

فنون به خاطر سپردن و هنر از یاد بردن

یزدان منصوریان *

مقدمه

مؤلفان کتاب‌های آموزشی تندخوانی و فنون مطالعه، روش‌ها و نکته‌هایی برای بهتر به خاطر سپردن آنچه می‌خوانیم ارائه می‌کنند. آنان بیشتر بر سرعت یادگیری و افزایش توان حافظه تأکید دارند. عمدتاً نیز با استناد به اصول روان‌شناختی یادگیری به خوانندگان وعده می‌دهند اگر توصیه‌های این منابع را به کار گیرند، در کمترین زمان بیشترین مطالب را خواهند آموخت. به این ترتیب، بر سرعتشان در مطالعه و ضبط اطلاعات در حافظه افزوده می‌شود و می‌توانند در وقت و انرژی خود صرفه‌جویی کنند.

بی‌آن‌که بخواهم سودمندی این فنون را نادیده بگیرم یا میزان کارایی آن‌ها را ارزیابی کنم، می‌خواهم به چند پرسش بنیادی‌تر بپردازم. می‌خواهم بپرسم: آیا معنا و مفهوم مطالعه یک اثر حفظ کردن متن و بازگویی محتوای آن است؟ آیا خواندن به معنای انتقال اطلاعات از متن به ذهن است؟ آیا هر چه می‌خوانیم، باید به خاطر بسپاریم؟ آیا مغز باید نقش رایانه‌ای را بازی کند که حجم عظیمی از داده‌ها را در خود ذخیره کرده است؟ یا این‌که نه، هدف از مطالعه فراتر از این‌هاست و باید در جست‌وجوی مهارت‌های دیگری باشیم. برای پاسخ به این پرسش‌ها ابتدا باید دید مهم‌ترین انگیزه‌ها و اهداف مطالعه کدام‌اند و سهم محفوظات در تحقق اهداف چقدر است. باید دید ما معمولاً با چه نیت و چه اهدافی مطالعه می‌کنیم و نقش حفظ کردن مطالب تا چه میزان در تحقق این اهداف مؤثر است.

مروری بر انگیزه‌ها و اهداف مطالعه

نمی‌توان از اهداف مطالعه سخن گفت و انگیزه‌های آن را نادیده گرفت. هر چند انگیزه^۱ و هدف دو روی یک سکه‌اند، اما یکسان نیستند. هدف نقطه‌ای است که می‌خواهیم به آن برسیم و انگیزه نیرویی درونی است که ما را به سوی آن نقطه سوق می‌دهد. می‌توان گفت هر نیروی محرک شناختی یا عاطفی که آدمی را به انجام کاری تشویق و ترغیب می‌کند انگیزه او را می‌سازد. انگیزه نخستین مؤلفه پیدایش رفتار

آدمی است و با هدف از آن رفتار در ارتباط است. میزان اشتیاق، پیگیری و پایداری انسان برای رسیدن به هر هدف به ماهیت و شدت انگیزه او بستگی دارد. هر چه شدت انگیزه آدمی در زمینه‌ای مشخص بیشتر باشد، با جدیت بیشتری در راه رسیدن به هدف گام بر می‌دارد. انگیزه‌های خواندن بسیار متعدد و متنوع‌اند. مردم در موقعیت‌های گوناگون انگیزه‌های متفاوتی برای خواندن دارند که ممکن است در طیفی از کنجکاوی، شوق دانستن، یادگیری یک مهارت تارقابت، حسادت و

حتی خودنمایی و فضل‌فروشی در نوسان باشند. چه بسا کتابی را برای فقط سرگرمی و پر کردن اوقات فراغت بخوانیم، کتابی دیگر را برای یافتن پاسخ پرسشی مشخص، و اثری دیگر را برای حل مسئله‌ای که ذهنمان را به خود مشغول کرده است. گاهی نیز انگیزه ما از خواندن به دست آوردن پاداشی مشخص است. مثلاً شرکت در مسابقه کتابخوانی به امید برنده شدن جایزه نقدی. گاهی هم ناگزیر از خواندن هستیم، مثل شب‌هایی که برای امتحان ناچاریم مطالبی بخوانیم که چندان مورد پسند ما نیست. بسته به نوع و ماهیت انگیزه خواندن، تجربه ما از فرایند مطالعه نیز متفاوت خواهد بود. اگر داوطلبانه و مشتاقانه متنی را بخوانیم و موضوع آن را دوست داشته باشیم، مطالعه تجربه‌ای شیرین و دلپذیر خواهد بود. بی‌آن‌که نگران دستاوردهای مادی یا معنوی آن باشیم. در چنین شرایطی، پاداش خواندن در خود خواندن نهفته است. بر عکس، اگر از سر اجبار ناگزیر از خواندن مطلبی باشیم که هیچ



