
فراشناخت پداگوژیک و مهارت‌های خودتنظیمی

نویسنده:

لیلا حسنی پورازگمی

www.ketab.ir



سرشناسه	:	حسنی پور ازگمی، لیلا، ۱۳۶۴-
عنوان و نام پدیدآور	:	فراشناخت پداگوژیک و مهارت‌های خودتنظیمی / نویسنده
مشخصات نشر	:	لیلا حسنی پور ازگمی.
مشخصات ظاهری	:	بندر انزلی: سپیدقلم، ۱۴۰۰.
شابک	:	۹۰ص: جدول.
وضعیت فهرست‌نویسی	:	978-622-7548-56-3
یادداشت	:	فیبا
موضوع	:	کتابنامه: ۷۴۲ - ۷۸.
موضوع	:	فراشناخت / Metacognition
موضوع	:	خود راهبری
شناسه افزوده	:	Self-management (Psychology)
رده‌بندی کنگره	:	آقای پور پس بجارگفشه، حسین، ۱۳۶۰ - طراح جلد
رده‌بندی دیویی	:	BF۳۱۱
شماره کتاب‌شناسی ملی	:	۱۵۵/۴۱۳
	:	۸۵۲۳۰۰۹



نام کتاب: فراشناخت پداگوژیک و مهارت‌های خودتنظیمی

نویسنده: لیلا حسنی پورازگمی

صفحه‌آرا و ویراستار: منصوره دل‌آور

طراح جلد: حسین آقای پور پس بجارگفشه

نوبت چاپ / تاریخ انتشار: چاپ اول / سال ۱۴۰۰

شمارگان: ۵۰۰ جلد

تعداد صفحات: ۹۰ ص، وزیر

شابک: ۹۷۸-۶۲۲-۷۵۴۸-۵۶-۳

انتشارات سپیدقلم

دفتر مرکزی: بندر انزلی - خیابان سپه - پاساژ رضابخش - طبقه دوم.

تلفن: ۰۹۱۱۳۳۰۴۰۷۹ - ۰۹۱۱۸۱۴۹۵۷۸

قیمت در سراسر کشور: ۵۰۰,۰۰۰ ریال

E-Mail: mdelavar2@gmail.com

فهرست مطالب

عنوان	صفحه
مقدمه.....	۱

فصل اول: پداگوژی

مفهوم پداگوژی.....	۱۵
پداگوژی از دیدگاه صاحب نظران.....	۱۶
نظریه های پداگوژی.....	۱۹

فصل دوم: حمایت فراشناختی پداگوژیکی

حمایت.....	۲۵
فراشناخت.....	۲۵
عوامل به وجودآورنده فراشناخت.....	۲۶
مهارت های فراشناختی.....	۲۷
حمایت فراشناختی پداگوژیکی.....	۲۹
عناصر حمایت فراشناختی پداگوژیک.....	۳۰
حمایت فراشناختی عاطفی.....	۳۱
حمایت فراشناختی گروهی.....	۳۲
حمایت فراشناختی علمی.....	۳۳
حمایت فراشناختی فنی.....	۳۵
ضرورت آموزش حمایت فراشناختی پداگوژیکی.....	۳۶
الگوهای آموزشی مبتنی بر حمایت فراشناخت پداگوژیک.....	۳۸

نقش مهارت فراشناخت در فرآیند یادگیری پداگوژیک.....	۴۱
حمایت فراشناختی پداگوژی در آموزش عالی.....	۴۲
فراشناخت پداگوژیکی آموزش عالی در آموزش از راه دور.....	۴۴

فصل سوم: مهارت‌های خودتنظیمی

یادگیری خودتنظیمی.....	۵۳
ویژگی‌های خودتنظیمی یادگیری.....	۵۵
نظریه خودتنظیمی کارور و شی یر.....	۶۱
نظریه خودتنظیمی یادگیری باتلر و واین.....	۶۲
نظریه خودتنظیمی یادگیری زیمرمن.....	۶۳

فصل چهارم: آموزش مجازی

آموزش مجازی.....	۶۷
دلایل و ضرورت شکل‌گیری آموزش مجازی.....	۶۹
مقایسه رویکردهای سنتی و الکترونیکی به آموزش.....	۷۳
یادگیرنده در دو نظام آموزش سنتی و الکترونیکی.....	۷۳
جمع‌بندی.....	۷۷
منابع و مأخذ.....	۸۰

