادر تقنية:

صداع الرأس وكثرة الإرهاق للجسم.

الإضاءة الكافية ويفضل النور الأصفر ويكون عن يسارك

قرب المادة المقروءة عن العين وإجهاد العين.

الأفضل بعد العين عن المادة المكتوبة من 30-50سم.

المقعد غير مريح ومرتفع.

ارتفاع المكتب 73-81سم وأعلى من المقعد بـ20سم

4- مصادر صحية:

مشاكل الرقبة والظهر وآلامهما المستمرة.

عمل التمارين الرياضية واستخدام الكراسي الطبية.

التهاب مفاصل الأقدام.

لابد للقدمين من ملامسة الأرض بالكامل.

تقلص في العضلات وتورم في الأربطة.

لابد من استقامة الظهر وإراحة العضلات.

من مشاكل القراءة:

1- التراجع

إعادة قراءة النص والرجوع للخلف.

تقدم وتابع ، وليس بالضرورة أن تفهم كل كلمة.

توهم القارئ أن فهمه يزداد من خلال الرجوع.

الرجوع ليس معناه زيادة الفهم ، بل ثبت العكس.

القراءة بطيئة ومملة ولا أستوعب كثيراً

زد بالتدرج من مهاراتك في القراءة السريعة.

2- التشتت:

عندما أسمع رنين الجوال أترك الكتاب.

أبعد كل ما يشغلك عنك أثناء القراءة.

كثرة التواريخ والمعلومات تصيبني بحالة تشتت.

رتب المعلومات وارسم لها مخططاً تاريخياً للتذكر.

تشتت البصر بالنظر للصفحة المقابلة أو الجداول.

استخدم غلافاً لتغطية الصفحة أو الجداول.

3- الدافع :

أشعر بمللٍ شديد عند قراءة أي كتاب.

اقرأ تعريفات عن الكاتب ومغامراته لتحبه.

لست متحفزاً عند القراءة.

اشترط على نفسك عمل شيء تحبه مكان القراءة لا يدفعني للقراءة ، وهو غير مريح.

اقرأ في الأماكن الممتعة عند الأشجار مثلاً أو الأنهار.

تقنيات القراءة الذكية:

-----------------------

السبب الرئيس لنجاح كثير من المبدعين قدرتهم على استيعاب ما يقرؤون ، وقدرتهم على الاسترجاع وللاستيعاب تقنيات منها:

1. التحديد الدقيق.

2-الاكتشاف والربط.

3- التدوين والتركيز.

4. الخرائط.

التحديد الدقيق:

1-تحديد الهدف: لماذا أقرأ هذا الشيء؟ حدد هدفك فعندما لا تدرك الهدف ستبقى غير مهيأ للقراءة.

2-تحديد السرعة: ينبغي عليك أن تأخذ في الحسبان السرعة التي يجب أن تقرأ بها كلم مادة على حدة.

3-تحديد المعرفة: بتحديد المعلومات عن الكاتب وأسباب التأليف وتعريف مبسط للكتاب ومعرفتك السابقة بموضوعه ، وما العلومات الجديدة التي سأستفيدها بعد القراءة.

4-تحديد الخطة: بوضع خطة فيها وقت البدء والانتهاء ، مع توزيع أقسام الكتاب عليها.

الإكتشاف والربط:

اكتشاف الأفكار الرئيسة: معرفتك بنوع المادة المكتوبة يساعدك في معرفة موقع الفكرة الأساسية ، فالنص الذي يعطي معلومات علمية كثيراً ما تأتي الجملة الرئيسية في بداية الفقرة ، أما مادة المتعة والتسلية فغالباً ما تأتي المعلومة الأساسية في آخر الفقرة.

اكتشاف الأفكار الثانوية: المعلومات الفرعية هي مجموعة من التفاصيل ذات الطابع المشوق لا تؤثر على الأفكار الرئيسة ، ولا تكون ذات أهمية فيما يتعلق بالأحداث.

