

ارتقای خودباوری و اعتماد به نفس دانش آموزان

سیده زهره ترابی

معلم زیست‌شناسی دامغان

چکیده

نبود اعتماد به نفس و خودباوری از جمله عواملی است که دانش آموزان را از تلاش باز می‌دارد و سبب افت تحصیلی آن‌ها می‌شود. اگر انسان ظرفیت‌ها و توانایی‌های خدادادی خود را نشناسد و باور نداشته باشد که می‌تواند با اتکا به نفس بر مشکلات و حوادث گوناگون فائق آید، بدیهی است که هنگام مواجه شدن با کمترین مشکلات، خود را در بن‌بستی گرفتار خواهد دید که سراسر زندگی او را تحت تأثیر خود قرار خواهد داد. معلم باید به دانش آموزان خود کمک کنند تا خود را باور کنند و بتوانند خلاقیت‌های تحصیلی خود را بروز دهند. ترس از گرفتن نمرات بد در امتحانات، به‌ویژه امتحان‌های نهایی یکی از پی‌آمدهای نبود خودباوری است که سبب افت تحصیلی دانش آموزان سال سوم دوره دوم متوسطه می‌شود. درس زیست‌شناسی در آزمون‌های رشته علوم تجربی از اهمیت ویژه‌ای برخوردار است و به‌خاطر این اهمیت، معمولاً دانش آموزان این درس را خیلی خوب مطالعه می‌کنند؛ اما گاه نمرات خوبی در امتحان نهایی کسب نمی‌کنند. لذا، این جانب همواره در این فکر بودم که راهکارهایی برای تغییر بینش دانش آموزان سال سومم بیابم و با اجرای آن سطح نمره درس زیست‌شناسی آن‌ها را در امتحان نهایی افزایش دهم که بی‌شک این موضوع تأثیر شگرفی در کسب خودباوری و اعتماد به نفس آنان نیز دارد و انرژی حاصل از این موفقیت پشتوانه خوبی برای آمادگی کنکور آن‌ها در سال بعد خواهد بود. بنابراین، در طول این سال تحصیلی با به کار بستن راهکارهایی که مواردی از آن‌ها کاملاً ابتکاری بود، نتیجه مطلوبی از تدریس زیست‌شناسی و آزمایشگاه ۲ گرفتم که خداوند را نیز بسیار سپاسگزارم که در این راه همیشه یار و مددکارم بوده و هست و همچنین دانش آموزانم نیز با کسب نمرات خوب از این درس توانستند معدل دیپلم خود را بهتر کنند و به خودباوری و اعتماد به نفس خوبی دست یابند.

کلیدواژه‌ها: اعتماد به نفس، خودباوری، افت تحصیلی، امتحان نهایی، درس زیست‌شناسی و آزمایشگاه ۲.

مقدمه

این جانب دبیر یکی از دبیرستان‌های شهرستان دامغان از استان سمنان هستم و تدریس درس زیست‌شناسی و آزمایشگاه ۲ را بر عهده دارم و به دلیل آشنایی دوساله به روحیات و نقاط ضعف و قوت دانش‌آموزانم، سعی کردم با ایجاد حس خودباوری و اعتمادبه‌نفس در آن‌ها، پیش‌بینی ذهنی‌ای که از سطح پایین نمرات امتحان نهایی آنان داشتم تغییر دهم و به دانش‌آموزانم برای کسب نمره‌های بالاتر در این درس و مهم‌تر از آن دوری از ناامیدی و اضطراب کمک کنم.

موقعیت و شرایط محیط آموزشی از جمله عواملی است که با انگیزش دانش‌آموزان ارتباط نزدیک دارد. معلم مهم‌ترین نقش را در مدرسه ایفا می‌کند و چگونگی عملکرد دانش‌آموز به رفتار معلم بستگی دارد. برای معلم انگیزش دانش‌آموز به این سبب که هم در حکم هدف و هم به منزله وسیله پیشرفت‌های بعدی در سایر زمینه‌های تربیتی است، اهمیت زیادی دارد. معلمان می‌توانند از منابع و راه‌هایی افزایش انگیزش استفاده کنند.