مقدمه

یکی از مهمترین پیشرفت‌های نیمه دوم قرن بیستم، پیدایش نظریه‌هایی بود که بر نقش فرایندهای عالی مؤثر بر مهار و هدایت فرایندهای شناختی تأکید می‌کنند. این فرایندهای عالی‌تر فراشناخت^۱ نام دارد که نخستین بار به وسیله فلاول مطرح شد. فراشناخت، برآمده از بنیان‌های نظری و تجربی مستحکم و قانع‌کننده‌ای است که برخی از مبانی آن را می‌توان در آثار مربوط به روان‌شناسی تحولی - شناختی جستجو کرد. بر پایه دیدگاه پیازه، فراگیران، بین هدف‌ها، وسیله‌ها، تجربه‌های فراشناختی و بازده‌های تکلیف مورد یادگیری، رابطه‌هایی می‌یابند و سپس، مشاهدات خود را با مشاهدات به عمل آمده انطباق می‌دهند. راهبردهای فراشناختی موجب کارایی، بهبود فرآیند پردازش اطلاعات در حافظه و یادگیری هدفمند و آگاهانه می‌شود و نقش مهمی در بهبود، انتقال و تعمیم یادگیری از یک موقعیت به موقعیت جدیدتر و نیز نگهداری پایدارتر مطالب یاد گرفته شده دارد (کشتورز کندازی و همکاران، ۱۳۹۹: ۲۱). فراشناخت اصطلاحی است که برای

اولین بار توسط «فلاول»^۱ به عنوان تفکر درباره تفکر، درباره فرآیندهای تفکر و یادگیری خود و یا کنترل این فرآیندها تعریف شد. «کاستا»^۲ شناخت هر فرد نسبت به خود را فراشناخت می‌داند و معتقد است: «اگر بتوانید از وجود فراشناخت می‌داند و معتقد است یک گفتگوی درونی در ذهن خود آگاه شوید و فرآیندهای تصمیم‌گیری و حل مسئله را بشناسید، فراشناخت را تجربه کرده‌اید. فراشناخت، توانایی فرد در تشخیص دانسته‌ها و ندانسته‌های خویش است. فراشناخت در مغز صورت می‌گیرد و به نظر برخی عصب‌شناسان، ویژه انسان می‌باشد. مهمترین امتیاز دانش فراشناختی این است که یادگیرنده را قادر می‌سازد لحظه به لحظه از فعالیت یادگیری خود و چگونگی پیشرفت کار خود آگاه باشد و نقاط قوت و ضعف خود را تشخیص دهد.

فلاول بر این باور است که بازنگری‌های سلسله مسائل شناختی از راه برقراری ارتباط بین اهداف، تجارب و دانش فراشناختی عملی می‌شود. فراشناخت به طور گسترده به عنوان آگاهی و کنترل یادگیری تعریف شده است. تعریف جامع از فراشناخت، چالش برانگیز و دشوار به نظر می‌رسد. اما عموم محققان اتفاق نظر دارند، فراشناخت به شناختن شناخت یا دانستن درباره دانستن گفته می‌شود. فراشناخت برآمده از بنیان‌های نظری

1. Flavell

2. Costa

و تجربی مستحکم و قانع کننده‌ای است که برخی از مبانی آن را می‌توان در آثار مربوط به روان‌شناسی رشدی - شناختی جستجو کرد. بر پایه دیدگاه پیاز، فراگیران بین هدف‌ها، وسیله‌ها، تجربه‌های فراشناختی و بازده‌های تکلیف مورد یادگیری، رابطه‌هایی می‌یابند. سپس مشاهدات خود را با مشاهدات دیگر انطباق می‌دهند. بنیادهای روان‌شناختی نظریه اشاره شده در بالا (نظریه فراشناخت) را می‌توان در آثار «برونر» یافت. برونر ذهن انسان را به مانند یک ماشین فرض می‌کند که از دانش موجود برای تعبیر، تفسیر و سازماندهی اطلاعات نوین و پیشین استفاده می‌کند (برزگر و همکاران، ۱۳۹۸: ۱۰۷).