هناك ثلاث طرق للربط: الخط الزمني ، الرسم الشجري ، الرسم البياني

التدوين والتركيز:

إمساك القلم :لكي تكون واثقاً من أنك لا تقوم بالقراءة بطريقة عشوائية قم بوضع قلم في يدك ، ومن ثم قم بتدوين الفكرة الرئيسة لهذا الجزء ، وعندما تصل إلى أي أمر يتعلق بتلك الفكرة ضح تحته خط ، وبعد ذلك قم بإحاطة الحقائق التي تحتاجها.

معركة النص: أفضل القراء هم الذين يخوضون معركة مع النص ، وأمساك القلم وتتبع الأفكار واستخراج التفاصيل ذات الأهمية ، وهم يدونون يحاولوا حفظ كل ما يهمهم.

التركيز والتثبيت: معظم الوقت الذي تقضيه في القراءة يرجع إلى الطريقة التي تستخدم بها عينيك ، فأبطا الناس هم الذين يركزون نظرهم في كل كلمة تقريباً بينما الأسرع هم الذين يقفون من مرة إلى مرتين في السطر الواحد.

الخرائط:

رؤية الأشكال: من المهم العناية بالرسوم البيانية أو الجداول أو الصور ؛ فدائماً ما تكون الغاية من هذه الرسوم إعطاء فكرة واضحة لأمر هامٍ ، ويجب قراءة ما يرد تحت هذه الرسوم من إيضاح وشروح أو مفاتيح خاصة بها.

بناء الموضوع: غالباً في بداية كل فقرة تكوّن الجمل الأولى الملامح الأساسية للقصة ؛ ولذلك قم بتحديد النقطة الأساسية لكل فقرة ، ثم قم بكتابة تلك الفقرة في الهامش وهكذا إذا قمت بترتيب تسلسلي لتعليقاتك فإن ذلك سيمدك بخارطة للموضوع.

التركيز والتثبيت: الخريطة الذهنية هي القيام بترتيب النقاط بنفس الترتيب الذي اعتمده الكاتب ، فبه تعرف كيفية بناء الكاتب للموضوع مما يساعدك في كشف نقاط الضعف لذلك الموضوع.

المحاضرة الثانية عشر:

............................

أهمية القراءة( السريعة وطرقها)

• الوقت أغلى ما نملك،

الوقت أكثر ما عنيت بحفظه وأراه أسهل ما عليك يضيع

• فلو قدّر للواحد منا أن يقرأ كل شهر خمسة كتب وعاش ستين عاماً فإنه لم يقرأ إلا 3600 كتابٍ ، وهذا رقم متواضع بالنسبة لتطور وتدفق المعلومات فأنت محتاجم إلى إتقان القراءة السريعة.

• كثير من الناس يشتكون من قلة الوقت وهم واهمون ، ولنتساءل لماذا ينشغل المسلمون عن القراءة ولا ينشغل عنها الغربيون ، وهم أكثر إنتاجاً وانشغالاً.

• القراءة السريعة جزء مهم في تفعيل الوقت واستثماره (قضاء وقت أقل مع تعلم أكثر).

• كلما طوّرت من مهارتك القرئية كلما استفدت من وقتك ، فلو فكرنا في الفترات الزمنية البسيطة الضائعة (لإنهاء المعاملات – عند التأخر عن المواعيد -...إلخ) ربما تكون يومياً 60 دقيقة أي في السنة 336 ساعة كم يمكن أن نستثمر لو أفدنا منها.

• أهمية القراءة السريعة :

• 80-90% من المعلومات التي نحصل عليها تأتي عن طريق القراءة ، والشخص المتوسط الذي يقرأ 250 كلمة في الدقيقة يحتاج إلى يوم كامل ليقرأ كتاباً من 300 صفحة، أما القرّاء الذين يقرؤون بسرعة 750 كلمة في الدقيقة فيستطيعون الانتهاء من الكتاب نفسه في أقل من ثلاث ساعات.

