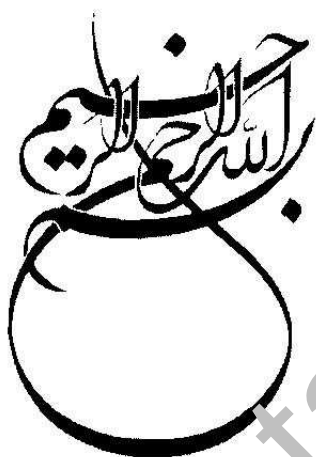




روش صحیح مطالعه به روش دانشمندان

محمد کرمی

سرشناسه	: کرمی، محمد، ۱۳۶۶ -
عنوان و نام پدیدآور	: روش صحیح مطالعه به روش دانشمندان/ نویسنده محمد کرمی ؛ ویراستار عصمت کرمی.
مشخصات نشر	: تهران: آذرین مهر، ۱۳۹۸.
مشخصات ظاهری	: ۹۲ ص.
شابک	: ۹۷۸-۶۲۲-۶۲۳۲-۶۴-۷
وضعیت فهرست نویسی	: فیپا
یادداشت	: کتابنامه: ص. ۹۱ - ۹۲.
موضوع	: مطالعه و فراگیری
موضوع	: Study skills
موضوع	: مطالعه و فراگیری-- برنامه ریزی
موضوع	: Study skills-- Planning
موضوع	: موفقیت تحصیلی -- برنامه ریزی
موضوع	: Academic achievement -- Planning
رده بندی کنگره	: ۱۰۲۲۳
رده بندی دیویی	: ۲۷۱
شماره کتابشناسی ملی	: ۶۹۷۰۸۷

روش صحیح مطالعه به روش دانشمندان

نویسنده: محمد کرمی

ویراستار: عصمت کرمی

ناشر: آذرین مهر

شابک: ۹۷۸-۶۲۲-۶۲۳۲-۶۴-۷

نوبت چاپ: اول، ۱۳۹۸

قیمت: ۵۰۰۰۰ تومان

تیراژ: ۱۰۰۰ جلد

کلیه حقوق ریزی و معنوی اثر
متعلق به نویسنده می باشد.



انتشارات آذرین مهر

تهران: خیابان انقلاب خیابان وحید نظری بین فخر رازی و دانشگاه پلاک ۶۵ طبقه اول واحد ۴

۰۲۱-۶۶۹۷۸۰۲۹-۳۰

۰۹۳۶۱۷۰۲۷۷۸

انتشارات آذرین مهر

فهرست مطالب

۷	مقدمه
۱۰	روش های مطالعه
۱۲	پیشینه تاریخی
۱۴	فواید مطالعه
۲۳	آمادگی برای مطالعه
۲۴	مکان مطالعه
۲۵	هدفمندی مطالعه
۲۶	آغاز هشیارانه
۲۸	آیا می شود هم سریع خواند و هم فهم ؟
۳۰	وقتی چیزی می خوانیم، هدفمان چیست ؟
۳۳	سطح اول: خواندن اجمالی
۳۶	نکاتی برای اجرای بهتر خواندن اجمالی
۳۷	سطح دوم: خواندن تحلیلی و قواعد آن
۳۹	مرحله ی اول خواندن تحلیلی: تعیین دقیق موضوع
۴۱	مرحله ی دوم خواندن تحلیلی: شرح و تفسیر
۴۳	مرحله ی سوم خواندن تحلیلی: نقد
۴۵	اصول اولیه مطالعه
۵۳	مراحل صحیح مطالعه

- ۵۶..... مراحل بهترین روش مطالعه
- ۶۲..... انواع روش های مطالعه و مقایسه آنها
- ۷۲..... روشهای مطالعه و یادگیری شما چقدر شبیه دانشمندان است؟
- ۸۲..... روش های یادگیری موثر
- ۸۲..... (ول) روش پس ختام
- ۸۵..... (وم) روش مطالعه مردرد
- ۸۷..... تمرکز حواس بسته باشید
- ۸۹..... یک یادگیرنده هبزی باشید
- ۹۱..... منابع

مقدمه

روانشناسان یادگیری در طول بیست سال اخیر به پیشرفت های عظیمی دست یافته و به دیدگاههای تازه ای نسبت به مطالعه و یادگیری رسیده است. نظریه ها و روش های جدید یادگیری و مطالعه که عده ای از روانشناسی خبر پردازي سر بر آورده اند. در بسیاری از موارد مع مکمل نظریه ها و روش های قدیمی هستند، اما در بعضی موارد با آن متفاوت است.

