

الباب الثاني الدراسة النظرية

1. قوانتوم ميموري سستم

أ. تعريف طريقة قوانتوم ميموري سستم

الأصل كلمة قوانتوم من أهلي علم الفيزياء الحديثة في قرن العشرين. ثم تطوير بالواسعة و ينشأ إلى أقسام الحياة الإنسان، و أحدهم هي قوانتوم في قسم التعلم،³⁶ قوانتوم هي التفاعل الذي يتغير قوة الطاقة لجعل الأشعاع الشديد، أو بمعنى كالتفاعلات التي تحدث في عملية التعلم الذي يقدر أن يتغير قوة التأثير المتنوعة في نفس الإنسان لجعل قوة الطاقة أو إنفجار الغيرة - الإنفجار العاطفة (في الحصول على الأشياء الجديدة) التي يمكن أن تنتقل (يعطي) لشخص الأخر.³⁷ و ذاكرة هو ذاكرة (الانجليزية).³⁸

الذاكرة في الموسوعة الجديدة في بريطانيا (*The New Encyclopedia Britanica*) (1994) يعرف كالقدرة لتحفيظ و يستطيع الخبر بعد يحصل عقل الإنسان خبرتا.³⁹ الذاكرة في موسوعة الوطنية في إندونيسيا

³⁶ يترجم من

³⁶Kenneth L Higbee, *Your Memory*, (Semarang : Dahara Prize, 2003), h. 157

³⁷ يترجم من

³⁷Hernowo, *Quantum Reading*....., h. 13

³⁸ يترجم من

³⁸John M Echols dan Hassan Shadily, *Kamus Inggris Indonesia*....., h. 378

³⁹ يترجم من

(*Ensiklopedi Indonesia Nasional*) كالقدرة كائنات الحية لتحفيز الخبر كنتيجة التعليم ، وكيفية يحصل ذلك الخبر كررد الفعل علي إستجابة التحفيز في وقت الخاص.⁴⁰ الخبر الذي يتوجه أن يمكن شكل شئ الذي يدرك إما من البيان اللفظي أو النشاط الحركي.

هذا مناسبة بالشرح من دي فورتر و هيرناكي الذين يشرحان أن الذاكرة هي القدرة لتذكر ما الذي عرفت.⁴¹

الذاكرة من القاموس علم النفس (*kamus psikologi*) هو يعرف كالوظيفة العقلية المعقدة لتذكر مرة أخرى ما الذي كان يشعر أو يدرس و يستطيع أن يعمل الإحتفاظ (*Retention*).⁴² الإحتفاظ (*Retention*) له معنى كالتحفيظ في الذاكرة علي شئ الذي درست لكي يستطيع أن يستعمل في التذكير.⁴³ التذكير (*Recall*) يعني نوع من دعوة الذاكرة حيث بإشارة الحد لشخص يستطيع أن تذكر مرة أخرى علي الخبرة أو الخبر الذي يدرس من قبله.⁴⁴

³⁹ Peter B Norton, *The New Encyclopedia Britanica*, (Chicago: Encyclopedia Britanica ,1994), h. 1041

⁴⁰ يترجم من

⁴⁰ Ensiklopedi Nasional Indonesia, (Jakarta: Cipta Adi Pustaka, 1990), h. 154

⁴¹ يترجم من

⁴¹ Bobby De Porter dan Micke Hernacki, *Quantum Learning*....., h. 210

⁴² يترجم من

⁴² Kartini Kartono & Dali Gulo, *Kamus Psikologi*, (Bandung: CV. Pionir Jaya, 1987), h. 275

⁴³ يترجم من

⁴³ *Ibid*,, h. 421

⁴⁴ يترجم من

⁴⁴ *Ibid*,, h.406

⁴⁵ يترجم من

الذاكرة ليست من شيء الموضوع مثل العينين واليدين وأعضاء الجسم الأخرى. الذاكرة من فكرة مجردة، الذي يبين إلى مجموعة ميزات والأنشطة والمهارة.⁴⁵ عملية التحفيز الذاكرة يبين إلى شئ وصيانة الخبر في طول الوقت (Mainting Information Evertime).⁴⁶

الذاكرة أيضا هي من عملية بيولوجية (Biologi)، يعنى الخبر يطبئ ترميزا ، ويدعو مرة أخرى، في الذاكرة هناك مجموعة من ردد الفعل كهربية الكيميائية المشكلة التي تفعيل بالمتنوعة الشبكة من حسية و تحفيز في شبكة العصبية المعقد جدا و العجبية في جميع أجزاء الدماغ.⁴⁷

سانتروك (Santrock) في كتابه النموى الحياة جزء الأول (Perkembangan Masa Hidup Jilid 1) يشرح أن الذاكرة هي عنصر تطوير المعرفي ، الذي يحمل جميع الحالة التي فيها تحفيز الفردية خبرا التي يطبئ في الطول الوقت.⁴⁸ لذلك، يرى أهلى النفس (Ahli Psikologi) أن هذه الذاكرة التي

يعطي إلى الإنسان على شعور الوحدة الوطنية الذي يكون مكان في كل على الرأي عن الإنسان ، لأن في ذلك الوقت يفكر الإنسان عن ما معنه

⁴⁵Tina arifin " Belajar Untuk Memori", Jurnal Anima, (vol.17, 2005)

⁴⁶ يترجم من

⁴⁶Suharnan, Psikologi Kognitif, (Surabaya: Srikandi, 2005), h. 67

⁴⁷ يترجم من

⁴⁷Eric Jensen & Karen Markowitz, Otak Sejuta, h. 21

⁴⁸ يترجم من

⁴⁸John W Santrock, Perkembangan Masa Hidup Jilid 2 Terjemahan oleh Juda Danamika & Ach, Chusairi, (Jakarta :Erlangga, 1995), h. 173

الإنسان.⁴⁹ تقريبا في جميع الأنشطة الإنسان يستعمل هذه الجوانب المعرفية دائما، إيليس وهونت (1993) في سوهارنان يشرح أن الذاكرة يكون شيء مهمة جدا في عملية المعرفة الإنسان، لأن تظيف الذاكرة لتذكر مرة أخرى ما الذي كان يشعر أو يدرس.⁵⁰

من تعريفات أعلاه يستطيع أن يأخذ خلاصة، أن الذاكرة من شكل الهوية الإنسان و من فرق الإنسان من الأخرى ، والذاكرة يكون طريق الإنسان بالمسألة من الخبرة أو الخبر لأن بالذاكرة يستطيع الإنسان ليذكر مرة أخرى ما الذي يطبئ الإندرا وبالذاكرة يستطيع الإنسان أن يظن عن المستقبل أيضا. الذاكرة ليست شئ الذي يستطيع أن يشعر باليدين، ينظر بالعينين أو يستعمل أعضاء الجسم الأخرى، ولكن الذاكرة من شيء مجردة التي طبيعته الديناميكية و يستطيع أن تطوير معيا بالخبر الذي استطاع أن يحتفظ.

إذان، طريقة "قوانتوم ميموري سستم" هو كيف يمكن لتعجيل الذاكرة والإستظهر في تحفيز الطلاب لتعليم المفردات اللغة العربية.

⁴⁹ يترجم من Rita L Atkinson, dkk, *Introduction To Psikology*, (Jakarta : Interaksara, 1997), h. 478

⁵⁰ يترجم من Suharnan, *Psikologi Kognitif*,, h. 67⁵⁰

ب. أنواع طريقة قوانتوم ميموري سستم

يدرك كثيرة من الشخص أن عندما يطبقون طريقة "قوانتوم ميموري سستم" لتذكرة الشيء. عملية الذاكرة سأسهل. "قوانتوم ميموري سستم" التي ستبحث في هذا البحث سيقوي الذاكرنا إلا بقليل في السعي. ولكن، مفتاح النجاح هي تطبيق الاستراتيجية بعد ندرسها بسرعة.