• نحن في عصر ثورة المعلومات فالذي صدر في 50 عاماً الماضية من معلومات يفوق ما صدر في 5000 عاماً الماضية.

• ليس العين وحدها هي التي تقرأ بل العقل والعين.

• أنت تملك من الإمكانيات ما يمكّنك من مضاعفة قراءتك حتى تصل إلى 1000 كلمة في الدقيقة ، ثابر وتدرب.

• سر النجاج في تخصيص وقت يومي تدريبي بين النصف ساعة إلى الساعة ولمدة ستة أسابيع ، فالقراءة السريعة مهارة تدريبية.

 القراءة السريعة الفعالة هي القراءة بشكل أذكى ، فهي تمزج بين السرعة والاستيعاب.

 الشيخ علي الطنطاوي –رحمه الله- كان يقرأ بمعدل عشر ساعات يومياً ، ويقول عن نفسه: فلو جعلت لكل ساعة عشرين صفحة اقرأ من الكتب الدسمة نصفها ومن الكتب السهلة نصفها لكان في كل يوم مائتا صفحة أتنازل عن نصفها احتياطاً وهرباً من المبالغة ، وخوفاً من الكذب ... فهذه مائة صفحة في اليوم فاحسبوا كم صفحة قرأت من يوم تعلمت النظر في الكتب وامتدت يدي إليها ، سبعون سنة في كل سنة اثنا عشر شهراً ، في كل شهر ثلاثون يوماً في كل يوم مائة صفحة ، وحسبت فوصلت إلى 2520000 صفحة.

طرق القراءة السريعة :

- استعرض: النظرة الشاملة العامة والعرض المسبق

1. اسأل: القراءة بهدف ، وتحديد الأسئلة للقراءة

1. اقرأ: اقرأ الكتاب كقارئ فعّال

1. استذكر: استذكر الإجابات

1. راجع: راجع الإجابات على الأسئلة

استعرض 1:

:

1. انظر إلى العنوان.

1. اقرأ الفهرس بشكل تفصيلي.

2. أقرأ الأغلفة الأمامية والخلفية.

3. تصفح الصور والجداول بالكتاب.

4. اقرأ المقدمة والخاتمة.

ب- الفوائد:

1. الحصول على لمحة لمحتويات الكتاب.

1. سيكون لديك شعور بأنك متآلف مع المادة.

2. تستطيع أن تقدر مدة الوقت لتغطية مادة الكتاب.

\* أثبتت التجارب أن مباشرة القراءة دون تصفح يقود إلى تفاصيل لا حاجة لها.

أقرأ 3

1. اقرأ الكتاب كقارئ فعّال وسريع ؛ بهدف الإجابة على الأسئلة فقط ، وليس كل كلمة وجملة ، وستشعر بالراحة عندما تجيب على الأسئلة.

1. اسأل نفسك: أي نوعٍ من أنواع القراءة أحتاجه لبلوغ أهدافي ، وإيجاد الإجابات على أسئلتي: هل هي قراءة عابرة ، أو متأنية.

2. اسأل نفسك: ما هي الأفكار الرئيسة التي ترتبط بأهدافي وأسئلتي؟

هنا تبحث عن التفاصيل التي تساعدك على الإجابة عن تلك الأسئلة ، وتحقيق أهدافك المنشودة.

استذكر 4

1. استذكر وسمع الإجابات ، فإن التسميع سواء بصوت مرتفع لشخص آخر ، أو بهدوء لنفسك يمكّنك من معرفة ما قرأت.

1. أظهرت الدراسات أن القارئ ينسى حوالي 80% مما تعلمه من القراءة خلال أسبوعين ، ولكن عندما يقوم بالاستذكار والتسميع مباشرة بعد القراءة فستكون نسبة النسيان 20% فقط.

2. أعد قراءة الفقرات التي لم تتذكر الإجابة على أسألتها.

