

التحصيل الدراسي

د. لطيفة حسين الكندري

د. بدر محمد ملك

المُقدِّمة

تشجيع التحصيل العلمي غاية من غايات المدارس عبر القرون ومن خلاله نقيس أداء الطالب والمعلم ومدى ملائمة المنهج الدراسي بمفهومه العام. لا يهدف التحصيل الدراسي إلى تكديس المعلومات في ذهن المتعلم كما أنه لا يهدف إلى الحصول على شهادة لتحسين الوضع الاقتصادي والاجتماعي كغاية في حد ذاتها. إن الهدف الفعلي للتحصيل الدراسي هو تنمية عقل الإنسان بالمعارف النافعة بصفة شاملة وبطريقة متدرجة.



من هذا المنطلق ، فإن الغرض الأسمى للتحصيل الدراسي هو اكتساب مهارات حياتية، وأخلاق شريفة، تنمي شخصية الفرد، وترتقي بعقله، وتعني بجسده، وتهذب وجدانه ليتجه نحو تكوين ذاته أولاً وتكوين أسرة كريمة ثانياً ومجتمع متحضر ثالثاً وبما يمد الجموع الإنسانية ويخدم قضاياها العادلة.

إن ضعف التحصيل الدراسي نتيجة لأسباب عديدة؛ بعضها ذاتية ذات علاقة بالفرد وأخرى بيئية تتصل بالمناخ المحيط بالفرد لا سيما المناخ الأسري والمدرسي. ومن أهم الأسباب الاجتماعية لتدني التحصيل الدراسي للطلبة



تلك الأسباب تتعلق بالصحة السيئة والمشكلات الأخلاقية وثمة أسباب نفسية تتعلق بعدم الثقة بالنفس والإهمال والتسويف وسائر الاضطرابات السلوكية ومنها أسباب صحية مرتبطة بكثرة الغياب والمعوقات السمعية أو البصرية أو الذهنية أو الحركية ذات الصلة بعدم القدرة على التركيز وأداء المهام المدرسية بطريقة مريحة. وهناك عوامل أخرى لا تقل أهمية عن الأمور السابقة من مثل جودة أداء الإدارة المدرسية ودورها في تشكيل البيئة المدرسية الفاعلة. ولا ريب أن المعلم القدير يجذب ذهن طلابه نحو أعمال العقل وحب المعرفة واستخدام أحدث الطرق في التدريس والتشويق مما يترك الأثر الحميد في حس المتعلم وينتج عنه المناخ التعليمي المناسب على وجه العموم.

الأسرة التي تعد أطفالها للتعليم وتشد من أزرهم باستمرار وإصرار هي الأسرة التي تقيم جسور التعاون والتواصل بينها وبين المدرسة لتضع الطفل في المسار السليم. إن نجاح الأطفال وتفوقهم حصيلة علاقات متينة بين البيت والمدرسة، أساسها الثقة المتبادلة، والرسالة المشتركة، والعمل الموصول.

وعلى الأسرة أن تذكر الأبناء والبنات دائماً بآداب طالب العلم ومنها عدم التحرج من السؤال والمبادرة في توجيه الأسئلة النافعة للمعلمين وغيرهم وأن قول الطالب لم أفهم هذه المسألة لا تسبب الحرج

له أبداً، فالسكوت اليوم ندامة غداً، فالإنسان قد يحتاج للشرح لمرات عديدة حتى تتضح له بعض القضايا وليس في ذلك ما يعيب والحجل في مواطن التعلم ليس له مبرر. وتستطيع الأسرة أن تروي قصصاً قصيرة ترفع الهمم من مثل رواية قصص المبدعين في تراثنا الإسلامي الزاهر وكذلك الاستفادة من سيرة العظماء في التاريخ الإنساني الذي يحتوي على محفزات غزيرة بالمعرفة والحكمة.

الصبر جوهره التعليم وضيء التربية. لولا صبر النبي صلى الله عليه وسلم على أصحابه لما أصبحوا الجليل الفريد رضي الله عنهم. ولولا صبر الشافعي على تلميذه الربيع بن سليمان المرادي في مصر لما أصبح نابغة من نوابغ عصره وهو الذي روى أكثر كتب الشافعي وذهب المئات من الرحالة إليه ليسمعوا من علمه. قال الربيع: قال لي الشافعي رحمه الله: يا ربيع، "لو قدرت أن أطعمك العلم لأطعمتك". قال العلماء "كان الربيع بطيئ الفهم فكرر الشافعي عليه مسألة واحدة أربعين مرة فلم يفهم وقام من المجلس حياء فدعاه الشافعي في خلوة وكرر عليه". هل نصبر على أبنائنا وبناتنا هكذا عندما نقوم بتدريسهم؟ هل نصبر أم نضجر إذا تكرر الأمر؟ الصبر ضياء حضارتنا، وسؤدد آدابنا، وأساس تدريسنا.

تقدم الكثير من الكليات الجامعية مقررات من مثل مقرر مهارات دراسية تتناول أساسيات التعامل مع المحتويات التعليمية واستيعابها وهي مفيدة جداً للطلبة ويحتاجون إليها على اختلاف مستوياتهم وتنوع تخصصاتهم. هذه مقررات ودورات تمهد طريق الطالب للتفوق وهي مقررات مهمة في جميع المراحل التعليمية بل لا بد منها لأنها تقود لأقصر طرق التعلم وأكثرها تأثيراً، وأعظمها نفعاً. إن التعرف على استراتيجيات التعلم من أهم التوجهات التربوية المعاصرة لما لها من تطبيقات ميدانية.

من الأمور التي لازلنا نلمسها في الميدان التعليمي أن الناشئة يهجرون المراجعة اليومية طوال العام الدراسي ويبدلون أقل المطلوب وفي ليلة الاختبار يهرعون لطاولة الدراسة، ويرهقون أذهانهم، ويبلغ الضغط النفسي رهيب، والإعياء الفكري العصيب أعلى المستويات. ويحاول الطلبة يوم الاختبار تعلم مادة علمية كثيفة في ساعات معدودة وهي في الأساس تتطلب أسابيع من الدراسة المضمّنة وتتطلب أداء تمارين متنوعة. يظن الناشئة حينئذ وبعد تجربة فاشلة أن طاقتهم محدودة وأن الاختبارات شديدة، وكافة الطرق مسدودة، والحقيقة أن طريقتهم الدراسية عقيمة وخطتهم التعليمية غير سليمة.

هذه الرسالة الموجزة تحاول أن تتناول المفاهيم السابقة بمزيد من التوسع على أمل تحقيق قدر أكبر من البدائل المنهجية للارتقاء بمستوى الناشئة علمياً وعملياً دون إهمال الأبعاد الأخرى للشخصية؛ الروحية والاجتماعية والجسدية.

10 طرق لتحسين التحصيل الدراسي

1. ضع لنفسك أهدافاً واضحة وطموحة.