1. طريقة لوجي

طريقة لوجي أو تسمى طريقة الموضع أيضا هي آلة مينيمونك التي تظيف بالمزاملة الأماكن أو الأشياء في موضع الذي يعرف بأشياء الذي نريد أن نذكر.⁵¹ رأى بوي ديفورتر طريقة الموضع هي طريقة التي تستعمل المكان التي نعرف جدا وله الإنطباع المبالغ فيه جدا.⁵²

طريقة لوجي من طريقة قوانتوم ميموري سستم التي قديمة جدا، ممكن تستعمل منذ 500 (خمسة مئة) سنة س م .تستعمل هذه الطريقة و تطوير أهلي الخطبة أمة اليوناني و روماني ليوصل خطبة الطويلة بدون استعمال الملحوظة. كلمة لوجي "الموضع"، هكذا طريقة لوجي من طريقة باستعمل الموضع.⁵³ المثال، سنعطي الخطبة فيه خمس الموضوعات، وكل من بعض الخطبة سيتصل علي "فاساك" (الدلالة)

⁵¹ يترجم من

⁵¹Eric & Jensen Markowitz, *Otak Sejuta Gygabite*....., h. 82

⁵² يترجم من

⁵²Bobby Deporter & Mike Hernacki, *Quantum learning*....., h. 233

⁵³ يترجم من

⁵³Kennet L Higbee, *Your Memory*,, h. 240

الذي ينوب عن توال المحتوي الخطبة. المثال، نختار الزرع لتذكرتنا علي قول السلامة, الميثاقات المكون في الجدار التي تختار لتذكرتنا إلي موضوع المستمرة, علامة "EXIT" فوق الباب يختار ليبين بعض الإختتام ومستمره.⁵⁴

وكالزيادة, إما لتستعمل هذه طريقة الموضع. إختار المكان الذي قريب إلينا المثال بيت أو سيارة ما الذي نذكر في ذلك المكان.⁵⁵ إذان, لنذكر الشيء هو إتصال الشيء (شيئ الذي يريد أن يذكر) بالمكان المشهور يعني يتصل الأشياء في توال الموضع أو مكان الذي نعرف.⁵⁶

2. طريقة كلمة الدلالة

تفعل هذه الاستراتيجية قوائتوم ميموري سستم بالمبادئ كما طريقة لوجي. إختلافه هو لا نزامل الموضع الخاص كالدلالة, ولكن يستعمل الموضع الحقيقي. تستخدم طريقة كلمة الدلالة جدا لتذكرة الأرقام.⁵⁷

⁵⁴ يترجم من

⁵⁴Eric Jensen & Karen Markowitz, *Otak Sejuta*,, h. 82

⁵⁵ يترجم من

⁵⁵Bobby Deporter & Mike Hernacki, *Quantum Learning*,, h. 230

⁵⁶ يترجم من

⁵⁶Kay white, *27 Kiat Memperkuat Daya Ingat*, (Bandung: Nuansa, 2005), h. 83

⁵⁷ يترجم من

⁵⁷Eric Jensen & Karen Markowitz, *Otak Sejuta Gygabite*,, h. 83

3. طريقة المفتاح

هذه الطريقة هي مزاملة الأخرى التي تتعلق بطريقة الكلامي و البصري كلمة التي تفلظ الشبه بكلمة أو الفكرة الالامة لتذكرتنا. أستعمل الأشخاص هذه الطريقة قوائم ميموري سستم في سنوات عديدة. خصوصا ليذكر كلمات اللغة الأجنبية و فكرة المجردة (*abstrak*). المثال كلمة هالو (*HALO*) في اللغة الإسبانياذ: هولاً (*HOLA*)، يستطيع أن يزامن بكلمة "أوه-لا" (*oh-la*) كما في فراسا أولالا (*olaalaa*)، لقائك بسرور: و كلمة الإسبانياذ في حفظ الله، أديوس (*adios*)، يزامن بكلمة أوديينس (*audiens*) و بطريقة الكلامي تتصل بجملات الأوديينس في لوح بيدهم وقال في حفظالله إلينا.⁵⁸

رأي إبتكارينا أنها هذه الطريقة لكي تنجح بكاملة. نتقل في هذه الطريقة إلي كلمة الصعب الذي نريد أن نستظهر بكلمة أحر التي صوتها الشبه و المضحق.⁵⁹

4. طريقة الإتصل

طريقة الموصل هي عملية لتتعلق أو مزاملة الكلمة بكلمة أحر يمر بشيء الفعل أو الصورة الفكرية. عاداته تستعمل هذه الطريقة بطريقة كلمة الدلالة لتذكرة مجموعة الخبر في توال الخاص. مفتاح في صناع

⁵⁸ يترجم من

⁵⁸Ibid,, h. 84

⁵⁹ يترجم من

⁵⁹Adi W Gunawan, *Genius Learning Strategy*, (Jakarta : PT Gramedia Pustaka Utama, 2003), h. 116

الإتصال هو باستعمل الخيال. إتصال الذي يشكل بلا يحتاج المنطقي أو الحقيقي. التي مهمة هو يستطيع أن يظهر هذا الإتصال إلي تذكرنا.⁶⁰

5. طريقة أكرونيم

طريقة أكرونيم هي كلمات أو كلمة التي تتكون ليقوي قوة التذكرة بطريقة ذكرنا بالأحرف الأول من شئ المهمة الذي يحتاج لنذكر أيضا.⁶¹ أحد من الأكرونيم المشهور هو ناسا (NASA)، باد غرفة السماء أمريكا سريكات، خلاصة من نات أيرو نوتيكس سفاجي أدمستراتيون (Nat Aeronautics Space Administration). كما العداة يدرس أكرونيم أخر إلي التلاميذ منها أسيان (ASEAN) (أسوسياتيون أوف صوت إيباس أسيان ناتيونس) (Associatio Of South East Asian Nations). أحيانا يدخل أكرونيم إلي حروف الثاني (كما العداة حروف اللفظي) لكي خلاصة الأسهل ليقراً مثل جابوتابيك (JABOTABEK).⁶²

⁶⁰ يترجم من

⁶⁰Ibid,, h. 85

⁶¹ يترجم من

⁶¹Jean Marie Stine, *Double Your*,, h. 93

⁶² يترجم من

⁶²Eric Jensen & Karen Markowitz, *Otak Sejuta Gygabite*,, h. 86

6. طريقة أكروستيك

طريقة أكروستيك هي علاقة بطريقة أكروستيك التي تستخدمنا لتذكر النقاطات في شئ الخبر هي أكروستيك. أكروستيك هو مجموعة الكلمات أو صفوف أو أسجع الذين أحرف الأول أو أخيره يشكل الكلمة, مجموعة الكلمة أو أشياء أكر. ⁶³ أو يسمى بطريقة لتذكر يعني بطريقة تأخذ الحروف الأمام من مادة التي تريد أن تذكر, ثم هذا الحروف الأمام يتوصل و يصنع شئ الخلاصة أو الحكاية المضحق. ⁶⁴ المثل ليذكر قوس قزح هو يستعمل أكروستيك ميجيكو هيسينيو (MEJIKUHIBINIU): أحمر، جينججا أصفر، حضر، أزرق، نيلة و يفسجي (ungu). أو في عملية حقيقته، المثال نذكر دفتر المصروف (خبز، صابون الغسل، زبرة و لبن) و أكروستيكه هو ليأكل سينويج (sanwich) الأصعب مع يسغل لاسياما إذا لا يكمل بالزبرة و اللبن. ⁶⁵ ذلك الأخر نستطيع أن نستعمل هذه الطريقة لتذكر توال الأسماء الفلانينات من موضع الأقرب بالشمس حتي الفلانيت الأبعد كما يلي:

⁶³ يترجم من

⁶³Kenneth L Higbee, *Your Memory*,, h. 87

⁶⁴ يترجم من

⁶⁴Adi W Gunawan, *Genius Learning Strategy*,, h. 124

⁶⁵ يترجم من

⁶⁵Eric Jensen & Karen Markowitz, *Otak Sejuta Gygabite*,, h. 87

1. ميركوريوس
2. أرض
3. مارس
4. جوفيتز
5. ساتورنوس
6. أورانوس
7. نيفتونوس
8. فلوطو