ترس از شکست، انرژی دانش‌آموزان را تضعیف می‌کند و آن‌ها را به عقب می‌برد. زمانی که دانش‌آموزان به انتظارات و اهداف تحصیلی خود نرسیده باشند و احساس کنند که از دوستان خود عقب مانده‌اند احساس یأس می‌کنند و به همین علت افسرده و گوشه‌گیر و کم‌حوصله می‌شوند. این حالت را بیشتر در دانش‌آموزان پایه‌های سوم و دوره پیش‌دانشگاهی، خصوصاً بعد از اعلام نتایج کنکور مشاهده می‌کنیم. البته به ندرت ممکن است این حالت در دانش‌آموزان پایه‌های اول و دوم نیز مشاهده شود.

درس زیست‌شناسی مهم‌ترین درس رشته علوم تجربی است و تأثیر زیادی بر نمره کنکور سراسری دارد. بنابراین، علت اینکه دانش‌آموزان درس زیست‌شناسی را بیش از دروس دیگر می‌خوانند، ولی گاه موفقیتی هم‌رديف با زحمات خود کسب نمی‌کنند، این است که دانش‌آموزان مطالب را سطحی می‌خوانند و کمتر

به عمق مفاهیم مطرح شده فکر می‌کنند؛ بنابراین، قادر به ارتباط دادن موضوع‌های مختلف کتاب‌ها با هم نیستند و لذا نمی‌توانند پاسخ صحیح را از بین سؤالات چهار گزینه‌ای انتخاب کنند و ارتباط مطالب درسی کتاب‌های مختلف زیست‌شناسی را با هم برقرار کنند.

یادگیری و انگیزه

یادگیری عبارت است از تغییر طولانی‌مدت در تفکر، احساس و رفتار فرد که براساس تجربه ایجاد شده باشد (۱). رفتار گرایانی از قبیل جان واتسون و اسکینر سرشت انسان را انعطاف‌پذیر می‌دانستند و معتقد بودند که یادگیری نقش اصلی را در رشد ایفا می‌کند؛ چنانکه آموزش اولیه می‌تواند صرف‌نظر از آنچه کودک از استعدادها، تمایلات، علاقه‌ها، توانایی‌ها، و از اجداد به ارث برده، او را به هر نوع بزرگ‌سالی تبدیل کند.

روان‌شناسی چون هانس معتقد بود که آنچه به نظر می‌رسد تابع برنامه زیستی فطری است، می‌تواند تحت تأثیر رویدادهای محیطی قرار گیرد. مک‌گرا، دنیس، گزل و تامیسون معتقد بودند که یادگیری و تجربه در تفاوت‌های رشدی نقشی ندارند؛ با این حال پژوهش‌های اخیر نشان می‌دهند که تمرین یا تحریک بیش‌تر می‌تواند تا اندازه‌ای رفتارهای حرکتی را تسریع کند. هر یادگیری منجر به عملکرد نمی‌شود، چون افراد بسیاری از چیزها را می‌آموزند؛ ولی امکان به کار گرفتن این آموخته‌ها برایشان پیش نمی‌آید (۱).

همه ما از اهمیت انگیزه در زندگی آگاهی کامل داریم، با این حال بیشتر ما احساس می‌کنیم در زندگی به اندازه کافی دارای انگیزه نیستیم. انگیزه به ما کمک می‌کند تا احساس رضایت خاطر و درباره خودمان احساس مسئولیت کنیم و بر زندگی خود تسلط داشته باشیم. بی‌انگیزگی دانش‌آموزان این نگرانی را در والدین و معلمان به وجود می‌آورد که شاید آن‌ها نتوانند به درستی عمل کنند، به بیراهه بروند یا حتی زندگی خود را تلف کنند. موقعیت و شرایط محیط آموزشی از جمله عواملی است که

موقعیت و شرایط محیط آموزشی از جمله عواملی است که با انگیزش دانش‌آموزان ارتباط نزدیک دارد

ظهور استعدادها و بیان اندیشه‌ها سوق می‌دهد. از دیگر وظایف معلم، برقراری روابط اجتماعی صحیح و سالم و آموزش آن به دانش‌آموزان است. یکی از اهداف آموزش و پرورش، همین است. دانش‌آموز باید از طریق مدرسه و به وسیله معلم، اجتماعی شدن را بیاموزد و با کسب مهارت‌های اجتماعی مورد نیاز جامعه، هم موجب موفقیت و پیشرفت خودش و هم باعث اعتلای جامعه‌اش شود.