2. احرص على ستة شروط للتعلم.
3. التشجيع الأسري باعث حقيقي على التقدم الدراسي.
4. احذر من سلبيات الدروس الخصوصية.
5. المثابرة طريق العباقرة.
6. صحتك السليمة ثروتك الثمينة.
7. خمس خطوات لتنمية مهارة القراءة.
8. البيت والمدرسة شركاء.
9. العناية بعمل البحوث والتقارير تجعل العلم غزيراً والعقل متديراً.
10. عالج التعثر الدراسي بسياسة سليمة.

شرح الطرق

الطريقة الأولى

ضع لنفسك أهدافاً واضحة وطموحة.



الإعداد المبكر للدراسة يسهل التحصيل الدراسي، والتهيئة النفسية والذهنية عظيمة النفع في دفع المتعلم نحو أهدافه. وجدت دراسة ميدانية أن حوالي 20% من الطلبة كانوا ينفذون دراساتهم من خلال توفر حس واضح بالهدف. وقد تميز هؤلاء الشباب عن أقرانهم بمعرفتهم بأسباب وجودهم في المدرسة: لقد أوجدوا اتجاهات مفيدة لحياتهم، وصنعوا لأنفسهم مسارات طموحة. لقد بذلوا جهداً كبيراً للنجاح في موادهم الدراسية وحققوا نتائج جيدة. بعض هؤلاء الطلبة ذوي الأهداف الكبيرة، من يثير الدهشة وفيما يلي بعض الأمثلة:

-رايان، فتى أصبح مهتماً بالأسر في إفريقيا؛ التي لا تملك كميات كافية من مياه الشرب. وعندما بلغ الثانية عشرة، تمكن رايان من جمع ملايين الدولارات لبناء آبار لمياه الشرب في الدول النامية وقد وضع الأسس لكي يواصل هذه الجهود.

-نينا، التي بعد مشاهدة انتشار مرض سرطان الرئتين في بلدتها الواقعة غرب فيرجينيا، أمضت سنوات من سن المراهقة وهي تقود مجموعة من الشباب في الجمعية الأمريكية لسرطان ، من أجل مساندة إجراء بحوث السرطان والسياسة الاجتماعية. وتعمل حالياً على دراسة الطب في تخصص السرطان.

-باسكال، موسيقي جاز ملهم يربط الإبداع بالدراسات الجادة، ويتدرب بشكل مكثف، وهو يتقن دراسة المواد البرجماتية والواقعية التي تمكنه من النجاح في عمله كموسيقي.

- باربرا، عندما كانت في السادسة عشرة، انضمت مع أحد أصدقائها إلى قيادة مؤسسة تدعى "لا تكن خاماً!" والتي تعزز من نشر الطرق البيئية لمزارعي تكساس من أجل التخلص من النفط المستعمل الناتج عن جراراتهم (تراكتوراتهم) بدلاً من إلقائه في الحقول (انظر دامون، 2009م).
تحديد الأهداف وبذل الأسباب طريق النجاح أو كما يقول توماس أديسون المخترع المشهور "لم يحدث وأن فعلت شيئاً ذا قيمة بالمصادفة". اكتشف أديسون أكثر من 1000 اختراع مثل المصباح الكهربائي والفونوجراف. قال أبو حامد الغزالي "من عرف ما يطلب هان عليه ما يبذل".
وفي دراسة في جامعة "يل" تبين أن نسبة قليلة من الطلاب الجامعيين كانت عندهم مجموعة أهداف مرسومة لمستقبلهم وبعد عشرين سنة تم تتبع نفس العينة وتبين أن الذين كانت لهم أهدافهم الواضحة قد حققوا إنجازات أكثر ممن لم يضعوا أهدافهم بوضوح.

يجب على المستوى الفردي والجماعي أن ننتبه إلى أهمية الكتابة في تدوين الأهداف وفي توثيق بعض أعمالنا لأنها تجعل الخطط المرسومة أكثر قابلية للتنفيذ وأسهل في التقويم وهذا يعني زيادة فرص الوصول للهدف. الأهداف المكتوبة إحدى أهم الطرائق الدالة على



وعى وحزم الفرد في هندسة مستقبله.

الطريقة الثانية

احرص على ستة شروط للتعلم.

حدّد الشّافعيّ شروط طلب العِلْم فقال:

سأنبئك عن تفصيلها ببيان	أخي لن تنال العلم إلا بسطة
وصحة أستاذ وطول زمان	ذكاء وحرص واجتهاد وبلغة

وفيما يلي نشرح بشكلٍ مُجملٍ كل شرط من الشروط التي يجب أن تكون ماثلة في الأذهان ضابطة للسلوك.

الذكاء: الذكاء بذرة في الإنسان تنمو مع التعلم :

تعلّم فليس المرء يولدُ عالماً وليس أخو علمٍ كمن هو جاهلٌ

أما الحرص فهو شعور داخلي بأهمية العلم يحرك الفرد لتحصيل المعارف والسعي الحثيث في طلبه وعدم الاستسلام للإحباط والفتشل. الحرص هو الذي يجعل المتعلم يجتهد من أجل طلب العلم.

أما الاجتهاد ففي اللغة يراد به أن يبذل الإنسان الجهد ويستفرغ الوسع في تحقيق أمرٍ ما ولا يكون ذلك إلا بكلفة وبذل المساعي قدر المستطاع.

البُلغَة أن يكون لدى طالب العلم من القوت (المال، والكتب، والمكان المناسب) ما يكفيه فلا يشغله الكدح في الحصول على لقمة العيش. المحور الاقتصادي في غاية الأهمية فطالب العلم الذي لا يجد لقمة العيش لا يُقبل بقلبه على طلب العلم لأن ذهنه مشغول في جمع قوت يومه. إن التفرغ الكامل لطلب العلم وعدم إشغال الطالب بغيره دراسته شرط للتمكن في التعلم.

صُحبة أستاذ: مهما تطورت التكنولوجيات الحديثة فإنها لا تستطيع أن تُلغي دور المُعلِّم أبداً. إن المُعلِّم في البيت والمدرسة من أركان العملية التعليمية وقديماً قالوا: "من لا شيخ له لا علم له". وقيل لأي حنيفة رضي الله عنه: في المسجد حلقة ينظرون في الفقه؛ فقال ألهمهم رأس؟ قالوا: لا، قال: لا يفقه هؤلاء أبداً. ومن واجبات المُعلِّم أن يُشجّع تلميذه على السؤال. المُعلِّم هو الذي يعرف فضل الآخرين ويغرس في تلاميذه حب العلماء. المُعلِّم بكلمة واحدة مُوجزة وبنصيحة حكيمة قد يُرشد المتعلم ويهديه إلى آفاق واسعة كأن يُرشد الطالب إلى اسم كتاب أو فكرة ما أو موقع مهم في شبكة الانترنت وهذا هو دور المُعلِّم وهو الإرشاد والتوجيه.

طول زمان: الوقت جزء من التربية والتعليم، وجزء من نضج الثمار، وجزء من العلاج البدني، وجزء من التسامح، وهو جزء من تاريخ الحياة. التدرج والنضج والصبر من أساسيات طلب العلم. كثير من مسائل العلم تأخذ زمنا حتى تستقر في العقل وتشرّبها النفس.