علاقه‌ای به آن نداریم، آنگاه به وظیفه‌ای طاقت‌فرسا تبدیل خواهد شد. بنابراین، خواندن فی‌نفسه نه آسان است و نه سخت، بلکه نوع مواجهه با منابع مختلف ماهیت تجربه ما را تعیین می‌کند. ضمن آن که نوع انگیزش خواندن رابطه مستقیمی با میزان اثربخشی آن دارد که در ادامه به آن می‌پردازم. همان‌طور که گفته شد، هدف خواندن متأثر

نتیجه خواندن آن تغییری در نگرش به جهان یا رفتارم پدید آید، یادگیری رخ داده است. بنابراین، یادگیری ممکن است آثار خود را در ذهن، احساس یا رفتار نشان دهد. ممکن است این یادگیری به دلیل آگاهی از واقعیتی باشد که پیش از آن نمی‌دانستم یا به دلیل تحلیلی تازه از دانسته‌های قبلی‌ام پدیدار شود. ممکن است توصیه‌ای برای انجام کاری جدید باشد، یا

به خاطر سپردن هر آن چه می‌خوانیم نه ممکن است و نه مطلوب. ممکن نیست، زیرا حافظه فقط قادر به نگهداری حجم محدودی از مطالب خواندنی است. اصلاً یکی از هدف‌های نوشتن در تمدن بشری این بود که انسان راهی برای ثبت اطلاعات در جایی خارج از ذهن خویش بیابد. اگر قرار بود همه چیز را به یاد بسپاریم دیگر چه نیازی به نوشتن بود!

از انگیزه آن است. به رغم گوناگونی این انگیزه‌ها، می‌توان گفت «اطلاع‌جویی و کسب آگاهی»^۲، «لذت و سرگرمی»^۳ و «یادگیری»^۴ سه هدف عمده خواندن هستند. این سه به ترتیب با «شناخت»^۵، «احساسات»^۶ و «رفتار»^۷ در ارتباطند. مرور روزنامه برای آگاهی از اخبار یا مراجعه به دانشنامه برای یافتن پاسخ پرسشی مرجع مثال‌هایی از کسب آگاهی است. مطالعه کتاب درسی یا دستنامه آشپزی نمونه‌ای از خواندن با هدف یادگیری محسوب می‌شود. رمان و داستان خوانی مثال بارزی از مطالعه با هدف سرگرمی است. هر چند نمی‌توان مرز مشخصی میان این سه متصور شد. مثلاً وقتی رمان تاریخی می‌خوانیم به نسبت‌های مختلف هر سه هدف محقق می‌شود. زیرا در کنار آگاهی از رخداد‌های تاریخی، از خواندن و شنیدن روایت‌ها لذت می‌بریم و مهارت‌هایی برای زیستن می‌آموزیم. البته خواندن رمان فواید مثبت فراوانی دارد که پرداختن به آن خود یادداشت مستقلی می‌طلبد.

در میان این سه هدف، می‌توان گفت که «یادگیری» در صدر قرار دارد. زیرا یادگیری پایدار و ماندگار است. اساساً «مطالعه مؤثر»^۸، مطالعه‌ای است که به «یادگیری» منجر شود. یادگیری خود مبحث مفصل و گسترده‌ای در روان‌شناسی و علوم تربیتی است که حتی پرداختن به مقدمه آن خارج از مجال این یادداشت است. فقط به اختصار عرض می‌کنم که منظور از یادگیری در اینجا تأثیری آشکار و ماندگار در دانش، بینش یا رفتار فردی است که مطالعه می‌کند. به سخنی دیگر، اگر من کتاب یا مقاله‌ای بخوانم و سخن تازه‌ای بیاموزم که تغییری در دانشم ایجاد کند، یا در

یا «فرهنگ لغت» آگاه باشیم. در سومین گام بتوانیم در منابع موجود به درستی جستجو کنیم. مثلاً اگر از اینترنت استفاده می‌کنیم موتورهای جست‌وجو را بشناسیم و چگونگی استفاده صحیح از آن را بدانیم.

