

" جاش " ده ساله به سرعت جدول ضرب را یاد می گیرد

استیو ولز ، که خود از ویراستاران مقالات ئی اف تی است ، این روش را بر روی پسر ۱۰ ساله اش بکار گرفته است . چند مشکل روحی برای جاش در مدرسه پیش آمده بود و در نتیجه بر توانایی او در یادگیری جدول ضرب تاثیر گذاشته بود . استیو از ئی اف تی بر روی موارد روحی و همین طور مشکل ضرب کردن استفاده نمود . در مدت کوتاهی ، جاش نه تنها از عهده آموختن جدول ضرب بر آمد ، بلکه رفتار بهتری هم از خود در مدرسه نشان داد . استیو جزئیات آن را در زیر شرح می دهد .

نوشته استیو ولز

حدود یک ماه قبل جاش ، پسر ده ساله ما ، به هنگام صرف شام اظهار داشت که معلم او را ، به علت ضعف در آزمونهای ریاضی ذهنی ، تهدید به فرستادن به کلاس پایین تر نموده است . (آن آزمونها را یادت می آید که در آغاز کلاس معلم ریاضی مسئله را طرح می کرد و تو می بایستی آن را در ذهنت حل مینمودی و جواب را مینوشتی .) جاش آن روز نمره ۴ از ۱۰ آورده بود . به او گفته شده بود که اگر در امتحان فردا نمره بالاتر از ۷ نیاورد او را به کلاس پایینتر میفرستند . از این مسئله بسیار نگران بود . چون معلم گفته بود که در کلاس دیگر " بچه ها باید دائم مشق بنویسند".

از روشی که معلم در پیش گرفته بود خوشمان نیامد . ولی به هر حال تصمیم گرفتیم تا جایی که میتوانستیم به جاش کمک کنیم . از آنجایی که سوالات آزمونهای ریاضی ذهنی بیشتر بر اساس جدول ضرب بودند شروع به تمرین جدول ضرب به منظور آماده سازی جاش برای آزمون روز بعد نمودیم . جداول ضربی که جاش نمی دانست ۶ و ۷ و ۸ و ۹ بودند .

همسرم راه ساده ای برای یادگیری جدول ۹ به جاش یاد داد و او هم به خوبی آنرا فرا گرفت . ولی باز هم بقیه آن جداول باقی مانده بودند و آزمون فردا نیز در پیش بود . خوشبختانه روز بعد معلم بیمار شد و جاش فرصتی پیدا نمود . شب بعد من در کنار جاش نشستم تا به او سایر جداول را یاد دهم .

به محض اینکه در کنار او نشستم و از جداول سوال کردم او را دیدم که آهی کشید و سطح انرژی اش کاهش یافت . او در این حالت قادر به یاد آوری هیچ یک از جداول نبود . پیدا بود که این حالت ناخوشایند بر کارکرد او در مدرسه اثر میگذاشت . وقتی دوباره آه کشید گفتم " این مشکل واقعی تو است - این احساس بدی که داری " و از او پرسیدم که آیا مایل است بروی آن ضربه بزنییم تا بلکه احساس بهتری نسبت به جدول ضرب پیدا کند . از آنجایی که از وقتی سه ساله بود ئی اف تی را بر روی او بکار گرفته ام به خوبی آن را قبول میکند و لذا بلافاصله موافقت نمود .

همزمان با زدن ضربات بر او درباره ریاضی و احساس او نسبت به آن صحبت میکردیم . وی گفت که نگران است که او را به کلاس پایین تر بفرستند . لذا برای آن ضربه زدیم . (به جای اینکه تصحیح های متداول را

انجام دهیم در بیشتر اوقات به صورت پیوسته ضربه میزدیم . ولی هر بار که جنبه جدیدی ظهور مینمود یک تصحیح ویژه آن را انجام میدادیم .) سپس او گفت که از اینکه معلم بر سرش داد زده ناخوشنود است و لذا بر روی آن و احساس ترس ناشی از آن هم ضربه زدیم . به هنگام ضربه زدن مواقع دیگری را هم که معلم بر سرش داد زده بود به یاد آورد و بر روی احساسات حاصل از آن وقایع هم ضرباتی زدیم . کلاً ۲۰-۱۵ دقیقه بر روی جنبه های خاص و سپس به هنگام تمرین جدول ۶ به صورت پیوسته ضربه زدیم . وقتی دیدم جدول ۶ را ظرف چند دقیقه آموخت تعجب کردم .

