ملخص البحث

مهارات القراءة السريعة والقراءة المتوافقة مع العقل

د. عطا أبو جبين

Atta838@gmail.com

القارئ الجيد كاتب جيد...

"الذي لا يقرأ كتبا جيدة، ليست لديه ميزة على الذي لا يمكنه القراءة
"

لقد تعرضنا في هذا البحث إلى مهارات القراءة السريعة والذاكرة وما يرتبط بهما، وآثرنا أن نورد هنا ما يتعلق بالقراءة في المراحل المختلفة والتي تناسب التطور الفكري والنضج، حيث نصبح بحاجة ماسة إلى مهارات القراءة المختلفة ، والحفظ والتذكر والاسترجاع ... ولذا سنورد مهارات متقدمة وضرورية للكبار والصغار على السواء.

إن الحاجة إلى اكتساب مهارات القراءة السريعة أصبحت ضرورة عصرية ملحة؛ حيث إن معدل ظهور المعلومات الجديدة يتضاعف كل ستة أشهر. وما تتعلمه اليوم سيصبح معلومات عتيقة خلال عامين وخاصة فيما يتعلق بالتكنولوجيا ، وسيصبح عديم النفع بعد تخرجك، كما يقدر الخبراء أن ما تتصفحه كل يوم يقدر بمليون كلمة. لذا كان لا بد من اكتشاف طرق جديدة للقراءة تتناسب وهذا التطور الهائل في كل المجالات حتى نستطيع مواكبة هذه التغيرات السريعة.

وتقوم فكرة القراءة السريعة على نظريات علمية دقيقة ، ومهارات متقدمة سنتعرض لها من خلال هذا البحث.

فالقراءة السريعة مهارة يمكن اكتسابها بدرجات متفاوتة: فهناك أناس مشهورون بسرعة القراءة ، فبعضهم يستطيع قراءة الصفحة من خلال النظر إليها، وهناك من يستطيع قراءة (1000) كلمة / د ، وقد وصل بعضهم إلى قراءة (5000) كلمة / د بينما معدل السرعة يتراوح من 400-500 كلمة / د. فهناك من يستطيع أن يقرأ كتابا كل يوم قبل الإفطار، وبعض الناس يستطيع قراءة كتاب خلال ساعة غدائه، وبعضهم يستطيع قراءة كتاب أو كتابين خلال رحلة طيران ، وهناك ما هو أغرب من ذلك فهناك من يستطيع أن يلقي نظرة على المادة المكتوبة ، وباستطاعته أن يجيب على كل الأسئلة الخاصة بالمادة التي قرأها بالتفصيل. كيف يتم ذلك؟ وهل هؤلاء الأشخاص يتميزون بميزات فريدة ؟ هل نستطيع اكتساب هذه المهارة؟ .....

القراءة السريعة والقراءة المتوافقة مع العقل

مؤتمر: بالقراءة نسمو

جامعة النجاح الوطنية

10/1 2017 م

د. عطا أبو جبين

Atta838@gmail.com

القارئ الجيد كاتب جيد...

"الذي لا يقرأ كتبا جيدة، ليست لديه ميزة على الذي لا يمكنه القراءة "

مقدمة :

تمثل القراءة الأداة التعليمية الرئيسة للإنسان طوال العمر ، فهي تنقلنا عبر الزمن ، ماضيه وحاضره ومستقبله ، لذا لن نجد خلال مسيرتنا الدراسية شيئا أكثر قيمة من القراءة ومهاراتها التي تتطور مع الإنسان عبر مسيرته التعليمية ابتداء من مرحلة الطفولة وحتى آخر العمر. وترتبط عملية القراءة ارتباطا مباشرا بأمور أساسية منها : الذاكرة . الحفظ ، التصور الذهني ، الكتابة ، الفهم. ويرى الخبراء أن هناك ستة أغراض رئيسة للقراءة ، هي : فهم رسالة معينة . الحصول على تفصيلات مهمة . الإجابة على سؤال محدد . تقييم ما تقرأ التسلية والترفيه عن النفس. تطبيق ما تقرأ .

لقد تعرضنا في هذا البحث إلى مهارات القراءة السريعة والذاكرة وما يرتبط بها وآثرنا أن نورد هنا ما يتعلق بالقراءة في المراحل الدراسية المتقدمة والتي تناسب تطور الطالب العقلي والنفسي والاجتماعي، معتمدين على آخر ما توصلت إليه الدراسات والأبحاث والعلماء في هذا الشأن، وبخاصة عندما يصبح القارئ بحاجة ماسة إلى مهارات القراءة المختلفة ، والحفظ والتذكر والاسترجاع ... ولذا سنورد مهارات متقدمة وضرورية للكبار والصغار على السواء.

هناك أناس يمكنهم القراءة بسرعة هائلة وبمعدلات غير معقولة من السرعة وفي الكتب الصعبة؛ فقد كان جون كنيدي من بين القراء الذين يقرأون قراءة سريعة، وكان روزفلت يقرأ كتابا كل يوم قبل الإفطار في أثناء إقامته في البيت الأبيض ، وكان أوليفر هولمز يستطيع أن يلقي نظرة على الصفحات المكتوبة أثناء توجهه إلى المحكمة العليا ثم يجيب عن الأسئلة الخاصة بالمادة التي قرأها بتفاصيل هائلة... (كومب ،2004 المقدمة) .

الإطار النظري للبحث:

مراحل تطور القراءة السريعة :

(إن العين ليست هي التي تقرأ ؛ بل إن عقلك هو من يقوم بذلك.)

لقد ظهرت القراءة السريعة مع بداية القرن العشرين بعد الانفجار المعرفي الهائل، وترجع أولى المحاولات خلال الحرب العالمية الأولى؛ حيث وجد الفنيون عند التحليق بالطائرة أن الطيارين لا يتمكنون من تمييز الطائرات على مسافات بعيدة؛ مما يشكل خطرا عليهم ، فبدأ البحث عن علاج لذلك فتم اختراع جهاز تاكستوسكوب حيث يومض على مسافات قصيرة من الزمن ، وتظهر هذه الومضات على شاشات كبيرة ثم بدؤوا بإضافة صور كبيرة للطائرات الصديقة والمعادية ومن ثم بدأوا باختصار فترات العرض الزمنية مع تصغير الحجم وتغيير الزوايا التي تشاهد منها الطائرات عندما تظهر على شاشات المراقبة في جزء من خمسمائة جزء من الثانية، ومن هذا المنطلق فإن العين إذا كانت تستطيع الرؤية بهذه السرعة المذهلة فإن سرعة القراءة يمكن تطويرها بشكل كبير، لذلك قرر العلماء نقل هذه الخبرة إلى القراءة، وباستخدام الأداة نفسها تم إظهار كلمة واحدة بشكل كبير على الشاشة لمدة تصل إلى خمس ثوان، وتم تصغير حجم الكلمة بالتدريج، وكذلك تقصير طول كل ومضة تظهر فيها الكلمة، ثم قاموا بإظهار أربع كلمات في الوقت نفسه على الشاشة لمدة واحد على خمسمائة من الثانية، وعلى الرغم من ذلك فإن المشاركين تمكنوا من قراءتها، مما ترتب عليه إعداد دورات للتدريب على القراءة السريعة بوساطة الومضات الخاطفة وهي التي تعرف بالتدريب على شاشات العرض. (بوزان ، 2004 : 37) .