در چهارمین گام - که بسیار مهم است - باید توانایی انتخاب و ارزیابی منابع را بیاموزیم. بتوانیم آثار معتبر را از نامعتبر تشخیص دهیم. هر گفتار یا نوشتاری را به صرف آن که در کتاب یا مجله چاپ شده یا در اینترنت انتشار یافته، باور نکنیم. بلکه از خود پرسیم پدیدآور این اطلاعات کیست؟ آیا یک سازمان است یا یک فرد؟ آیا شخصیتی حقوقی دارد یا حقیقی؟ در هر دو صورت آیا مرجع معتبری است؟ آیا صلاحیت و شایستگی لازم را در این زمینه دارد؟ آیا می‌توانیم به آنچه می‌گوید اعتماد کنیم؟ آیا به متون و منابع معتبر استناد کرده است؟ آیا نتایج یک تحقیق اصیل را ارائه می‌کند یا فقط تصورات و فرض‌های تأیید نشده نویسنده را.

در گام بعدی باید بتوانیم آنچه از منابع جدید می‌آموزیم با دانسته‌های پیشین به نحوی پیوند دهیم که به دانشی تازه برسیم. دانشی که یا پاسخ به پرسش‌هایمان را فراهم آورد یا راهکاری برای حل مشکلاتی که داریم در اختیار بگذارد. در نهایت نیز باید همه این فرایندها را با رعایت ملاحظات اخلاقی و قانونی استفاده از منابع انجام دهیم. به این معنا که در نقل قول از افراد دیگر امانت‌دار باشیم، در مسیر دسترسی به اطلاعات حقوق مؤلفان را محترم بشماریم و شیوه‌های استناد صحیح را نیز بیاموزیم. کسانی که چنین مهارت‌هایی دارند، از سواد اطلاعاتی برخوردارند و می‌توانند به نحو شایسته‌ای از منابع استفاده کنند. البته سواد اطلاعاتی شامل اجزایی نظیر «سواد رسانه‌ای»^{۱۱} و «سواد رایانه‌ای»^{۱۲} است که شرح آن‌ها خارج از حوصله این یادداشت است. اما وجه مشترک همگی، تفکر انتقادی و روحیه پرسشگری است که ما را به نقد و ارزیابی اطلاعات فرامی‌خواند و از حفظ کردن طوطی‌وار مطالب بر حذر می‌دارد.

سه‌م به خاطر سپردن در فرایند خواندن
اگر به مهارت‌های سواد اطلاعاتی دقت کنیم خواهیم دید که نقش حفظ کردن اطلاعات کمتر از سایر مهارت‌هاست. سه‌م اصلی با «تفکر انتقادی»^{۱۳} و «مهارت در استدلال» است. ما زمانی در استفاده از منابع موفقیم که بتوانیم آن‌ها را نقادانه ارزیابی کنیم. بعد بتوانیم بر اساس آموخته‌های خود استدلالی تازه ارائه

گشودن پنجره‌ای تازه در افق ذهنم که بر اساس آن در رفتارم تغییری پدید آید. حال با این مقدمه، به نظر شما تحقق اهداف مطالعه مؤثر تا چه میزان به حفظ کردن اطلاعات بستگی دارد؟ آیا اگر بوستان یا گلستان سعدی را حفظ کنیم، می‌توانیم مدعی یادگیری آموزه‌های این دو اثر باشیم؟ یا برای استفاده از آن‌ها به مهارت دیگری نیاز داریم؟ آیا برای استفاده از انواع منابع چاپی و الکترونیکی امروز که ما را در «سپهر اطلاعاتی» قرار داده‌اند، فقط به یاد سپردن اطلاعات کافیست؟ بی‌تردید مطالعه مؤثر به مهارت‌های دیگری نیاز دارند که مهمترین آن‌ها را امروز با عنوان «سواد اطلاعاتی»^۹ می‌شناسیم.

سه‌م مهارت‌های سواد اطلاعاتی در فرایند مطالعه

ما پیش از به خاطر سپردن اطلاعات به توانایی درک، ارزیابی، تحلیل و تفسیر متون نیاز داریم. پیش از آن که بخواهیم ظرفیت ذهن را برای حفظ مطالب افزایش دهیم، باید توان آن را برای فهم عمیق و ارزیابی منتقدانه بهبود بخشیم. مهارت‌هایی که به آن «سواد اطلاعاتی» می‌گویند. منظور از سواد اطلاعاتی مجموعه مهارت‌هایی است که ما را قادر می‌سازد مواجهه منطقی و درستی با منابع اطلاعاتی داشته باشیم. به این معنا که در نخستین گام بتوانیم «نیازهای اطلاعاتی»^{۱۰} خود را تشخیص دهیم. یعنی دقیقاً بدانیم به چه نوع اطلاعاتی احتیاج داریم. بتوانیم پرسش خود را در ذهن به درستی تبیین کنیم. دوم آن که منابع پاسخگوی به پرسش‌ها را بشناسیم. مثلاً اگر معنای واژه‌ای را نمی‌دانیم از وجود مرجعی به نام «واژه‌نامه»