روز بعد هم معلمش نیامد . ولی معلم جایگزین او یک آزمون ریاضی ذهنی گرفت . جاش وقتی به خانه آمد با افتخار اعلام داشت که نمره ۴۵ از ۵۰ گرفته است و اظهار داشت از اینکه به نظرش میرسید که همه امتحان بر اساس جدول ۶ گرفته شده متعجب گشته است ! من هم به او تبریک گفتم و اندیشیدم که لابد دنیا به کام ما بوده است .

شب بعد جلسه دیگری برای یاد دادن جداول ۷ و ۸ داشتیم . باز هم در حین مرور جداول ضربه می زدیم و من از او خواستم وقتی از او می پرسم جداول را از حفظ بگوید و آنها را در ذهنش مجسم کند . باز هم وقتی دیدم که ظرف ۲۰ دقیقه همه آنها را فرا گرفت متعجب شدم ! این تجربه بیش از هر مورد دیگری به من آموخت که وقتی از لحاظ روحی مشکلی نداریم و آماده یادگیری هستیم میتوانیم با سرعتی باور نکردنی بیاموزیم .

باز هم معلم غایب شد و ما شانس آوردیم که توانستیم یک جلسه دیگر هم با جاش تمرین کنیم . هر چند که اکنون دیگر فقط از او سوال می پرسیدیم . او دیگر نیازی نداشت که جداول را حفظ کند . فقط باید آنها را به راحتی به خاطر می آورد .

روز بعد جاش به خانه آمد و گفت که معلمش به مدرسه باز گشته و او توانسته است نمره ۱۰ از ۱۰ را در آزمون ریاضی ذهنی کسب نماید ! هر چند که میدانست اگر همین طور ادامه ندهد باز هم مورد تهدید قرار میگیرد ولی اعتماد به نفسش کاملاً آشکار بود . روز بعد جاش نمره ۸ از ۱۰ گرفت و خودش را در کلاس تثبیت نمود .

چند روز بعد همسر جاش را به مدرسه رساند و از قضا معلمش را دید و اظهار داشت که از تغییر ۱۸۰ درجه ای و فوری جاش خشنود و حیرت زده است . در جریان گفتگو او به آن " تهدید " هم اشاره ای کرد و از بابت آن عذر خواهی نمود . گفت که آن را فقط به علت ناامیدی بیان داشته و نمیدانسته که چه اثر عمیقی میتواند داشته است بر جاش داشته باشد . بعدها که من و همسر آن معلم را دوباره دیدیم از مواردی که خودمان از جاش ناامید شده بودیم گفتیم و اظهار داشتیم که به همین علت بر او خرده نمی گیریم . او هم احساس راحتی نمود . چون نیتی مثبت داشت و تنها قصدش برانگیختن جاش برای پیشرفت بوده است .

در جریان ملاقات ، وی اظهار داشت که نه تنها وضعیت درسی جاش بهبود یافته ، بلکه رفتار و منش او هم در کلاس تغییر پیدا کرده است . این تغییر به سایر جنبه های تحصیلی او هم سرایت کرده و آمادگی عمومی و نظم شخصی اش نیز بهتر شده بودند .

وضعیت جاش باز هم بهبود پیدا نمود و همین چند هفته پیش در جلسه همگانی مدرسه به خاطر " پیشرفت سریع و اساسی در آزمونهای ذهنی ریاضی " گواهی افتخار گرفت . ولی از همه مهم تر این است که او دیگر وقتی به مسائل ریاضی فکر میکند یا از آنها صحبت مینماید آه نمی کشد - درواقع باید بگویم که وقتی در باره آنها حرف می زند چهره اش می درخشد !

استیو ولز

ویراستار مقالات ئی اف تی

نکته

هر چند که ئی اف تی موجب دستیابی به نتایج بالینی قابل توجهی شده است ولی باید در نظر داشت که هنوز در مرحله آزمایش قرار دارد و لذا کاربران آن و مردم عادی باید مسئولیت کامل استفاده از آن را به عهده بگیرند . به علاوه گری کریگ و فرهاد فروغمند هیچ مدرک پزشکی ندارند و ئی اف تی را صرفاً به عنوان وسیله ای برای کمک به مردم در اختیار آنان قرار می دهند و لذا مسئولیت استفاده از آن را در هیچ شرایطی به عهده نمی گیرند . اکیداً توصیه می شود افرادی که مایلند از ئی اف تی بر روی مشکل خاصی استفاده نمایند به افراد حرفه ای (در انواع شاخه های سلامتی) مراجعه کنند . در هر حال مسئولیت استفاده از آن به عهده خود استفاده کنندگان است .