

بأسمه تعالی

چگونه می‌توانیم جلسه دفاع بهتری داشته باشیم؟

بدون شک جلسه دفاع برای شما دانشجویان مقاطع تحصیلات تکمیلی (کارشناسی ارشد و دکتری) آزمونی مهم و خاطره‌ای به یاد ماندنی است و نحوه برگزاری آن یکی از دغدغه‌های همه دانشجویان است، زیرا در این جلسه ارزشیابی نهایی از دستاوردهای تحصیلی شما انجام می‌شود و نتیجه زحمات ماه‌ها یا سال‌ها تلاش‌هایتان برای تحقیق و تدوین پایان‌نامه یا رساله‌ی (پارسی) شما مشخص خواهد شد. در این نوشتار سعی شده است نکات کلیدی بیان شود که رعایت آنها می‌تواند به شما در برگزاری هرچه بهتر یک جلسه دفاع همراه با کیفیت و آرامش کمک نماید و آن را به خاطره‌ای مثبت و موفق تبدیل کند.

۱- آرامش خود را حفظ کنید و بر اعصاب خود مسلط باشید.

نخستین امر مهم در جلسه دفاع این است که آرامش خود را حفظ کنید و بر اعصابتان مسلط باشید. تکنیک‌های متعددی برای حفظ آرامش در شرایط استرس‌زا وجود دارد که می‌توانید از آنها استفاده کنید. یکی از این تکنیک‌های ساده چند دقیقه تنفس عمیق همراه با تمرکز بر فرایند دم و بازدم پیش از شروع جلسه است. تکنیک‌های بیشتر را می‌توانید از آثار مرتبط در این زمینه مطالعه کنید.

۲- پیش از جلسه از درستی و کارایی امکانات صوتی و تصویری سالن برگزاری جلسه اطمینان یابید.

پیشنهاد می‌شود بین یک تا نیم ساعت پیش از برگزاری جلسه به سالن مربوطه مراجعه کنید و از سلامت دستگاه‌های رایانه‌ای آنجا مطمئن شوید. ضمناً بهتر است فایل پاورپوینت ارائه خود را در دو فلش ذخیره کنید، تا در صورت بروز مشکل در یکی، امکان استفاده از دیگری باشد. ارسال نسخه‌ای از آن به نشانی ایمیل خودتان به عنوان پشتیبان سوم نیز توصیه‌ای تکمیلی است. زیرا ممکن است به هر دلیل دستگاه مستقر در سالن توانایی کپی فایل شما را از فلش نداشته باشد، که در این صورت می‌توانید آن را از ایمیل خود دریافت کنید.

۳- هر چه تعداد اسلایدهای فایل پاورپوینت کمتر و متن هر یک موجزتر باشد، بهتر است.

تعداد اسلایدها باید متناسب با زمان ارائه شما باشد. بنابراین، مراقب باشید تعداد اسلایدها بیش از اندازه لازم نباشد. ضمن آن که متن هر اسلاید باید کاملاً موجز، مختصر و تیتروار تدوین شود. زیرا نه شما و نه حاضران در جلسه فرصتی برای مطالعه متن‌های طولانی ندارید. فراموش نکنید که استفاده از اسلاید برای یادآوری نکته‌های اصلی در سخنرانی شماسست و قرار نیست کل مطلب را در خود جای دهد. استفاده از تصاویر بزرگ و حجیم نیز در فایل پاورپوینت بی‌دلیل آن را سنگین ساخته و ممکن است نمایش فایل را با دشواری مواجه سازد. بنابراین، تصاویر مورد نیاز را کوچک و با حجم کم انتخاب کنید.

۴- گزارش پژوهش خود را همچون داستانی جذاب و به زبانی ساده روایت کنید.