سنأخذ حروف الأمام من كل هذا الفلانيت، ويصنع الخلاصة المضحق, المثال كلمة "يلعب كرة فولي يعني يصنع القلب بصحة لجديدة واهن القوي".⁶⁶

7. طريقة ريما و جينجيل

طريقة ريما و جينجيل هي طريقة الذكر باستخدام صفة العجيب في الخبر التي تصنع في لحن صوت، كلمات التي بريما أو جينجيل.⁶⁷ هذه الطريقة تنفع لنا جدا في نذكر الآن هو يستخدم ريما و جينجيل لتذكرة منذ ندرس أ ب ج (ABC) بلحن توينكيل - توينكيل ليتل ستر (*Twinkle-Twinkle Little Star*). فقريب يستعمل كل برنامج التليفيزيو

⁶⁶ يترجم من

⁶⁶Adi W Gunawan, *Genius Learning Strategy*,....., h. 124

⁶⁷ يترجم من

⁶⁷Eric Jensen & Karen Markowitz, *Otak Sejuta Gygabite*,, h. 87

لأطفال ربما و جينجيل ليعلم الأطفال بشيء متنوع، يبدأ من مسح بالفرشاة الأيوان حتي يجلس بالهدئ.

ج. منافع طريقة قوانتوم ميموري سستم

يقول عن المنافع, طريقة قوانتوم ميموري سسم لها الكثيرة المنافع منها:

- 1) تستطيع أن تستخدم الطلاب في تواجه الأهداف المتنوعة و برنامج التعلم التي تتعلق بالوقت. لأن إذا يستطيع أن يستخدم الطلاب طريقة قوانتوم ميموري سستم بالفعال، فهم يستطيعون ينتفع وقت الدرزر
- 2) يطارد المشروع لكي يستطيع أسهلا لأن يملأ شروط الأساسية ويزال أن يبقى الوقت لتعليم المنهج إختارالنفس.⁶⁸
- 3) تستطيع طريقة قوانتوم ميموري سستم لتصنع مادة التعلم المنفعة بمعني لحن التصميم, مزاملة و غيرها. وباستعمل هذه طريقة قوانتوم ميموري سستم تستطيع أن تعطي طريقة خاصة لحفظ ويستطيع المادة أيضا.⁶⁹
- 4) رأي أهلي من نيو جيرسي (New Jersey) (1979-1997), يقول هذه الطريقة تستطيع أن ينقص وقت الفعل المدرسة و تعطي وقت

⁶⁸ يترجم من

⁶⁸Ibid,, h. 91

⁶⁹ يترجم من

⁶⁹Kennet L Higbee, *Your Memory*,, h. 166 & 167

الطويلة لنيل الأهداف التي أفرد. وتستعيدنا لنيل النجاح في المدرسة و بقسم الوظيفي كما ينال بيل برادلي.

(5) يكتب في كرسى الطبعة إدارية التربية أمريكا سريكات، بالموضوع وات ووركس (What Works) (1989)، يقال أنه تستطيع أن تستخدم طريقة قوانتوم ميموري سستم لتذكر الخبر الأسرع و يحفظ الأطول. (6) يستخدم الطلاب في تعليم مادة الإمتحان بشكل السؤال المتنوعة.⁷⁰

د. المزايا و النقص طريقة قوانتوم ميموري سستم

(1) المزايا

- أ- هذه طريقة قوانتوم ميموري سستم أحد من طريقة لتذكرة حتي تستخدم الأستاذ هذه الطريقة في تعليم المفردات.
- ب- هذه طريقة قوانتوم ميموري سستم من شئى الفعلي لتذكرة بوقع الأشياء الذي سيذكر في موضع الذي يعرف الطلاب.
- ت- تستطيع طريقة قوانتوم ميموري سستم ليجذب رغبة الطلاب ليدرر، لأن في طريقة قوانتوم ميموري سستم ليس ليذكر مادة الذي يعلم بالموضع فقط ولكن يستطيع الطلاب لتصوير، مزاملة، إتصال، يصنعون الإختصار أو كلمة المضحقة و وضعت كلمة في موضع الذي يعرفهم.

⁷⁰ يترجم من

- ث - تهدي طريقة قوانتوم ميموري سستم في طريقة الدرس الذي ينفع لطلاب، لأن يدرس ليس لدرس فقط ولكن يستعيد حياة الأتي.
- ج - تستطيع أن تستخدم طريقة قوانتوم ميموري سستم في مادات الدرس إما في محتوى أو نظام الخاصة ليعلم.

(2) النقص

- أ - طريقة قوانتوم ميموري سستم أحيانا من كثيرة يقضي الأوقات عندما نظام فصله ليس الفعال.
- ب - تواجه هذه الطريقة لتكرر أو لتذكر الشيء مرة أخرى التي تذكر.
- ت - يطالب هذه طريقة لطلاب الإبتكاري في خيال الشيء أو كلمة التي في الموضوع الذي يعرفهم.

2. إرتفاع قوة التذكرة

أ. تعريف قوة التذكرة

رأى علم الحشرات أنه قوة التذكرة من كلمة قوة هي قدرة لعمل الشيء⁷¹ وتذكرة يعني في الفكر، لا ينسي، يظهر في الفكر مرة أخرى.⁷² إذان، قوة التذكرة هي قدرة لتذكرة مرة أخرى في الفكر الخبرة التي قديمة.⁷³

⁷¹ يترجم من Pusat Bahasa, Ed, *Kamus Besar Bahasa Indonesia*, (Jakarta: Balai Pustaka, 2005), h. 241

⁷² Ibid,....., h. 432

⁷³ Ibid,....., h. 241

رأى أر. تفي روستيكاواقي، تذكرة من سبي العملية البيولوجيا يعني عطاء الإشارات علي الخبر والندائ الخبر مرة أخرى عندما يحتاج الخبر. في حقيقته تذكرة هو أشياء الذي يشكل هواية الإنسان ويختلف الإنسان من خلق آخر.⁷⁴ ورأي دونالد ها ويس أن تذكرة من دورة الخبرة أو صورة أو عملية القيامة أو يحي خبرتنا مرة أخرى.⁷⁵

رأى درس. سوراسا أن تذكرة هو شعور لخروج الشيء الذي نشعر مرة أخرى أو شيء الذي كان ننال بحواس الخمس. وهكذا، خبرات في زمان القديم من بنك التذكرة للإنسان.

يحتاج ليفكر أنه منافع وقدرة الذاكرة الإنسان إن خارة للعادة فوق المعتاد، يستطيع دماغنا لإحتفاظ بمليارات الأخبار. بل كومفيوتر الذي أحداث لا يستطيع ليغلب ذاكرة الدماغ الإنسان.

لا تستطيع أن تنظر الذاكرة و تمس أيضا. و لا تستطيع أن تبحث الذاكرة أيضا في بعض الدماغ. الذاكرة من شيء مجرد. يوجه ذاكرة علي فعلية مع مهارة وليس يوجه علي الشيء . قال هونتر، أهلي علم النفس أنه يملك الشخص علي التذكرة الجيدة عندما يستطيع أن يعمل أحد من النشاطة المتنوعة، المثال " يقرأ الكتاب ويحكى ملء الكتاب ".⁷⁶

⁷⁴ يترجم من

⁷⁴ html.pkab.wordpress.com. www.Quantumlearning.com.