الطريقة الثالثة

التشجيع الأسري باعث حقيقي على التقدم الدراسي.

يحتاج الناشئة إلى التشجيع، والمؤازرة، والتوجيه، والتواجد - قدر الإمكان - في المنزل قبل الذهاب للمدرسة وبعد العودة لرفع معنوياتهم وسماع احتياجاتهم وإنجازاتهم وتحدياتهم. ومن الأسباب المعينة للفرد على التركيز على درسه وصفاء ذهنه تكاتف العائلة وتماسكها فإن النزاعات الأسرية ذات عواقب وخيمة على نفس الطالب الذي تزداد حاجته إلى الأمن الأسري والتكافل الاجتماعي. ومن أخطر الأمور أن يقوم الوالدان بإظهار خلافاتهم وتصفية حساباتهم أمام سمع وبصر أفراد العائلة.

"تدل التحليلات الحديثة لبيانات الدراسة القومية لنمو الطفل على أن اهتمام الوالدين بالتعليم هو أحد العوامل التي ترتبط بقوة بالتحصيل الدراسي وآثاره على حياة الطفل بعد أن يكبر" (سيركس وغلنستر، 2007م، ص 320). وكشفت دراسة حديثة أجراها مركز رؤية للدراسات الاجتماعية أن

طلب الزوجة الطلاق جاء في مقدمة الآثار السلبية الناجمة عن العنف الأسري بنسبة 79%، يليه الانحراف الأخلاقي بنسبة 72%، ثم التأخر الدراسي والرسوب بنسبة 70% (ابن حاجب، 2009م).

ولا شك أن البرمجة الإيجابية والتفاؤل من أعظم وسائل دعم الأبناء وذلك من مثل ترديد كلمة "موفق إن شاء الله" "أنت ذكي وستحقق التفوق".... فالكلمة العسلية الصادقة لها وقع السحر وجاذبية الحكمة التي تستقر في النفس فتحركها نحو السعي للمعالي ولهذا ورد عن النبي صلى الله عليه وسلم أنه قال: "الكَلِمَةُ الطَّيِّبَةُ صَدَقَةٌ" (رواه البخاري). الدور الأكبر للأسرة في هذا السياق هو توليد الدافعية لدى المتعلم وحثه على الحركة القويمة والسلوك الهادف. الكلمة الصالحة يحتاج الإنسان إلى سماعها آلاف المرات في السنة الواحدة فلنتفنن فيها ، ولنجدد مفاتيحها ، ولنوسع آفاقها.

وفي هذا المسلك الكريم لا تستغني الأسرة عن مد جسور التواصل والتفاعل مع المدرسة فإن العملية التربوية الناجحة هي ثمرة تعاون بين هذين القطبين (المدرسة والأسرة) فاجتماع أولياء الأمور له أهميته ولا شك أن المعلم في كل مادة أقدر على توجيه الطالب وأسرته نحو الوسائل النافعة لفهم مادته العلمية.

تحكي لنا تجارب الحياة المريرة أن المبالغة في دفع الأبناء والبنات نحو الحصول على درجات مرتفعة فوق طاقتهم من أسباب توتر الطلبة بل تعاسة عائلات كثيرة خربت بيوتها بأيديها وظنت أن الشهادة العلمية نهاية المطاف ... بكل حب وعطاء دعونا - معشر الآباء والأمهات - نبذل الأسباب ولا نبالغ في نقد ثمرات القلوب (بناتنا وأولادنا) فالأسرة والمدرسة والمجتمع والناشئة شركاء في نتائج الثانوية العامة. طالب الثانوية العامة يريد النصيحة والعون ولا يريد الوصاية واللوم ...

الطريقة الرابعة

احذر من سلبيات الدروس الخصوصية.

قضية الدروس الخصوصية (private tutoring) مسألة عمت بها الشكوى فرغم محاسنها إلى أن سلبياتها مخيفة. تشير بعض الدراسات الميدانية الحديثة التي شارك فيها الباحثان إلى أن ما يقارب من 85% من الطلبة (عينة الدراسة) يأخذون الدروس الخصوصية بطريقة أو أخرى حسب إفادة أولياء الأمور. تعتبر الدروس الخصوصية قضية بالغة الخطورة لأن معظم البيوت في عالمنا العربي وهي في انتشارها وتزايد الإقبال عليها تعكس مدى ضعف المخرجات التعليمية في المدارس الحكومية وأحيانا الخاصة أيضا وهي من المؤشرات التي تمتد آثارها لتشمل الجانب الاقتصادي والاجتماعي والثقافي. لقد أمست تلك الدروس ترهق الميزانية الأسرية وتنقل كاهل أولياء الأمور بدرجة كبيرة والأخطر أنها قد تفرز سلبيات أخلاقية كثيرة.

المعلمون كما يقول الخليفة المأمون خير "جماعة تمشي على الأرض ، فهم مصاييح الهدى في دياجير الحياة". ولكن عندما ينحرف المعلم عن جلالته رسالته ويجعل الجشع المادي قائدا له. وفي حالات قليلة وبالقدر الضروري قد يحتاج بعض الطلبة إلى الاستعانة بدروس خاصة ونصح بأن تكون تحت سمع وبصر الإدارة المدرسية منعا من الاستغلال المادي الذي قد يحدث. إن الإدمان على الظواهر الخصوصية ظاهرة غير صحية. لا بد لأولياء الأمور من إدراك محاسن ومساوئ الدروس الخصوصية كي يتعاملوا معها بمزيد من الشفافية.

بعض إيجابيات الدروس الخصوصية ودوافعها:

تعويض الضعف الناتج من سنوات التأسيس-قلة عدد الطلاب في الفصل مما يتيح للطلبة ممارسة حقهم في السؤال والحوار- رغبة أولياء الأمور والطلبة-مساندة جهود الوالدين- التغلب على ضعف المدارس الحكومية- المرونة في اختيار الوقت والمكان والمعلم-قد يحقق الطالب نتائج ايجابية مذهلة- الدقة في متابعة الواجبات والتعليق الايجابي عليها-تجديد معلومات الطالب قبل الاختبار وإعداده إعدادا مناسباً- أصبحت ظاهرة منتشرة وتشكل جانبا كبيرا من الحياة في المجتمعات العربية.