ولكن هذه الطريقة لم تنجح ولم تؤد إلى نتائج مرضية ، فقد تراجع مستوى المتدربين إلى المستوى الطبيعي للقراءة (200- 400 كلمة /دقيقة)أما التحسن الذي ظهر في أثناء التدريب فلم يكن له علاقة بالتدريب ولكن بدرجة أكبر بالحافز القوي لدى المتدرب، وكذلك يعزى هذا الفشل إلى القاعدة الأساسية للملاحظة وهي: لكي ترى شيئا ما بوضوح يجب أن تظل عيناك على اتصال بهذا الغرض . (بوزان : 2007 : 39).

وحتى الأربعينات من القرن الماضي لم تكن القراءة السريعة محط اهتمام من قبل الباحثين حتى توصل عدد من الباحثين ومن أشهرهم ايفيلين وود التي كانت استشارية وأستاذة علم القراءة السريعة في مدينة سولت ليك إلى أنه بالتدريب الملائم يمكن تدريب العين على التحرك بشكل أسرع وأنه يمكن تجاوز حاجز ال (400 كلمة / د) . وبدأ التدريب من هذا المنطلق وبدأت سرعة القراءة تتجاوز 1000 كلمة / د وكان من بين رواد هذه الطريقة الرئيس الأمريكي جون كنيدي (كومب ، 2004: 95).

وفي عام 1960 بعد أن اتضح فشل طريقة الومضات الخاطفة للتدريب على القراءة السريعة بدأت سلسلة من المحاولات والتدريب على القراءة السريعة ومهاراتها وبدأت كتب وأبحاث متخصصة في الظهور والانتشار مستفيدة من النظريات والأبحاث عن الدماغ وقدراته وما تمتلكه العين من قدرات فائقة، وبدأت تنتشر هذه الطريقة في المؤسسات المختلفة، كما أضيفت إلى هذه الطريقة عناصر جديدة مثل القراءة التصويرية؛ حيث ركزت على قدرة العين على تصوير مناطق أكبر من المعتاد . وقد أحرز بعض المتدربين أرقاما قياسية في سرعة القراءة مع الفهم والاستيعاب تراوحت ما بين 1560 -3850 كلمة / د.(بوزان 2007 : 41).

تعريف القراءة :

جرت العادة على تعريف القراءة بأنها: تحليل للرموز المكتوبة وفهمها ...فهم ما يقصده المؤلف...الفهم الجيد للمعلومة ...وهكذا ، ولكن التعريف الدقيق للقراءة يجب أن يتضمن الإطار الكلي لمهارات القراءة؛ حيث إن القراءة عملية إدراكية كلية ولها جوانب متعددة ، وهنا نرى بأن تعريف القراءة يجب أن يتضمن الجوانب الآتية :

1- المعرفة بالرموز والحروف الهجائية ، وتبدأ هذه الخطوة قبل عملية القراءة الطبيعية .

2- الاستيعاب الجيد : وهي العملية المادية التي ينعكس من خلالها الضوء من الكلمة وتستقبله العين ثم يتحول عبر العصب البصري إلى الدماغ .

3- التكامل الداخلي : وهو مرادف الفهم وهو عبارة عن الربط بين كل أجزاء المعلومات المقروءة مع الأجزاء الأخرى المناسبة .

4- التكامل الخارجي : وهي العملية التي تسترجع بوساطتها كل معارفك السابقة لما قرأت والربط الملائم فيما بينها وتحليلها ونقدها ، وتقدير قيمتها.

5- القدرة على التذكر : وهي عملية تخزين المعلومات واسترجاعها عند الحاجة إليها .

6- الاتصال وهو الاستخدام الذي سيتم فيه وضع المعلومة؛ كالاتصال المكتوب والمنطوق أو الذي يتم التعبير عنه بوسائل أخرى كالرسم والفن والتعبير الإبداعي.

زيادة سرعة القراءة والاستيعاب عن طريق التحكم بالعين :

لا بد قبل الحديث عن سرعة القراءة من التعرض للأداة الرئيسة التي تتم بها عملية القراءة ، هذه المعجزة الإلهية في خلق الإنسان ، وما توصل إليه العلم اليوم من كشف بعض أسرارها ؛ حيث تحتوي كل عين من عينيك على 130 مليون مستقبل ضوئي ، وكل مستقبل ضوئي فيها يستطيع التقاط خمسة فوتانات على الأقل في الثانية (الفوتون : وحدة قياس الطاقة الضوئية). وإن إنسان العين (البؤبؤ) يتغير حجمه طبقا لكثافة الضوء ومدى بعد أو قرب الهدف المرئي فكلما كان الضوء أكثر لمعانا والهدف المرئي أقرب كلما صغر حجم إنسان العين، وقد اكتشف العلماء حديثا أن إنسان العين يتغير أيضا مع تغيير المشاعر ، فإذا رأيت شيئا جذابا وممتعا يتمدد إنسان العين ويتسع بشكل تلقائي(منظر رائع ، لوحة فنية جميلة...) وإذا كنت مهتما بشيء ما (كتاب تعيينك أو ترقيتك أو خبر مفرح كنجاح ابنك، قصة واقعية جاذبة ....) فإن إنسان عينك يتمدد؛ أي كلما زاد الاهتمام بشيء ما قام العقل برفع الستائر عن عينيك ليتيح لك استقبال المزيد من المعلومات خلال ثانية واحدة وبدون مجهود إضافي.

إن الصورة المعقدة التي ندركها بحواسنا تتم ترجمتها من خلال المستقبلات الضوئية لشبكية العين ، ثم ترسل عبر العصب البصري إلى الدماغ (الفص البصري) وهو المسؤول

عن عملية القراءة ، فهو يوجه عينيك عبر الصفحة لتلقي المعلومة التي يهتم بها عقلك، وهذه المعرفة هي التي تشكل حجر الأساس لمفهوم القراءة السريعة . (بوزان ، 2007 : 53).

فإذا علمنا أن العين البشرية قادرة على تسجيل 36 ألف رسالة بصرية كل ساعة وأن 80% - 90% من المعلومات التي يستوعبها المخ هي معلومات بصرية ندرك مدى أهمية البيئة البصرية في القراءة والتعلم ، وشبكية العين مرتبطة ب40% من الألياف العصبية الموجودة في المخ ، ونتيجة لتلك القدرة الهائلة علينا أن نكون على وعي بالعوامل البيئية التي تؤثر على كيفية رؤيتنا واستيعابنا للمعلومات .(جينسن، 2007: 63).