⁷⁵ يترجم من

⁷⁵ Donald H Weiss, *Meningkatkan Daya Ingat Anda*, (Jakarta : Binarupa, Aksara, 1990), h. 16

⁷⁶ يترجم من

⁷⁶ Suroso, *Smart Brain*, (Surabaya : SIC, 2004), 10

رأى بعض أهلي علم النفس أنها الذاكرة هو فعل الدماغ في السماع و إحتفاظ و يذكر أيضا علي شئى الذي يحدث في زمان القديم. إما من شكل المعرفة و الفكرة و الميل و الأخلاق و الفعلي. خبرات التي قديمة لهذا الإنسان ليس ضائع بدون البقى، ولكن يزال فيه العقل في شكل البصري، و الصورة الفكرية و الخيال. الذاكرة هو أداة الأساسية لفعلي النفس الإنسان. بهذه الذاكرة حياة عقل الإنسان يكون الغنى بالخيالات و الصورة الفكرية من كل الذي يبحثه، إما من حادثة اليومية والأشياء أم حادثة في زمان القديم.⁷⁷

قوة التذكرة من قدرة النفس لطيبى و يشرح و تحتفيظ و تجيى التهيج أيضا أو حادثة التي كان ليشعر الشخص. قوة التذكرة من أحد الوظيفي في كوكنيتف الذي أكثر من عمل في عملية الفكر و تحليل المسألة أم الذكاء، بل فقريب ذلك كل الأخلاق الإنسان يؤثر قوة التذكرة.⁷⁸

إذان تستطيع أن تختصر أنها تذكرة من شئى العملية البيولوجيا يعني الخبر يطيبى العلامة و ينادى مرة أخرى و في حقيقة الذاكرة هي شئى التي تشكل حواس الخمس الإنسان ويختلف الإنسان من خلق اخر. تطيبى ذاكرة الإنسان علي نقطة المراجع إلي زمان القديم و تقدير علي زمان المستقبل.

⁷⁷ يترجم من

⁷⁷Yusuf al-Aqshar, *Jangan Biarkan Lupa Menggerogoti Anda*, (Depok : Pustaka Liman, 2007) , h. 10

⁷⁸ يترجم من

⁷⁸www.e-psikologi.com

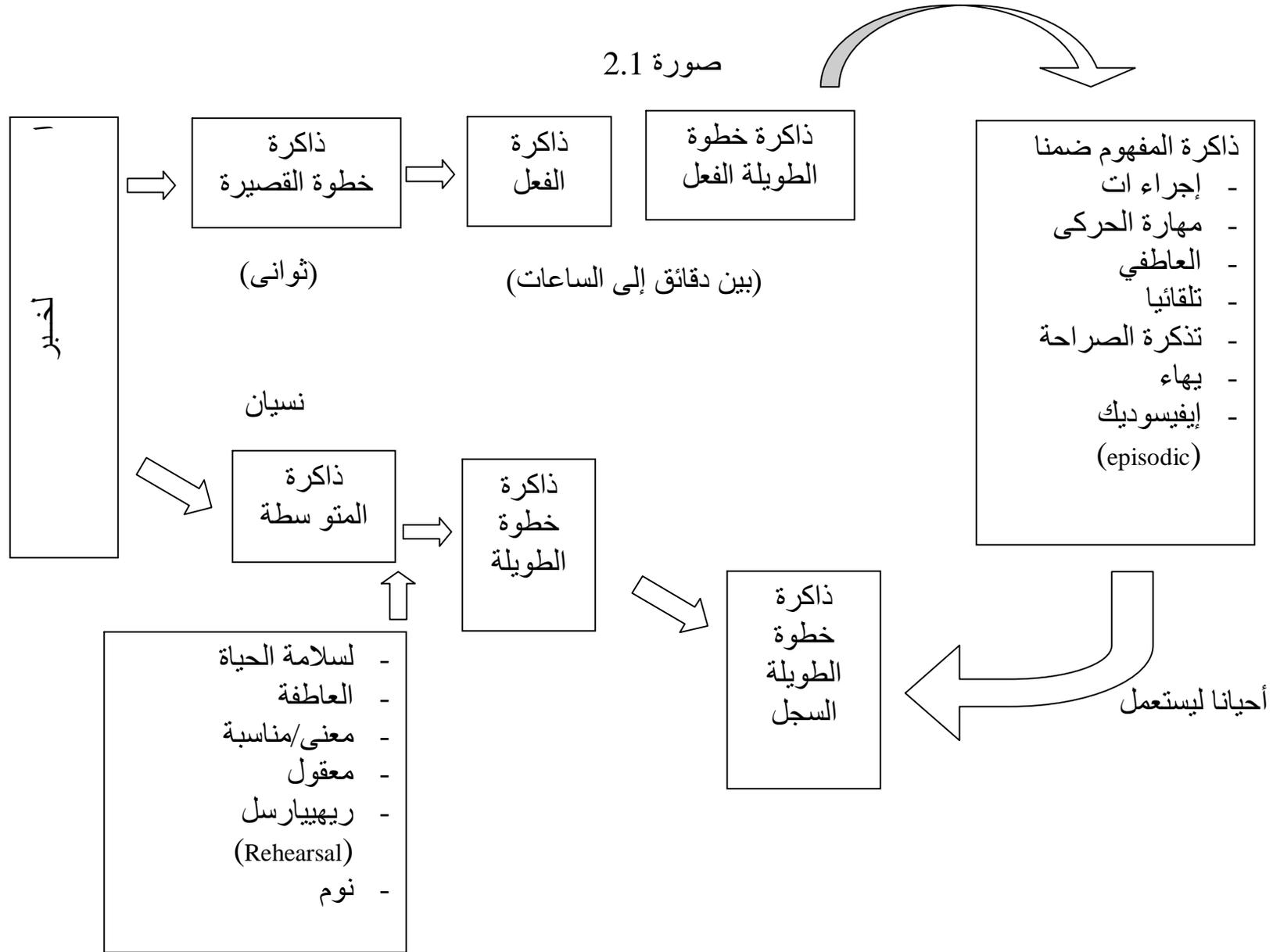
ليس مثل عامة الإنسان عن شئى المكان الإحتفاظ خصوصا لذاكرة, ليس مثل القلب أو الرئة, الذاكرة ليس شئى المكان أو الشئى المفرد.

ب. أنواع التذكرة

بحث الآن يهدى في قسم الذاكرة إن نملك أكثر من نوع الذاكرة. أين في كل الذاكرة لها آلية لإحتفاظ الخبر الفريد و يتصل بالأحد وغيرها. بفعله نوع التذكرة سيؤثر التذكرة الأخر. الأخر عن شئى الذي سواء فيستطيع أن يحتفيظ في مكان متنوعة في الإحتفاظ المختلفة. إذا نستطيع أن نحتفيظ هذا الخبر بطريقة كثيرة الذاكرة المتنوعة فسنسهل لينادى هذا الخبر مرة أخرى في وقت نحتاج.⁷⁹

⁷⁹ يترجم من

صورة 2.1



أين ذاكرة أثر جدا في شئ المفهوم إلى القراءة أو المادة.

أ- قوة التذكرة لخطوة القصيرة

قوة التذكرة لخطوة القصيرة تحتفظ الخبر في وقت القليل. أو ينفع ليجمع الخبر الذي يدخل في فكرتنا. خطوة الوقت الأكثر لإحتفاظ الخبر في ذاكرة أقصر جدا يعني بين 15-30 ثواني. وهذه التذكرة إلا يظيف كمكان الجمع بينما للخبر الذي سيصنع. ولكن إذا نعمل التكرير (يستعمل هذا الخبر) يمكن من كثيرة هذا الخبر سيدخل إلى ذاكرة الفعل أين قدرة في تذكرة خطوة القصيرة يحدد جدا من العمر. أعلى العمر فأكبر قدرة هذه الذاكرة. أحد من صفة قوة التذكرة في خطوة القصيرة هو لا تعطى سريع الإستجابة الجيدة عندما في حالة مشدودة، المثل في وقت الإمتحان. هذا يسبب لأن الذي يحتفظ الخبر بدون مرحلة الصرف لينادى هذا الخبر مرة أخرى.