سلبات الدروس الخصوصية

ضعف ثقة الطالب بنفسه- قلة الاعتماد على الذات- عدم تنمية التعلم الذاتي والمذاكرة الفردية بسبب الاعتماد الكلي على المعلمين والاستغناء عن بذل الجهد الفردي-تسويق مذكرات بأسعار مرتفعة-إرهاق لميزانية الأسرة- تناقض بين توجيهات المدرسة وتعليمات المعلم الخاص مما يشقت فكر الطلبة. عدم وجود الرقابة والإشراف والمتابعة من جهات متخصصة-كثير منها مخالفة للقوانين حيث يقوم المعلم غير المؤهل في تخصص معين بالتدريس في مراحل ومواد لا تتفق مع خبراته ومؤهلاته-بعيدة عن مراقبة مؤسسات المجتمع المدني -الإدمان النفسي عليها في فهم كل المادة العلمية وأحيانا سائر المواد-عدم التركيز في الفصل لوجود البديل خلف أسوار المدرسة-المعلم الذي يعطي جهده كله للمدرسة مظلوم ومحروم - المعلم الذي يمضي ليله كله في الدروس الخصوصية يكون في الصباح منهكا متعبا قليل الإنتاج شحيح العطاء، قليل الصبر، ضيق الصدر- حرص المعلم على جلب أكبر عدد من (الزبائن)-نشوء أخلاقيات مادية صرفة بين المعلم والمتعلم فكل ساعة لها تسعيرة نقدية محددة-أصبحت التربية سلعة للتجارة وليست رسالة للاستنارة.



الطريقة الخامسة

المثابرة طريق العباقرة.

الاجتهاد طريق الأجداد فهو يقرب البعيد ويوضح الغامض ويكشف المخفي. التعليم حق للجميع والتفوق كذلك لمن بذل. المثابر يجعل من الإخفاق فرصة لتعديل السلوك وتقويم المسار والانطلاق في اتجاه المقاصد الحسنة. المثابر شخص تواق للمعالي لا يستسلم للإحباط ولا يستمع للمثبطين ولو كانوا من أقرب المقربين. إن سر عبقرية أديسون مذكورة في مقولته "العبقرية تتمثل في التفاني في العمل، والمثابرة، والاجتهاد" ومن جوانب العبقرية ما نبذه في بذله الذي الموصول الذي لا يعرف الكلل حيث قام بإعادة تجربة واحدة من تجاربه لأكثر من 1000 مرة وكان فشل تجاربه نواة نجاحه، ونقطة لمواصلة مسيرته.

قال شاعر الكويت محمود الأيوبي:

لا تقل طال الأمد كل من جد وجد
إن بذرت اليوم بذرا تحصل الغلة غد

ديننا يزيد من دافعية التعلم ويحفزنا للدراسة ويقوي العزائم بشكل دائم. دراستك عبادتك وجهادك وسعادتك. قال الرسول الكريم صلى الله عليه وآله وسلم: "وَمَنْ سَلَكَ طَرِيقًا يَلْتَمِسُ فِيهِ عِلْمًا، سَهَّلَ اللَّهُ لَهُ بِهِ طَرِيقًا إِلَى الْجَنَّةِ" (رواه مسلم). قَالَ عَبْدُ اللَّهِ بْنُ مَسْعُودٍ: اغْدُ عَالِمًا أَوْ مَتَعَلِمًا وَلَا خَيْرَ فِيمَا سِوَاهُمَا. وقال أبو الدرداء: "من رأى الغدو والرواح إلى العلم ليس بجهد فقد نقص عقله ورأيه".

وفيما يلي مجموعة طرق تعزز روح المثابرة:



- اطلع على قصص المتفوقين واستمع لحكايات المبدعين. إن تبادل قصص النجاح والتفوق ونقل الخبرات الجادة وترك الناشئة لاختيار الصالح منها من ركائز الريادة.
- استخدم الانترنت للموضوع المهم الذي تحتاج فيه للمزيد من التوسع وللإطلاع على القراءات الخارجية وبحثنا عن تمارين إضافية لإتقان فهم المعلومات وتثبيت المهارات.
- اكسب الأصدقاء فلقد أشارت الأبحاث إلى أن التحصيل الدراسي له صلة بتكوين الصداقات الإيجابية حيث تساهم في تقليل معدلات الغياب (ياجر، 2008م، ص 208).
- علم غيرك ليثبت علمك.
- استخدم كل قنوات التعلم؛ السمع البصر، والحركة، والعقل.
- قلل من مشاهدة التلفاز فإن الأبحاث تؤكد على وجود علاقة بين الوقت الكبير الذي يستغرقه الأطفال في متابع التلفاز وبين إحرازهم لدرجات ضعيفة في الامتحانات (ديتمر، 2008م، ص 207). وفي دراسة أخرى أجريت على 2000 طالب وطالبة في المرحلة الابتدائية والمتوسطة وجد الباحثون أن الإكثار من مشاهدة التلفاز يولد لديهم أعراض نفسية خطيرة منها القلق والكتابة (Wilson, 2008).

- فكر بشكل إيجابي فلقد كشفت نتائج دراسة مهمة أن 85% من أسباب النجاح والانجازات في حياتنا تعود إلى مواقفنا الذهنية (زيجلار، 2008م، ص 218).
- إذا حصل أنك أهملت الدراسة في الموعد المحدد فلا تخرج في ذلك اليوم للنزهة أو لزيارة الصديق أو للسينما فأوقات الراحة لا تحتاجها إذا لم تبذل شيئاً واستمتع بالمكافأة عندما تنجز أمراً طموحاً.
- استمتع بأوقات الراحة ولا تواصل دراستك بلا استراحة فإن "المنبت لا يظهر أبقي، ولا أرضا قطع" (والمنبت: هو الذي حمل بغيره أو فرسه فوق طاقته حتى هلك، فلا هو أكمل طريق السفر، ولا هو حافظ ظهر دابته) فمواصلة الدراسة دون راحة أو فترة تسلية قصيرة تجهد الإنسان وتجعل الملل يأخذ مأخذه في إرهاق النفس مما يسبب الانقطاع عن التحصيل. ومن وسائل الترويح مشاهدة لقطات ترفيهية في التلفاز أو غيره.
- اجعل الازدياد من العلم والإيمان والخلق رسالتك في الحياة.

الطريقة السادسة

صحتك السليمة ثروتك الثمينة.



من مستلزمات النجاح في الحياة لا سيما الحياة الدراسية ضرورة الاعتناء بصحة الأبدان عبر ممارسة الرياضة يومياً، والاعتناء باختيار نوعية الطعام المتكامل، والحذر من الشراهة والإكثار من تناول الطعام أو الامتناع عنه فالاعتدال قوام الحياة كما أن الإفراط في السهر وتناول المنبهات (الشاي والقهوة والمشروبات الغازية) والوجبات السريعة من العادات المضرة. ويتصل بما سبق حُسن اختيار المكان للدراسة فالضوء الكافي، والمكان المريح، والجلسة السليمة، وفترات الاستراحة التي تتخلل ساعات الدراسة معينات حقيقية لمواصلة التحصيل السليم والمحافظة على سلامة العين من الجمود، والعقل من الشرود، والجسم من الخمود. إن الإنسان صاحب العقل المنهك، والجسد المُستهلَك، والقلب المكدود قليل العطاء، ومحدود الفائدة، وسريع التذمر واليأس. يحتاج الفرد إلى قرابة 8 ساعات نوم مريح في العموم وهذه الساعات تولد طاقة متجددة ومستمرة، وهذان الأمران يحققان يقظة وفاعلية وديمومة لجسد وقلب وعقل الإنسان.