كيف تتمكن العين من القراءة:

لا شك أننا أول ما تعلمنا القراءة كنا نرى الحروف بشكل فردي ثم نقرا الكلمة ، وعلميا : يستغرق المرء ربع ثانية كي يركز عينيه على شيء معين ، وبذلك يمكن معرفة سرعة القراءة للقارئ المبتدئ ، أي : إنه سيحتاج إلى ثانية كاملة لقراءة كلمة مكونة من أربعة أحرف . وبهذا سيقرأ ستين كلمة في الدقيقة . أي كلمة في كل ثانية.فإذا تمكنا من تعرف مجموعة من الحروف في آن واحد ، وفي هذه الحالة سيرتفع معدل القراءة لديك من 60 – 175 كلمة / د، وعادة ما يكون ذلك في الصف السادس عند الانتهاء من تعلم القراءة والكتابة ، ثم سيأخذ معدلك بالنمو حتى تصل إلى قراءة 240 كلمة في الدقيقة .

والطريقة التي تستطيع بها أن تقرأ بمعدل أسرع من 240 كلمة / د هي النظر إلى أكثر من كلمة في آن واحد فإذا تمكنت من رؤية كلمتين في آن واحد فستتمكن من قراءة 480 كلمة / د ... وهكذا كلما طورت رؤيتك وزدت من عدد الكلمات تتضاعف سرعتك في القراءة ، وقد وصل بعض الأشخاص إلى رؤية سطر كامل بهذه الطريقة ثم سطرين .... وهكذا

وسبب بطء معدل سرعتك في القراءة ترديدك للكلمات في ذهنك ، ويتمثل هذا الأمر في ميلك أثناء القراءة لترديد نفس الكلمات مرة أخرى في ذهنك ، وهذا الصوت ليس حقيقيا ولكنه صدى لصوت الكلمة ، وبما أننا تعلمنا القراءة بصوت عال فإن الغالبية تقوم بترديد الكلمات في أذهانهم .
وتمر عملية ترديد الكلمات في الذهن بمراحل عديدة ؛ ففي المرحلة الأولى يقوم الصغار بتحريك شفاههم دون إصدار أصوات . وهذه عملية يسهل السيطرة عليها عن طريق وضع قلم بين أسنانك وأنت تقرأ حتى تقلع عن هذه العادة . وقد نجد أن القراء لا يحركون شفاههم فقط ، بل يحركون حبالهم الصوتية أثناء القراءة ، والإقلاع عن هذه العادة يتم عن طريق التدريب .
وقد يتم تكرار الكلمات في الذهن سرا دون إحداث حركات حسية ، وسواء كنت على وعي بذلك أم لم تكن فغالبا ما تقوم بذلك.

ومن ناحية أخرى فعند عملية القراءة فإن العينين تقفزان قفزات صغيرة وكبيرة ابتداء من نقطة ثابتة إلى نقطة ثابتة أخرى، وتكون في العادة أكثر من كلمة في المرة الواحدة، ولتوضيح ذلك فإن العين لا تتحرك ببطء عبر الصفحة ولكنها تتحرك بتنقلات صغيرة باتجاه السطور ، وتتوقف للحظة لتحصل على كلمة أو كلمتين قبل أن تتحرك مرة أخرى وتتكرر هذه العملية ... وعندما تتحرك العين وتتوقف فإن المعلومات يتم التقاطها في أثناء التوقف، وهذه الوقفات تستغرق معظم الوقت في القراءة ،وكل وقفة تستغرق ما بين ربع ثانية إلى

ثانية ونصف ، لذا من الممكن تحسين فوري في سرعة القراءة إذا تمكن القارئ من تقليل وقت كل وقفة ؛ فالقارئ البطيء يتوقف ضعف وقفات القارئ العادي ، والسبب في هذه الوقفات الزائدة أن القارئ البطيء يعيد قراءة الكلمات وأحيانا يرجع إلى الخلف ثلاث مسافات ليتأكد من أن المعنى الصحيح هو الذي حصل عليه . إن عادات القراءة هذه (العودة والتردد) تؤدي إلى كثرة توقف العين عن الحركة وتسبب بطء القراءة . فقد تتمكن العين من التقاط آلاف الكلمات كل دقيقة ، ولكننا نقرأ بتمهل وبطء، ويرجع السبب في ذلك إلى قيامنا بلا وعي بكبح جماح مواهب ذكائنا الفطري نحو القراءة، ومن أكثر المعوقات للقراءة السريعة التي يجب أن نتجنبها عدم تحريك الشفتين أو التلفظ بالكلمات ، وعدم إعادة ما قمت بقراءته. (جين ستاين ، 2007: 76).

ولقد أثبتت الأبحاث أن 80% من الحالات تشير إلى أنه عندما لا يسمح للقارئ بإعادة القراءة أو التردد والعودة لكلمات سبقت قراءتها فإن العين تلتقط المعلومة فعلا وتستوعبها بعد قراءة عدة عبارات تالية ،وبالنسبة للقارئ السريع فإنه لا يقع في مثل هذه التكرارات غير الضرورية والتي تؤدي إلى بطء القراءة. فإذا كانت كل إعادة تستغرق ثانية واحدة وتكرار ذلك مرتين في السطر فإذا افترضنا أن الصفحة العادية تحتوي على أربعين سطرا فإنه يضيع من الوقت في أثناء قراءتها دقيقة وعشرين ثانية وفي الكتاب ذي الحجم العادي المكون من 300 صفحة فإن ما يضيع من الوقت 400 دقيقة.

إن الفرق بين القارئ العادي الذي لا يتوقف ولا يكرر ويلتقط في كل مرة 3- 5 كلمات وإذا افترضنا إن كل وقفة تستغرق نصف ثانية عند القارئ البطيء فهو يحتاج الى سبع ثوان في كل سطر مكون من 12 كلمة بينما القارئ الذي لا يتوقف يحتاج إلى ثانيتين فقط وبناء على ذلك فالقارئ السريع يتفوق على القارئ البطيء بمقدار(350%). (بوزان ، 2007 :55).

ولا بد من الإشارة إلى أن المهارة يتم تعلمها بالممارسة والتدريب . مثال ذلك مهارة الطباعة بإصبعين ، ومهارة الطباعة بالأصابع العشر، بينما المفهوم يهدف إلى تنمية الفهم بالموضوع الذي يتم تعلمه غالبا عن طريق القراءة أو السماع ، ويعد مرتبطا بالفكر، ولكي نتفهم عمل المهارة يجب أن يكون مرتبطا بالعمل حتى يصل المتدرب إلى درجة الإتقان . وتعلم المهارة لا يتم بسرعة بينما يمكن تعلم المفاهيم بسرعة في بعض الأحيان ، أما تعلم القراءة فنادرا ما يتم اكتسابها على الفور ولا بد من إتقان كل جانب من جوانب هذه المهارة قبل الانتقال إلى مهارة أخرى.

