

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

جزوه: روش های مطالعه و یادگیری

استاد: سحر نعمتی

مدرسۀ فاطمه معصومه سلام الله علیها

البرز - بنگرود

پایه ۹

تعریف یادگیری: به معنای کسب دانش، فهمیدن یا تسلط بر امری از راه تجربه و مطالعه است. به عبارت دیگر، به معنای تغییرات نسبتاً پایدار در رفتار، شناخت یا عواطفی است که از تجربه یا تمرین پدید آمده است.

حقیقت و واقعیت چه فرقی دارند؟

واقعیت: در خارج است و همیشه ثابت و ابدی است.

حقیقت: چیزی هست که حتی اگر انکار کنید وجود دارد و ثابت است.

پژوهش: پژوهش تبدیل حقیقت به واقعیت است.

ثمره ی پژوهش تولید علم است حتی اگر اندک باشد.

علم چیست؟ معرفتی منظم است (مترادف حقیقت) که با روشهای معین (کمک کننده، پرسشگری، آزمایش، مصاحبه، مشاهده کتابخانه) بدست می آید که بخشی از واقعیت را بیان می کند.

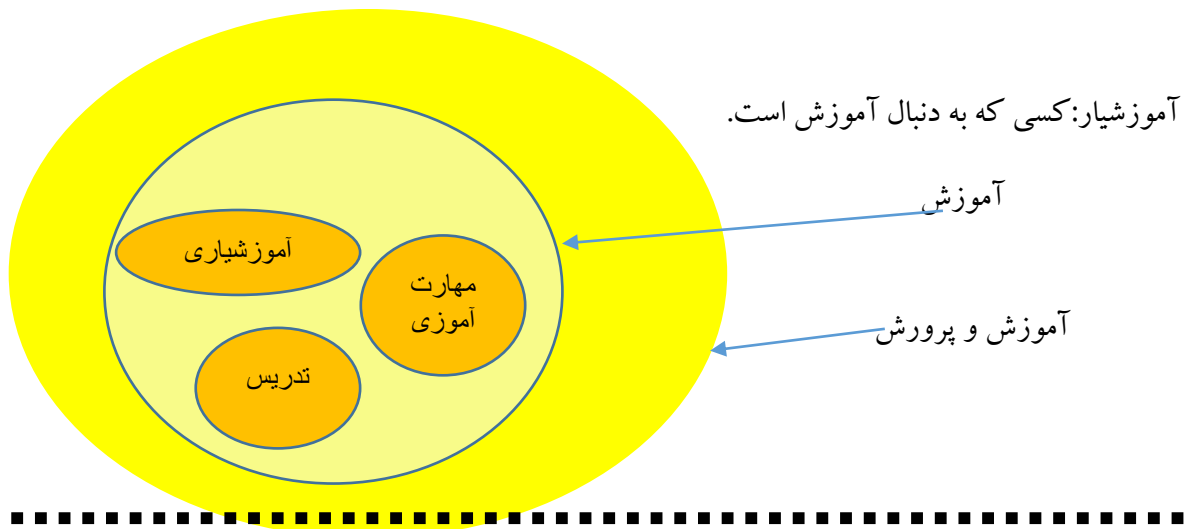
آموزش: فرآیندی است که معلم (فرآده) انجام می دهد تا در (فرا گیر) تغییر رفتار رخ دهد.

تعریف فرآیند: یک یا چند سری تغییرات متداومی است که: اولاً؛ جهت و هدف مشخصی دارد ثانياً؛ نیاز به زمان دارد ثالثاً؛ ابتدا و انتهای آن مشخص نیست.

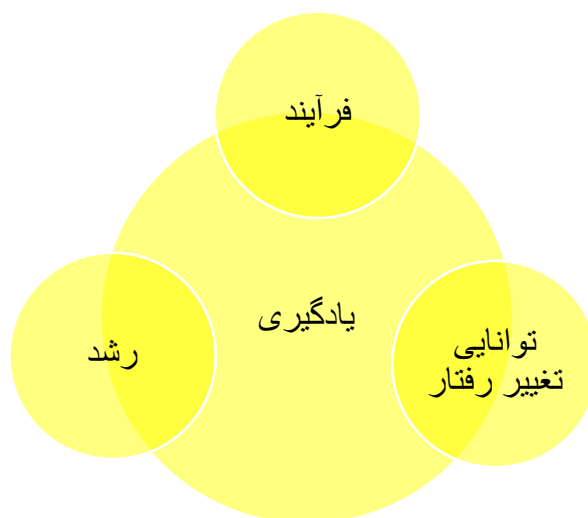
تعریف آموزش: فرآیندی است هدفمند که تمرکز انرژی و یک نقطه پایانی دارد، موجب توانایی در تغییر رفتار است. توسط معلم انجام می شود و یک ارتباط دو سویه ی تعاملی است.