يقول الخبراء في هذا المجال: لا تهمل النوم فالنوم العميق المريح يؤدي إلى إفراز هرمون النمو الذي يتولى إصلاح أنسجة الجسم (براون، 2009م، ص 117). ومن المهم تجنب المواد الكيماوية الضارة للمخ

مثل النيكوتين والكافيين لذا فإن المذاكرة في كافتريا أو مقهى غير مستحب (هولمز ، 2008م، ص15). وينصح الأطباء اليوم بالغذاء المتكامل لقوة الذكاء والذاكرة فينصحون بتناول البيض، والأسماك، واللحوم، والحليب كامل الدسم، وزبدة الفستق والفول السوداني واللوز.

إن تتبع سريع لسيرة ومسيرة الطلبة المتميزين يكشف لنا أن سبب التفوق هو تنظيم الوقت والمحافظة على الصلاة في وقتها ودعوة الوالدين ومعاونتهما وإتباع إرشادات المعلمين والحرص من أهم أركان تفوق المجتهدين. ومن جهة أخرى فإن المحافظة على توفير الأغذية الصحية والمشروبات الطبيعية والإبداع في تقديمها في المواعيد المناسبة تساعد الطلبة على مجاهدة النفس ومغالبة النعاس والتهيؤ أثناء الدراسة كما أن ممارسة الرياضة ثلاث مرات على الأقل أسبوعيا لمدة نصف ساعة تقريبا في كل مرة من الأهمية بمكان ففي ذلك عون كبير للجسم على أداء مهامه بكفاءة .

إن الصحة لا تعني صحة البدن فحسب بل الجانب النفسي له كبير الأثر في مسيرة الفرد ويحظى بأهمية عظيمة فالفرد الذي يفرط في أحلام اليقظة، ويعاني من القلق قبل أداء الاختبارات ولا يثق بقدراته معرض أكثر من غيره للفشل لأن ذلك من أكبر عوامل التأخر الدراسي والهروب من التعلم الحقيقي. العناية بالجانب النفسي وتحسين المزاج ولقد أشارت دراسة (أولدرديج، 2008م، ص 13) إلى عدة نصائح كالتفائل والاحتفاظ بمفكرة لكتابة الأفكار ونسيان الأشياء السيئة وتناول وجبات خفيفة من المكسرات والموز لأنها ترفع من نسب السيروتينين (serotonin)؛ مادة الدماغ الكيميائية التي تسبب النشاط الذهني والسرور وتجلب السعادة.

أغذية متكاملة لتقوية الذاكرة والذكاء¹



المنتجات الحيوانية: الكبد بأنواعها	الخضار:
لاحتوائها على مضادات الأكسدة. البيض	- الجزر الأصفر لاحتوائه على بيتا كاروتين المضاد
لاحتوائه على فيتامين ب12 وكولين	للأكسدة. الطماطم لاحتوائه على فيتامين (C). البصل
المقوي للذاكرة.. والمأكولات البحرية	لاحتوائه على اليود. الثوم لاحتوائه على مضاد
لاحتوائها على معدن الزنك والكالسيوم	الأكسدة السيلينيوم. البربير لاحتوائه على زيوت
والأوميغا 3.	أوميغا 3.

¹ انظر سامح (2009) ص62-63 باختصار ، انظر أيضا ملك (2009م، ص 184).

البقول: العدس والحمص والبالزلاء واللوبيا لأنها تحتوي على سيلينيوم ومعادن الحديد والمغنيسيوم.	الفواكه: البرتقال لاحتوائه على فيتامين (C). الفراولة والبطيخ والمأنجو والعنب والمشمش والموز لأنها تحتوي على مضادات الأكسدة والفيتامينات.
--	--

المشروبات: الشاي الأخضر والأسود لاحتوائها على فينولات عديدة مضادة للأكسدة .	التوابل : الزعتر والكمون والريحان لاحتوائها على مضادات للأكسدة.
الحبوب والمكسرات: القول السوداني والجوز واللوز والفسنق والبندق لاحتوائها على زيوت أوميغا 3 وفيتامين (هـ)	البذور: بذور الكتان والزيت الحار الذي يستخرج منها لاحتوائها على أوميغا3. - السمسم وزيت السمسم لاحتوائه على فيتامين (هـ) وزيوت أوميغا3

الطريقة السابعة

خمس خطوات لتنمية مهارة القراءة.

هناك دراسات مُتنامية لكشف النقاب عن أفضل الطرق المنهجية للدراسة والذاكرة وهذا الحقل يهتم بالمهارات الدراسية (Study Skills) بغرض الكفاءة الذهنية، واستثمار الوقت، وتعزيز العادات الايجابية. نظام الخطوات الخمس من الدراسات المنظمة لعملية القراءة الهادفة. في الأربعينات من القرن



رفع

الماضي قام فرانسيس روبنسون بإعداد نظام الخطوات الخمس للقراءة الفعالة وهذه الخطوات تقود القارئ إلى فهم المادة المقروءة بصورة جيدة. تُعرف نظرية روبنسون بـ (SQ3R) لأن كل حرف يشير إلى مرحلة من مراحل النظرية: 1- مسح المحتوى (Survey). 2- توجيه الأسئلة (Question). 3- اقرأ (Read). 4- تذكر ولخص (Recite). 5- راجع (Review). فيما يلي شرح يسير لما سبق بيانه. المراد بمسح المحتوى تكوين فكرة عامة عن المادة العلمية المراد تعلمها وعادة يمكن الإطلاع على محتويات الكتاب ومراجعة العناوين الرئيسة وفي بداية الكتاب يجد القارئ في المقدمة خلاصة لأهم محتويات البحث. وبذلك فإن مسح المحتوى مرحلة من مراحل القراءة التمهيديّة. في هذه المرحلة يجب مراعاة الآتي:

1. قراءة العناوين الهامة في الفصل المراد دراسته من الكتاب الدراسي.
2. ملاحظة عابرة للأشكال والرسومات والصور.
3. قراءة ملخص البحث.

الأسئلة هي الخطوة التالية للقارئ قبل بدء عملية القراءة المتواصلة وفي هذه المرحلة يضع القارئ بعض الأسئلة المتوقع أن يجد الإجابة عليها بعد الانتهاء من عملية القراءة. في المرحلة الثانية يجب مراعاة الآتي:

- تحويل العنوان إلى سؤال فإذا كان العنوان: "تعريف التربية" فيمكن للقارئ أن يضع في ذهنه السؤال التالي: ما تعريف التربية؟

- قد تكون الأسئلة: مَنْ؟ ماذا؟ متى؟ كيف؟ ولماذا؟

المرحلة الثالثة هي مرحلة القراءة ويجب مراعاة ما يلي أثناء القراءة:

- إجابة الأسئلة التي سبق طرحها.

- افهم العناوين والمسائل الرئيسة.

المرحلة الرابعة هي مرحلة المذاكرة والتلخيص ويجب مراعاة ما يلي :

- التوقف عن القراءة بعد الانتهاء من كل عنوان وراجع في ذهنك أهم الأفكار التي قرأتها.

