

# امتحان چیز خوبیست!

## پیرامون فواید امتحان

■ غزل مهبیاری  
مشاور دبیرستان

خیلی از بچه‌ها امتحان دادن را دوست ندارند و با هزاران بهانه از آن می‌گریزند. آیا واقعا امتحان بی‌فایده است یا بچه‌ها از آن خبردار نیستند؟ مطلب حاضر اهمیت امتحان را به خوبی نشان می‌دهد.

حتما فکر می‌کنید امتحان غیر از نگرانی و فشار برای دانش‌آموزان چه فایده‌ای دارد؟ شاید نمی‌دانید امتحان دادن می‌تواند تا چه اندازه مفید باشد. امتحان هم مثل معلم، کلاس و کتاب، یک ابزار آموزشی است؛ من حداقل می‌توانم تعدادی از این فواید را بگویم:

۱- حتما تجربه کرده‌اید که وقتی پای امتحان در میان است، خیلی بهتر درس می‌خوانید ولی زمانی که امتحانی در میان نیست، جور دیگری عمل می‌کنید. امتحان نحوه درس خواندن تان را جدی‌تر، متمرکزتر و دقیق‌تر می‌کند.

۲- هیچ می‌دانید اگر برای ما آدم‌ها در انجام کارها مهلتی در نظر نمی‌گرفتند، چه‌گونه عمل می‌کردیم؟ مثل همین پرداخت قبض آب و برق! امتحان مطالعه‌تان را مهلت‌دار می‌کند و شما را وادار می‌کند در موعد معینی، درس‌ها را بخوانید و از آن طفره نروید. همین موضوع درس خواندن تان را مرتب و منظم می‌کند و به

آن برنامه می‌دهد و اسباب پیشرفت تان می‌شود.

۳- امتحان شما را هشیارتر می‌کند. با امتحان دادن متوجه نکات ضعف و قوت خود در درس‌ها می‌شوید.

روش مطالعه‌تان را در هر درس می‌سنجید و می‌فهمید که در آینده چه

کاری باید انجام دهید و بهتر برنامه‌ریزی می‌کنید. یا دوست ندارید قبل از آن که دیر شود، به جای امتحانات اصلی و نهایی یا آزمون سراسری در همین امتحانات خرد و ریز متوجه اشکالات خود شوید و آن‌ها را برطرف سازید؟

۴- با مقایسه نمره‌های خود در یک درس، متوجه می‌شوید که عملکردتان نسبت به قبل بهتر شده یا



پرورش مهارت روبرویی با ناکامی، تمرین برنامه‌ریزی و حل مشکلات است.

۸- ویژگی آدم‌های موفق داشتن اعتماد به نفس بالاست. موفقیت در امتحان موجب باور توانایی‌های تان می‌شود و اعتماد به نفس تان را زیاد می‌کند.

۹- علاوه بر شما معلمان هم می‌توانند از نتیجه امتحان شاگردان‌شان بفهمند آن‌ها چگونه عمل کرده‌اند، در چه مباحثی ضعف دارند، در چه بخش‌هایی تدریس‌شان موثر نبوده است یا به اهداف خود نرسیده‌اند. نتایج یک امتحان در برنامه تدریس معلمان موثر است حتی می‌تواند آن را تغییر دهد. به قول کارشناسان «امتحان شاخصی برای تشخیص کیفیت و برنامه‌ریزی تدریس معلمان است».

شاید حالا نظر تان درباره اهمیت امتحان بهتر شده باشد. اما اگر باز هم به امتحان دادن علاقه‌ای ندارید ممکن است دلایل بزرگ‌تری برای آن وجود داشته باشد مانند نگرانی و اضطراب از نتایج امتحان و... که باید در مطلبی دیگر به طور مفصل راجع به آن صحبت کرد. امتحانات بخش مهمی از زندگی ما آدم‌هاست. آن را جدی بگیریم!

بدر. امتحان جابه‌جایی و تغییر موقعیت شما را نسبت به گذشته نشان می‌دهد.

۵- برای موفقیت در امتحان تنها معلومات کافی نیست، خوب عمل کردن هم مهم است. امتحان چیزی بالاتر از سنجش معلومات است و نظم فکری و آرامش تان را می‌آزماید.

۶- تنها با امتحان دادن است که می‌توانید امتحان دادن را تجربه کنید و هنر امتحان دادن مانند تحمل نشستن در جلسه، متمرکز بودن، چگونگی برخورد با سوالات دشوار و مبهم، تنظیم وقت و... را بیاموزید. فراموش نکنید در سرتاسر زندگی با

امتحان‌ها و آزمون‌های گوناگونی مانند امتحان ورودی مدارس، امتحان ورود به دانشگاه، آزمون رانندگی، استخدام و... روبرو خواهید شد. قسمت اعظم زندگی ما به موفقیت در این امتحانات وابسته است. هنر امتحان دادن را در همین امتحانات خرد و ریز مدرسه بیاموزید.

۷- امتحان فرصتی برای روبرو شدن با شکست،

**نتایج یک امتحان در برنامه تدریس معلمان موثر است حتی می‌تواند آن را تغییر دهد. به قول کارشناسان «امتحان شاخصی برای تشخیص کیفیت و برنامه‌ریزی تدریس معلمان است.»**