كيف توسع مجال الرؤية :

إذا علمنا أن كل واحدة من عينيك تحتوي على 130 مليون مستقبل ضوئي في الشبكية ، وهذا يعني أن لديك 260 مليونا من المستقبلات الضوئية في كلتا عينيك ، أما النسبة المخصصة للرؤية الأمامية أو المركزية فهي تشكل 20% فقط من النظام البصري بينما يستحوذ التركيز الجانبي على 80% ، وهذا يعني أنه من بين ال 260 مليون من تلك المستقبلات هناك 208 ملايين منها مخصصة للرؤية والتركيز الجانبي؛ والسبب في ذلك أن معظم أحداث الكون تحدث حول تركيزك الأمامي ، ومن الضروري لاستمرار وجودك أن

يظل عقلك واعيا بكل تغيير يحدث في البيئة المحيطة لكي يوجهك إلى ما تحتاج إليه ويبعدك عن مصادر الخطر.

ففي الطرق التقليدية لتعليم القراءة نركز فقط على الرؤية الأمامية، ولذا فنحن نستخدم ما يقل عن 20% من القدرة المتاحة للرؤية، وحتى هذا الجزء لا نستخدمه بالصورة المناسبة.والذين أبدعوا في القراءة السريعة قاموا بتدريب أنفسهم للاستفادة من كل الإمكانات التي توفرها لهم الرؤية الجانبية وهذا ما يطلق علية الرؤية الدائرية أو الإدراك الدائري بواسطة العقل، فأنت تقرأ بعقلك الذي يشكل المحور الأساسي لانتباهك والعين هي الأداة التي لها مليون وجه وعقلك هو الموجه لها، وسيكون القراء من أصحاب السرعة الفائقة هم الذين يستطيعون المزج بين الرؤية المحيطية والإدراك الدائري. (بوزان ، 2007 ، 119) .

على الرغم من أن هناك من الباحثين من يرى بأن القراءة السريعة ليست حلا للتخلص من غزارة المواد الواجب على الفرد قراءتها وأنه من المستحيل أن تنسجم القراءة السريعة مع الفهم وأن السرعة إذا تجاوزت 400- 500 / د كلمة للقارئ السريع و250-350 للقارئ المتوسط وأي سرعة أكثر من ذلك سيصبح فهمك للنص امرأ مشكوكا فيه . (بول ، 2007: 117).

ويبدو هذا المنطلق مخالفا لما نحن بصدده ولكننا نستطيع القول وبناء على المصادر المتخصصة والأبحاث العلمية وبناء على تطور النظريات عن الدماغ ومقدرته الفائقة نقول بأنك لا تستطيع أن تقرأ كل شيء بالطريقة نفسها، وهنا تكمن أهمية التدريب على سرعة القراءة؛ فقراءة القصص أو الصحف أو المعاملات الرسمية أو غير ذلك الكثير مما نتعرض له كل يوم تختلف عن قراءتك لامتحان الرياضيات، أو لنظرية جديدة ولبحث علمي مركز ...ومن هنا نرى أن السرعة في القراءة على درجات متفاوتة وبحسب المادة المقروءة ، ولكنها على كل الأحوال تظل مفيدة لصاحبها ويستطيع استخدامها بمهارة مقارنة بالقراءة البطيئة أو العادية، فهناك- على سبيل المثال- موظف تتعجب من قدرته على تسيير معاملاته وإنجازها بسرعة مذهلة، وآخر بجانبه بطيء وممل في إنجازه فلم يعود ذلك ؟ لا بد وأن كلا منا شاهد مثل هذه المواقف وتذمر في دخيلة نفسه متعجبا، صحيح هناك فروق فردية بين الناس ولكنها لا تصل إلى هذه الدرجة، فالطلبة في المدارس متفاوتون في القراءة فيقدر المعلم مثلا خمس دقائق للقراءة الصامتة لقطعة القراءة، فيجد أن هناك من ينهي القراءة بدقيقة ونصف، وهناك من تنتهي المدة وهو لا يزال في منتصف الدرس فالقدرات متفاوتة وكذلك الاستيعاب ، ولكنا لا ننكر أثر التدريب على مهارات القراء بحسب ما توصل إليه العلم اليوم .

ولا بد من الإشارة هنا إلى علمائنا الأوائل من أصحاب الموسوعات التراثية الأدبية والدينية والمعاجم والتاريخ والحديث ... ومدى غزارتهم في التأليف، ونتساءل كيف كانت قراءتهم لمصادر هذه المعلومات وكتابتها، ولو أمضى الإنسان اليوم عمره في نسخ مؤلفات واحد منهم لعجز عن ذلك ، ومع الأسف الشديد إذا تحدث الباحثون عن القراءة والتأليف والسرعة يقولون نابليون ، كنيدي ، روزفلت.... ولا أحد يتجاوز ذلك إلى من بلغت مؤلفاته من الضخامة ما يتجاوز مائة مجلد ونحن نتساءل كيف كانت قراءتهم لعلوم عصرهم التي فاقت الوصف. لا

شك أنها كانت مضرب الأمثال ولا أحد يستطيع إنكار ذلك فموسوعة القلقشندي صبح الأعشى، ونهاية الأرب للنويري، والمسالك والممالك للعمري وما تضمنه من معلومات متنوعة هي أشبه ما يكون بدوائر المعارف في هذه الأيام وكذلك كتب الحديث والتفسير والتاريخ كتاريخ الطبري وتفسيره، والمعاجم العربية وغير ذلك يدل دلالة واضحة على أنهم كانوا من أصحاب المواهب الفذة في هذا المجال سواء في القراءة أو الاستيعاب والحفظ. وقد نتساءل اليوم كم كانت سرعتهم في القراءة ؟هل كانت قراءتهم عادية؟وهل تمكنوا من تطوير أساليب جديدة في القراءة؟ إن الأمر بحاجة إلى دراسة معمقة واستقصاء للموروث الثقافي الإسلامي.

القراءة السريعة والاستيعاب:

كثيرا ما يطرح الافتراض الآتي : إذا أردت أن تفهم وتستوعب ما تقرأ فينبغي عليك أن تقرأ ببطء وحرص.ويبدو هذا الافتراض منطقيا، ولكن نتائج الأبحاث أثبتت أن هذا الافتراض غير قائم على أساس صحيح؛ حيث أثبتت الأبحاث أنه كلما زادت سرعتك في القراءة تحسنت قدرتك على الاستيعاب. ولكي تتحقق من ذلك حاول قراءة العبارة الآتية ببطء:

(لقد وجد أن القراءة السريعة أفضل للعين من القراءة البطيئة).