- راجع السؤال الذي وضعته في بداية قراءة العنوان وتذكر الإجابة.

- في هذه المرحلة يمكنك أن تضع علامات ملونة على الكلمات المهمة.

- يمكنك كتابة النقاط الرئيسة بأسلوب الخاص.

- يمكنك رسم أشكال وخرائط ذهنية لتلخيص الأفكار.

المرحلة الخامسة هي المراجعة وهي مرحلة حاسمة وتتطلب الاستمرارية وقوة الإرادة ويجب مراعاة الآتي:

- المراجعة الأولى يجب أن تكون مباشرة بعد الفراغ من الفصل الأول.

- انظر من حين لآخر للملاحظات التي سبق أن دونتها.

- اختبر نفسك بالنقاط الهامة وركز على تكرار مراجعة النقاط التي تجد معها صعوبة في تذكرها.

- ضع لنفسك الأسئلة المحتملة للاختبار.

- خصص وقتاً للمراجعة. اجعل فترات المراجعة قصيرة ولا تجعلها في جلسات قليلة وطويلة. لا

تراجع أكثر من ساعتين قبل دخول الاختبار لأنه يسبب الإرهاق للعقل والسأم للنفس.

الطريقة الثامنة

البيت والمدرسة شركاء.

كيف تكون لقاءات أولياء الأمور مع المعلمين في "اجتماع أولياء الأمور" ذات فاعلية أكبر؟ ما فن إدارة الحوار بين المعلم وولي الأمر؟ إن الهدف من لقاء المعلم بولي الأمر بصورة دورية هو الارتقاء بالعملية التربوية لا تبرير



وتفسير الدرجات التي حصل عليها الطالب وليس المقام مقام محاكمة سقيمة وفتح ملف قديمة في النقد والتجريح وتداول التهم وتوجيه أصابع اللوم لطرف من الأطراف. إن اللقاءات العشوائية لا تجلب النفع ولا

بد من وضع تصور عام لإيجاد التناغم بين الأسرة والمدرسة على نحو يتيح للجميع فرصة التواصل الإيجابي. تتضمن الخطوات التالية مجموعة إجراءات عملية يحتاج إليها المربون ومن شأنها أن تحقق الفائدة المرجوة والثمرة المنتظرة من لقاء المعلم بولي الأمر (الوالدين) وتجنبهما مسببات الصدام وإضاعة الوقت والجهد. من المهم أن يتذكر الطرفان أن مصلحة الطالب فوق كل اعتبار وأن ضعف التواصل أو تأخيره سيضر وضع الطالب وقد يما قالوا "الْوَقَايَةُ خَيْرٌ مِنَ الْعِلَاجِ" و"دِرْهُمٌ وَقَايَةٌ خَيْرٌ مِنْ قِنْطَارٍ عِلَاجٍ". وعلى ولي الأمر أن لا يبدأ الحوار في ممر من ممرات المدرسة أو قبل حصة المعلم بدقائق محدودة بل لا بد من تحديد موعد مسبق مع التقيد بالوقت المتاح كما يجب مراعاة تحديد مكان مناسب لعقد الاجتماع.

الرقم	دور المعلم أثناء الحوار	دور ولي الأمر أثناء الحوار
1	عرّف بنفسك بشكل يسير	عرف بنفسك وبطفلك بشكل يسير.
2	تحدث عن مقررك الدراسي بشكل مبسط.	تحدث عن مدى اهتمامك بمستوى طفلك دراسيا.
3	ابدأ بإيجابيات الطالب.	ابدأ بإيجابيات المعلم وتجنب التجريح الشخصي.
4	اشرح لولي الأمر بعض الأمور الخاصة بمقررك وأسلوبك في التدريس والتعامل.	تجنب الحديث مع المعلم أمام زملائه في القسم عن تعثر طفلك.
5	أخبر ولي الأمر أنك تحتاج إلى مساعدته لرفع مستوى الطفل.	أخبر المعلم أنك تحتاج إلى مساعدته وتوجيهاته لرفع مستوى الطفل.
6	قدم لولي الأمر الشكر والثناء.	قدم لمعلم طفلك الشكر والثناء.
7	ناقش أخلاقيات الطفل والتحصيل الدراسي معا.	حاور بالمنطق لا العاطفة فقط.
8	قدم الحلول المناسبة للطفل المتعثر مع تحديد الجدول الزمني للمتابعة.	واظب على حضور اللقاءات الدورية التي تعقدها إدارة المدرسة بينك وبين المعلمين. وكن جاهزا للقاء، تحدث مع طفلك قبل اللقاء.
9	اهتم بمعرفة الحالة الصحية التي يمر بها الطفل.	اشرح للمعلم طبيعة التحديات التي تواجه الطفل إذا كانت موجودة.
10	اكتب ما تراه مناسباً من ملاحظات واقتراحات لمساعدة الطالب لتحسين مستواه.	اسأل المعلم السؤال التالي: هل كانت أوراق العمل في الفصل والتمارين والواجبات المنزلية تهيئ الطفل للاختبارات؟ أين الخلل؟ اكتب الحلول والاقتراحات التي تتفق عليها مع المعلم لتنفيذها.
11	اشكر ولي الأمر على تعاونه وحدد موعداً للمقابلة التالية إذا كانت هناك حاجة لذلك.	كرر الشكر للمعلم على جهوده في أداء رسالته.

1 - العناية بعمل البحوث والتقارير تجعل العلم غزيرا والعقل متديرا.

كثيرة هي المواقف التي شاهدنا فيها الطلبة يثقون بالمكاتب لعمل الأبحاث لهم وتكون المفاجأة أن البحث برمته اشتراه أكثر من طالب في نفس المدرسة ونفس المادة! تجنب الكباثر المهددة للتحصيل الدراسي ومنها: سرقة الأبحاث الانترنت وقم بالامتناع عن شرائها من المكتبات التي أعماها الجشع المادي من وأخذت بتدمير الشبيبة وبدأت تقدم خدمات مشبوهة هي في حقيقتها سرقات وليست خدمات. وهكذا فعلا تضييع الأمانات ، وهكذا يقينا تنهار المجتمعات. إن لصوص النصوص وغيرهم من أهم أسباب تدي الإدراك، ومحق البركة، وضعف الهمم، والفكر الضحل بسبب أنهم يسرقون الكلمات ويزيفون الصفحات ويزورون المعارف. قال تعالى "وَالَّذِينَ هُمْ لِأَمَانَاتِهِمْ وَعَهْدِهِمْ رَاعُونَ" (المؤمنون: 8).

الأمانة في النقل من الانترنت ومعرفة الحقوق الفكرية من السلوكيات العصرية فلا بد أن يتعلم الطفل الأمانة ويتعد تماما عن الغش هذه أخلاقيات يجب أن يتعلمها الفرد في أسرته ومدرسته فلا يسرق رسالة أو قصة أو لوحة ويرسلها لغيره على أنها من إبداعاته.