بعضی از دانشجویان در ارائه گزارش شفاهی خود محتوای فایل پاورپوینت را روخوانی می‌کنند؛ یا متنی کاملاً رسمی را که قبلاً آماده کرده‌اند برای حضار می‌خوانند. این روش دو اشکال عمده دارد. نخست آن که وقتی شما متن پاورپوینت را برای اعضاء جلسه می‌خوانید، آنان نمی‌دانند به شما گوش دهند یا همراهان همان متن را دنبال کنند. در این صورت ارتباط چندانی بین سخنران و شنوندگان برقرار نمی‌شود. دیگر آن که جلسه دفاع کاملاً خشک و رسمی خواهد بود و به تدریج شنوندگان دچار خستگی و ملال خواهند شد. برای حل این مشکل می‌توانید داستان پژوهش خود را به زبانی ساده روایت کنید. در این روایت می‌توانید به چگونگی یافتن موضوع تحقیق خود و انگیزه‌ای که از انتخاب آن داشتید اشاره کنید. با چند مثال ساده نیز می‌توانید به تبیین اهمیت موضوع بپردازید. اشاره به مهمترین یافته‌های تحقیق نیز بخش دیگری از این روایت است. ضمناً فراموش نکنید که حتماً به مهمترین یافته تحقیق خود و آنچه بیش از بخش‌های دیگر آن برایتان جالب بوده است، اشاره کنید.

۵- بهتر است ارایه خود را با طرح یک مسئله و بیان یک پرسش مهم شروع کنید.

سخنرانی در یک همایش یا جلسه دفاع شکلی از ارتباط شفاهی است و باید گوینده بتواند پیام خود را به روشنی و بدون ابهام به شنوندگان برساند. اما او زمانی در ساخت و انتقال این پیام موفق است که بتواند اشتیاق کافی برای شنیدن این پیام را در مخاطبان ایجاد کند. یکی از روش‌های ایجاد این اشتیاق طرح پرسشی است که همچون بارقه‌ای در ذهن آنان، زمینه لازم را برای شنیدن ادامه مطالب فراهم آورد. بنابراین، در ابتدای صحبت پرسشی درباره موضوع تحقیق مطرح سازید تا آنان برای شنیدن پاسخ آن مشتاق شوند. ضمناً این پرسش می‌تواند درباره یکی از مفاهیم اصلی و عمده تحقیق شما باشد. مفهومی که جدید و نوآورانه باشد و حضار را برای شنیدن آن کنجکاو سازد.

۶- خود را برای پاسخ به پرسش‌های داوران آماده کنید.

خودتان را جای داور بگذارید. اگر شما جای داور بودید، چه پرسش‌هایی مطرح می‌کردید؟ بدیهی است که پرسش‌های احتمالی داوران درباره موارد زیر خواهد بود و شما باید برای پاسخ به آنها آماده باشید و در تهیه محتوای اسلایدها نیز این موارد را در نظر بگیرید.

- تعریف شفاف مسأله مورد نظر و اهمیت و ضرورت پرداختن به آن
- هدف از تحقیق و چگونگی تدوین پرسش‌ها یا فرضیه‌ها
- کیفیت مرور پیشینه پژوهش یا همان ادبیات موضوع
- چرایی و چگونگی انتخاب و اجرای روش تحقیق
- این روش بر اساس چه معیارهایی با روش‌های مشابه مقایسه شده و برتری آن چیست؟
- در اجرای روش تحقیق با چه مشکلات و موانعی مواجه بوده‌اید و چگونه از آنها عبور کرده‌اید؟

- چگونگی ارایه یافته‌ها، تنظیم جدول‌ها و ترسیم نمودارها
- تفسیر نهایی شما از یافته‌های تحقیق و نتیجه‌گیری نهایی
- بیان میزان نوآوری شما در این پژوهش به طور خلاصه. مخصوصاً این نکته موقعی اهمیت ویژه دارد که بخواهید تفاوت بین تحقیق انجام شده در دوره دکتری را با پژوهش‌های کارشناسی ارشد بیان کنید.

۷- شنونده خوبی باشید و به جلسه دفاع همچون فرصتی برای یادگیری بنگرید.

در جلسه دفاع علاوه بر مهارت در سخنرانی، باید مهارت کافی در گوش دادن نیز داشته باشید. حتی می‌توان گفت اهمیت مهارت گوش دادن در این جلسه اگر بیشتر از مهارت در سخنرانی نباشد، بی‌تردید کمتر از آن نیست. بارها در جلسه‌های دفاع شاهد بوده‌ایم که دانشجویان به دلیل استرس و اضطرابی که دارند، پرسش داور را بدون ادراک درست پاسخی می‌دهند که هیچ کمکی به آنان نخواهد کرد. بنابراین، به خاطر داشته باشید که شما در جلسه دفاع علاوه بر سخنران، شنونده هم هستید. برای ادراک سؤال داوران می‌توانید از سؤال کننده بخواهید که سؤال خود را تکرار و به طور شفاف بیان کند. اگر جواب سؤالی را نمی‌دانید، لازم نیست پاسخ نامناسب بدهید.