ب- ذاكرة الفعل

نوع هذه التذكرة تستطيع أن تحتفظ الخبر يعني تبدأ من دقائق حتى ساعات و تعطنا الوقت الكفى لنستطيع بدرك في الصناعات، عمل الصورة العاكسة و قام الشئ في أنشطة الفكرة. قدرة في إحتفاظ الخبر يبدأ من دقائق حتى ساعات فيمكن خبر في ذاكرة الفعل يدخل في ذاكرة الفعل إلى تذكرة خطوة الطويلة.

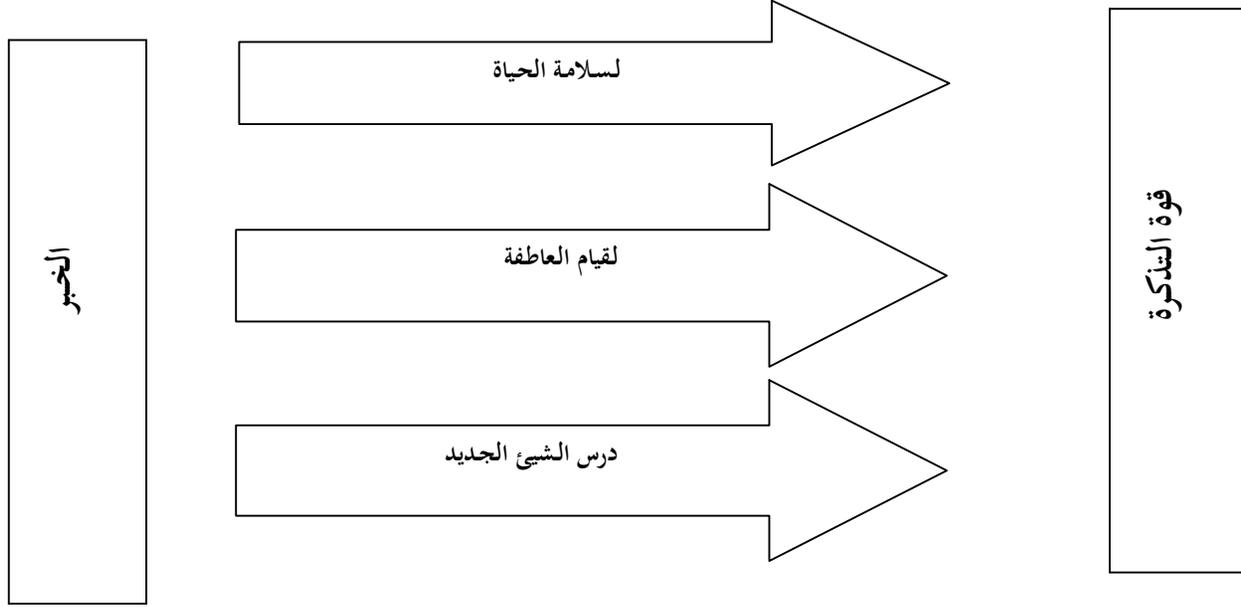
ت - ذاكرة الإتصال

في وقت الخبر يخرج من تذكرة خطوة القصيرة و تذكرة الفعل. لأن إنتهت ليعمل ولا يحتاج مرة أخرى، إنطبتعه هو إن ننست و ضائعت ذلك الخبر. ولكن حقيقته يدخل هذا الخبر إلى شئى مكان المجموعة بينما، يعنى ذاكرة الإتصال. و في وقت النوم، جمع الخبر الذي في ذاكرة الإتصال ينتقل إلى ذاكرة خطوة الطويلة.

ث - قوة التذكرة لخطوة الطويلة

ذاكرة خطوة الطويلة هي قدرة لإحتفاظ الخبر بطريقة دائما لخطوة الوقت التي تبدأ أشهر عديدة، سنة بل إلى طول العمر. أين هذا جمع الخبر الأول سيعطى و يعمل. صورة كما يلي يشرح وضحا و تفصيل عن عوامل الذي يؤثر علي إحتفاظ الخبر في ذاكرة خطوة الطويلة.

صورة 202



خبر الذي يملك قيمة المهمة لسلامة الحياة سيحتفيظ بسرعة في ذاكرة خطوة الطويلة حتى قوة التذكرة الأعلى.

عوامل الثاني التي تؤثر ذاكرة في خطوة الطويلة هي إذا ذلك الخبر أو الخبرة لها العاطفة الأقوى. هذا سيفعل أميكدالي (Amygdale). أميكدالي هو بعض من نظام ليمبيك (دماغ الحمل) الذي يؤثر جدا في صورة العاكسة المجنون و حالة الجديدة. يتصل أميكدالي بجمع الخبرة الذي ملئه هو عاطفة، أما تلك عاطفة الإيجابي أو السلبي. يشكل أميكدالي إلى تذكرة العاطفي التي بصفة "لا يدرك" كما بهيفوكامفوس (Hippokampus) لتشكيل ذاكرة الكوكنيتف. بأقوى ملء العاطفة الذي فيه ذلك شئ الخبر يحتفيظ في ذاكرة خطوة الطويلة.⁸⁰

ج. مرحلة الألية قوة التذكرة لطلاب

رأى كنيث ل. هيكي، عملية لتذكر في عامته ينظر من ثلاث مرحلات:

أ- يعطى بالسريع (Acquistion)

يعنى مرحلة لتستعمل مادة الأول المرة ليتوجه تلك المادة.⁸¹ يستعمل يعنى يدخل، في مرحلة ليدخل، الإنطباعات التي تعطى و تدرس بجيد و بطريقة بداية (spontan) أم بالدرك أو بدون الدرك.

⁸⁰ يترجم من

⁸⁰Ibid ,..., h. 74-77

⁸¹ يترجم من

⁸¹Kenneth L Higbee, *Your Memory*, ..., h. 25

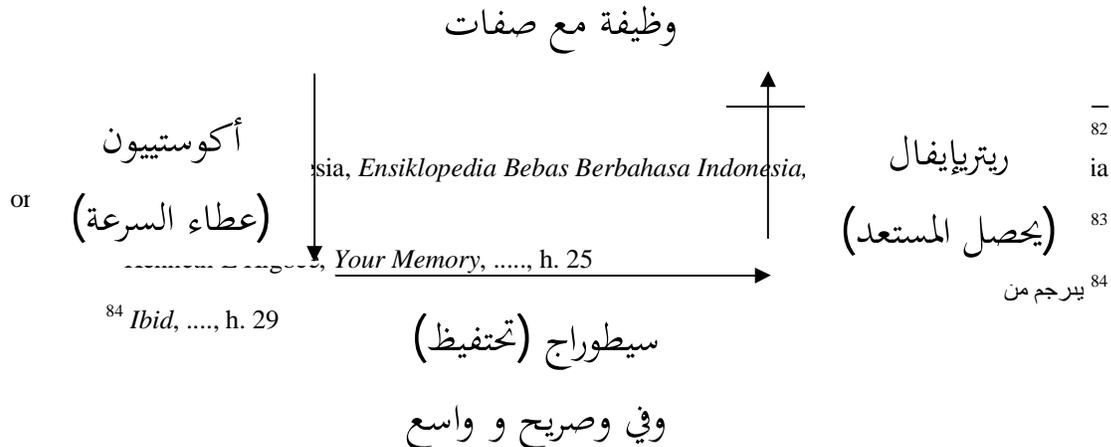
مرحلة الدخول تحدث في عملية إنكوندينج (*Encoding*) أيضا، إنكوندينج هي عملية لتغيير الإشارة إلى شكل الذي يظيف لحجة إنتقال البيانات أو إحتفاظ البيانات.⁸²

ب- تحتفيظ (*Storage*)

هي تحتفيظ تلك المادة في وقت التحتاج.⁸³ إنكوندينج بعد ينتهى ليعمل، ثم يستطيع أن يعمل الإحتفاظ مادام الوقت الخاص، تحدث هذه المرحلة في الإحتفاظ جمع الكتب، إنطباعات الذين عطي من الخبرة قبله.