مكونات البحث الجيد

الكتابة الواعية المستمرة مهارة مطلوبة وهي من أهم المفاصل التعليمية. فيما يلي إشارة إلى أساسيات الأبحاث الجيدة والتقارير السليمة:

1. يكتب الطالب البيانات الأساسية للبحث على الغلاف فيذكر اسم المدرسة التي يدرس فيها ثم عنوان البحث، والاسم الكامل للطالب كاتب البحث واسم أستاذ المادة ثم التاريخ الهجري والميلادي لبيان يوم تسليم البحث. مثال على ذلك:
اسم المدرسة: مدرسة الإبداع
قسم الاجتماعيات

الموضوع: نبذة عن تاريخ التعليم في دولة الكويت

إعداد الطالبة: شوق خليل الخلف

بحث مقدم إلى الأستاذة

أمل عبدالله الفيكاوي

18 شعبان 1430 هـ

9-أغسطس-2009م

2. يبدأ البحث بمقدمة قصيرة ثم تأتي الموضوعات التي هي جوهر البحث وأخيراً الخاتمة وقائمة المراجع. تحتوي المقدمة على نبذة تكشف عن سبب اختيار موضوع البحث وأهميته ومكوناته أما الخاتمة فإنها تتضمن أهم الفوائد التي وردت في البحث.

3. الاستفادة من عدة مصادر قدر المستطاع (كتب قديمة وحديثة - مجلات - مواقع انترنت).

4. المفترض أن الفهرس أو صفحة محتويات البحث (الموضوع والصفحة).

5. تحتوي خاتمة البحث على خلاصة البحث وفيها يوجز الطالب أهم الفوائد التي توصل إليها في بحثه.

6. أي كلام يتم اقتباسه مباشرة (حرفياً) من كلام الآخرين يجب وضعه بين قوسين "... مع تحديد

اسم المؤلف والصفحة ثم في نهاية البحث يقوم الطالب بتوثيق المصدر كاملاً تحت عنوان المراجع. مثال للتوثيق في قائمة المراجع:

عبدالكريم بكار (1422هـ - 2001 م). دليل التربية الأسرية. الطبعة الأولى. الرياض: دار الإعلام.

7. من الأفضل أن يتفق كل من المعلم والطالب على تقدير الصفحات

المطلوبة لإنجاز البحث كأن يقترح المعلم أو الطالب أن لا تتجاوز صفحات البحث عن خمس صفحات مثلاً وكذلك ينبغي تحديد الفترة الزمنية الكافية لتحقيق الهدف المطلوب كأن يتم التسليم مع بداية أول اختبار أو مع نهاية الشهر.

8. لا بد التقيد بموعد تسليم البحث ومراجعتة ومراجعة نهائية بصورته الأخيرة فإن اللمسات النهائية لا تقل قيمة علمية عن الخطوات السابقة.

9. الإطلاع على رأي المعلم في البحث كي يستفيد الطالب من الملاحظات لإنجاز الأبحاث والتقارير في المرات القادمة.

الطريقة العاشرة

علاج التعثر الدراسي بسياسة سليمة.

متابعة الشخص المتعثر دراسياً

أبدا	نادرا	أحيانا	دائما	1- الهدف: من أهدافنا متابعة الجدول الدراسي للتلميذ المتعثر بصورة دقيقة.
------	-------	--------	-------	--

				2- <u>العاطفة:</u> أسيطر على الضغوط النفسية (التوتر- الغضب) عند متابعتي التلميذ المتعثر.
				3- <u>الدين:</u> أستشعر الأجر والثوبة من الله تعالى عند توجيهي ومتابعتي للتلاميذ.
				4- <u>الاعتدال:</u> لا أبالغ في النقد أو المعارضة أو الحذر عند التوجيه والإرشاد.
				5- <u>التواصل:</u> أعزز علاقة المدرسة بالبيت وخاصة في جوانب التعثر عن التلميذ.
				6- <u>الصحة:</u> أنصح أولياء الأمور بمتابعة التلميذ المتعثر لأسباب صحية (ضعف في النظر أو السمع أو النطق,...).
				7- <u>الوسائل التعليمية:</u> أعتني بالوسائل الهادفة والمتنوعة والمشوقة للتلميذ المتعثر.
				8- <u>النظام:</u> أوجه التلميذ المتعثر إلى تنظيم أوقاته واختيار المكان المناسب للدراسة.
				9- <u>تبادل الخبرات:</u> أشرك التلميذ المتعثر في إبداء الرأي والحوار للتغلب على التعثر.
				10- <u>المتابعة:</u> أكلف التلميذ المتعثر بأعمال قرائية وكتابية بصورة منظمة ومرحلية.

قصة (كومن) المعلم الياباني

في عام 1954م رسب طالب ياباني في مادة الرياضيات مع أن والده يعمل مدرساً لنفس المادة في المدرسة المتوسطة والثانوية. وأمام هذا التحدي طوّر الأب



"تورو كومون" (Toru Kumon) بعض أوراق العمل (worksheets) ليتمرن عليها ابنه يوماً. خطوة في كل مرة... هكذا بدأ الأب "كومون" مع ابنه الأكبر "توكيشي". وفي كل يوم يمضي الولد 30 دقيقة في حل التمارين التي وضعها والده في أوراق العمل. التمارين تقودك للامتياز (Practice makes perfect) هذه نصيحة الوالد لولده. وجد الأب بعد فترة أن ابنه الذي يدرس في المرحلة السادسة يستطيع أن يحل أغلب المسائل والمعادلات الرياضية وبعضها قد تُدرّس في الجامعة.

قام الأب بتأسيس مؤسسة تعليمية كبيرة في عام 1958م وأصبحت طريقته تُدرّس في اليابان وكثير من دول العالم. الفلسفة التي يؤمن بها "كومون" في تربية الطفل هي أن حفظ المعلومات الجوهرية بداية لتنمية الذكاء وأن ترديد المعلومة وحل التمارين وحفظ المسائل من الوسائل العملية التي تشمل على نشاط بدني وهو الذي يُعزّز الحفظ ومن ثمّ الذكاء. قام "كومون" بالتأكيد على الدافعية الذاتية (self-motivation) والثقة (confidence) وتحسين المهارات الدراسية مع تركيز أكبر على الانتباه.

إن منهج كومون (Kumon method) هو منهج جيد يمكن الاستفادة منه للدروس الخصوصية فهو منهج علاجي يعتمد على خطوات واضحة يجب أن يفهمها الطالب جيداً ولا ينتقل من خطوة إلى أخرى إلى أن يتمكن من فهم الخطوة التي قبلها (Ravitch, 2007, p. 129)

وضع "كومون" منهجاً واضحاً لتعليم الرياضيات يحتوي هذا المنهج على 23 خطوة و 19 خطوة لتعلم اللغة وفي كل خطوة الكثير من أوراق العمل. حقق منهج "كومون" في التعليم (Kumon Method of Learning) انتشاراً واسعاً حيث يدرس الملايين من الطلاب هذا المنهج في أكثر دول العالم. تقوم فلسفة "كومون" التربوية على أن كل طفل يستطيع الانطلاق إذا وفرنا له احتياجات التعلم، ووضعناه في مكانه المناسب لقدراته. ولد "كومون" سنة 1914م وتوفي سنة 1995م وملايين البشر في جميع أنحاء العالم يدرسون تراثه المبدع. هذه هي قصة "كومون" والحكيم هو الذي يستنبط منها أسباب نجاح أوراق العمل السحرية في تحسين التحصيل الدراسي ثم يطبقها في البيت والمدرسة لرفع القدرات العقلية. الموقع التالي يعطي المزيد عن منهج كومون التعليمي.