بنا بر نظریه های قایمی خواندن که در روش های مطالعه زیر بنای روش های تند خوانی قرار گرفته، چنین فرض شده است که سرعت مطالعه وابسته به حرکات سریع چشم است، یعنی هر چقدر چشم سرعت از روی کلمات بگذرد، ذهن نیز سریع تر اطلاعات موجود در کلمات را درک می کند.

بر خلاف این نظریه در روان شناسی یادگیری جدید که از یک رویکرد خبر پردازي یا پردازش اطلاعات سر چشمه می گیرد، اینگونه استدلال می شود که عامل مهم در سرعت مطالعه، پردازش اطلاعات در ذهن خواننده است. یعنی هر چه ذهن آدمی اطاعات دریافتی را سریع تر پردازش کند، سرعت درک و لذا سرعت مطالعه او نیز بیشتر خواهد بود. تفاوت های فردی افراد در خواندن

به فرآیند پردازش اطلاعات مرکزی وابسته است نه به فرآیندهای حسی پیرامونی مطالعه، پایه‌ی افزایش بازدهی و بهره‌وری در تمام رشته‌ها و زمینه‌ها به شمار می‌رود بر این مبنا هرگاه بتوان در شیوه‌ی مطالعه تغییراتی ایجاد کرد که موجب افزایش میزان درک و یادگیری و در نتیجه افزایش علاقه به مطالعه و اطلاعات گردد، به درک و کشف سرزمین‌های نو و زوایایی آشکار و نهان در کنار دانشی گسترده طبقه‌بندی شده نائل خواهیم شد.

بی تردید بهبود در وضعیت مطالعه به بهبود در وضعیت بهره‌برداری در کار و شرایط زندگی سرایت می‌کند. چه بر مبنای نگرش‌های نو و عقلانی، امکان طراحی و برنامه‌ریزی برای بهره‌وری در تمامی زمینه‌هایی که با آن ارتباط می‌باشیم فراهم می‌گردد. مطالعه‌ی جهت‌دار و هدفمند می‌تواند درب‌های بسته را باز نماید و دروازه‌ی دنیایی از یادگیری، دست‌انداختن و پیشبرد بر روی افراد بگشاید.

درس خواندن یک هنر است؛ این واقعیتی است که نمی‌توان آن را انکار کرد. درس خواندن به عنوان یکی از ستون‌های اصلی یادگیری، اصول و راهکارهایی دارد که باید فرا گرفته شود.

بدیهی است که درس خواندن با بعضی از شیوه‌هایی که اکنون بین دانش‌آموزان رایج است، بجز وقت تلف کردن، ثمره دیگری

ندارد. آنها باید بدانند درس خواندن هنری است که ظرافت‌های خاص خود را دارد، در صورتی که این ظرافت‌ها به کار گرفته شود، موفقیت حتمی است.

یکی از مهم‌ترین این مهارت‌ها مربوط به استفاده از فضای کلاس درس است، بر این اساس:

مهارت گوش دادن:

شما حرف‌ها را می‌شنوید، اما معنایش این نیست که آنها را درک می‌کنید. اگر، بخواهید گوش بدهید، موضوع فرق می‌کند. هرچه با دقت‌تر گوش دهید، بیشتر موضوع را درک می‌کنید. به جرات می‌توان گفت که ناتوانی و ضعف در گوش دادن، علت بسیاری از مشکلات ارتباطی و یادگیری است.

مهارت پرسیدن:

پرسش‌های شما نشان‌دهنده دقت، ظرافت، نکته‌سنجی و مهارت‌تان در یادگیری است. پس از سوال پرسیدن نترسید و بموقع و بجا سوال پرسید.