ناگفته نماند که در این عرصه، چنانچه معلم دارای تعهد و تخصص باشند، در همه سطوح علمی، عاطفی، تربیتی و اجتماعی، می‌توانند روابط موفق‌تری برقرار کنند که حتماً نتایج درخشان‌تری نیز در پی خواهد داشت.

حضور به موقع و مستمر در کلاس، توجه با علاقه و اشتیاق به درس، با نشاط بودن، احترام گذاشتن، سپاسگزاری، مؤدب بودن، متواضع بودن، بجا سؤال کردن، آماده بودن برای پاسخگویی به سؤالات درس، مشارکت در گفت‌وگوهای درسی همه از نشانه‌های انگیزه درس خواندن مطلوب است.

به نظر پیاژه (۱۹۷۲)، منصور و دادستان (۱۳۶۷)، جو عاطفی مطلوب کلاس، جوی است که در آن دانش‌آموزان فعال باشند، نه منفعل. روش فعال باعث شکفته شدن شخصیت عقلی، اخلاقی و سازمان یافتن مبادلات فکری کودکان می‌شود، فرد را به ابداع و نوآوری وامی‌دارد، انگیزه و رغبت او را افزایش می‌دهد و به یادگیری واقعی می‌انجامد. ولی در روش منفعل، یادگیری واقعی صورت نمی‌گیرد، گرچه ممکن است دانش‌آموزان با مطالب بیشتری آشنا شوند و مطالب زیادتری را به حافظه خود بسپارند که این امر فقط به یادگیری الفاظی منجر می‌شود و فرد مطالب را درون‌سازی نخواهد کرد. پس با مطالعه چند کتاب روانشناسی و استفاده از تجربه تدریس چند ساله این راه کارها را به کار بستم:

- افزایش ارتباط عاطفی و درک شرایط خاص هر دانش‌آموز،
- انتقال حس باور و اطمینان قلبی به دانش‌آموزان که

با بی‌انگیزگی دانش‌آموزان ارتباط نزدیک دارد. همچنین مطالعه زیاد یک درس و کسب نمراتی که با میزان مطالعه و تلاش فرد همخوانی ندارد، به تدریج دانش‌آموز را دلسرد و دچار ناامیدی می‌کند؛ مخصوصاً در مدارس تیزهوشان به دلیل رقابت زیادی که دانش‌آموزان با هم دارند و تفاوت سطح معدل و استعدادهای آنان در کلاسی که صرفاً به دلیل علاقه به رشته تجربی و تکمیل ظرفیت تشکیل شده نه با برگزاری آزمون.

راهکارها

خودباوری و اعتماد به نفس از سه طریق باعث افزایش موفقیت تحصیلی می‌شود:

- ایجاد فرایندهای مثبت مغزی؛ زیرا کارکرد و فعالیت ذهنی هم‌چون سایر قسمت‌های بدن تحت تأثیر پیام‌های شناختی و احساس درونی قرار می‌گیرد،
- ایجاد انگیزش و ارتقای سطح علاقه و تمایل و افزایش تلاش و کوشش دانش‌آموزان در فعالیت‌های درسی و امر تحصیل.

- شکل دادن مقاومت قاطع فرد در برابر مشکلات و احیاناً برخی افت‌ها یا شکست‌های تحصیلی.

باید به آن‌ها بگوییم که دشمن بزرگ حوادث ناگوار نیست که از خارج بر ما وارد می‌شود، بلکه دشمن بزرگ درون خود ماست و «ضعف اراده» نام دارد. پس اراده خود را قوی کنیم، چون استعداد بزرگ بدون اراده بزرگ وجود ندارد. به طرز تفکر و اندیشه آن‌ها توجه داشته باشیم. بنابراین، باید خود هدف‌گذاری کنیم و برای رسیدن به هدف برنامه‌ریزی کنیم و با اجرای آن به موفقیت برسیم و شما هم می‌توانید اگر بخواهید (۵).