تدریس: فرآیندی که دارای زمان و هدفمند است، نیاز به تمرکز و انرژی دارد از سوی معلم صورت می پذیرد. ممکن است غیر تعاملی یا یک سویه باشد.

آموزش در بردارنده: ۱- تدریس ۲- مهارت آموزی ۳- آموزشیار



تعریف یادگیری: فرآیندی است که توانایی تغییر رفتار را ایجاد می کند و لزوما ارتباط با رشد جسمی ندارد.



مثل حل شدن آب و قند (حبابهایی درون آن دیده می شود، مزه آن شیرین می شود، آب آرام می شود، آب کدر می شود، حجم تغییر می یابد) پس مغز انسان هم همین طور است وقتی اطلاعات می دهیم مراحل بالا به وجود می آید و آرام می شود.

اولین بخش یاد گیری: اولین بخش یاد گیری این است که ما با دنیای اطرافمان ارتباط برقرار کنیم، چون ذهن شروع به فعالیت می کند و اطلاعاتی که از دنیای اطراف گرفته جذب می شود.

مهمترین بخش یاد گیری: توانایی در تغییر رفتار است. (هدف یاد گیری)

مثال: بچه پنج ساله می تواند حافظ قرآن باشد ولی زن سی ساله به سختی می تواند این کار را انجام دهد البته بستگی به هوش افراد هم دارد.

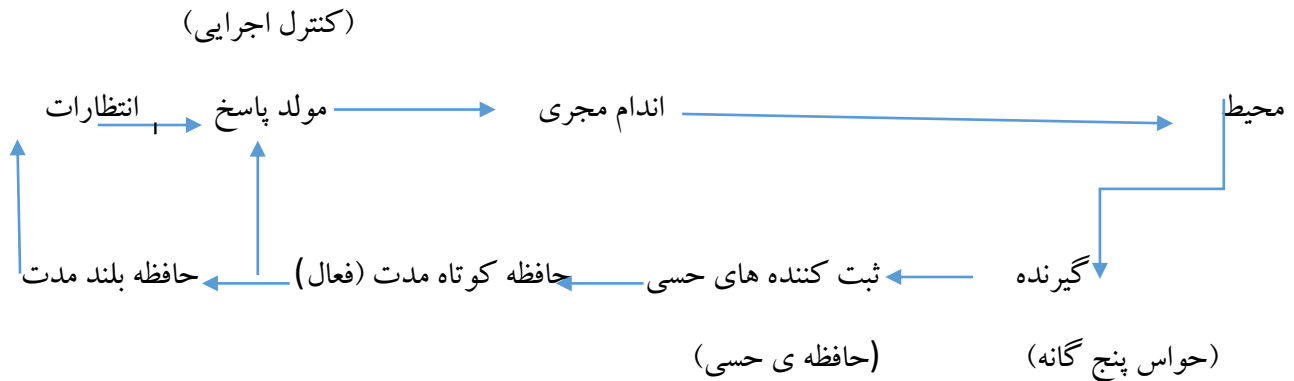
منظور از هوش: دکتر سیف در کتاب «توانایی تطابق با محیط» هوش را اینگونه تعریف کرده است:

۱- توانایی تطابق با محیط

۲- توانایی ایجاد ارتباط با دیگران

۳- توانایی تفکر انتزاعی

الگوی یادگیری و شناخت:



مولد پاسخ نیاز به نظارت دستگاه پردازش ذهنی است.

محیط از طریق گیرنده های حسی چیزی را می گیرد و آن را درک می کند و به ثبت کننده حسی می دهد و بعد ثبت کننده ی حسی آن را به حافظه کوتاه مدت می دهد و اگر به آن علاقه داشته باشیم در حافظه بلند مدت ثبت می شود و در غیر این صورت آنرا به مولد پاسخ و اندام مجری می دهد.

انواع حافظه:

- ۱- حافظه ی حسی
- ۲- حافظه ی کوتاه مدت
- ۳- حافظه ی بلند مدت

حافظه ی حسی:

- ۱- اطلاعات ۱ تا ۲ ثانیه ماندگاری دارد.
- ۲- نسبتاً بزرگ است چون قرار است اطلاعات زیادی از حواس پنج گانه را در خود جای دهد.
- ۳- با توجه کردن اطلاعات را می گیرد.
- ۴- بی توجهی به حافظه حسی باعث می شود که اطلاعات در حافظه قرار نگیرد.

حافظه کوتاه مدت:

- ۱- ۱۵ تا ۲۰ ثانیه اطلاعات باقی می ماند.

- ۲- حافظه کوچک است. قرار نیست در حافظه کوتاه مدت باقی بماند ۲ تا ۷ کلمه در این حافظه باقی می ماند، یعنی در مجموع ۹ کلمه که به صورت قطعه قطعه است.
- ۳- برای ماندگاری با تکرار و مرور ذهنی امکان پذیر است. برای مدت زمان زیادی اطلاعات در حافظه باقی می ماند.

