

آموزش حل مسأله و کاهش اضطراب امتحان

www.ketab.ir

زهرا اسفندیاری

پیشگفتار

امروزه دانش‌آموزان برای ورود به عصر توانایی و روبه‌رو شدن با تحولات شگفت انگیز قرن بیست و یکم باید به‌طور فزاینده‌ای مهارت‌های تفکر انتقادی و خلاق را برای تصمیم‌گیری مناسب و حل مسائل پیچیده جامعه فرا گیرند. آنها باید سواد علمی و مبتنی بر فناوری را به خوبی سواد خواندن، نوشتن و حساب کردن بیاموزند و در عرصه‌های گوناگون زندگی از آن بهره بگیرند. دانش‌آموزان باید به مهارت‌های پژوهش و حل مسئله مجهز شوند، روحیه جست‌وجوگری را در خود تقویت کنند و در کنار کسب دانش‌های نوین به نگرش‌هایی چون برقراری ارتباط با دیگران، کار گروهی و اندیشه جمعی مجهز شوند. برای تربیت چنین شهروندانی که بتوانند به مسائل جهانی بپردازند، به ارزش‌های والای انسانی معتقد باشند، افرادی حافظ قانون، مهربان، درست‌کار، دارای درک سیاسی، اقتصادی و اجتماعی عمیقی باشند و بتوانند با تفکر منطقی و نقاد خود، روش‌های نوین جامعه جهانی را بررسی و ارزیابی کنند، آموزش‌های مهارت‌های تفکر و یادگیری از طریق روش‌های یاددهی - یادگیری فرایندمدار و مبتنی بر پژوهش یا حل مسئله ضروری به نظر می‌رسد. این ضرورتی است که دنیای امروز با آینده‌ای که پیش رو دارد، باید برای آن برنامه‌ریزی کند.

با توجه به توضیحات فوق برای دانش‌آموزان ضروری است که مهارت حل مسئله را داشته باشند تا در مواجهه با مسائل مختلف دچار احساس ناتوانی و سردرگمی نشوند. زیرا مهارت حل مسئله می‌تواند در کاهش اضطراب نوجوانان به خصوص در مسائل تحصیلی مؤثر باشد و همچنین باعث افزایش اعتماد به نفس و توانایی ایشان در مسائل آموزشی و تحصیلی می‌شود.

مقصود از تألیف این کتاب، رسیدن به سه هدف است:

۱- بررسی در مورد تأثیر آموزش مبتنی بر حل مسئله در کاهش اضطراب موقعیت امتحان دانش‌آموزان است؛

۲- شناسایی تأثیر آموزش مبتنی بر حل مسئله در کاهش اضطراب نتیجه امتحان دانش‌آموزان؛

۳- تعیین میزان اضطراب امتحان دانش‌آموزان؛

که خواننده بعد از مطالعه این کتاب با عوامل مؤثر در اضطراب امتحان آشنا شده و همچنین راه‌های کاهش و رهایی از بین بردن اضطراب امتحان دانش‌آموزان را می‌آموزد.

کتاب حاضر برگرفته از تحقیقات دانش‌آموزی و مطالعات میدانی بوده، به گونه‌ای که برای دست‌یابی به نتایج، مطالعات میدانی صورت گرفته و ارتباط بین متغیرها با استفاده از روش‌های آماری انجام شده است. همچنین منابع مورد استفاده برای نوشتن کتاب از مقالات علمی داخلی و خارجی و کتاب‌های مرتبط و همچنین تجارب خود نویسنده استفاده شده است.

در آخر از تمامی کسانی که بنده را در تألیف این کتاب یاری نمودند سپاسگزارم و امیدوارم این کتاب بتواند راه‌گشای دانش‌آموزان، نوجوانان و جوانان این مرز و بوم در پیشرفت تحصیلی باشد و آینده‌ای زیبا را برای آنان رقم بزند.

فهرست مطالب

۱.....	فصل اول (آموزش مبتنی بر حل مسأله)
۳.....	حل مسأله
۴.....	یادگیری چیست؟
۶.....	چگونه یاد می‌گیریم و چگونه یادگیری به وجود می‌آید
۷.....	چگونه مطالب را به خاطر می‌آوریم؟
۸.....	رفی روش آموزش مبتنی بر حل مسأله
۹.....	تا اینجا آموزش مبتنی بر حل مسأله
۱۱.....	اهداف آموزش مبتنی بر حل مسأله
۱۲.....	اصول یادگیری: بوم به روش آموزش مبتنی بر حل مسأله
۱۶.....	نحوه اجرای روش آموزش مبتنی بر حل مسأله
۱۷.....	حل مسأله به عنوان یک نظریه آموزش و یادگیری پویا
۱۸.....	حل مسأله و نظریه یادگیری: یک بحث ختم
۲۰.....	حل مسأله و نظریه «پردازش اطلاعات»
۲۱.....	حل مسأله و نظریه «فراشناخت»
۲۲.....	حل مسأله و نظریه «ساختارگرایی»
۲۵.....	حل مسأله به عنوان یک روش تدریس فرایند
۲۷.....	مراحل حل مسأله
۳۰.....	فرض‌های اساسی برای استفاده از فرایند حل مسأله
۳۹.....	تمهید مقدمات برای استفاده از روش حل مسأله در آموزش
۴۳.....	فصل دوم (اضطراب امتحان)
۴۵.....	اهمیت اضطراب امتحان
۴۵.....	انواع اضطراب
۴۶.....	اضطراب امتحان
۴۷.....	الگوی اضطراب امتحان زیدنر

۴۸	مدل‌های اضطراب امتحان
۵۲	عوامل موثر در بروز اضطراب امتحان
۵۷	تأثیر دانش‌دروس، معلمان و والدین بر اختلال اضطراب امتحان دانش‌آموزان
۶۱	اضطراب امتحان و اطمینان امتحان
۶۲	اضطراب امتحان و شیوه‌های آموزشی
۶۴	اضطراب امتحان و جنس
۶۷	فصل دوم آموزش مبتنی بر حل مسئله و کاهش اضطراب امتحان
۶۹	تأثیر روش حل مسئله بر کاهش اضطراب
۷۲	اهمیت آموزش حل مسئله
۷۳	چگونه آموزش حل مسئله باعث کاهش اضطراب امتحان می‌شود؟
۷۵	مروری بر تحقیقات انجام شده در این زمینه
۸۳	منابع
۸۵	منابع فارسی
۹۰	منابع لاتین