

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

روش ها و مهارت های

یادگیری آسان

نویسنده: پروین تاج محمدی

سرشناسه: محمدی، پروین تاج، ۱۳۴۶-

عنوان و نام پدیدآور: مشخصات نشر: روش ها و مهارت های یادگیری آسان / نویسنده: پروین تاج محمدی

مشخصات نشر: کرج: سیادت، ۱۳۹۵

مشخصات ظاهری: ۱۴۶ص.

شابک: ۵-۵۲-۷۳۳۳-۶۰۰-۹۷۸: ۸۰۰۰۰ ریال

وضعیت فهرست نویسی: فیا

یادداشت: کتابنامه

موضوع: مطالعه و فراگیری -- راهنمای آموزشی

موضوع: Study skills--Study and teaching

موضوع: یادگیری -- راهنمای آموزشی

موضوع: Learning --Study and teaching

موضوع: فراشناخت

موضوع: Metacognition

رده بندی کنگره: ۱۳۹۵: ۱۰۴۹/۱۰۴۹ I.B

رده بندی دیویی: ۳۷۱/۳۰۲۸۱

شماره کتابشناسی ملی: ۴۳۶۳۷۴۱

تلفن های پخش: ۰۲۶۴۵۳۶۲۴۱۲-۰۹۱۲۰۶۷۰۶۳۵

Siadat.nashr@yahoo.com

روش ها و مهارت های یادگیری آسان

نویسنده: پروین تاج محمدی

نوبت چاپ: اول

سال نشر: بهار ۱۳۹۵

صفحه آرای: ناشر

ویراستار ادبی: مریم هوشنگی

شمارگان: ۱۰۰۰ نسخه

قیمت: ۸۰۰۰ تومان

حق هرگونه چاپ و انتشار محفوظ است.



واسته به انجمن علمی - آموزشی زبان و ادبیات عرب

فهرست مطالب

صفحه	عنوان
۷	پیشگفتار
۱۶	فصل اول: یادگیری
۲۰	شناخت از دیدگاه نظریه پردازان شناختی
۲۴	منطقه جاور رشد
۲۸	نظریه ی پردازش اطلاعات
۳۱	فصل دوم: فراشناخت
۴۱	ارتباط و تمایز شناخت و فراشناخت
۴۸	فصل سوم: مؤلفه های مرتبط با فراشناخت
۵۲	فراشناخت و انگیزش
۵۸	فراشناخت و اسناد
۶۵	فراشناخت و فراحافظه
۶۸	فراشناخت و خواندن
۷۴	فصل چهارم: ضرورت آموزش فراشناخت
۷۵	ضرورت آموزش فراشناخت
۸۰	فصل پنجم: شیوه های آموزش فراشناخت
۸۴	روش آموزش دو جانبه
۸۹	آموزش ترکیبی دوجانبه، اسنادی
۹۹	پژوهش های فراشناختی در حیطه ی خواندن و درک مطلب

۱۰۲	پژوهش های فرا شناختی در حیطه ی آموزش دو جانبه
۱۰۵	فصل ششم: روش های آموزش مهارت های یادگیری و مطالعه
۱۰۶	روش پس ختام یا پس خبا
۱۱۱	روش «مردر»
۱۱۵	روش پرسیدن دوجانبه
۱۱۶	روش مطالعه مشارکتی
۱۱۹	روش یادگیری مشارکتی
۱۲۰	فصل هفتم: آفرینندگی
۱۲۱	دیدگاه: «گانه» نسبت آفرینندگی
۱۲۲	دیدگاه «گیلفورد» نسبت به آفرینندگی
۱۲۳	دیدگاه «تورنس» نسبت به آفرینندگی
۱۲۵	ویژگی های افراد آفریننده
۱۲۷	آموزش هوش و آفرینندگی
۱۳۵	نتیجه گیری و پیشنهادات
۱۴۱	پیشنهادهات
۱۴۲	منابع و مأخذ