فراشناخت پدیده‌ای چندوجهی است که دربرگیرنده دانش، فرایندها و راهبردهایی است که شناخت را ارزیابی، نظارت یا کنترل می‌کنند. فرایندهای شناختی در واقع همان راهبردها یا استراتژی‌های یادگیری هستند که با تسهیل فرایند یادگیری، عملکرد تحصیلی فراگیران را بهبود می‌بخشد. همچنین باورهای فراشناختی به مجموعه فرایندهای برنامه‌ریزی، بازبینی و اصلاح فعالیت‌های شناختی اشاره می‌کند. در واقع می‌توان گفت که دانش فراشناختی اطلاعاتی است که شخص در مورد خود و راهبردهای یادگیری دارد و نظارت شناختی به دامنه‌ای از کارکردهای اجرایی نظیر توجه، کنترل، برنامه‌ریزی و تشخیص خطاها در عملکرد اشاره دارد. یادگیرندگانی که از راهبردهای شناختی سطح بالا یا راهبردهای فراشناختی

استفاده می‌کنند در فعالیت‌های یادگیری خود به پیشرفت بالاتری دست می‌یابند. راهبردهای یادگیری شناختی شامل مرور ذهنی، بسط و سازماندهی و راهبردهای یادگیری فراشناختی شامل تفکر انتقادی و خودنظم‌دهی فراشناختی است (حیدری صادق و همکاران، ۱۳۹۹: ۳۸).

این عنوان ابتدا توسط فلاول (۱۹۷۹) مطرح شد و به وسیله او مورد استفاده قرار گرفت. اصطلاح فراشناخت، عبارت است از هر نوع دانش یا فرآیند شناختی که در آن ارزیابی یا کنترل شناختی وجود داشته باشد که به ساختارها، دانش و فرآیندهای روان‌شناختی اشاره می‌کند که با کنترل و تفسیر افکار و شناخت‌ها سروکار دارد. تحقیقات زیادی کاربرد مؤثر فراشناخت برای تعلیم و تربیت را نشان می‌دهد و بر توانایی انسان‌ها برای به دست گرفتن رشد ذهنی خود اشاره می‌کند. این مؤلفه یک مفهوم چندوجهی است که دربرگیرنده دانش و فرآیندهایی است که شناخت را ارزیابی، نظارت و یا کنترل می‌کنند.

فلاول معتقد است که فرآیندهای شناختی از پنج سالگی در فرد رشد می‌کنند و راهبردهای فراشناخت، مانند راهبرد خودگردانی در یادگیری، در تعیین اهداف برنامه‌ریزی و ارزیابی یادگیری در دانش‌اندوزی و یادگیری در سنین نوجوانی بسیار مهم است. کسانی از این مهارت خوب بهره‌مند می‌شوند که می‌توانند شیوه‌های وابسته به بینش خود را برای تکالیف درسی، مانند درک مطلب خواندن، متمرکز کنند. در این مهارت

تأکید عمده بر آگاهی افراد از نظام شناختی خود است. بر این اساس دانش آموز تلاش می‌کند تا از نظام شناختی خود آگاه شود، راه‌های از میان بردن موانع یادگیری را بداند، شیوه‌های یادگیری را پی‌ریزی کند و در همه مراحل تفکر، فعالیت‌های خود را تنظیم نماید، لذا دانش‌آموزانی که از این راهبردها استفاده می‌کنند، به وسیله ویژگی‌هایی از قبیل ابتکار شخصی، تسلط بر یادگیری هدف و امیدواری، متمایز می‌شوند (قربانی و همکاران، ۱۳۹۹: ۲۲۸).

در نظام‌های آموزشی جهان امروز از جمله اهدافی که در فرایند تعلیم و تربیت فراگیران حائز اهمیت است، تبدیل آنها به یادگیرندگان راهبردی و برخوردار از توانایی خودتنظیمی در یادگیری است. خودتنظیمی به عنوان یکی از راهبردهای انگیزشی در یادگیری دارای ساختاری چندبعدی متشکل از فرآیندهای رفتاری، شناختی، هیجانی و فیزیولوژیک است که دربرگیرنده تمامی کوشش‌های آگاهانه یا ناآگاهانه شخص در جهت تعدیل حالات یا واکنش‌هاست (Havery et al., 2019: 21). موضوع خودتنظیمی ارتباط نزدیکی با مفهوم انگیزش در یادگیری دارد. چارچوب اصلی نظریه خودتنظیمی بر این استوار است که یادگیرندگان چگونه از نظر باورهای فراشناختی، انگیزشی و رفتاری، یادگیری خود را سازماندهی می‌کنند (ضیغمیان و معینی کیا، ۱۳۹۸: ۳۴). خودتنظیمی مجموعه اقدامات و فرآیندهای رفتاری است که به منظور رسیدن به اهداف یادگیری و تلاش