معلم از طریق درس دادن، رابطه‌ای علمی با شاگردان برقرار می‌کند. اگر این روش تدریس با روحیه‌ای شاد و سرحال باشد، در دانش‌آموزان ایجاد انگیزه می‌کند و آن‌ها نیز با شور و نشاط در کلاس حاضر می‌شوند و از درس خواندن، لذت می‌برند و همین عامل آن‌ها را به سوی خلاقیت و نوآوری و

علت اینکه

دانش‌آموزان

درس

زیست‌شناسی

را بیش از

دروس دیگر

می‌خوانند، ولی

گاه موفقیتی

هم‌ردیف

با زحمات

خود کسب

نمی‌کنند،

این است که

دانش‌آموزان

مطالب را

سطحی

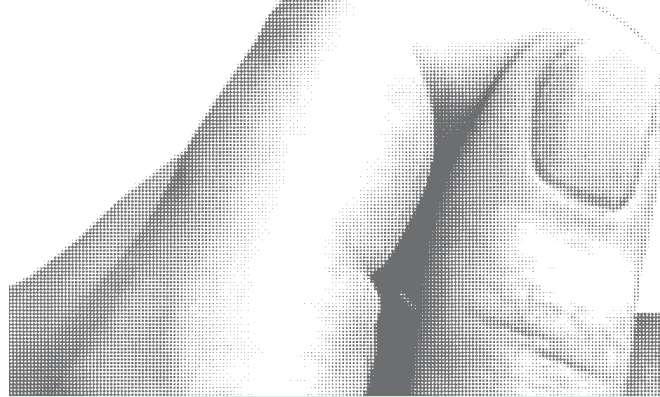
می‌خوانند و

کمتر به عمق

مفاهیم مطرح

شده فکر

می‌کنند



کسانی موفق‌ترند که با تمام قوا خود را متقاعد کنند که موفق می‌شوند

- عدم مقایسه آنان، به‌ویژه به رخ کشیدن نمرات بالا و اهمیت دادن به تفاوت فردی آنان.
- ذکر نکات امیدوارکننده در پاورقی اوراق امتحانی یا در سربرگ و همچنین آغاز تدریس هر جلسه با جملات امیدبخش.
- تأکید فراوان بر حاشیه‌نویسی و نشاندار کردن نکات مهم و کلیدی در کتاب، مخصوصاً تأکید بر تمام شکل‌ها با طرح سؤال به صورت‌های مختلف.
- صحبت ده دقیقه‌ای در یکی از جلسات پیرامون روش مفهومی خواندن زیست‌شناسی و اینکه با مطالعه یک مبحث به دنبال چه اهدافی هستند یا چه چیز باید بلد باشند تا آن موضوع را عمقی‌تر فراگیرند.
- تأکید بر فصولی از کتاب که باید به همراه یکدیگر خوانده شوند (مخصوصاً از سال‌های قبل).
- در اختیار گذاشتن پاورپوینت یا فیلم و انیمیشن‌های آموزشی در اختیار دانش‌آموزان و کاربرد ابزارها و روش‌های نوین تدریس.
- اطلاع‌رسانی وضعیت درسی دانش‌آموزان ضعیف به مدرسه و خانواده و پیگیری هر مورد.
- طرح سؤالات مفهومی با اختصاص بارم نسبتاً زیاد در حین تدریس یک مبحث جدید با در نظر گرفتن وقت محدود که اطلاعات قبلی دانش‌آموزان به چالش کشیده می‌شود.
- اختصاص نمره منفی به سؤالات چهارگزینه‌ای حتی در تعداد کم سؤال برای آمادگی برای تست‌زنی و پرهیز از پاسخ‌های تصادفی.
- آموزش نحوه درص‌گیری به دانش‌آموزان و تأکید بر کاربرد و محاسبه آن در سؤالات کار شده در منزل.
- گذراندن بعضی از ساعات تفریح و وقت استراحت خود با دانش‌آموزان و پاسخ به پرسش‌هایی که نیاز به توضیح و موشکافی بیشتری داشت برای رفع اشکال.
- تأکید زیاد بر کتاب درسی به‌عنوان منبع اصلی مطالعه و استفاده از تنها یک کتاب کمک‌آموزشی به دانش‌آموزان که تعدد منابع آن‌ها را سردرگم و مضطرب نسازد.
- تشکیل جلساتی با حضور والدین و شنیدن نظرها و