3. حاول بعد قراءة كل قسم أو باب أو فصل أن تتوقف قليلاً لاستدعاء الأفكار الرئيسة ، وحاول أن تتذكر ذلك بشكل متسلسل ودقيق ومترابط.

4. حاول كتابة الأفكار والنقاط الرئيسة التي تتذكر في مذكرة خاصة ، وخصص وقتاً كافياً لعميلة الاستذكار واستدعاء المعلومات الجديدة والمهمة.

راجع 5

1. بعد عدة ساعات ، أو حتى بعد يومين راجع إجاباتك على الأسئلة ؛ فإن هذه الخطوة ستبقي المادة نشطة في عقلك.

1. المراجعة تعني إعادة النظر بما درسته أو قرأته أو كتبته للتأكد من قدرتك على التذكر ، واستدعائه بشكل دقيق ومترابط.

2. راجع البنية العامة للفصل الذي قرأت.

3. استذكر الأهداف التي حددتها لقراءتك ، والأسئلة التي انطلقت منها.

4. قارن الملاحظات التي دونتها مع النقاط الرئيسة.

نصائح في القراءة السريعة:

-لا تجعل البرنامج الذي تريد أن تتبع سهلاً ولا صعباً للغاية

--قم باختيار ما يثير اهتمامك من المواضيع

-اعتمد على التنوع فمرة رواية وأخرى صحيفة وثالثة مجلة

-خصص وقت محدد مثلاً10-20 دقيقة يوماً للتدرب

-ليكن هدفك واضحاً ، لماذا تريد أن تتعلم القراءة بسرعة؟

-قم بالاحتفاظ بدفتر ملاحظات كي تدون فيه ما تعلمته

-لا تتوقف واستمر بالتدرب بعد انتهاء مدة البرنامج

-تأكد بقد المستطاع من أن تكون البيئة المحيطة بك مريحة

-لا تستسلم للإحباط ، واعلم أن هذا طبيعي في تعلم أي شيء

-كلما زادت المتعة التي تجدها أثناء القراءة كلما قل الضغط عليك

-توقف عند الضغط والإرهاق وخذ فترة من الراحة

-اعتد أن تتعلم شيئاً جديداً كل يوم

قم باستخدام جهاز لتحديد السرعة كي تزيد من سرعتك

طريقة حساب الوقت في القراءة

1. نحسب كم كلمة في السطر ، وكم عدد السطور في الصفحة ، ثم نحسب كم صفحة نريد أن نقرأ فنضرب عدد الكلمات في عدد السطور في عدد الصفحات ثم نقسم ذلك على الوقت.

المحاضرة الثالثة عشر :

---------------------------

القراءة الدراسية :

• الكل يرسل أبناءه إلى المدرسة ؛ لتعلم القراءة والكتابة ولكن أين من يستغل الجهد.

• حب القراءة يبدأ من داخل أروقة المدرسة ، فهي المكان الأول في تعليم القراءة لدى الطالب.

• لا بد من غرس قيمة العلم وفضيلة التعلم في نفوس الطلاب ، وإذكاء حب التطلع والريادة المعرفية وليس الشهادة.

• عن معاذ بن جبل عن النبي صلى الله عليه وسلم قال: (( تعلموا العلم فإنّ تعلمه لله خشية وطلبه عبادة)).

من لم يـذق مرّ التعلم ساعة تجرع ذلّ الجهل طول حياته

ومن فاته التعليم وقت شبابه فـكـبر عـلـيه أربـعـاً لـوفـاته

قواعد التعلم

-لا بدّ من مثير ومحفز للتعلم يستنهض قواك العقلية

-حدد الهدف الذي ترغب الوصول له ولا تجعل الصدفة تعلمك

-اقرأ بتمعن وتخطيط واستمتاع

-ضع لك جدولاً زمنياً مكتوباً ومرتباً منذ بداية العام الدراسي

-زد معدل تركيزك بالاستمرار ، وتعلم في وقت أقل بتقنية ذكية

جدول القراءة:

-كن واقعياً في توزيع الوقت واحسب أوقات الراحة واكتب ذلك

-خطط لدراسة الموضوعات التي تحتاج إلى جهد واختر أفضل الأوقات

-طبق قاعدة 30/3 فبعد كل 30 دقيقة 3 دقائق راحة

-ثبت أن الأوقات المتقاربة المنفصلة أفضل من الساعات الطويلة المستمرة

-ضع إشارة على كل الإنجازات التي أنجزتها

إرشادات للمذاكرة:

-ضع خطاً تحت أي معلومات لا تفهمها من الكتاب

-ارسم مخططاً وخريطة للمعلومات وضع عليها الأفكار الرئيسة

-بعد قراءة الكتاب توقف وضع ما تعلمته في قالب تصوغه لنفسك

-عد إلى ما لم تفهمه واستعن بمصادر خارجية لفهمه

-طبق المعلومات في حياتك ، فحينئذ ستكون مفهومة ومرغوبة

-راجع المواد التي ذاكرتها من حين لآخر

برامج القراءة الدراسية والمذاكرة:

القراءة التحضيرية:

-حدد ماذا تريد أن تعرف من معلومات من هذا الدرس

-استعن بكتب أخرى تشرح مطلبك ، واقرأ موضوعات تتعلق بالدرس

-اكتب ملاحظاتك قبل حضور الدرس واستذكر بذكاء أعلى لا بجهد أكبر

-حاول دائما تفكيك وتبسيط المصطلحات الصعبة

برامج القراءة الدراسية والمذاكرة:

القراءة الفصلية:

-شارك بفاعلية ، وساهم في طرح الأسئلة والمناقشات الجادة

-دوّن ملاحظاتك ولا تعتد كتابة كل شيء وتمكّن من المادة

-تعلم التمييز بين المهم والأهم وبين الفكرة الرئيسية والفرعية

-ارسم خريطة عقلية واكتب العنوان في الوسط واكتب أهم النقاط

-استفد من الدقائق بين الحصص بمراجعة الملاحظات وإكمالها

-أدرج واجباتك في مفكرتك اليومية

برامج القراءة الدراسية والمذاكرة:

القراءة للمذاكرة:

-اعمل ملف أو مذكرة لكل مادة وكن مرناً في طريقة المذكرة

-تعامل مع كل نوع من أنواع المواد بطريقة مختلفة

-قلّب الصفحات بشكل فعال وأتقن تقنيات العين واليد في القراءة

-كرر كل درس بعد 15 دقيقة وراجع بعد 48 ساعة وكافئ نفسك عند الإتمام

برامج القراءة الدراسية والمذاكرة:

القراءة للبحث:

-ابحث عن فكرة مناسبة وموضوع يناسب تطلعاتك

-اكتب الأفكار الرئيسية والفرعية التي تريد كتابتها وتشغل ذهنك

-اجمع كل المصادر التي تتكلم عن الموضوع واقرأ قراءة مرنة

-ضع لكل فكرة عنواناً وسجل المراجع والصفحات التي تدعم أفكارك

-ضع جدولا للابتداء والانتهاء وقسّم الأعمال على فترات

-يفضّل الكتابة مباشرة على الحاسب لسهولة التعديل والإضافة

-دقق وصحّح وتمم البحث بالمقدمة والخاتمة والفهارس ...الخ

القراءة للإمتحانات:

------------

-كن متفائلاً ومارس عملية الاسترخاء والتفكير التأملي

-لا تعوّد نفسك على السهر فثبت أن التحصيل ينخفض 25% لمن ينام نهاراً ويذاكر ليلاً

-تصفح بشكل سريع لأخذ انطباع أولي وتجنب حشو المعلومات

-اقرأ الملخصات المصاحبة وركز على أهم الأفكار واحفظها جيداً

-راجع ملاحظاتك والأشياء التي تشعر أنها نقطة ضعفك

-اقرأ التعليمات بشكل مركز واقرأ ورقة الأسئلة كاملة ووزع وقتك عليها.

.