دهیم. بنابراین، توانایی ارزیابی و استدلال در کانون مهارت‌های خواندن حضور دارد. در نتیجه کیفیت مطالعه به مراتب مهم‌تر از سرعت و کمیت آن است. چه بسا خواننده‌ای فقط جمله‌ای از یک کتاب را بخواند، اما همان جمله نقطه‌آغازی برای تحلیل و تفسیری مفصل باشد و افقی تازه در اندیشه و دیدگاهش پدید آورد. به سخنی دیگر، نمی‌توان کارایی و اثربخشی مطالعه را با سرعت خواندن یا آمار صفحاتی که می‌خوانیم و تعداد جمله‌هایی که به خاطر می‌سپاریم بسنجیم. به همین دلیل است که امروزه با مفهومی با عنوان «آهسته‌خوانی»^{۱۴} مواجهیم. منظور از آهسته‌خوانی مطالعه همراه با درنگ، تأمل و تحلیل است که توضیحات مربوط به آن را قبلاً در مقاله‌ای نوشته‌ام^{۱۵}. ضمن آن که به نظر من گاهی ما برای استدلال دقیق باید آن چه از زمانی طوطی‌وار حفظ کرده‌ایم از یاد ببریم، یا حداقل برای لحظه‌ای کنار بگذاریم، تا ذهن فضایی تازه برای استدلال بیابد. به این معنا که پیش‌فرض‌های خود را که در اثر مرور زمان برایمان قطعی و مسلم شده‌اند، چند لحظه‌ای رها کنیم و با ذهنی آزاد به بازنگری در این به ظاهر بدیهیات پردازیم. در مطالعه مؤثر به ذهن مولد نیاز داریم که با کمک داده‌های موجود بتواند اندیشه‌های تازه پدید آورد و فقط راوی اندیشه‌های دیگران نباشد. خواننده‌ای یا ذهنی مولد متون مختلف را می‌خواند، اما نه به قصد باز تولید آن، بلکه با هدف رسیدن به شناختی تازه و ارائه تحلیلی نوین از مطالب پیشین. در دهه‌های اخیر بسیاری از چهره‌های شاخص علوم تربیتی بر آموزش «پرسش‌مدار» و «مبتنی بر گفت‌وگو» تأکید دارند و یادگیری به شیوه حفظ کردن و بازگویی محتوای متون را ناکارآمد می‌دانند. از آن جمله می‌توان به پائولو فریره^{۱۶} - فیلسوف و اندیشمند برزیلی - اشاره کرد که حفظ طوطی‌وار مطالب را با عنوان «مدل آموزش بانکسی»^{۱۷} معرفی می‌کند. به این معنا که متولیان آموزشی تصور می‌کنند ذهن یادگیرندگان مثل ظرفی تهی یا یک حساب بانکی خالی است و می‌کوشند با القاء تفکرات خود، در ذهن آنان سرمایه‌گذاری و بعدها از آن بهره‌برداری کنند. او در مقابل مروج «آموزش رهایی‌بخش» و «آگاهی‌انقدادی» است که در آن یادگیرندگان تفکر خلاق و منتقدانه را می‌آموزند و با طرح پرسش‌های تازه و جست‌وجو برای یافتن پاسخ‌ها می‌توانند استعداد‌های خود را شکوفا سازند و نقشی مؤثر در جامعه ایفا کنند.^{۱۸}

سخن پایانی

به خاطر سپردن هر آن چه می‌خوانیم نه ممکن است و نه مطلوب. ممکن نیست، زیرا حافظه فقط قادر به نگهداری حجم محدودی از مطالب خواندنی است. اصلاً یکی از هدف‌های نوشتن در تمدن بشری این بود که انسان راهی برای ثبت اطلاعات در جایی خارج از ذهن خویش بیابد. اگر قرار بود همه چیز را به یاد بسپاریم دیگر

در حالی که ظاهراً یک دستنامه آشپزی باید فقط به شما هنر آشپزی بیاموزد. اما شما در آن کتاب نکته‌های دیگری نیز خواهید آموخت. بنابراین، پیشنهاد می‌کنم به جای نگرانی از فراموش کردن مطالبی که می‌خوانیم، بیشتر به کیفیت مطالعه توجه کنیم. به این معنا که کتاب‌های خوب را دقیق، عمیق و همراه با تفکر انتقادی بخوانیم و از فراموشی آن چه می‌خوانیم