- آن‌ها می‌توانند با دور کردن ناامیدی و ترس از امتحان نهایی حتماً موفق شوند.
- بزرگ‌نمایی موفقیت و پیشرفت‌های درسی حتی به مقدار جزئی.
- کاربرد بسیار زیاد تشویق‌های کلامی و نوشتاری مخصوصاً در بالای اوراق امتحانی و انتقال حس درونی خود از پیشرفت آن‌ها.
- ارائه مطالب درسی به صورت متوالی، از ساده به دشوار.
- برگزاری امتحانات متعدد در طول سال به صورت یک امتحان تستی و یک امتحان تشریحی در پایان هر فصل.
- تأکید بر مطالب مفهومی و تکرار آن‌ها در فصول متعدد با نوشتن آن‌ها روی تخته.
- تصحیح اوراق امتحانی و گزارش نمرات در جلسه بعد از برگزاری آزمون حتی به فاصله یک روز.
- چینش اوراق تصحیح شده بر اساس نمره و توزیع اوراق توسط دانش‌آموزی که بالاترین نمره را کسب کرده و توضیح و ارائه پاسخ سؤالات به همراه ریزبارم آن و رفع اشکال با تأکید زیاد جهت یادداشت کردن نکات کلیدی آن سؤالات در کتاب درسی در قسمت مربوط به آن مبحث.
- میدان دادن به دانش‌آموزان خجالتی و کم‌رو برای بیان نظر و پاسخ به سؤال‌های سایر دوستان‌شان.
- شبیه‌سازی آخرین امتحانی که به فاصله چند هفته مانده به شروع امتحانات و طراحی پاسخنامه مشابه امتحان نهایی.
- تصحیح تمام امتحانات مطابق بارم امتحان نهایی و توصیه به مطالعه نمونه سؤالات امتحان نهایی در سال‌های گذشته.
- همدردی و درک مشکلات روحی مخصوصاً گوش دادن به درد دل بچه‌های مضطرب و ناامید و ارائه راه‌حل کاهش اضطراب.
- ایجاد فرصت مناسب برای جبران ضعف و عقب‌ماندگی درسی با در نظر گرفتن نمره برای هر نوع فعالیت‌هایی که به یادگیری آن‌ها کمک کند.

اگر شاگرد اعتقاد پیدا کند که تغییر و تحول نشانه پیشرفت و تکامل است، آن وقت می‌کوشد که خود را از حالت ایستایی و توقف در جهالت و نادانی خارج و با آموختن مطالب و راه و روش‌های جدید خود را با دیگرگونی‌های محیط سازگار کند

یا راه کارهای پیشنهادی آن‌ها،

- گرفتن فهرست و شماره تلفن منزل همه دانش‌آموزان از مدرسه و مکالمه تلفنی با تک تک آن‌ها یک روز مانده به امتحان نهایی برای کاهش ترس و یادآوری نقاط قوت هر یک و امید بخشیدن به آن‌ها،
- معرفی دانش‌آموزان بسیار مضطرب به مشاور مدرسه و پیگیری مراجعه آن‌ها به ایشان و جویا شدن از نتیجه کار در طول سال تحصیلی،
- کمک به برنامه‌ریزی صحیح درسی کسانی که در این مورد دچار مشکل بوده و کنترل دانش‌آموز برای اجرای برنامه ریخته شده،
- عدم پاسخ‌گویی به سؤالات و اشکالات طرح شده در جلسات امتحانی و سعی در شبیه‌سازی جو امتحان نهایی و برقراری سکوت و آرامش جهت تمرکز بیشتر،
- تایپ سؤالات امتحانی و بارم‌بندی ریز،
- ایجاد رقابت فردی بین دانش‌آموزان به کسب موفقیت در معدودی از آنان و شکست اکثریت کلاس می‌انجامد، بنابراین شدیداً از آن پرهیز کردم،
- مطلع کردن دانش‌آموزان از میزان پیشرفت در کارشان بلافاصله پس از آزمون.