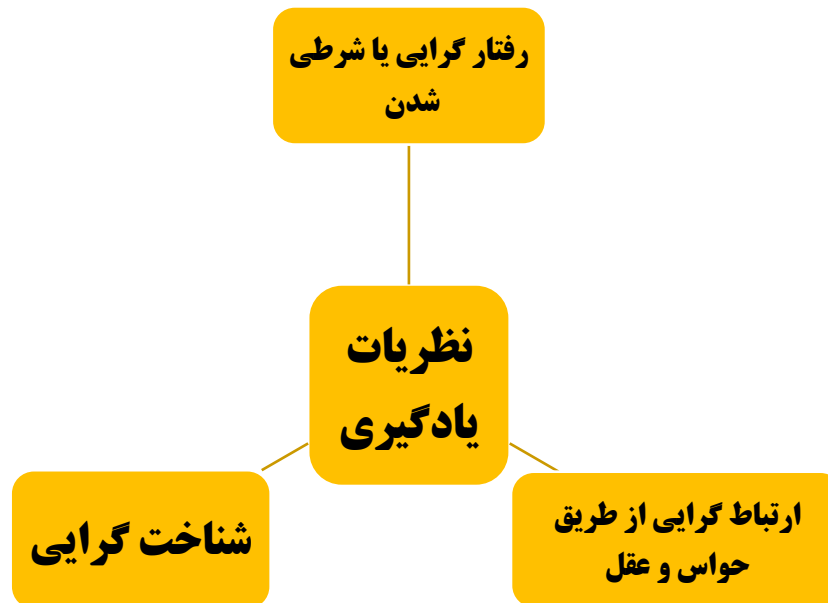
۴- با رمز گذاری شنیداری، رمز گذاری رویدادی، رمز گذاری معنایی

حافظه بلند مدت:

- ۱- جانشینی مطلبی جدید با مطالب قبلی.
- ۲- نگه داری اطلاعات نامحدود
- ۳- گنجایش نامحدود
- ۴- نوع اطلاعاتی که ذخیره می کند عمدتاً معنایی است. اما در کنار این اطلاعات معنایی مقداری از اطلاعات شنیداری و دیداری را نیز ذخیره می کند.

دلیل فراموش کردن اطلاعات :

- ۱- سرکوب کردن اطلاعات، باعث فراموشی می شود (تداخل و قاطی کردن اطلاعات).
- ۲- مشکلات باز یابی: یعنی یاد آوری اطلاعات مشکل است.



کامل ترین نظریه در مورد یاد گیری روش شناخت گرایی است.

شناخت: شناخت وقتی به وجود می آید که انسان حس کند و درک کند.

شناخت از دیدگاه شهید مطهری: مجموعه ای از ادراکات است که از یک چیز به ذهن می رسد و در ذهن بر اساس یک تجربه پیشین تجزیه و تحلیل می شود و به صورت منطقی بیان می شود.

حافظه بلند مدت: ۱-رویدادی

۲-معنایی

۳-روندی (مثل دوچرخه سواری)

روندی: دانستن چگونگی انجام دادن یک عمل.

شناخت و فرا شناخت:

درباره ی نحوه ی یادگیری و تفکر در مورد خود معنا پیدا می کند.

فراشناخت مترادف است با یاد گرفتن یادگیری

تعریف فرا شناخت از منظر براون:

۲- آگاهی ما از فعالیتها یا فرآیندهای شناختی خود و روش های مورد استفاده ما برای تنظیم فرآیندهای شناختیمان فراشناخت از یک سو دانش روشهای و فرآیندهای یادگیری و از سوی دیگر شامل روشهای نظارت و کنترل بر یادگیری است.

بخش نخست تعریف: به آگاهی یاد گیرنده از نحوه ی تاثیر گذاری دانش او بر عمل گردش اشاره دارد.

بخش دوم تعریف: یعنی کنترل یا نظم دهی شناخت بدین معناست که یاد گیرندگان می توانند از این دانش فرا شناخت، برای نظم دادن و هدایت کردن روشهای یادگیری خود استفاده کنند، در واقع دانش آموختگان بهره مند از دانش فراشناختی از راه واریسی، نقشه ریزی، هدایت، آزمودن، تجدید نظر کردن و ارزش یابی کردن فعالیت های شناختی خود به طور فعالانه و تفکر درباره ی عملکرد شناختی خود به این فعالیت ها نظم می دهند.

روش های یاد سپاری

۱- حفظ مطالب معنی دار: الف) استفاده از واسطه ها

ب) پیش سازمان دهنده ها که باعث ایجاد چهار چوب ذهنی می شود.

ج) رعایت سلسله مراتب یعنی مطالب آسان را ابتدا بخوانیم.