آنچه بیش از حفظ کردن متون اهمیت دارد، توانایی فهم و درک مطالب و پس از آن خلق اندیشه‌های نوین است. خواننده موفق در آثاری که مطالعه می‌کند متوقف نمی‌شود، بلکه محتوای این آثار را همچون مصالح اولیه برای ساخت بنایی تازه تلقی می‌کند و از آن‌ها برای تمرین تفکر و استدلال بهره‌می‌برد... بنابراین، چندان نگران از یاد بردن آنچه می‌خوانید نباشید. بیشتر باید نگران باشیم که مطالعه ما سودمند نباشد و به یادگیری منجر نشود. یعنی اثربخشی خود را در زندگی شخصی و اجتماعی ما نشان ندهد.

نهراسیم. زیرا باید خود را به مهارت‌هایی مجهز کنیم که برایمان در فرایند فهم، استدلال و کار بست بهینه اطلاعات مفید باشد.

* دانشیار دانشگاه خوارزمی،

<http://ymansourian.ir/mansourian@khu.ac.ir>

1. Motivation
2. Information Seeking
3. Amusement/Pleasure
4. Learning
5. Cognition
6. Emotion/Affection
7. Behavior
8. Effective Reading
9. Information Literacy
10. Information Needs
11. Media Literacy
12. Computer Literacy
13. Critical Thinking
14. Slow Reading

۱۵. منصوریان، یزدان (۱۳۹۳) آهسته‌خوانی و بازخوانی: تأملی بر فرایند در خواندن و بهبود کیفیت مطالعه. کتاب ماه کلیات، دوره ۱۷، ش. ۴، ص. ۱۰-۱۴.

16. Paulo Freire

17. Banking Model of Education

۱۸. برای اطلاعات بیشتر مراجعه کنید به: شعبانی ورکی، بختیار (۱۳۸۳) آموزش و پرورش و انسان شدن: نظریه انتقادی پائولو فریره. فصلنامه نوآوری‌های آموزشی، دوره ۸، ش. ۳، ص. ۱۰۶-۹۵.

۱۹. دریابندری، نجف (۱۳۷۸) کتاب مستطاب آشپزی از سیر تاپیز. با همکاری فهیمه راستکار. تهران: نشر کارنامه.

چه نیازی به نوشتن بود! حتی اگر تصور کنیم مغز انسان مثل حافظه کامپیوتر بتواند انبوهی از داده‌ها را حفظ کند، نیز دستاورد سودمندی نخواهد بود. زیرا آنچه بیش از حفظ کردن متون اهمیت دارد، توانایی فهم و درک مطالب و پس از آن خلق اندیشه‌های نوین است. خواننده موفق در آثاری که مطالعه می‌کند متوقف نمی‌شود. بلکه محتوای این آثار را همچون مصالح اولیه برای ساخت بنایی تازه تلقی می‌کند و از آن‌ها برای تمرین تفکر و استدلال بهره‌می‌برد.

بنابراین، چندان نگران از یاد بردن آنچه می‌خوانید نباشید. بیشتر باید نگران باشیم که مطالعه ما سودمند نباشد و به یادگیری منجر نشود. یعنی اثربخشی خود را در زندگی شخصی و اجتماعی ما نشان ندهد. ضمن آن که، نباید تصور کنیم اگر مطلبی را بخوانیم و از یاد ببریم، مطالعه ما کاری بیهوده و عبث بوده است. زیرا همیشه ردپایی از مطالعات در ذهن باقی خواهد ماند و در صورتی که مطلب مفیدی باشد، اثر مثبت خود را در افکار، گفتار یا رفتار ما نشان خواهد داد. ضمن آن که معمولاً مطالعه آثار ارزشمند در کنار هدف اولیه‌ای که دنبال می‌کنیم، دستاوردهای جانبی مفیدی دارند که نباید از ارزش آن غافل باشیم. مثلاً سبک نگارش نویسنده‌ای توانمند می‌تواند بسیار آموزنده و الهام‌بخش باشد. به عنوان نمونه زمانی که شما کتاب مستطاب آشپزی^{۱۹} را می‌خوانید، در کنار مهارت‌های آشپزی، با مرور نثر شیوا و روان استاد نجف دریابندری مهارت‌های نگارش شما نیز بهبود خواهد یافت. علاوه بر آن، نکته‌های بسیار درباره تاریخ، فرهنگ آشپزی، تغذیه، بهداشت و محیط زیست خواهید آموخت.