نتایج

از نظر روان‌شناسان احساس خود ارزشمندی، پایه و اساس اعتماد به نفس را تشکیل می‌دهد (۳ و ۴). کسانی موفق‌ترند که با تمام قوا خود را متقاعد کنند که موفق می‌شوند. آن‌ها هم به این دلیل که انسان همیشه می‌خواهد افکارش به مرحله عمل درآید و همین اعمال پس از مدتی برای فرد به صورت عادت در می‌آیند، قبول کنیم که چنین شخصی در واقع عادت به توانستن را در خود ایجاد کرده و در واقع از اعتماد به نفس بالایی برخوردار است. دلیل کارنگی در همین زمینه می‌گوید:

در مقابل مشکلات چون کوهی پایداری خوب است نه چون کاهی ناپایداری (۴).

موضوع درسی که دانش‌آموز یاد می‌گیرد اغلب به

سبک کار معلم بستگی دارد. معلم باید از احساسات فراگیرانش آگاه باشد و گفتار مناسبی داشته که از طریق آن درک و تفاهم را به دانش‌آموز انتقال دهد. او نسبت به ارتباطی که دانش‌آموز را خراب می‌کند حساسیت نشان می‌دهد و از سرزنش و شرمسار کردن دانش‌آموز پرهیز کند و از اهانت و تشر زدن به آن‌ها نفرت داشته باشد؛ گفتارش خالی از هرگونه مکالمه مخرب و بیان غلط و اشتباه باشد.

سیر به سوی هر هدف ارزشمندی دارای پستی و بلندی و موانع و ناامیدی‌هایی است. به همین علت لازم است جوانان بیاموزند که چگونه گلیم خود را از آب بیرون بکشند و روی پای خودشان بایستند.

پشتکار یک رفتار آموختنی است. باید به دانش‌آموزانمان یاد بدهیم بر هدف تمرکز کنند نه روی موانع! خود ما الگوی اول برای آن‌ها هستیم. اگر ما با یک مانع کوچک از کوره در برویم و از تلاشمان دست برداریم، آن‌ها هم یاد می‌گیرند.

ارائه مطالب درسی به صورت متوالی، از ساده به دشوار، موجب می‌شود که یادگیرندگان ابتدا در یادگیری مطالب ساده، به اندازه کافی موفقیت به دست آورند. این کسب موفقیت اولیه، انگیزش یادگیری را برای یادگیری‌های بیشتر افزایش می‌دهد و بر آمادگی آن‌ها می‌افزاید.

دانش‌آموزان در اثر شکست در درسی نسبت به آن نگرش منفی پیدا می‌کنند، باید به آن‌ها کمک کرد تا با کسب موفقیت در درس جدید، به تصویری مثبت از توانایی خود دست یابند؛ زیرا یادگیری همراه با موفقیت به ایجاد انگیزه منجر می‌شود.

پذیرش هر دانش‌آموز همچون فردی بی‌نظیر و تحسین صادقانه او در برابر تلاش‌های خوبی که انجام می‌دهد در کسب احترام به نفس او نقشی تسهیل‌کننده دارد و پیشرفت فرد در انجام دادن کارها منبع مهم کسب موفقیت برای اوست. باز خورد اطلاع از نتایج در ایجاد انگیزه در دانش‌آموز برای استمرار یادگیری و تشخیص میزان یادگیری خود نقش مهمی دارد.

اگر شاگرد اعتقاد پیدا کند که تغییر و تحول نشانه

پیشرفت و تکامل است، آن وقت می‌کوشد که خود را از حالت ایستایی و توقف در جهالت و نادانی خارج و با آموختن مطالب و راه و روش‌های جدید خود را با دگرگونی‌های محیط سازگار کند. اگر نتوان چنین فکری را در ذهن شاگرد به وجود آورد، نمی‌توان از او انتظار داشت که برای تغییر و یادگیری و بهبود وضع خود کوشش پی‌گیر به کار برد، اما گاهی می‌توان با توسل به آیه‌ها و احادیث دینی و اشاره به خواست و اراده خداوند به تحقق چنین هدفی دست یافت، چنانکه آیه شریفه «اگر مردم برای تغییر وضع خود کوشش نکنند، خداوند به تحول و اصلاح کار آنان یاری نخواهد کرد» سوره رعد آیه ۱۱ انگیزه بسیار مؤثری برای به کار و کوشش واداشتن شاگردان و خداشناسی است.