د) سازمان دادن به اطلاعات (طبقه بندی کردن)

۲- حفظ مطالب غیر معنی دار: الف) دارای قاعده است (طوطی وار، بخش بخش، با فاصله خواندن)

۳- مطالب یاد یار: الف) درست کردن یک تصویر ذهنی

ب) روش مکانها

ج) روش استفاده از کلمت کلیدی

فراموشی (تداخل یادگیری):

۱- قبلی ← بعدی: باز داری پس گرا، اطلاعات جدید؛ اطلاعات قبلی را پاک می کند.

۲- قبلی → بعدی: پیش گرا، اطلاعات قبلی؛ اطلاعات جدید را پاک می کند.

عوامل جلوگیری در تداخل:

۱- رعایت توالی مناسب مطالب

۲- پرآموزی

عوامل موثر در یادگیری :

۱- انگیزه و هدف (انگیزه محرک به سوی هدف است)

۲- سازماندهی کردن مطالب (تداوم یادگیری)

۳- آمادگی داشتن برای یادگیری

۴- تجارب گذشته ی فرد

۵- شرایط محیط یادگیری

۶- روش تدریس مربی، ایتاد، معلم

۷- تمرین تکرار

۸- حمایت عاطفی {از جانب خود یا از جانب دیگران}

مهارت های خوب درس خواندن:

۱- گوش دادن (به معنای ارتباط چشمی هم هست).

۲- پرسیدن (چون دقت و فهمیدن را بالا می برد).

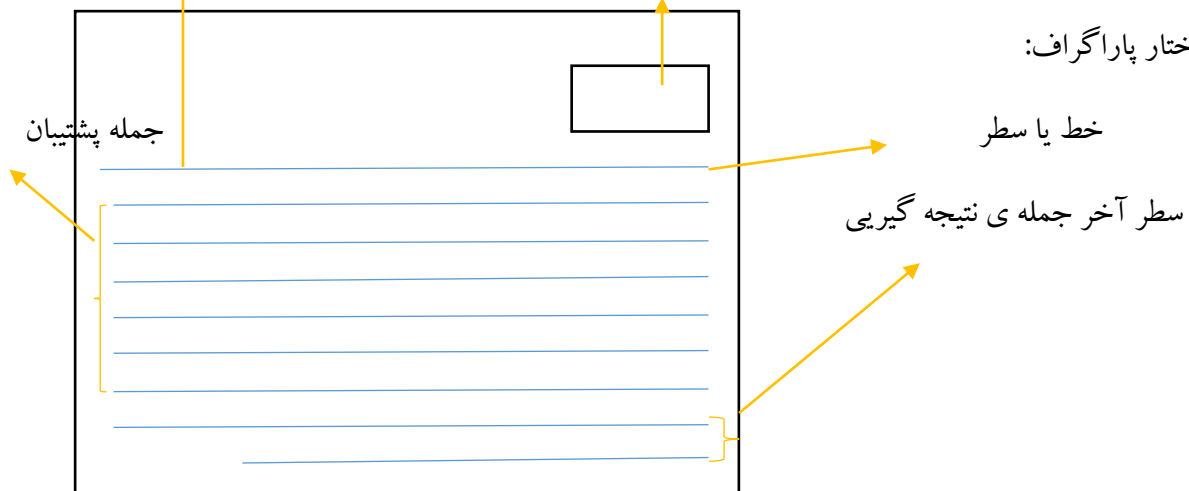
۳- مهارت یاد داشت برداری

۴- مهارت خلاصه نویسی

عبارت، تیتتر یا عنوان

جمه ی اولیه یا موضوع

ساختار پاراگراف:



قبل از آنکه وارد یاد گیری شوید یک کتاب را در دست بگیرید:

- ۱- خط اول الی خط دوم ابتدایی را که می خوانید گویا با یک مطلب گنگ و مبهم رو به رو شده اید، جمله ی اولیه روشن نیست.
- ۲- جمله های بعدی به توضیح همان موضوع می پردازند که به آنها جمله های توضیحی یا پشتیبان می گویند و اطلاعاتی از موضوع قبلی می دهند.
- ۳- جمله ی نتیجه گیری (سطر آخر متن) اگر بعد از جمله ی نتیجه گیری جمله ای بیاید به آن جمله ی رابط می گوئیم.