مریم که قصد دارد معانی اصطلاحات مربوط به شیمی را بیاموزد، به مطالعه‌ی مطلب می‌پردازد. پس از یک ساعت مطالعه، وقتی که نگاهی مجدد به صفحات مطاله می‌پردازد، احساس می‌کند، آن طور که باید، مطالب را یاد نگرفته است. چرا؟ به نظر می‌رسد که به فکر فرو می‌رود. با تأملی بر شیوه مطالعه خود، متوجه می‌شود که در هنگام مطالعه، دقت و توجه کافی نداشته، از روش‌های یادیار استفاده ننموده و مطالب را به شیوه مناسبی مرور ذهنی ننموده است. احساس می‌کند که دچار مشکل شده است. پس از استراحتی کوتاه، مجدداً شروع به مطالعه می‌نماید. این بار احساس می‌کند که مطالب را کاملاً یاد می‌گیرد.

فرانشناخت، عبارت است از آگاهی فرد بر نظام شناختی خود و کنترل و هدایت آن (فلاول، ۱۹۸۶). در ادبیات روانشناختی، شناخت را معمولاً تفکر می‌آورد. بنابراین، فرانشناخت را می‌توان آگاهی بر جریان تفکر، کنترل و هدایت آن تعریف کرد.

جریان شناخت شناسی در نظریه روانشناسی، شناخت انسان را عبارت می داند از: دریافت، پردازش، نگهداری و انتقال اطلاعات.

در مقابل، فراشناخت فعالیتی است که کنش های مربوط به چهار عنصر یاد شده را در بر می گیرد و بر آنها نظارت دارد (بایلر و اسنومن، ۱۹۹۳).

فراشناخت یک مفهوم چند وجهی است. این مفهوم دربرگیرنده دانش (باورها)، فرآیندها و راهبردها است که شناخت را ارزیابی، نظارت یا کنترل می کند (موس و بیرد، ۲۰۰۲). بیشتر فعالیت های شناختی به مهارت های فراشناختی بستگی دارند که بر آنها نظارت و کنترشان می کنند. دانش فراشناختی به فراگیر، کمک می کند تا به هنگام یادگیری و دانستن امور پیشرفت خود را زیر نظر بگیرد همچنین این دانش به یادگیرنده کمک می کند تا ندیج تا شفافیت را ارزیابی کند و میزان تسلط خود را به مطالبی که خوانده است بسنجد. دانش فراشناخت به دانش آموزان و دانشجویان می آموزد که راههای مختلفی برای سازمان دادن مطالب به منظور سهولت بخشیدن به یادگیری و یادآوری آنها وجود دارد.

«دیانا کوهن» (۱۹۹۳)، متخصص تفکر کودکان، معتقد است که فراشناخت باید
 کانون اصلی کوشش‌هایی باشد که به کودکان برای داشتن تفکر اقتصادی بهتر، به
 خصوص در سطوح متوسطه و دبیرستان کمک کند. «بیابانگرد» (۱۳۷۳) نیز معتقد
 است که فعالیت فراشناختی هنگامی روی می‌دهد که دانش‌آموزان ضمن حل
 مسئله و تسکین هدف، آگاهانه راهبردهای تفکر خویش را انطباق داده و هدایت
 نمایند. در نظریه «بیابانگرد» از مؤلفه‌های آگاهی دانش‌آموز و استفاده از راهبردهای
 خود تنظیمی یادگیری، از ویژگی‌های فراشناخت است. همچنین «پرسلی»، در
 اهمیت استعداد حل مسئله در دانش‌آموزان و تاثیر راهبردهای شناختی و
 فراشناختی در شکوفایی این استعداد، می‌گوید: «کند تحقق تعلیم و تربیت، کمک
 به دانش‌آموزان است که خزانه غنی از راهبردها، که به‌طور منجر می‌شود
 را یاد بگیرند. در این رابطه کسانی که خوب می‌اندیشند معمولاً از راهبردها و
 برنامه‌ریزی‌های موثر برای حل مسئله استفاده می‌کنند». (بیابانگرد ۱۳۷۳)

«پرسلی» معتقد است که باید معلم این مهارت‌ها را به صورت یک الگو مطرح کند
 و مراحل انجام آن را بیان نماید. سپس دانش‌آموزان به انتخاب بهترین راهبرد

بپردازند و به وسیله آموزش معلمی حمایت و هدایت شوند، تا هنگامی که بتوانند به نحو خودکار از آن راهبرد استفاده کنند (به نقل از سیف، ۱۳۷۶).