جهت دستیابی به موفقیت صورت می‌گیرد (Kizilcec et al., 2017: 21). پژوهشگران دریافته‌اند که فراگیران دارای پیشرفت بالا، اغلب یادگیرندگان خودتنظیم هستند. اگرچه خودتنظیمی با کلمات خودکنترلی، خویشن داری و خودفرمانی مترادف است، اما تعاریف متعددی از آن وجود دارد که از چشم‌اندازهای نظری گوناگون در یادگیری خودتنظیمی ناشی می‌شود. یادگیری خودتنظیمی عبارت است از توانایی مشارکت فعال از نظر فراشناختی، انگیزشی و رفتاری در فرآیند یادگیری. یادگیرندگان خودتنظیم در دانش فراشناختی مهارت داشته و می‌دانند چگونه فرآیندهای ذهنی خود را در جهت پیشرفت و اهداف فردی سوق دهند (Bowe & Gore, 2017: 352). این مؤلفه به طور کلی شامل راهبردهایی است که دانشجویان به کار می‌گیرند تا شناخت‌هایشان را تنظیم کنند (حمزه‌ای و همکاران، ۱۳۹۶: ۱۳۴).

راهبردهای یادگیری خودتنظیمی علاوه بر راهبردهای شناختی، دربرگیرنده راهبردهای فراشناختی نیز است. مفهوم فراشناخت نخستین بار توسط فلاول مطرح شد، وی فراشناخت را هرگونه دانش یا کنش شناختی تعریف می‌کند که موضوع آن شناخت یا تنظیم شناخت است. راهبردهای فراشناختی شامل سه راهبرد برنامه‌ریزی، نظارت و ارزشیابی و نظم‌دهی است (Hagermoser et al., 2018: 43). راهبردهای برنامه‌ریزی شامل تعیین هدف برای یادگیری، پیش‌بینی زمان لازم برای مطالعه، تعیین سرعت

مناسب مطالعه، تحلیل چگونگی برخورد با موضوع یادگیری و انتخاب راهبردهای یادگیری مفید است (بیرانوند و همکاران، ۱۳۹۷: ۱۲۴). یادگیری خودتنظیمی نوعی از یادگیری است که در آن، افراد به جای آن که برای کسب دانش و مهارت بر معلمان، والدین یا دیگر عوامل آموزشی تکیه کنند، شخصاً تلاش‌های خود را آغاز و هدایت می‌کنند (کریمی و همکاران، ۱۳۹۸: ۱۲۳). به طور کلی می‌توان گفت منظور از خودتنظیمی این است که افراد تمایل دارند تا کل فرآیند یادگیری را ارزشیابی نمایند و به آن بیندیشند. یافته‌های پژوهشی نشان می‌دهد که بسیاری از یادگیرندگان که می‌توانند جنبه‌های شناختی، انگیزشی و رفتاری عملکرد تحصیلی خود را تنظیم و کنترل کنند، بسیار موفق بوده‌اند (Gregory et al., 2018: 192). بنابراین یادگیری خودتنظیمی پیش‌بینی کننده عملکرد تحصیلی است و یادگیرندگان برای دستیابی به موفقیت تحصیلی، باید یاد بگیرند که چگونه عملکرد خود را تنظیم کنند و اهداف خود را به رغم مشکل بودن تکالیف درسی حفظ کنند (احمدی و همکاران، ۱۳۹۸: ۲۱). خودتنظیمی را می‌توان رفتاری در نظر گرفت که به استفاده بهینه از منابع گوناگون اطلاق می‌شود و یادگیری را افزایش می‌دهد. این منابع، زمان، مکان، چگونگی کمک گرفتن از منابع در دسترس از جمله: معلم، والدین، دوستان، مواد آموزشی و کمک آموزشی را شامل می‌شود (ضیغمیان و معینی کیا، ۱۳۹۸: ۳۵).