مهارت های خواندن

- ۱- خواندن سطحی و اولیه (روز نامه وار)
- ۲- در آوردن مفاهیم اصلی (خط کشیدن زیر مفاهیم اصلی)
- ۳- معنی دار کردن مفاهیم (مفاهیمی که زیر آنها خط کشیدید تحلیل کنید؛ ارتباط دادن به مفاهیم)
- ۴- خواندن مجدد مطالب قبلی که معنا دار شده
- ۵- یادداشت کردن مطالب قبلی که معنا دار شده (یادداشت برداری یا حاشیه نویسی)

فرق خواندن و مطالعه چیست؟

- مطالعه از طَلَع می آید، به معنای درخشیدن، نور زیادی دادن.
- خواندن: درک اولیه (درک حواس پنج گانه).
- مطالعه: فهم (باعث یاد گیری می شود).
- خواندن برای درک است و مطالعه برای فهم که به دنبال آن یاد گیری می آید.
- مثال: خواندن کتاب های جنگی + درک از راه حواس درباره محیط های جنگی = فهم از طریق مطالعه.

اهداف خواندن و مطالعه

۱- کسب اطلاعات

۲- کسب لذت

۳- کسب منزلت اجتماعی

۴- کسب تعادل روحی و جسمی

۵- کسب درآمد

۶- کسب ارتباط فردی و سازمانی

روشهای خواندن و مطالعه

۱- خواندن اجمالی

۶- خواندن انتقادی

۱- خواندن اجمالی

۲- تند خوانی

۷- پس ختام

۲- تند خوانی

۳- عبارت خوانی

۸- مردر

۳- عبارت خوانی

۴- دقیق خوانی

۵- خواندن تجسمی

روش های مطالعه

۱- خواندن اجمالی :

هدف از خواندن اجمالی دست یافتن به نکات و مطالب مهم کتاب و کشف ساختمان مواد و مطالب در یک زمان کوتاه و با سرعت بالاست.

فواید: ۱- کارآمدی بیشتر از راه تخمین زدن، اهمیت مطالب و طرح ریزی یک روش مناسب برای مطالعه است.

۲- بودجه بندی (حساب کردن) واقعی تر از زمان (زمان واقعی را حساب کنیم)

۳- افزایش میزان درک و طالب و نگهداری آنها در حافظه از راه کسب یک نظر اجمالی از کل مطالب بیش از خواندن جزئیات.

۴- افزایش میزان دقت و تمرکز حواس از طریق برانگیختن میزان علاقه.

روش: روش خواندن اجمالی مبتنی است بر یک نمونه گیری سریع (چند پرسش اساسی از خودمان) از نکات اصلی و صرف نظر کردن از جزئیات.

۱- سازماندهی اولیه

۲- تعیین هدف مطالعه

۳- برآورد دشواری و زمان مطالعه

۴- طرح سوال

در خواندن اجمالی کاری به محتوای مطالب کتاب نداریم.

۲- تند خوانی

یعنی سریع خواندن یک کتاب، کسب یک آشنایی کلی با مطالب کتاب از طریق مرور کردن کتاب با سرعتی فوق العاده زیاد.



فواید روش تند خوانی:

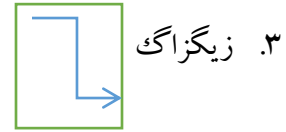
۱. کامل کردن روش اجمالی
۲. مرور کردن مطالبی که خوانده ایم.
۳. جانشین ساختن این روش با روش مطالعه دقیق و کامل (زمانی که درک کمتری از مطالب مورد نیاز است و وقت کمی موجود است).
۴. باعث افزودن انعطاف پذیری و گسترش دامنه سرعت های مطالعه می شود.

روش تند خوانی:

برپایه دید زدن و عادت چشم با ریتم های منظم و طی یک حرکت سریع است. این مهارت را می توان از طریق ایجاد یک احساس ریتم یا آهنگ بر اساس هر صفحه ای، چند ثانیه کسب کرد. اگر چه در ابتدای کاربرد این فن مطالعه، استفاده از یک راهنما مانند، انگشت نشان دست چپ (یا راست) توصیه می شود، هدف این است که خواننده از نظر ذهنی خود را به این فن عادت دهد و به طور ذهنی از یکی از الگوهای زیر متابعت کند. برای این کار و جهت تسلط یافتن بر مهارت دید زنی تمرینات فراوان لازم است.

الگوهای دید زنی:

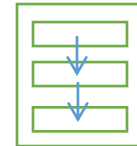
۱. عمودی 
۲. گوشه به گوشه 



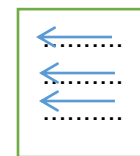
۳. زیگزاگ



۴. مارپیچ



۵. قسمت به قسمت



۶. افقی

تمرین

۱. انتخاب ریتم یعنی تند خوانی یک صفحه در ۱۰ ثانیه یا
۲. خواندن یک صفحه
۳. واریسی کردن ریتم کار
۴. ارزشیابی درک مطلب

❖ روش مطالعه انتخابی (زیر مجموعه تندخوانی)

علاوه بر کسب یک آشنایی کلی با مطالب، روش تند خوانی را می توان برای کسب اطلاعات بخصوص نیز مورد استفاده قرار داد. به این روش غالبا روش مطالعه انتخابی می گویند.