بنابر این می توان گفت که معلمان در مدارس باید ابتدا دانش آموزان را به روش دریافت، پردازش و نگهداری و انتقال درست اطلاعات فراخوانند و سپس آنها را ترغیب کند تا جریان فعالیت های ذهنی را که انجام می دهند، مورد بازنگری و اصلاح قرار دهند. برای هدف اساسی آموزش و پرورش، می بایست پروراندن متفکران اهل استدلال، عقل ترا، فرد گرا باشد. (دنيس لیپمن و پل ۱۹۹۱)

روانشناسان یادگیری عموماً در پی پاسخگویی به این سؤال بوده اند که چرا برخی از افراد در مقایسه با دیگران توانایی بیشتری در یادگیری و یادآوری دارند؟ روانشناسان از دیدگاه های متفاوتی به این پرسش پاسخ داده اند. گروهی از روانشناسان معتقد به تفاوت هوشی افراد بوده و گروهی دیگر تفاوت های ژنتیکی را مهم دانسته اند. متولی (۱۳۷۶) در پی پاسخ به سؤال فوق بر ارائه نظرات، روانشناسان حوزه شناختی پرداخته و این چنین می گوید: «گروهی از روانشناسان تاثیر محیط اجتماعی افراد را برجسته دانسته اند، در حالی که گروهی دیگر،

چگونگی آموزش و شیوه های آموزشی را مهم می دانند. عده ای دیگر از روانشناسان نیز که در قالب رویکرد پردازش اطلاعات قرار می گیرند، بیان می کنند که افراد از نظر دانش و آگاهی فراشناختی با یکدیگر متفاوت هستند و این مهارت های فراشناختی افراد است که آنها را از نظر فرآیند یادگیری متفاوت می سازد.

یافته های مربوط به رفتار دانش آموزان در موقعیت های یادگیری بیانگر این است که هر یک از آنها در فعالیت های یادگیری خود، متفاوت عمل می کنند. گروهی به سختی، به حداقل توفیق تحصیلی نائل می شوند و دسته دیگر در میانه و موفقیت نسبی بدست می آورند. و گروهی دیگر به موفقیت های چشمگیری دست می یابند. در بررسی های به عمل آمده، یادگیرندگان موفق کسانی هستند که به دارا بودن ویژگی (راهبردی) شناخته شده اند. یادگیرندگان راهبردی، به صورت فعال به یادگیری می پردازند و می دانند که چه می فهمند و شاید مهارت از آن می دانند که چه وقت نمی فهمند. برای آنان مطالعه کردن و یادگرفتن یک (فرایند نظام دار) است که به میزان زیاد، تحت کنترل خودشان است. با توجه به اینکه شناخت، کسب آگاهی، یا یادگیری امور مختلف است، هر تدبیری که یادگیرنده برای این

روش ها و مهارت های یادگیری آسان

منظور به کار می گیرد، راهبرد یا استراتژی شناختی نام دارد. راهبردهای شناختی ابزارهای شناختی هستند که به یادگیرنده کمک می کنند تا اطلاعات لازم و تازه را برای دراز مدت آماده کنند. در قیاس با راهبردهای شناختی، راهبردهای فراشناختی تدبیرهایی هستند برای نظارت در راهبردهای شناختی و هدایت آن. (دمبو، ۱۹۹۴)

فراشناخت یکی از تازه ترین شعارهای روز در روانشناسی تربیتی و تعلیم و تربیت است (لیونیگستون، ۱۹۹۷). اگر چه بیش از دو دهه از حضور فراشناخت در فرهنگ واژگان روانشناسی تربیتی نمی گذرد اما شواهد گسترده، حاکی از جایگاه ویژه آن در نزد صاحب نظران و محققان بین المللی است. یافته های پژوهشی وسیع درباره نقش فراشناخت در زمینه هایی نظیر حل مسأله، خواندن، نگارش و... حکایت از آن دارد که نظام فعلی آموزش و پرورش را باید در جهت تأکید بر فراشناخت حرکت داد. (سوانسون، ۱۹۹۰؛ پاریس و همکاران، ۱۹۸۳؛ فولاد چنگ، ۱۳۷۵)