أو حاول أن تقرا عبارة إرشادية للوحات المرور ببطء.... فالعقل ليس مصمما للقراءة بهذه الطريقة؛ فالقراءة ببطء تدفع العقل للقراءة أبطأ فأبطأ ونتيجة لذلك نحصل على فهم أقل فأقل. لقد اكتشف أن العقل الإنساني وبمساعدة العينين يمكنه أن يلتقط المعلومات بسهولة أكبر عندما تكون المعلومات مجمعة بصورة ملائمة وفي مجموعات ذات معنى(بوزان ، 2007: 56) .

في عام 2009، قارن دوغان (Duggan) وبايان (Payne) القراءة السريعة بالقراءة العادية معطين الوقت الكافي فقط لقراءة نصف النص قراءة عادية، فوجدوا أن النقاط الرئيسية من النص قد فهمت بشكل أفضل بعد القراءة السريعة (والتي تمكن القارئ من الاطلاع على النص كاملا) أكثر منها بعد القراءة العادية (والتي تمكنه من قراءة نصف النص فقط)، كما لم يكن هنالك فرق في درجة استيعاب المعلومات الأقل أهمية في النص بين المجموعة التي قرأت قراءة سريعة وبين تلك التي قرأت قراءة عادية.(Carver1992) .

إن الزيادة في سرعة القراءة تقود بصورة آلية إلى زيادة الاستيعاب والسبب في ذلك هو أن المعلومات منظمة في مجموعات ذات معنى مما يؤدي إلى قبول العقل لها على الفور. (كومب ، 2004: 223). وتبدو المشكلة فقط في قدرتك على اختصار زمن الثبات والالتقاط، فإذا كان الزمن الحالي هو ثانية واحدة فعليك تخفيضه إلى نصف ثانية .

أما بالنسبة للمواد العلمية والفلسفية المعقدة فالسبب الرئيس الذي يكمن وراء عدم السرعة في قراءتها فيعود إلى اللغة الأكاديمية التي تعد التحدي الرئيس للدارسين، حيث تكتب هذه المواد باللغة الأكاديمية وحيث يتم استخدام لغة وألفاظ فلسفية وتراكيب معقدة وعبارات طويلة متصلة مما يتقاطع مع الفهم والاستيعاب، ولمعالجة هذا الأمر يحتاج الدارس إلى

معرفة المصطلحات، واستخدام المعاجم المتخصصة حتى تصبح قراءة هذه المواد أكثر سهولة ويسير الطالب فيها بسرعة معتمدا على نفسه.

(Catherine E. Snow . 2010. 450- 452)

(إن زيادة سرعة القراءة في عدد الساعات نفسه تمكنك من مضاعفة عدد الكتب المقروءة ، كما أنها تزيد من ذكائك وتعززه).

علم النفس والتذكر :

أثبت البحث في علم النفس أن العقل البشري يتذكر ما يأتي بصفة أساسية:

- مفردات في بداية التعلم والقراءة (تأثير الأولية).
- مفردات في نهاية التعلم والقراءة(تأثير الحداثة).
- مفردات ذات صلة بالأشياء أو الأنماط المخزنة بالعقل، أو المرتبطة بجوانب أخرى لما تمت قراءته.
- أي مفردة تحظى بالتركيز لكونها متفردة أو غريبة.
- أي مفردة تتواءم بدرجة كبيرة مع أي من الحواس الخمس.
- المفردات التي تمثل أهمية خاصة يالفرد.(بوزان ، 2006 :36).

الخرائط العقلية أداة لتقوية الذاكرة:

لا نستطيع أن نتحدث عن الذاكرة وكيفية تقويتها حيث تعد المحصلة الرئيسة للقراءة ، ولا يكفي الفهم وحده في أثناء القراءة فأنت تقرأ وتستمع بقدرتك على الفهم ، ولكنك إذا طلب منك شرحا موجزا لما قرأته تجد نفسك عاجزا عن تذكر ما تمت قراءته غالبا . ما السبب في ذلك ؟ السبب الرئيس أنك لم تقم بتخزينه في ذاكرتك ، ولذلك تستجمع قواك لصياغة بعض العبارات ولكنك في حقيقة الأمر تكون قد نسيت ما قرأت، وقد أثبتت الدراسات أنك تنسى 80% مما قرأت بعد 24 ساعة ، كيف يمكنك أن تساعد نفسك على التذكر . هنا ينصحك الخبراء بعمل خريطة عقلية مصغرة لما قمت بقراءته وتريد تذكره لأهميته بالنسبة لك .

من أهم تقنيات تقوية الذاكرة توظيف الخيال والتداعيات بهدف إفراز صور جديدة قابلة للتذكر. إن خريطة العقل تجمع كل مهارات القشرة المخية لكي تخلق أداة متعددة الأبعاد بالغة الارتقاء، أما المقصود بمتعددة الأبعاد – في هذا السياق – أي إنه بدلا من الرؤية أحادية البعد(خط واحد) أو الثنائية البعد (الصفحة المسطحة) فإن خريطة العقل تسمح لك بابتكار صورة داخلية مشعة ثلاثية الأبعاد تستخدم التداعيات المتقاطعة واللون والوقت.فهي أداة مساعدة تعينك على إعادة خلق الماضي في الحاضر وتعمل على مضاعفة قوة ذاكرتك على نحو هائل. ومن أهم مزاياها:

- ✓ توظف كل مهارات القشرة المخية ومن ثم تزيد من القدرة على التذكر.
- ✓ تنشط العقل على كل المستويات مما يجعله أكثر مهارة على التذكر.
- ✓ تحفز التذكر التلقائي.

- ✓ تعمل على دعم مهارات التفكير الإبداعي.
- ✓ تقدم أفضل طريقة للتذكر ومن ثم تزيد من ثقة الفرد بنفسه.
- ✓ توظف كل قدرات خلق التداعيات الخاصة بالفرد مما يزيد من قدراته على الحفظ ورسم شبكات الاتصال. (بوزان 2006 : 198).

ولكي تحافظ على فهمك وتذكرك للمادة التي قمت برسم خريطة عقلية لها ، ولكي تخزنها في الذاكرة طويلة المدى ، يجب عليك القيام بمراجعتها ، والحد الأقصى للمراجعة بعد القراءة لمدة ساعة أو مراجعة محاضرة كالتالي:

- بعد عشر دقائق من انتهاء القراءة او المحاضرة خصص عشر دقائق للمراجعة.
- بعد 24 ساعة خصص من دقيقتين الى أربع دقائق للمراجعة
- بعد أسبوع خصص دقيقتين للمراجعة
- بعد ستة أشهر خصص دقيقتين للمراجعة
- بعد سنة خصص دقيقتين للمراجعة .