جلسه دفاع شما فرصتی برای یادگیری نیز هست و باید با خوش بینی به نظرات داوران توجه کنید. زیرا نکته‌هایی که آنان مطرح می‌کنند برای بهبود کیفیت پایان‌نامه یا رساله‌ی شماست و باید این فرصت را مغتنم شمارید. اساساً جلسه دفاع فرصت ارزشمندی برای شنیدن این نظرات و اصلاح متن پایان‌نامه یا رساله است. زیرا پس از فراغت از تحصیل امکانی برای بازنگری و ویرایش متن این اثر نخواهید داشت و باید آخرین فرصت را برای این ویرایش غنیمت بدانید.

در جداول زیر برخی از کنش‌های مناسب و نامناسب که می‌تواند در برگزاری هرچه بهتر جلسه دفاع کمک نماید، به اختصار آورده شده است.

کنش‌های مناسب
شرکت در جلسات دفاع دیگران به منظور کسب تجربه
آشنایی با فرآیند و دستورالعمل دانشکده برای برگزاری جلسه دفاع
هماهنگی با مسئول سالن جلسه دفاع
مراقبت از سلامتی خود در روزهای قبل از دفاع
داشتن استراحت کافی شب قبل از دفاع
آشنایی با زمینه تحقیقاتی داوران
استفاده از رنگ و فونت مناسب برای اسلایدها
استفاده حتی‌الامکان از تصاویر گویا و مناسب به جای متن
شماره‌گذاری صفحات اسلایدها
فهرست‌گذاری مناسب مطالب اسلایدها
تهیه اسلایدهای تکمیلی برای توضیح جزئیات در صورت لزوم
تمرین ارائه برای چند تن از دوستان در همان مکان جلسه
داشتن نسخه پشتیبان از اسلایدها
حضور در سالن حداقل نیم ساعت قبل از شروع جلسه
اطمینان از درستی نور، صدا و وسایل لازم در جلسه
به همراه داشتن چند برگ سفید برای یادداشت برداری نکات
همراه داشتن یک نسخه نهایی از پارسا بر روی کامپیوتر
پوشیدن لباس مناسب ساده، تمیز و اتو شده
شروع جلسه با سلام و ظاهری بشاش
داشتن لحن صدای رسا و پر انرژی و تغییر مناسب آن در حین ارائه
نگاه کردن فراگیر به هیأت داوران و حضار
ارائه مثال‌ها و مستندات کافی برای معرفی اهمیت موضوع
ارجاع دهی مناسب به کارهای انجام شده توسط دیگران
رعایت زمان ارائه سخنرانی و تعداد اسلاید کافی
تشکر مناسب و متعارف از اساتید، داوران و حضار

کنش‌های نامناسب
موکول کردن کارها به دقیقه ۹۰
حضور کودکان در جلسه دفاع
شکسته نفسی و اعلام نگرانی و داشتن استرس
آهسته صحبت کردن با لحن خسته، سر رو به پایین
خواندن از روی متن اسلایدها
درگیر شدن و پرداختن به جزئیات موضوع
خیره شدن به یک نقطه
پشت کردن به مخاطبان
نشستن در طول ارائه
عدم تسلط کافی در ارائه موضوع
استفاده از تصاویر یا انیمیشن‌های بی ربط
بیان مسایل حاشیه‌ای پیش آمده در زمان انجام تحقیق
خسته کردن داوران با توضیحات اضافی، تکراری و یکنواخت
عدم رعایت زمان ارائه
منفی‌بافی ذهنی راجع به داوران
درشت‌نمایی کار انجام شده و غرور
عدم دقت به سوال داوران و پاسخ گویی با عجله و بدون استدلال
طفره رفتن از پاسخگویی به سؤالات داوران
پاسخ نامناسب و شوخی با هیات داوران
مجادله با هیات داوران و اساتید
پذیرایی تشریفاتی