ت- صناعية (*Retrieval*)

يعنى يخرج تلك المادة مرة أخرى في وقت نحتاج.⁸⁴ هذه المرحلة من مرحلة لتذكرة مرة أخرى (*Remembering*) أو تنال إنطباعات الخبرة التي تحتفيظ في الذاكرة، تلك المحدودة لتشرح الخبر ليس لتحتفيظ فقط، ولكن يوجب أن يستطيع لينادى مرة أخرى و يسمى باليحيى مرة أخرى علي الأشياء الذي يكتب. ليستطيع الصورة الفكرية الأوضح فما الذي قالت أن يستطيع ليختصر مثل في العمود كما يلي :



د. المبادئ الأساسية عن التذكرة

في الواقعي الحقيقة لا يوجد ما يسمى ذاكرة الطيبة وذاكرة السيئة في جميع الأفراد لديهم ذاكرة التي سواء طبيته. إلا يوجد الأفراد الذين لا يجرب أو لم يجرب قوة تذكرتهم. ولهم الذين لم تدريب قوة تذكرته فإم يواجهون المشكلة في ذكره بينما لهم الذين تدربين، فإن عملية الذاكرة بسهولة لي عمل. لارتفاع قوة تذكرتهم. من الأقل هناك ثلاث العمليات الأولى التي تتعلق بوضعه الخبر في عقل الأفراد، وهي: الترميز والتحفيز ويدعو إلى الوراثة. وهذا الترميز (*Coding*) تتعلق بعملية يأخذ الخبر ووضعه في نظام الفكرة بطريقة ينتقل أن يكون رموز الذي يفهم عملية من مزيد في الدماغ. والإحتفاظ يتعلق بعملية للإحفاظ الخبر الذي يحتاج في العقل. وبينما يدعو إلى الوراثة من عملية التي تحتاج لتأخذ الخبر مرة أخرى التي تحتفظ قبله. في هذه المرحلة دعوة مرة تورط ترميز عملية إعادة (*decoding*) التي تغير الرموز

⁸⁵ يترجم من

⁸⁵Sumadi Suryabrata, *Psikologi Pendidikan*, (Jakarta : PT. Raja Grafindo Persada, 1998), h.

في تذكرتنا مرة أخرى لتكون خبر المصدر. وبأبساط، إنها عملية التي تحدث في ذلك الفكر التي تتعلق بتذكرة من طريقتين في عملية التي تورط كودينج - دي كودينج. أين الخبر الذي يقبل إلي حواس الخمس ثم ترميز وفقا بطريقة الطبيعية للتفكير الأفراد. وهذا الرمز الذي ثم تحتفظ في شكل التذكرة. عند الأفراد الذي تتعلق أن تحتاج ذلك الخبر. لذا فهو بحاجة لينادي رمز مرة أخرى، ويعمل عملية إعادة الرمز (Decoding).⁸⁶

المبادئ الأساسية لذكر منها روابط الشخصية، والتركيز، وتصوير متنوعة الحواس، مبدأ الاعتماد على الشرط، ومبدأ مينيمونك، حالة القلب أو موقف، وتنظيم العقلية. يعني يفهم ما الميل أو طريقة الطبيعي عملية التحتفظ، ويقدم مرة أخرى على بعض الأخبار و باليقين ليذكر.⁸⁷

هـ. كيفية لارتفاع قوة التذكرة

عندما نتحدث عن ترتفع التذكرة لانبث عن شيء الحقيقي وتستطيع أن تقتدر، مثل حالة صحيحة القلب. وترفع قوة التذكرة أشبه بارتفاع المهارة في لعب الجولف التي تحتاج جمع المهارة الديناميكي. لذلك ليس فيها سر خاص عن كيفية في ارتفاع التذكرة.

إذا كان ندرك عن إحتاجنا، فإننا بالدرك سيحدد الهدف لملا أن تلك الإحتاج. وتارة أخرى تحديد الهدف بل بلا تدرك إنك تعمله.

⁸⁶ يترجم من

⁸⁶<http://www.licen-seprameg.info>

⁸⁷ يترجم من

⁸⁷Eric Jensen & Karen Markowitz, *Otak Sejuta*,, h. 41

الأخلاق التي توجه هدف الخبر التي تتوجه الهدف و تذكرة أجد من الأخلاق الأربيتير (arbiter) أو قطع العشوائى في الخبر ، وإرادتنا علي أنشطة أو ذلك الخبر يحدد علي إهتمامنا والإحتفاظها هناك.

لذلك ، إذا أكثر لينوجه في هدف النص. أزيد أن سنتذكر ما فعلنا أو تعلمنا، يعني أكثر أن نرتفع قوة تذكرتنا، فأكثر نهدف في علاقتنا بشخص الأخر. فأكثر من طيبة لنذكر أسماء أو واقعى أخر الذي يتعلق بهم. وكل السعى لارتفاع قوة تذكرتنا إلي دراجة قوة تأثيرها فواجب أن يبدأ بإرادة و هدف الذي يستخدمنا ليدافع رغبتنا، لأن عندما نعرف ما الذي نريد أن ننال، أو ينال ذلك الهدف أفرح جدا. و نجاحنا سيقوى التعلم.⁸⁸

أ. إرتفاع قوة التذكرة بالمراقبة

كيف تلك عملية المراقبة تعمل في إحتفاظ التذكرة. ما شىء الذي يراقب بعناية فسيحفظ في تذكرتنا. كما يستطيع أن يراقب الطالب الدراساتته و ملحوظة مهمته. شخص الذي يراقب بعناية سيترك إنطباع عميقا في تذكرتنا. وبكلمة أخرى، فإن تحفيظ أن سيكون أطول، عندما ننظر إلى الأمور من زاوية مختلفة، وذلك يسمى المراقبة.

كما نقرأ شيئا بعناية نرغم أنفسنا للتفكير عن ذلك الموضوع ، حتى يدخل إلي العقل. أخيرا، ذلك الإنطباع أعميق وتحفيظ

⁸⁸ يترجم من

⁸⁸ Donald H Weiss, *Meningkatkan Daya Ingat Anda*,....., h. 13-16

سأطول. لأن عندما نرقب عن عملية القراءة والتفكير والتركيز، أين التركيز هو الأساس لنذكر. لن نقدر لمراقبة شيء بدون هناك متعة في ذلك الموضوع.⁸⁹

ب. إرتفاع قوة التذكرة بالتصوير

فرضي وكونسيلور المنظمي للمجنون (Konselor Management Stress) الذي شهت فكرة عن التصوير. يستخدم تصوير جميل على الإحتفاظ في أقلّ بطريقتين على الأقل. هذا الفعل ندرّب علي دماغنا وتستخدم لجعل ما شيء الذي نسمع أو نقرأ لكي نستطيع أن نعرف بسرعة، وهو من صورتنا. تعاروف ، وكما قالت هو لا بد في الذكر. ولكن، لا سهل دائما لنعرف قائمة الأسماء والكلمة والمكان. في ارتفاع هذه الأمور بالصورة، بل الصورة المضحقة يمكن أن تستخدمك لتذكرها.

أين تصوير لديها قاعدة في تلك العملية التذكرة، بعد صورة التذكرة من قيام الغريب الذي يجي من تلك واحدة الخبرة أجيد جدا لعملية التذكرة. أو عملية التصوير علي خبرة الماضية لأنفسهم بقيام صورة أو تكرير الكلمة أو الرقم الذي تدرس من قبله.

ت. إرتفاع قوة التذكرة بالرابطة

⁸⁹ يترجم من

⁸⁹Mhes Kapadia, *Mendongkrak Daya Ingat*, (Bandung : Jabal, 2005), h. 43-45

عملية الرابطة التي تتصل صورة الذهنية الحياة بالواقعي، والخبرة، والإسم، أو أي شئ. عندما كنا معتادين لإستعمل فكرتين الإنطباع معا و ترتيب، فنذكر الذي أحده و نفكر الذي أحد الأخرى. ثم سنتذكر واحدا مع الفكر الآخر. فكرة أو الإنطباع ما الذي نتصل مع ذلك بشأن إلي كيف نزرع ، وكيف نكبر، وكيف نربي ومستمره. أين الحقيقة التاريخية من حياتنا لحالة العلاقة التي نصنع.