ومن ثم سوف تخزن المعلومات بعد ذلك في ذاكرتك طويلة المدى ، ويمكنك أن تختبر معلوماتك بنفسك في ضوء الخريطة التي قمت برسمها. (بوزان ، 2006 : 308) .

ومن الجدير بالذكر أن نشير هنا إلى طريقة قيامنا بحفظ آيات وسور من القرآن الكريم ، وكيف كنا نقوم بمراجعتها وتسميعها ، حتى ثبتت في أذهاننا منذ نعومة أظفارنا وحتى الآن ، وكيف يقوم اليوم حفظة القرآن الكريم بالمراجعة بين الحين والآخر لما حفظوا لكي يتخزن في الذاكرة طويلة المدى.وهذه من أجل نعم الله علينا .

وتذكرنا هذه المعلومات بطريقة حفظنا للشعر أيضا في مراحلنا الدراسية المختلفة ، وكيف كنا نقوم بالمراجعة بين الحين والآخر، حيث ثبتت هذه الأشعار في أذهاننا حتى الآن ولم يمحها الزمن، وبقينا نتمتع بذاكرة قوية دون الرجوع الى القصيدة نفسها بعدان تم تخزينها تلقائيا في الذاكرة طويلة المدى. ولا بد من الإشارة أن هذا الأمر يتفاوت فيه البشر كما يتفاوتون في قدراتهم العقلية وقواهم الأخرى.

وهناك بعض الأدوات التي تساعد القارئ على تذكر ما يقرأ بشكل جيد منها :

1- الفهم : فنحن نتذكر فقط ما استطعنا فهمه ، فعند قراءتنا لأحد النصوص وفهم مضمونه ؛ فإننا سنكون قادرين على عملية الحفظ بعد ذلك ، ولذلك فإن أطفالنا كثيرا ما يشكون من نسيان ما يحفظون ، والحقيقة هي أنهم لم يفهموا جيدا مضمون النص الذي يحفظونه مما يجعلهم ينسونه بسرعة .
2- الرغبة : إننا دائما نتذكر ما نختار أن نتذكره ، ولكي نتذكر مادة ما فيجب أن تكون لدينا الرغبة والاقتناع بأننا سنتذكرها .
3- زيادة التعلم : فلكي تتذكر ما تعلمته ، لا بد أن تتذكر المادة بشكل كامل ودقيق ، أي الالتزام الكامل بأسلوب التعلم الصحيح ؛ أي الاستعداد للقراءة ، ثم القراءة الهادفة الموجهة ، ومراجعة ما تمت قراءته وتعميقه في ذاكرتك .

4- التعود على نظام محدد : فمن الصعب تذكر المعلومات عشوائيا أو الأرقام غير المحددة بترتيب معين ، فوجود نظام يساعد الطلبة على استعادة المعلومة بترابط ونظام محدد .

5- الترابط : إن الربط الذهني بين المادة الجديدة والمعرفة الموجودة بالفعل يعطي لكل فكرة جديدة سياقا تنتمي إليه ، وبذلك تثبت في الذهن .

وهناك أساليب كثيرة لتنشيط الذاكرة وأن هذه المهارة ناتجة عن التدريب والمذاكرة والممارسة، وليست شيئا يولد مع الإنسان ، وأحد هذه الأساليب وأسهلها هو الربط بالتسلسل مما يساعد على تذكر الأمور التي تأتي في تتابع معين مثل الربط بين تاريخ معين وحدث معين ، أو مصطلح علمي وما يحمله من معنى ، والذاكرة تعمل بشكل أفضل عندما يتم الربط بين المألوف وغير المألوف ، وابسط الطرق هي محاولة تذكر الحروف الأولى من سلسلة متتابعة كالحروف الأولى من ألوان الطيف أو المجموعة الشمسية مثلا ، أو صياغتها في جملة سهلة التذكر ، كجمع حروف الزيادة في اللغة العربية بكلمة سألتمونيها... وستساعدك الكلمات على تذكر الحروف الأولى من المصطلحات التي تريد حفظها ، وكثيرا ما نستخدم هذا الأسلوب في المصطلحات العلمية وأسماء الدول، والمؤسسات المشهورة ، وغيرها ، ويستطيع الإنسان أن يتذكر بسهولة قائمة مكونة من سبعة أشياء. (بوزان ، 2006).

وكذلك فالخبرة الحسية المباشرة من أهم مساعدات التذكر فنحن عندما نقرا ونتمثل ما نقرأه داخليا لم نكن مع بطل القصة على ذلك الشاطئ أو في ذلك المنظر مع أصدقائه، ولكننا نتخيلها بصريا في عقولنا.حيث تشكل الحواس أنظمتنا وخبراتنا للتواصل مع العالم الخارجي ، ومع أنفسنا أيضا . روبينز ، 2007 : 163)

لقد أثبتت الدراسات أن قراء القصص الذين يقومون ببناء النماذج الذهنية ويكتشفون الروابط السببية المتعلقة بالشخصيات والأحداث؛ حيث يتم تفعيل أجزاء من النموذج العقلي أن هؤلاء القراء أسرع في الإجابة عن الأسئلة المتعلقة بالنص وهذه الأنماط من التنشيط تسهل عملية الفهم.

(GH Bower and DG Morrow.1990 :44- 48)

ويحدث الترابط في الدماغ حيث إن الخلية العصبية ترتبط بخلية أخرى فإذا كان المحتوى لا يرتبط بالطالب أي ينقصه الفهم فلن يحدث الترابط في الدماغ ، ويتكون المعني عندما تحدث مجموعة كبيرة من الترابطات أو يتم تنشيط الخلايا العصبية ، وإذا لم يحدث الترابط فمن الصعب أن يكون للمعلومة ارتباط مهم بالقارئ ، وكلما زادت الترابطات في المخ ترسخت المعلومات في عقولنا ،وتلك الترابطات العصبية تشكل أساس شخصيتنا وتفكيرنا ووعينا . (جينسين ، 2007 :310).

ولا شك بأن القدرة على الحفظ هي تلك العملية التي يتم فيها طبع الخبرات السابقة في أذهاننا أي تخزين المعلومات ، وهي تخضع لعمليات ذهنية أخرى تساعد على استرجاعها ، ويتم الحفظ بالطريقة التي تم التعلم بها ، ولهذا فإن عملية التعلم يجب أن تبنى بناء على اعتماد المعلومات أو الأفكار أو الحقائق اللاحقة على السابقة .