الخاتمة

إن تكوين دافعية التعلم لدى الطفل يلعب دوراً مهماً في عملية تحصيله الدراسي كما أن الانضباط في الفصل والتركيز مع المعلم من الأهمية بمكان. التحفيز يقود للتركيز وهو مقدمة للتعلم الجاد بخاطر وقاد، وطبع سيال، وذكاء مفرط. قد يعاني أطفالنا في بعض الظروف من ضعف القدرة على تنظيم الوقت وتضييع

الأوقات مع التلفاز أو الألعاب المسلية مما يجعل موضوع تدريب الطفل على ترتيب الأولويات والبدء في أداء الواجبات أمراً حاسماً للانجاز المدرسي. وتظل الفروض الدراسية (الواجبات المدرسية) تدريبات لتجويد الفهم وتعميق الاستيعاب الثاقب. يحتاج الطفل والشاب إلى التمكن من مهارات الدراسة (القراءة والتدوين والإعداد للاختبار وعمل التقارير...).

كل طالب له قدرة على تحسين مستواه الدراسي إذ كان صاحب إرادة، ورؤية، وسعي حميد. الأسرة سناد المدرسة ودورها هو تهيئة البيئة المناسبة للتعلم والإعلام بكافة مستوياته مطالب بتثبيت لا تثبيط الطلبة على القيم الإيجابية فالمتعلم المشتت ذهنياً لا يقوى على طلب العلم إلا بقوة اليقين والسعي والجد والاجتهاد وعوننا لأبنائنا وبناتنا يجب أن يكون بقوة في الجهد والاجتهاد. إن الأسرة سناد المدرسة وأجهزة الإعلام كلها امتداد لهما. ومن الضرورة بمكان التأكيد على أهمية الأخلاق الحسنة والمحافظة على الصلوات فالتفوق قرين الخلق القويم ودفء الأسرة والنصح السليم يخففان حدة الضغوط النفسية والاجتماعية. والمطلوب من طلابنا بذل الطاقة والاجتهاد، والقيام بالواجب ومن ثبت نبت، ومن صبر ظفر، ومن سار على الدرب وصل، ومن يتحرّر الخير يُعطه.

أهم المراجع العربية

ابن حاجب، رجب (1430هـ-2009م). دراسة سعودية: الفهم الخاطئ للدين أهم أسباب العنف الأسري. موقع إسلام أونلاين: <http://www.islamonline.net>

أولدرديج، سوزان (2008م). كيف تكون سعيداً. ترجمة د. عمارة درة. في الثقافة العالمية. الكويت: المجلس الوطني للثقافة والفنون والآداب.

براون، سالي (2009م). 52 فكرة رائعة: عش حياة أطول. ط1، الرياض: مكتبة جرير.

دامون، ويليام (1430هـ-2009م). الروح المعنوية كيف تطور فهم الطلبة بأن التميز الأكاديمي يمكن أن يوصلهم إلى تحقيق أهدافهم؟ ترجمة د. سعيد الخواجة. في جسور تربوية - مكتب التربية العربي لدول الخليج - العدد السادس.

ديتمر، روبرت إي (2008م). 151 فكرة سريعة لأداء وقتك. ط1، الرياض: مكتبة جرير.

سامح، أحمد (2009م). أطعمة تقوي الذاكرة وتساعد على الاستيعاب. في: صناع المستقبل، العدد العاشر - السنة الرابعة والعشرين - يوليو. الكويت: الهيئة العامة للتعليم التطبيقي والتدريب.

سبركس، جو و غلنرستر، هورد (2007م). الوقاية من الاستبعاد الاجتماعي: دور النظام التعليمي. في الاستبعاد الاجتماعي: محاولة للفهم. تحرير جون هيلز وجوليان لوگران ودافيد بياشو. ترجمة وتقديم أ.د. محمد الجوهري. الكويت: المجلس الوطني للثقافة والفنون والآداب.

كانفيلد، جاك (2008م). مبادئ النجاح. ط2. الرياض مكتبة جرير.
الكندري، لطيفة (1426 هـ = 2005 م) أضواء تربوية على الطفولة المبكرة في دولة الكويت.
الطبعة الأولى. الكويت: المركز شبه الإقليمي للطفولة والأمومة.
الكندري، لطيفة (1429هـ-2008م). دور الأسرة في توفير الأجواء المناسبة لطلبة وطالبات
الثانوية العامة. مجلة المعرفة: العدد 154 محرم-يناير الصفحات من 63 إلى 65. السعودية.
الكندري، لطيفة حسين وملك، بدر محمد (1429هـ = 2008م). تعليقة أصول التربية. ط3،
الكويت: مكتبة الفلاح.
الصقار، وجيه (2007م). أسرار التفوق. مصر: مركز الحضارة العربية للإعلام والنشر والدراسات.
الفهيدى، رشيد راشد (1429هـ-2009م). دليل الأنشطة الطلابية. إشراف: مرزوق يوسف
الغنيم. ط1، الكويت: وائل.
مفاتيح "ويلي" لتحقيق النجاح: كيف تدرس لتنجح (2008م). ط1، الرياض: مكتبة جرير.
ملك، جاسم محمد (2009م). مفكرة صناع النجاح للطلبة والطالبات. الكويت: مؤسسة ديزاين
وورلد.
ملك، بدر، والكندري، لطيفة (1427 هـ = 2006 م). تراثنا التربوي: ننطلق منه ولا ننغلق
فيه. ط2، الكويت: مكتبة الفلاح.
هولمز، أندرو (2008م). 52 فكرة رائعة: النجاح في الاختبارات. ط1، الرياض: مكتبة جرير.
ياجر، جان (2008م). عندما تصبح الصداقة مؤلمة. ط3، الرياض: مكتبة جرير.

أهم المراجع الأجنبية

Diane, Ravitch (2007). *Edspeak: A Glossary of Education Terms, Phrases, Buzzwords, and Jargon*. Association for Supervision and Curriculum Development. Place of Publication: Alexandria, VA.

Hunt, C (2005). Multiple Intelligence. In *International Encyclopedia of Adult Education*. Edited by Leona M English. New York: Macmillan Publishers.

Pollard, A and Others (2008). *Reflective teaching*. 3rd ed London: Continuum.

Wilson, B. J. (2008). Media and Children's Aggression, Fear and Altruism. *The Future of Children*, 18(1), 87+.