و واحد من مبدأ عن الرابطة الذي تدرس فستشرح يعني قواعد المتقارب و التكرير والمسافة، تنظير و تدرج المادة بتكرير ليزيد القدرتنا في الذكر ما الذي تدرس. لأن الفكرة القديمة تتلاشى و تكون خبرة الماضية المسترة في الضباب، بالفكرة أو الإنطباع الجديدة تنتقلها بسهولة. والفكرة أو الخبرة التي أسهل لتنال مرة أخرى من فكرة أو إنطباع جديدة تنتقلها بسهولة. والفكرة أو الخبرة التي أسهل لتستطيع مرة أخرى من فكرة أو إنطباع التي أطول.⁹⁰

وتلك الأخرى من قدرة الذاكرة كل الإنسان إنه ليس من نتيجة علم الوراثة، ولكن أيضا بسبب التهيج فيه والتشكيل التي تبدأ في وقت مبكر. أين دور الوالدين مهمة جدا في عملية تشكيله ويجب عليه ليعمل بطريقة مستمرة. كما تقال إن قدرة الذاكرة لديها دور حاسم في عملية التعلم ، و

⁹⁰ يترجم من

⁹⁰Donald H Weiss, *Meningkatkan Daya Ingat Anda*,, h. 19-22

يجعل للأشخاص نقطة القياسا في الفكر. بل هذا من أحد الأصول القيمة في طول الحياة. فلا تعجب إذا كان كثير من الناس كانوا يسعون لمواصلة في ارتفاع قوة التذكرة ويشحد حادثه.

وكثير من الطريقة التي تستطيع أن تعمل، يبدأ من يعرف الموسيقى ثم يستطيع أن يغني له مع الأطفال حتى بالألعاب الذي يستطيع أن يطبئ التهيج على لحدة الذاكرة. المثال بعد قراءة الكتاب فاستخدامهم ليذكرون علي طريق حكايته مرة أخرى مثل الإسم والأهلي والمكان ومستمره، بعمل التكرير والطفل ستعتاد للإ ستماع وسماعه في ذاكرتهم. وغيرها الكثير من لعب الذي يستطيع أن يعمل. ولكن، هناك شيء واحد مؤكد لا ننسى أن نعطي ثنائاً لطفل لان ذلك سيكون دافع لهم لمواصلة التعلم.⁹¹

ولنيل قوة التذكرة الخاصة هو: كيف نزامن الأمور في ذاكرتنا.⁹²

⁹¹ www.primas.study.com

⁹² Bobby Deporter & Mike Hernacki, *Quantum Learning*,, h. 216

⁹¹ يترجم من

⁹² يترجم من

و. عوامل الذي يؤثر قوة التذكرة

هناك الكثير من العوامل لارتفاع قوة التذكرة وتشمل:

1. اليقين والثقة والرغبة

أين اليقين والثقة هما من رأس مالنا لكي نستطيع أن يذكر أي شيء الذي نريد.⁹³ بدون رغبة فلن تغيير، وزيادة النفس يكون مملة وتهمز نفسها. فكل السعى لارتفاع قوة التذكرة حتي قوة التأثير فنجب أن نبدأ بإرادة.⁹⁴

وأهم هو نعتقد أننا نستطيع أن نتعلم (إشتظهر شيء)، ونذكر أي شيء الذي يراد. بكل يقين في جسمنا فسوف ترخاء و قادر في توجيه كل الطاقة ليعمل الوظيفة التي توجهه.⁹⁵

أولا يملك كل الأشخاص أفكارهم الخاصة ثم يعمل في فعله عندما يكرر في فعله، وسيغير إلى عادة والصفة ذلك الذي يحدد طريق نصيبه. فلذلك إذا كنت تريد أن تغير نصيبا هي بالعقل. هذا لماذا يقول الأشخاص أنهم خلق الذين لديهم نصيب مختلف. إذان نصيب من العقل الذي مزروع في ذهننا. الأفكار في ذهن الشخص مهمة جدا ، لأن يعتمد مستقبل الشخص على عقله .

⁹³ يترجم من

⁹³Mhes Kapadia, *Mendongkrak Daya Ingat*, (Bandung : Jabal, 2005), 54-55

⁹⁴ يترجم من

⁹⁴Donald H Weiss, *Meningkatkan Daya Ingat Anda*,, h. 14

⁹⁵ يترجم من

⁹⁵Hernowo, *Quantum Reading*,, h. 107

ولذلك من شئى واجب ليملك يقينا و ثقة النفس في ذاكرة. لأن
 بذلك الذي يستطيع أن يشكل نصيبا. وفي نهاية اليقين والإرادته والثقة
 النفس الذي تدور المهمة في عملية التحفيظ في التذكرة.⁹⁶

2. الفهم

كما شرحت من قبله كيف ذاكرة عمل. أولا يعترف ثم ترك
 الإنطباع في العقل، وأخيرا تحفيظها في التذكرة. ثم يستطيع أن ينادي مرة
 أخرى، لذلك يجب علينا أن ندرك أنه قبل تحفيظ ذاكرة، إنطباع الذي
 يشتكيل في الفكر بعملية التعرف مع التفاهم.

عندما نفهم شيئا بمرقبته، أن تتبع الإنطباع في عقلنا. إذان،
 التفاهم عن الشئى يكون الأهم. لأنّ عندما نفهم شئى الذي خطأ
 فإن ستتبعها تحفيظا. هنا واجب علينا لنجرب أن نفهم بجيدة ما شئى
 الذي نجب أن نذكر. إذا شرحت تفاهما فإن سيكون تحفيظ وضحا
 أيضا. و عملية الإستدعاء أسهل جدا. لذلك، يجب علينا أن نقرأ
 دراسة الفقرات أو الكلمة بجيدة وفهمها من زوايا مختلفة. و بذلك
 نستطيع أن نحفظ بجيد. وهذا سيسهل عملية الإستدعاء تلك تذكرة
 نفسها.

⁹⁶ يترجم من

⁹⁶Mhes Kapadia, *Mendongkrak Daya Ingat*, (Bandung : Jabal, 2005), h. 56

3. التكرير

التكرير هو الفن والمعرفة والمهارة في التذكرة. إذا نعرف فنه فان سنستطيع أن نذكر المزيد من فكرتنا. والكثيرة من الأهلي النفسي عن كيفية يستطيع أن يجفيظ للشخص أموراً. أين هناك يجدون ثلاثة أنواع من التذكرة كما يالي :

1. ذاكرة الحسية (Sensorik)

2. ذاكرة خطوة الطويلة

3. ذاكرة خطوة القصيرة

ذاكرة الحسية في الفكر بقاء لا أزيد من واحدة ثانية. و ذاكرة خطوة القصيرة بقاء في الفكر بخطوة الوقت القصيرة. أما ذاكرة خطوة الطويلة بقاء في الفكر بخطوة الوقت الطويلة. وإذا ندعو إلى التذكرة قبل ننسى فتحفيظ التذكرة ستنقل في العقل. و في هذا الأمر يحدث تكريرا. إذا كنت تقرأ لمدة ساعتين ثم يوزع هذان ساعتين في عشر الدقائق الأولى .

إذان، كان نداء ما شيع الذي ندرس في عشر الدقائق في وقت سابق فستحدث تكريرا. ولذلك، فإن يكون تكريرا أهم جدا. إذا لا نكرر الموضوع بعد خطوة الوقت منذ ذلك فإن سننساه لأيام أو الأهم جدا لتذكرتنا. وإذا كنت نكرر الدرس مثل هذا فإن النسبة المئوية لندائنا سترتفع. لمستمه أنظر على الرسم البياني هنا:



الذى تذكر بعد رابعة وعشرون ساعة يدون دورالتكرير	الذى تذكر بعد سبعة سنة بالتكرير النظام وقصير - قصير
---	--

ولذلك، إذا نريد أن نحفظ أطولاً لتكريره في تلك وقت سابقة مهمة جدا في تحفيظ التذكرة.⁹⁷

يستخدم التكرير في الذاكرة. هذا الأول يحدث في الأخر التي لا يعرف معايير متنوّعة المذكورة أعلاه. وبكلمة أخرى ، فإن هناك يحتاج التكرير وخاصة في الخبر الذي لا يعطى الإثارة (Excitement) الطبيعية في الفكر.