إن الأفكار العامة يمكن حفظها بسهولة أكثر من التفاصيل ، ولهذا علينا أن نتمكن من استيعاب الفكرة العامة ومن ثم سيسهل علينا استيعاب التفصيلات الفرعية . فإذا ما فكرت في شيء مهم فسوف تحفظه فورا ، وإذا ما أقنعت نفسك بأن الموضوع الذي تقرأه يجب أن تستعيده فإن ذلك يزيد من فرصة تخزينه في عقلك لحين استعادته . ولا شك أن عملية الحفظ ما هي إلا محصلة لما حفظته وليس عائد فقط إلى سرعتك في القراءة أو الألوان التي تستخدمها لتحديد الفقرات المهمة ، فكل ذلك عوامل مساعدة ولكن المهم هو الإلمام بالموضوع وفهمه واستيعابه مما يؤدي إلى الحفظ ، فالفهم والاستيعاب لهما الأهمية الأولى ، فإذا كنت أسرع طالب في القراءة ، ولكنك لا تستطيع استعادة جملة واحدة تلخص ما قرأت فإن ذلك لن يفيدك بشيء ، أما إذا كنت تفهم بشكل واضح ما تقرأ، ولو استغرقت وقتا أطول من زملائك فإن الاستثمار في هذا الوقت الإضافي سيظهر مردوده ونتائجه ليس في غرفة الدراسة فقط ، بل في حياتك كلها مستقبلا.

مبدأ البداية والنهاية والمنتصف:

عندما تتم قراءة مقال أو بحث أو كتاب ما فغالبا ما يتم تذكره هو البداية، والنهاية ثم المنتصف؛ أي إن ما يتم قراءته في البداية يتم تذكره أفضل، ثم يأتي في المرتبة الثانية ما يتم قراءته في النهاية، ويأتي في المرتبة الأخيرة ما يتم قراءته في المنتصف. لماذا يحدث ذلك : يقول الباحثون إن ميل الانتباه يتجه للبدايات والنهايات؛ فعامل الحداثة المتأصل في البدايات، والتفريغ الانفعالي في النهايات يحفز التغييرات الكيميائية في المخ مما يرسخ القراءة في الذاكرة، ويسهل الاستدعاء والتذكر. حيث توجد حالات ذهنية مختلفة في بداية ونهاية كل تجربة أو خبرة ما : ترقب ، إثارة ، حداثة ، تحد. ... مقارنة بالمنتصف حيث يظل الوضع الراهن راكدا، ولا يحدث شيء جديد، وتحدث حالة ذهنية من الملل، وللتخلص من هذه الظاهرة وزيادة التركيز عليك أن تكسر حاجز المنتصف إما بإعطاء راحة قصيرة للمخ، أو بشيء مفاجئ ، أو القيام بعمل بسيط كشرب القهوة ....(جينسين ، 2007 : 246).

القدرة على التركيز:

تعتبر القراءة إحدى الأوقات التي يفقد فيها الإنسان تركيزه، ولعل أهم هذه الأسباب بعيدا عن القراءة ببطء شديد هو عدم أخذ القارئ فترات منتظمة من الراحة، فعندما تقوم بقراءة المواد الصعبة امنح عينيك ونفسك فترات راحة منتظمة وهذا سيحسن من تركيزك ، ومعظم الناس إذا استمروا في القراءة مدة 40 دقيقة ووجدوا صعوبة في فهم الموضوع، ثم بدأوا في الفهم فجأة فإنهم سيستمرون في القراءة حتى يجدوا صعوبة مرة أخرى ثم يتوقفون، والقليل منا يجازفون بقمع فهمهم عن طريق التوقف. وما يثير الدهشة هو أن التوقف في هذه اللحظة يعد الحل السليم لأن العقل يستطيع أن يستمر في الفهم مدة أطول من قدرته على استدعاء المعلومات التي توقف عن تلقيها. وإذا جربت بنفسك ستجد أن هناك بعض الأوقات التي كنت تفهم فيها المعلومة ، ولكنك تفاجأ بعد برهة قصيرة أنك نسيتها تماما.

ففترة التوقف والراحة التي تبدو للبعض إنقاصا للتركيز هي بالعكس تزيد منه، وذلك لأنها تعطي للعقل والجسم الفرصة لإعادة التنظيم ، فبعد 60 دقيقة يمكن أن يستمر فهمك ولكن قدرتك على الاحتفاظ والاستدعاء سوف تقل. وهذا ما يشكل لدينا مفهوم النسيان والنسيان السريع أحيانا.

وهنا يطرح هذا السؤال المهم من قبل العلماء وهو : كيف يعرف مخك المعلومات المهمة التي يجب أن ينتبه إليها في لحظة ما ؟ والإجابة عن ذلك السؤال هي أن السر يكمن في الجهاز البصري ، وهو المسؤول عن 80- 90% من المعلومات التي تأتي إلى الطلاب ممن لا يعانون من أي مرض يحول دون استقبال المعلومات للحواس ،فالمعلومات تنتقل عن طريق ذي اتجاهين من العين إلى المخ وبالعكس وهذا ما يحدد مستوى انتباهنا لكي نركز على شيء معين ، ولكن عندما يصل المخ إلى أقصى سعة له يقوم بتصنيف المثيرات القادمة؛ أي إن المخ لديه آلية داخلية لمنع المدخلات عندما يريد ذلك .

نحن نستوعب معلومات أكثر من اللازم وعلى مستوى اللاوعي ، ولذلك من الضروري جدا وجود وقت للراحة والتوقف عن تلقي المعلومات لاستيعاب المعلومات الواردة ، فإذا بدا لك أن التركيز قد بدأ يتناقص، فأنت تمر في مرحلة توازي في أهميتها عملية القراءة- التأمل . ووقت الراحة مهم للغاية حتى يتم استيعابك لما قرأت ويصبح له معنى شخصي لديك ، ويختلف كم المعلومات الذي يمكن استيعابها قبل مرحلة التشبع من شخص لآخر، ولكن يجب على الجميع في النهاية استيعاب المعلومات داخليا إذا أردنا أن ينطبع ما تمت قراءته في المخ ، ولذا فمن الضروري أن تخطط لبعض الأنشطة القصيرة ، وتخصيص وقت للراحة ، كالخروج إلى الحديقة ، أو ممارسة هواية محببة، أو ممارسة التنفس العميق ، أو الاسترخاء أو تمارين التمدد أو رسم خريطة عقلية لبضع دقائق .

الخاتمة :

ليست القراءة السريعة تصورا ، وليست هواية تمارس، ولكنها علم مبني على أسس عقلية علمية تطبيقية ظهرت نظرا للتضخم المعرفي الهائل ، ونظرا لتراكم الأعمال القرائية في المهن جميعها، وبخاصة لمن يعملون في المجالات الثقافية والعلمية وصناعة المعرفة ابتداء من أساتذة الجامعات إلى الموظفين في المجالات المختلفة، فالإنسان يضطر في هذا العصر إلى متابعة التطورات السريعة المتلاحقة في مجال عمله والواجبات التي تلقى على عاتقه كل يوم، ومتابعة المستجدات والتواصل الاجتماعي ... فمجالات القراءة أصبحت تأخذ من وقت الإنسان وجهده، ....ولذا بدأ التفات العلماء في اكتشاف طرق جديدة للتسريع في القراءة لمواكبة هذه الضخامة في المعارف الإنسانية اللامتناهية ،وساعدهم في ذلك تلك الأبحاث ولا بد لنا من الإشارة أولا إلى أن السرعة في القراءة بين البشر متفاوتة لأسباب كثيرة لا تعد ولا تحصى، ولكن الإنسان يسعى دائما لتحسين وتطوير قدراته، والتكيف مع مستجدات بيئته ، فكان لا بد له من تطوير هذه المهارة وبخاصة بعد التطور والطفرة التي حصلت في أبحاث العلماء عن الإمكانيات المدهشة للعقل وقدراته غير المحدودة وطاقاته الكامنة التي يمكن أن يستغلها الإنسان في تطوير إمكاناته في جميع المجالات.