اگر آموزش و پرورش بخواهد دانش آموزانی را تربیت کند که از عهده ی حل مسائل مختلف جامعه متحول فردا برآیند و مسؤولیت یادگیری خویش را به عهده

بگیرند باید آموزش های فراشناختی را در برنامه خود وارد و به گسترش مهارت های فراشناختی یادگیرندگان بپردازد. زیرا مهارت های فراشناختی به افراد کمک می کند تا خودشان را با موقعیت های جدید سازگار کنند. بسیاری از صاحب نظران از جمله «جکوبس» (۱۹۹۸) بر این عقیده هستند که هرگونه اصلاح در نظام تربیتی، مستلزم در نظر گرفتن یافته های تحقیقات فراشناختی و استفاده از آنها در برنامه های آموزشی است. پژوهش های انجام شده درباره ی یادگیرندگان موفق و همچنین دانشجویان و دانش آموزان ماهر حاکی از آن است که این گروه های فراگیر، در جریان یادگیری تحت آموزش های دقیق راهبردهای فراشناختی که از سوی معلمان و اساتیدشان به آنان داده شده، نهایت استفاده را برده اند. مدیریت کنونی نهاد آموزش و پرورش، برای رسیدن به ضرورت های آموزشی - فرهنگی و اجتماعی دانش آموزان و دانشجویان ناگزیر از بکارگیری استراتژی های شناختی و فراشناختی می باشد. ضرورت هایی که به کارگیری راهبردهای فراشناختی را به شکل گسترده در نهادهای تعلیم و تربیت منجر می شوند، به شرح زیر است:

الف) آموزش نحوه برنامه ریزی به یادگیرندگان: کلید آغاز یادگیری و مطالعه، تعیین هدف، پیش بینی زمان لازم برای مطالعه و تحلیل چگونگی برخورد با موضوع یادگیری است. با آموزش صحیح راهبردهای برنامه ریزی، فراگیر می تواند آغازی مطلوب در فرآیند یادگیری داشته، فعالانه و با انگیزه ای قوی به فعالیت بپردازد.

ب) کنترل و نظارت: یادگیرنده به کار خود: از ضرورت های دیگر کاربرد راهبردهای فراشناختی، نظارت یادگیرنده بر یادگیری خودش است. دانش آموزانی که نمی توانند به موقع، مشکلات یادگیری و مطالعه خود را تشخیص دهند و آن را برطرف نمایند، قبل از اتمام یادگیری، با شکست مواجه شده و رفتاری منفعلانه از خودشان نشان می دهند.

کنترل و نظارت، راهبردهای تشخیصی اند که در جریان یادگیری، فراگیران کمک می کند تا بتوانند در روش های یادگیری خود، انعطاف داشته و در زمان هایی که ضرورت اقتضا می کند سبک یادگیری خود را تغییر دهند.

ج) نظم دهی: سامان دادن به فرآیند یادگیری و مطالعه و نظم بخشی به عنوان مؤلفه ای فراشناختی که در جهت انعطاف پذیری در رفتار یادگیرنده بکار گرفته می شود و به او کمک می کند تا به اصلاح راهبردهای شناختی غیر مؤثر خود یا تعویض آنها با راهبردهای شناختی مؤثر بپردازد.

پرورش و تربیت فراگردان ماهر و موفق، در گرو بکارگیری راهبردهای فوق از سوی معلمان و آموزشکنان به دانش آموزان و دانشجویان است زیرا با بکارگیری استراتژی های فراشناختی که به آنها آموخته شده است، قطعاً یادگیرندگانی خواهیم داشت که دارای توان استفاده از مهارت های فکری، مهارت های یادگیری و همچنین استعداد مقابله با مشکلات خواندن و نوشتن، فرآیند یادگیری خواهند بود.