يقدر التكرير لارتفاع العقل علي الخبر يسبب لأنّ عندما نعمل تكريرا ، في وقت سواء نقوي علاقة بين الخبر بخبر أخرى.⁹⁸ والتكرير من عملية التي لا يستطيع أن يفك بتعظيم قوة تذكرتنا.⁹⁹

⁹⁷Ibid,, h. 51

⁹⁸www.prima Study.com

⁹⁷ يترجم من

⁹⁸ يترجم من

⁹⁹ يترجم من

4. إعمل طريقة ريلاكسي (Relaksi) بانتظام

أحد من العوامل لارتفاع تذكرتنا ممكن بالدرك تسعى أن تؤخر معلقا عضلات الجسم قبل تعلم شيء جديد ، رأى أهلي الباحثين في كلية الطب في جامعة ستانفورد (Standford). إن تستطيع أن تقلل ريلاكسي العضلات قلنا الذي يشعر الشخص مرارا عندما يسعى أن يجرب لتعلم أشياء جديدة.¹⁰⁰

5. ينتفع قوة الحكاية

تذكرة بهائنا (Semantik) في عالم الكلمات. هذه التذكرة تفعل من المزاملة ، والتشابه أو المعارضة . تعطي حكاية علي خطة أو نسخة لنا ليدل أو يزيد الخبر في ذاكرتنا. أين صورة أو تصوير الحقيقي يورط عاطفتنا. إما يعطي شعور معا الذي معناه علي نسخة و دليل عن الخبر الجديد. أين القصة يكون عادة الثقافة القديمة ليوصل "التذكرة" من جيل إلى آخر¹⁰¹.

6. النوم الكفي

إن يستطيع أن تقلل قلة النوم في قدرة الشخص لتذكر الخبر المعقدة. البحث في جامعة دي ليل، فرنسا، يشرح أنّ يحتاج الدماغ نوما ، للحفاظ قدرة الذاكر الخبر المعقدة. بل يستطيع أن يكون الأحلم

⁹⁹Hernowo, *Quantum Reading* , , h. 97

¹⁰⁰http://www.licen_Seplateframesg.info

¹⁰¹Eric Jensen & Karen Markowitz, *Otak Sejuta*, , h. 222

¹⁰⁰ يترجم من

¹⁰¹ يترجم من

مقويًا لتعلم وتذكر مرة أخرى. وأيضا كاطريق لعملية الخبر و يحذف خبرا الذي لا ينفع من دوران تذكرنا الذي مشغول، وبجانب ذلك، يشرح كثير من العلماء أن تقلل وقت النوم الطبيعي لمدة ساعتين فقط يستطيع أن يقلل قدرتنا لتذكر الخبر في اليوم التالي .

7. تنظيم الفكر

تشكيل سلسيلة الخبر (مجموعة الخبرة) سيصنع الأمور أسهل لتذكر هذا سيسهل دماغا لتذكر مرة أخرى ما الذي درست و عرفت.

8. يطور العاطفة

طور عاطفة الشخص في تذكر الخبرة، سأحفظ ذلك الخبر في التذكرة.¹⁰² و يستطيع العاطفة معاملة التفضيلية في نظم التذكرة دماغنا. أين يبيّن البحث لارتفاع التذكرة عن الحادثة المعلقة بارتفاع العاطفة. والخبرة التي تطور عاطفة سأسهل أن نتذكر من الخبرة العادية .

9. نمو موقف العقلية الإيجابية

إنتقل كل عقلية السلبية أو إنتقاد علي نفسنا ليكون الموقف الإيجابية لأنه سيظهر شعور ثقة النفس التي تأثير إيجابية على قوة التذكرة.¹⁰³

10. يحفظ على نمط الصحة الجيدة

¹⁰²Ibid,, h. 110

¹⁰³<http://www.licen Seplateframesg.info>

¹⁰²يترجم من

¹⁰³يترجم من

تسوس الصحية من حالة القاصر ولو مثل إلا في الإنفلونزا.
ويمكن أيضا لتقليل تذكرتنا.

11. أنظر إلى النسخة

أحد من العناصر المهمة لسماع التذكرة هي تنظر إلى النسخات التي تحملنا إلى إلى النمط الأكبر. حالة حوالي، سبب الذي يعود على المدخلة. عندما نرأي الأولا الصورة بالخطوط التقريبية و التفصيل. ثم معقول جدا. سنكون أسهل لفهم ونذكر الخبر إذا نستطيع أن نعرف كيف تلك الخبرات معا لتشكيل إتحاد.

ز. مبدأ أ أ ت (AAT)

أكرونيم أ أ ت (AAT) هو إختصار الأول و الأخير و المتوسطة. في الوقت يستطيع خبر جديد،¹⁰⁴ وإعطاء إهتمام أكثر للخبر الذي يطيب في متوسطة التعلم. لأن يميل الدماغ أسهل لتذكر الخبر الذي يعطى في الأول و الأخير التعلم. عادته ذلك الخبر يذكر في السلسلة الأولى، الأخير و المتوسطة. وبكلمة أخرى الذي أسهل لتذكر.¹⁰⁵

3. فعالية طريقة قوانتوم ميموري سستم لارتفاع قوة التذكرة مادة المفردات اللغة العربية.

¹⁰⁴ يترجم من

¹⁰⁴Hernowo, *Quantum Reading* , , h. 97

¹⁰⁵ يترجم من

¹⁰⁵Eric Jensen & Karen Markowitz, *Otak Sejuta* , , h. 230

في أنشطة التعليم والتعلم يطلب المدرس لديهم كثير الدور حتى يقدر أن يخلق حالة التعليم والتعلم الذي فعال جدا، و لكي يستطيع أن يعلم بالفعال، واجب علي المدرس لقدرة في ارتفاع قوة التذكرة الطلاب ليشتهرون و يذكرون بسهولة في مادة المفردات اللغة العربية. و وجب أيضا علي المدرس ليعلم بعبء قرصة التعليم علي الطلاب ليطور أنفسهم بفعل في التعليم. إما في ارتفاع التعلم وينبغي يقدر أن تخطيط المدرس الأول علي برنامج التعلم و يقدر أيضا لعمله في أنشطة التعليم والتعلم.

ترتفع أن تستطيع وقوة التذكرة طلابا إذا كانت ذلك التعليم وفقا بطريقة التعليم الطلاب، وأحد الطرائق التي تستطيع أن تستعمل لارتفاع قوة التذكرة لطلاب في مادة التعليم لمفردات اللغة العربية هي طريقة "قوانتوم ميموري سستم". هنا، يحتاج أن يدرك المدرس إن سيختلف الطلاب في حفظ و ذكر المفردات. تلك الطريقة الإختلافه بطريقة المدرس أو الأصدقاءهم. أين نتيجة البحث تدل أن معرفة الخلفية الذي يملك الشخص يَأثر جدا علي العملية نتيجة حصل الفهم. تظهر تلك عاقبته في تنظيم و إحتفاظ الخبر في الذاكرة عن، فعل العلاقة بين شئ الذي يحفظ و يذكر بمعرفة التي يملكهم، و تأثير أو تستعمل المفردات أو اللغة في الوقت ذلك الطالب في حفظه.

من كتب أعلاه، يستطيع أن يختصر أن فرصة المدرس في إختيار هذه الطريقة ستأثير على ارتفاع قوة التذكرة الطلاب في تذكر مادة المفردات التعليم

اللغة العربية وما يفعل الطلاب لنيل التعليم خاص و من نجاح الطريقة الذي
تطوير المدرس من قبله.