مهارت یادداشت‌برداری:

یادداشت برداری مهارتی است که به درک بهتر مطلب و تکمیل دانسته‌ها کمک می‌کند و با جزوه‌نویسی فرق دارد. درواقع یادداشت برداری یعنی انتخاب و ثبت نکات کلیدی و مهم.

مهارت خلاصه‌نویسی:

خلاصه یک مرور از مطلبی است که خوانده‌اید. درواقع بیان مجددی است از نکات اصلی به زبان خود شما. یک خلاصه نه تنها باید شامل نکات اصلی باشد؛ بلکه باید بیان‌کننده روابط میان نکات اصلی هم باشد. خلاصه باید از انسجام برخوردار باشد، یعنی ارتباط منطقی بین جمله‌ها وجود داشته باشد و به زبان خود فرد نوشته شود.

روش‌های مطالعه

روش‌های مطالعه یا مهارت‌های مطالعه مجموعه‌ای از مهارت‌هایی هستند که در راستای آموختن و فراگرفتن به کار گرفته می‌شوند. این روش‌ها بسته به هدف یادگیری با یکدیگر متفاوت بوده و برای موفقیت در مدرسه و کسب نمرات عالی ضروری و حیاتی هستند. در تمام مراحل زندگی فرد می‌تواند مفید باشند. رسیپشس رومبزی

در کتاب خود به نام «آشنایی با روش‌های یادگیری و مهارت‌های مؤثر یادگیری» در سال ۲۰۱۳ اظهار می‌کند که، بسیاری از دانش آموزان به دلیل اینکه فاقد مهارت‌های مطالعه یا روش‌های آزمون هستند، در امتحانات خود مردود می‌شوند.

مهارت‌های مطالعه عبارتند از مجموعه‌ای از مهارت‌های مطالعه که در برگیرنده به دست آوردن اطلاعات جدید، حفظ اطلاعات، یا برپایی آن‌ها می‌شوند.

این روش مهارت‌ها از یادیارها و نکته برداری که در به خاطر سپردن لیستی از اطلاعات خواندن مؤثر و تمرکز کردن کمک می‌کنند.

درحالی که مهارت‌های مطالعه اغلب به خود دانش آموزان و پشتیبان‌های آن‌ها گذاشته می‌شوند، این مهارت‌ها، اخیراً به‌طور فزاینده‌ای در دبیرستان و دانشگاه تدریس می‌گردند. کتاب‌ها و وب سایت‌های بسیاری در این مورد، موجود می‌باشند. آثاری در مورد روش‌های خاص، مثل کتاب‌های نقشه ذهنی تونی بوزان که راهنمایی‌های کلی در مورد مطالعه موفق ارائه می‌دهد تا راهنمایی‌های کلی مطالعه موفق مثل آثار استلا کوتزل و آشنایی با روش‌های یادگیری و مهارت‌های مؤثر یادگیری نوشته رسیشس

رومبزیاء در سطح وسیع تر، هر مهارتی که توانایی فرد را در مطالعه و قبولی در امتحانات افزایش می‌دهد می‌تواند مهارت مطالعه نامیده شود، این موارد می‌توانند شامل مدیریت زمان و روش‌های انگیزشی باشند.

مهارت‌های مطالعه روش‌های جداگانه‌ای هستند که معمولاً در زمان کوتاه و در تمام یا بیشتر زمینه‌های مطالعه می‌توانند آموخته شوند؛ بنابراین باید آن‌ها را از روش‌های خاصی که به یک زمینه خاص از مطالعه مربوط هستند، مثل موسیقی یا تکنولوژی، و توانایی‌های ذاتی دانش‌آموزان، مثل جنبه‌های هوشی یا سبک‌های یادگیری، تمیز داد.

پیشینه تاریخی

اصطلاح مهارت‌های مطالعه به‌طور کلی برای روش‌های یادگیری، مهارت‌های مطالعه برای دوره‌ای خاص، استفاده می‌شود بسیاری از کارهای نظری از جمله تعداد زیادی از کتاب‌ها و وبسایت‌های محبوب، در این زمینه وجود دارند. کتابچه‌های راهنمای جیبی برای دانش‌آموزان از سال ۱۹۴۰ منتشر شده‌اند.