هدف: روش تند خواندن، از طریق انتخاب مطلب به خواننده یا محقق کمک می کند تا به طور خیلی سریع اطلاعات به خصوصی را که مرود نیاز اوست به دست آورد، بدون این که وقت خود را برای مطالب غیر مهم و غیر مرتبط تلف کند.

روش:

۱. جستجو برای اطلاعات جزئی (نام، تاریخ، مکان، قیمت و عنوان کتب و مقالات)
۲. جستجو برای نکات مهم (نکات کلی در عبارات و جملات)

۳. جستجو برای موضوعات کلی (با دقت بیشتر و سرعت کمتر در جستجوی کلمات و عبارات کلیدی مورد نظر باشیم)

۳- عبارت خوانی:

گروهی از کلمات که جمله نیست اما کنار هم دارای بار معنایی است.
تعریف: به معنای گروهی از کلمات است که مرتباً در یک موضوع بخصوص تکرار می شود (در یک پاراگراف مختلف هستند نه اینکه کلمات تکراری وجود داشته باشد) این گروه های کلمات نوعی زبان فرعی به نام اصطلاحات را می سازند. توجه بیشتر به اصطلاحات نه تنها در خواندن چند کلمه یا عبارت خوانی کمک می کند بلکه در درک مطلب، ایجاد ارتباط، نوشتن و گوش دادن نیز خواننده را یاری می کند.

هدف عبارت خوانی: افزایش سرعت مطالعه، از طریق خواندن عبارات و جملات به جای خواندن کلمات.

روش عبارت خوانی: دارای دو سطح است: ۱- سطح مکانیکی: مربوط به عادت دادن چشم برای حرکت سریع از طریق توجه کردن به گروه کلمات در عوض توقف چشم بر روی یک یک کلمات. این سطح مستلزم استفاده از میدان وسیع تر دید خواننده است، هر چه خواننده نسبت به سطح مکانیکی تسلط بیشتری داشته باشد از ادراک بیشتری هم برخوردار می شود.

سطح درک بالا: کلمه ها را پشت سر هم بخوانیم.

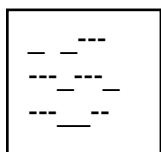
فرمول های اندازه گیری، سرعت خواندن:

$$\frac{\text{تعداد کلمات ۳ سطر}}{۳} \times \text{میانگین کلمات یک صفحه} = \text{تعداد خط های یک صفحه}$$

$$\text{تعداد کلمات در دقیقه} = \frac{\text{تعداد صفحات خوانده شده} \times \text{تعداد کلمات یک صفحه}}{\text{زمان مطالعه بر حسب دقیقه}}$$

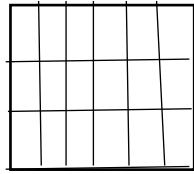
زمان مطالعه بر حسب دقیقه

تمرینات مربوط به سطح مکانیکی روش عبارت خوانی:

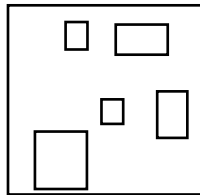


۱- تمرین مربوط به حرکت چشمی، تمرین مربوط به دامنه ی دید.

۲- تقسیمات مربوط به خط منقسم به طور منظم.

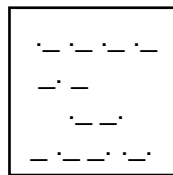


۳- تمرین مربوط به حرکت چشم با مطالب خواندنی روزانه.



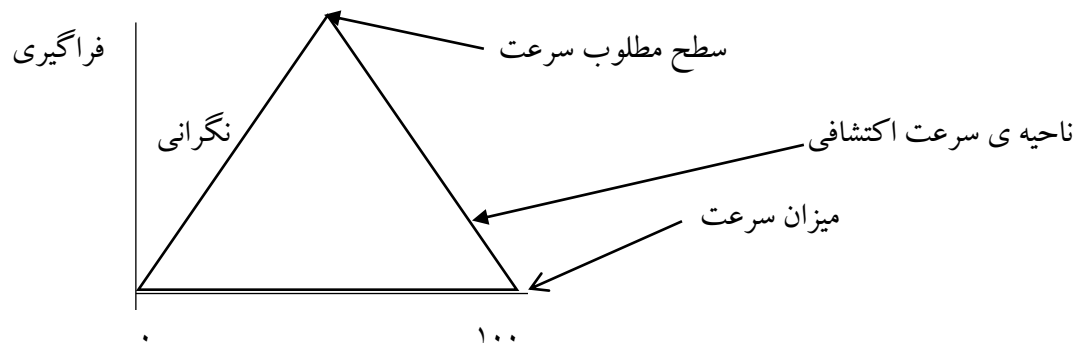
تمرینات مربوط به سطح ادراکی عبارت خوانی: ۱- از طریق دسته بندی کردن کلمات

۲- از طریق نقطه گذاری.



