

# Οδηγίες για αποτελεσματικότερο διάβασμα - μέρος Α΄

Γιώργος Ασημακόπουλος, Φιλολόγος

Η εξεταστική περίοδος μόλις έχει τελειώσει και θα έλεγε κανείς πως τώρα είναι πολύ αργά για να μάθει να διαβάζει αποτελεσματικότερα. Όμως από αυτή ακριβώς τη στιγμή πρέπει κάποιος να αρχίσει να αποκτά **δεξιότητες σωστής μελέτης**, αν θέλει να πετύχει τα μέγιστα στις επόμενες εξετάσεις. Και είναι γεγονός ότι οι εξετάσεις έχουν μπει πια για τα καλά στη ζωή μας, είτε ως μαθητές είτε αργότερα ως φοιτητές.

Συχνά η αποτυχία στις εξετάσεις αποδίδεται στη δυσκολία των θεμάτων, στην πολυπλοκότητα της διατύπωσης, στη δυστροπία των καθηγητών ή των εξεταστών. Κατά τη γνώμη μας όμως, μια από τις κύριες αιτίες είναι η ελλιπής προετοιμασία. Πρέπει να ξεκαθαρίσουμε από την αρχή ότι για τη σωστή προετοιμασία σημασία δεν έχει η ποσότητα, αλλά η ποιότητα του διαβάσματος. Αναπόφευκτα λοιπόν το βάρος πέφτει στην αποτελεσματική και αποδοτική μελέτη και στην κατάρτιση ενός προγράμματος εργασίας. Το πρόγραμμα αυτό πρέπει να είναι προσεγμένο, εφικτό, ευέλικτο και καλύτερα να έχει γραπτή μορφή.

Η εξεταστέα ύλη πρέπει να ισοκατανεμηθεί στο χρόνο που έχουμε στη διάθεσή μας μέχρι τις εξετάσεις. Στόχος μας κάθε μέρα πρέπει να είναι η ολοκλήρωση ενός κεφαλαίου ή μιας συγκεκριμένης ενότητας. Έτσι θα είμαστε σίγουροι πως η μελέτη μας προχωράει κανονικά. Αυτό επίσης μας εφοδιάζει με ηρεμία και δύναμη για το διάβασμα της επόμενης μέρας.

Όσον αφορά στην καθεαυτό μελέτη, πρέπει να έχουμε υπ' όψη μας τα εξής:

☞ οτιδήποτε κι αν διαβάζουμε, δεν θα μπορέσουμε να το συγκρατήσουμε στη μνήμη μας, αν δεν καταφέρουμε να βρούμε τη σχέση του με την καθημερινή μας ζωή.

☞ για να μάθουμε κάτι σωστά, πρέπει να μπορούμε να το κατανοούμε πλήρως. Εδώ χρειάζεται το πλούσιο λεξιλόγιο και η καλή χρήση της γλώσσας. Επιβεβλημένη λοιπόν θεωρείται η χρήση ενός σύγχρονου λεξικού και η συνεχής ανάγνωση λογοτεχνικών βιβλίων και δοκιμίων. Έτσι βελτιώνουμε παράλληλα και την ταχύτητα ανάγνωσης και κατανόησης.

☞ για να μην κουράζεται πολύ το μυαλό μας, καλό είναι να έχουμε ποικιλία στη μελέτη: λίγο διάβασμα, λίγο γράψιμο, μετά λίγη επανάληψη κ.ο.κ. Ποικιλία χρειάζεται και μεταξύ των μαθημάτων: μετά τα Μαθηματικά ας διαβάζουμε λίγη Ιστορία, μετά λίγη Φυσική, έπειτα Γεωγραφία κ.ο.κ.

☞ ένας καλός τρόπος ξεκούρασης του μυαλού μεταξύ των διαβασμάτων είναι το να ασχολούμαστε με σκάκι, τάβλι, διάφορους γρίφους, σταυρόλεξα κλπ, παρά να αδρανούμε (π.χ. παρακολουθώντας τηλεοπτικές σειρές που καλλιεργούν την παθητικότητα).

☞ όταν έχουμε να μάθουμε σχήματα, χημικούς και μαθηματικούς τύπους, εξισώσεις, χάρτες, διαγράμματα, οργανογράμματα, αρχιτεκτονικούς ρυθμούς, σχέδια μαχών κλπ, αποτελεσματικότερο είναι να σχεδιάζουμε τις εικόνες του βιβλίου αντιγράφοντάς τες, παρά να προσπαθούμε να τις απομνημονεύσουμε κοιτώντας τες.

☞ να αντιμετωπίζουμε τη μελέτη της κάθε μέρας σαν να ήταν η μόνη που έχουμε να κάνουμε, χωρίς να μας απασχολεί ο όγκος του μελλοντικού διαβάσματος. Έτσι αποφεύγουμε το άγχος.

☞ να προσπαθούμε να μάθουμε τις ενότητες συνολικά και όχι πρόταση-πρόταση.

- ↳ να αποβάλουμε τη συνήθεια να ξαναδιαβάζουμε μηχανικά δυο και τρεις φορές την ίδια πρόταση ή παράγραφο.
- ↳ να υπογραμμίζουμε σωστά τα κείμενα που διαβάζουμε, για να βοηθάμε την προσοχή μας να συγκεντρωθεί πάνω τους. Κατά την επανάληψη οι υπογραμμίσεις και οι πλαγιότιτλοι μάς βοηθούν να κερδίσουμε πολύτιμο χρόνο. Αυτό όμως που δεν βοηθά είναι μια σελίδα γεμάτη υπογραμμίσεις.
- ↳ στο τέλος κάθε ευρύτερης ενότητας πρέπει α εξετάζουμε τον ίδιο τον εαυτό μας και μάλιστα γραπτώς, όπως γίνεται και στις εξετάσεις. Αν και στην αρχή κάτι τέτοιο φαντάζει χρονοβόρο, αποδεικνύεται ότι συμβάλλει στην καταπολέμηση του άγχους και στην απόκτηση αυτοπεποίθησης.

Η τήρηση των παραπάνω αρχών μπορεί να οδηγήσει σε σωστές συνήθειες μελέτης και σε επαρκή προετοιμασία με απώτερο στόχο την επιτυχία στις εξετάσεις. Στο επόμενο άρθρο (μέρος Β΄) θα αναφερθούμε στους παράγοντες που βοηθούν τη συγκέντρωση και την απομνημόνευση αυτών που διαβάζουμε.

Το παραπάνω άρθρο δημοσιεύθηκε με μικρές αλλαγές στην εφημερίδα «Πατρίς» Πύργου την Παρασκευή 30 Ιουνίου 2000 στη σελ. 16.