وعلى الرغم من تفاوت نظرة العلماء بشأن القراءة السريعة والاستيعاب والفهم والتركيز ... وكل ما يرتبط بها إلا أن أغلب الدراسات والأبحاث تؤكد على نجاح هذه الطريقة في زيادة سرعة القراءة عن طريق التدريب والمثابرة ، وكل النتائج تشير إلى تحسن السرعة لدى المتدربين ومدى قدرتهم على الفهم والاستيعاب والتذكر وبتفاوت فيما بينهم؛ مما يحفزنا على التفكير جديا على اكتساب هذه المهارة، والاطلاع على آخر ما توصل إليه العلم في هذا المجال.

لقد توصل العلماء والباحثون إلى أن القراءة السريعة مهارة يمكن اكتسابها وتطويرها والتدريب عليها، كباقي المهارات الأخرى مثل المهارات الرياضية والموسيقية والفنية .... وعلى مدى نصف قرن تقريبا ظهرت بحوث ومؤلفات تعز عن الحصر في هذا المجال، ولكن المشكلة الحقيقية تكمن في قناعات تكونت لدينا منذ الصغر وألفناها واعتدنا عليها ، وأصبح من العسير علينا تغييرها أو التفكير في تطويرها، وقد أسهم نظامنا التعليمي ولا يزال في تعزيز هذا الاتجاه وترسيخه، ولم يتم الالتفات إلى تنمية هذه المهارات في سنوات الدراسة المختلفة حرصا على الفهم والاستيعاب والقدرة على التذكر وحفظ المعلومات ، ومن هنا نشأت النظرة السلبية للقراءة السريعة عند الكبار والصغار ، مع قناعتنا بأنه ليست كل المواد تقرأ بالطريقة نفسها، وبالأسلوب نفسه ، فسارت قراءتنا على وتيرة واحدة في كل المجالات العلمية والترفيهية والأدبية ...ولم نوجه طلبتنا وأنفسنا إلى أن هناك أنواعا مختلفة من القراءة كالتصفح السريع، والمسح، والقراءة المتمعنة .... فلا بد مثلا من قراءة التصفح السريع أو المسح قبل اختيارك للكتب أو للكتاب الذي ستختاره من بين مئات أو آلاف الكتب في مجال اهتمامك أو تخصصك... فالقراءة في مفهومنا لها وجه واحد. وليست العبرة في عدد الكتب التي قرأتها ولو كنت أسرع قارئ في العالم؛ بل بقدرتك على الاختيار والتمييز فيما أنت بحاجة إليه فعلا وبما استطعت أن تحتفظ به من معارف ومعلومات واسترجاعها عند الحاجة إليها.

وأخيرا نقول إن قدرتك على القراءة ستتحسن وستتطور ليس فقط من خلال قراءتك للمهارات والكتب والأبحاث التي ألفت في هذا المجال من ناحية نظرية ؛ بل بحسب قناعتك بأنك بحاجة إلى تطوير نفسك، وتحسين قدراتك في أهم مجالات الحياة اليوم. إن القراءة السريعة أصبحت ضرورة ملحة وملزمة في عصرنا الحاضر؛ لكي تواكب السرعة الهائلة في عصر السرعة بل التسارع في كل مناحي الحياة، ولا يمكن أن تتخلف عنها، وهي من أهم أدواتها ونتائجها في آن واحد.

التوصيات والمقترحات:

1- نشر وتعزيز مهارة القراءة السريعة لدى الطلبة والتعريف بها.

2- التعريف بأن هناك أوجها وطرقا متعددة للقراءة بحسب المادة المقروءة والهدف منها.

3- إجراء بحوث ميدانية تكشف عن مدى استيعاب الطلبة وتذكرهم للمادة المقروءة قراءة سريعة مقارنة مع القراءة العادية.

4- تدريب الطلبة على القراءة في وقت محدد لمادة محددة، واختبار قدراتهم على الفهم والاستيعاب.

5- العمل على حل مشكلات الطلاب الذين يعانون من بطء القراءة لأسباب غير فسيولوجية أو مرضية.

6- إجراء المسابقات بين الطلبة في القراءة السريعة وقياس مدى فهمهم للمقروء وتذكره وحفظه.

7- بيان مدى أهمية القراءة السريعة لتوفير الوقت والجهد.

8- القراءة السريعة مهارة يمكن اكتسابها بدرجات متفاوتة.

مراجع البحث:

بوزان ، توني (2006) . هل أنت أذكى مما تعتقد (مترجم) . السعودية. الرياض: مكتبة جرير.

بوزان، توني. (2006).القراءة السريعة. مترجم (ط 6).السعودية. الرياض: مكتبة جرير.

بوزان، توني. (2006).كتاب خريطة العقل. مترجم (ط 3).السعودية. الرياض: مكتبة جرير.

بول، كيفن .(2006). ادرس بذكاء وليس بجهد (مترجم). السعودية . الرياض: مكتبة جرير.

كومب، بيتر.(2004). الانطلاق في القراءة السريعة. مترجم(ط2). السعودية . الرياض: مكتبة جرير.

جين ستاين (2007) . القدرة الذهنية الخارقة (مترجم) ط (5). السعودية . الرياض :مكتبة جرير.

جينسين،إريك . (2007) . التعلم المبني على العقل(مترجم) . السعودية . الرياض: مكتبة جرير .

جينسين،إريك . (2006) . التدريس الفعال (مترجم). السعودية . الرياض: مكتبة جرير.

روبينز. (2007) . انتوني. قدرات غير محدودة (مترجم). ط 6 . السعودية . الرياض: مكتبة جرير.

Carver ،R.P. (1992)"Reading rate: Theory, research and practical implications.". *Journal of Reading*. 36: 84–95.

Catherine E. Snow.(2010). Academic Language and the Challenge of Reading for Learning About Science. Science 23 April 2010 Vol. 328 no. 5977 pp. 450-452.

GH Bower and DG Morrow.1990. Mental models in narrative comprehension. *Department of Psychology, Stanford University, CA 94305*.

Science 5 January 1990 Vol. 247 no. 4938 pp. 44-48.