۳- بدون علامت گذاری (یعنی دیگر نیازی به علامت گذاری، دسته بندی و روش های دیگر نداریم آنقدر که قوی شویم).

۴- سنجیدن میزان سه علامت مطالعه به کشف سرعت مطلوب مطالعه می پردازیم.



۴- روش دقیق خوانی:

هدف دقیق خوانی درک کامل مطالب خوانده شده است و نگه داری آنها به طرزی منطقی و منظم در حافظه، به طریقی که یاد گیری برای استفاده های بعدی میسر باشد.

۱

فنون اساسی روش دقیق خوانی:

۱- سازمان دادن

۲- حاشیه نویسی

۳- علامت گذاری

۴- خلاصه نویسی

نمونه ی علامت گذاری به روش مطالعه:

الف) درون متن اصلی خط بکشید.

ب) نکات اصلی را داخل کروشه {} بگذارید.

ج) زیر جزئیات مهم خط بکشید.

د) در حاشیه ی کتاب انتقادات و سوالات خود را بنویسید.

مراحل درست خلاصه نویسی:

۱- خواندن اجمالی

۲- کاهش میزان حجم

۳- حاشیه نویسی یا علامت گذاری (هدف: دریافت پیام های متن، با ساختار ذهنی نویسنده آشنا می شویم)

۴- یادداشت برداری: نکات حائز اهمیت همه ی پاراگراف ها را در ۲ الی ۳ جمله ی مهم بنویسیم.

عناصر مهم جمله: (قسمت هایی از ابتدا و انتهای جمله، فکر نویسنده را عیناً بنویسیم)

جملاتی که می توانیم از آنها به طور کامل چشم پوشی کنیم.

جملاتی که نمی توانیم به طور کامل از آنها چشم پوشی کنیم. (توضیح، مثال، استدلال).

۵- تأمل در نوشته ها: به انسجام موجود توجه کنیم (چه ارتباطی بین مطالب هست).

۶- مشخص شدن موارد حذف شده (مثلا موارد تکراری، توضیحات اضافی و موارد غیر ضروری را حذف کنیم).

۷- پیوند زدن مطالب مهم متن: (نوشتار منسجم، وحدت قلم).

۸- باز خوانی: ویرایش متن اصلی.

شرایط و عناصر خلاصه نویسی مطلوب:

۱- آغاز خلاصه نویسی: نام متن اصلی، مشخصات کتاب، امتیازات علمی و ادبی، زندگی نامه ی مؤلف.

۲- اگر خلاصه ای طولانی داریم چکیده ای از آن را بنویسیم. (خلاصه را خلاصه کنیم).

۳- خلاصه باید آینه ی تمام نمای متن اصلی باشد: (حفظ امانت) اگر نویسنده در موردی که تمرکز کرده یا روی نکته ای تأکید کرده و یا موضوعی را تفصیل داده ما هم همین کار را می کنیم.

۴- حفظ طرح و ساختار بحث اصلی: هیچ گونه تصرفی در متن نکنیم و ساختار آنرا تغییر ندهیم. هر چیزی که نویسنده به ترتیب آورده ما هم همین کار را کنیم.

۵- برطرف کننده ی ابهامات، اشتباهات و انحرافات: اگر جایی از کتاب ابهام داشت سعی می کنیم آنرا بر طرف کنیم اگر بر طرف نشد در پاورقی آنرا می آوریم و می توانیم آن را نقد کنیم.

انواع خلاصه نویسی:

۱- خلاصه ی آزاد (یاد آوری و مرور مطلب)

۲- خلاصه ی تفصیلی (استفاده برای دیگران)

۳- معرفی کتاب (ایجاد انگیزه در مطالعه)

۴- خلاصه نویسی علمی (مقاله نویسی را خلاصه می کنیم)

۵- نموداری

۶- فهرستی

۷- موضوعی (فهرستی از مباحث یک کتاب را تهیه کنیم)

۵- روش مطالعه ی تجسمی:

هدف: افزایش دامنه ی تمرکز حواس و درک عمیق تر معانی.

فایده: ۱- تحریک حس کنجکاوی

۲- غلبه بر تنبلی

۳- آمادگی برای امتحانات

۴- افزایش زمان نگهداری مطالب از طریق کسب رضایت در پاسخ به سوالات

۵- آفرینندگی

روش: روش اصلی مطالعه ی تجسمی بر مبنای طرح سوال است حال سوالاتی که چه از طریق طبیعی به ذهن
خطور کند و چه آن سوالات را خود فرد ایجاد کند.

ایجاد کردن سوالات و به وجود آوردن آنها:

۱- محدودیت زمانی ندارد.

۲- این سوالات در تمام اوقات زمانی می تواند به وجود آید.

چه جاهایی در مطالعه طرح سوال داشته باشیم:

الف) کلی: قبل از مطالعه (منظور مطالعه ی اجمالی است).