با به‌کار بستن راه‌کارهای ذکر شده و به حول و قوه الهی توانستم شاهد نمرات خوب ۳۰ نفر دانش‌آموز کلاس سوم تجربی در امتحان نهایی خردادماه ۹۴ باشم؛ در صورتی که در اواسط سال تحصیلی پیش‌بینی می‌کردم حداقل دو نفر آن‌ها با نمره ۱۰ در این درس دیپلم بگیرند. البته تمام راه حل‌ها از تأثیر یکسانی برخوردار نبودند و بیشتر از همه تشویق و امید بخشیدن با ایجاد باور قلبی و توکل به خدا در آن‌ها عامل موفقیت‌شان شد.

پیشنهادها

۱. همراه شدن معلم با دانش‌آموزان در پایه‌های بالاتر که استمرار آن با توجه به شناخت دو طرف از هم، بسیار مفید است.

۲. اختصاص حداقل هفته‌ای یک برنامه از برنامه‌های صبحگاهی به تدریس مطالب درسی و علمی به‌وسیله دانش‌آموزانی که به‌خوبی از عهده آن بر می‌آیند؛ چون دانش‌آموزان اغلب حرف همدیگر را بهتر می‌فهمند.

۳. استفاده از پرده دیتا و پروژکتور در ساعات تفریح به صورت بیلبوردهای مشاوره‌ای و آموزشی که یک موضوع را به مدت یک هفته به شکل جذاب در معرض دید همه دانش‌آموزان (در سالن مدرسه) قرار

دهد که حافظه تصویری مسلماً بسیار مؤثر خواهد بود.

۴. استفاده از روپوش‌های رنگی و شاد توسط دبیران یا پوشیدن لباس‌های رنگ روشن مخصوصاً توسط دبیران دروس تخصصی که همراه با چهره خندان و با نشاط آن‌ها در شروع یک روز آموزشی با نشاط مؤثر است.

۵. تشویق دانش‌آموزانی که حامی دوستانشان در امر یادگیری مطالب درسی یا رفع مشکلات مشاوره‌ای بودند از سوی دبیران و مسئولان مدرسه با معرفی آنان در مراسم مختلف.

۶. تشویق دانش‌آموزان به بیان نظرهای خود از محتوای دروس.

۷. کاهش امتحاناتی که مبتنی بر روش‌های سنتی است جهت ارزشیابی دانش‌آموزان و اهمیت دادن به هر نوع فعالیت آموزشی دانش‌آموزان.

۸. فراگیرندگان برای یادگیری مطالبی که تمام پیش‌نیازهای آن را کسب کرده باشند، بهتر برانگیخته می‌شوند. اگر فراگیرنده پیش‌نیازهای لازم برای مجموعه‌ای از هدف‌های آموزشی را بداند، آماده خواهد بود که آموزش معنی‌دار را دریافت کند و برای درک رابطه آنچه دارد و آنچه قرار است کسب کند شایسته‌تر خواهد بود. بنابراین، توضیح معلمان در مورد اهداف آموزشی در هر جلسه به‌ویژه با استفاده از فیلم و پاورپوینت آمادگی بیشتری جهت یادگیری ایجاد می‌کند.

منابع

۱. هرکتهان، السون، نظریه‌های یادگیری، ترجمه علی‌اکبر سیف، ویرایش ششم، چاپ ششم، تهران: نشر دوران، ۱۳۸۲، ۱۷-۱۸ شابک ۹۶۴-۶۲۲۱-۵-۶۴.
۲. شعبانی، حسن، مهارت‌های آموزشی و پرورشی (روش‌ها و فنون تدریس) سازمان سمت، ۱۳۷۱.
۳. حسن فشارکی‌زاده، خودباوری، انتشارات قدس، ۱۳۸۴، ص ۶۱.
۴. کانی پالادینو، تقویت اعتمادبه‌نفس، ترجمه صفورا شهلائی، تهران: نسل نوآندیش، ۱۳۸۶، ص ۲۱-۲۲.
۵. حسامی، سیدهادی، موفقیت تحصیلی و کنکور بر مبنای سیستم تکنولوژی فکر N.L.P /، ناشر: کانون تبلیغاتی هنر نو.