ب) جزئی: بین مطالعه (تجزیه و تحلیل) از پاراگرافی که می خوانیم، اگر خلاق باشیم با نویسنده گفت و گو را شروع
می کنیم).

ج) مباحثه ای: بعد از مطالعه (پرسش از یکدیگر در باره ی محتوای کتاب).

۱- بالا بردن قدرت پیش بینی: ایجاد علاقه ی بیشتر

۲- علاقه را حفظ کنیم: تجزیه و تحلیل برای فهم بیشتر

۳- بعد از مطالعه ارزشیابی از میزان درک خود داشته باشیم و حتی انتقاد کنیم بعد از اینکه جزئیات را فهمیدیم.

سوالات باید نظم داشته باشند؛ یعنی:

۱- دسته بندی سوالات:

الف- کلیات و جزئیات مشخص باشد.

ب- ساده و پیچیده مشخص باشد.

ج- مسائل عینی و انتزاعی مشخص باشد.

۲- کنترل سوالات:

الف- هم از لحاظ کیفیت (سنجیده گفتن)

ب) هم از لحاظ کیفیت (سوالات بی ربط نپرسیدن)

بهترین نوع پرسش «چرایی و چگونگی است» سوالات میتواند با این کلمات از هم تفکیک شود. (کی، چه، کجا، چه موقع، چرا، چگونه)

۳- طبقه بندی سوالات (گام به گام):

الف) سوالات حافظه ای

ب) ترجمه ای

ج) تفسیری

د) کاربردی

ه) تحلیلی

ی) ترکیبی

و) ارزش یابی

الف) سوالات حافظه ای:

سوالاتی در ارتباط با یادآوری اطلاعات است. (گاهی واقعی، گاهی مفاهیمی، گاه روشمند و گاه ترکیبی اند).

ب) سوالات ترجمه ای:

مفهوم اصلی را به صورت غیر از صورت اصلی آن تبدیل کردن یا تبدیل کردن کلمات به نشانه ها و نشانه ها به اشکال، که در آمار کاربرد دارد.

ج) سوالات تفسیری:

این سوالات مستلزم کشف روابط میان اطلاعات واقعی تالیف، تفهیم و ارزش هاست.

کاربرد تفسیر مقایسه کردن است.

د) سوالات کاربردی:

مطالب عملی را به مسائل روز مره ارتباط دهیم. مثلاً ربط دادن جنگ احزاب به مسائل امروز.

ه) سوالات تحلیلی:

این سوالات به یاد گیرنده کمک می کند تا قدم های منطقی به کار رفته در یک نظام فکری را که برای رسیدن

به یک نتیجه لازم است تشخیص دهد. (مطالب قسمت های مختلف کتاب را به هم ربط دهیم) مثلاً یک

پاراگراف را می خواهیم بخوانیم و ربطش را با خط بعدی بدانیم.

ی) سوالات ترکیبی:

بررسی یک سری مطالب جزئی که با هم ترکیب می کنیم و به یک نتیجه می رسیم (شبکه های اجتماعی در

ترویج طلاق چه نقشی داشتند؟) با کنار هم قرار دادن جزئیات و اطلاعات و اجرای یک اثر، اندیشه ی تازه به

وجود می آید.

و) سوالات ارزش یابی:

سنجیدن مطالب خواننده شده، داوری درباره ی ارزش و اعتبار یک مطلب برای منظوری معین با کمک معیار

های تعیین شده.

آن معیارها چیست؟ ۱- درونی (بررسی محتوای کتاب)

۲- بیرونی (مقایسه محتوای کتاب با سایر کتاب ها)

مثلا چه زمانی باید آزادی فردی را بر رفاه اجتماعی ترجیح داد و چه وقت باید رفاه اجتماعی را بر آزادی فردی ارجح دانست؟ چرا؟

نکات مهم:

۱- در تمام این مراحل باید از ابتدا گام به گام و مرحله به مرحله پیش برویم. مثلا اگر بخواهیم یک موضوعی را تفسیر کنیم باید ابتدا مرحله ی حافظه ای-ترجمه ای و بعد تفسیری را انجام دهیم.

۲- رعایت سلسله مراتب از ساده به دشوار.

۳- طبقه بندی هر سوال در آخر وابسته به تجربیات و مطالعات قبلی طراح سوال است. مثلا معنای زهد را می دانند و نیازی نیست که به معنای آن مراجعه کند و با جزئیات آن آشنا شود.

تمرینات: ۱- طرح جریان سوالات

۲- گفت و شنود با مولف

۳- غلبه بر ترس از شکست

۴- مطالبی که کمتر مورد علاقه هستند

۵- مرور کردن برای امتحان

۶- استاد کدام سوالات را مطرح می کند

۶- مطالعه ی انتقادی

هدف: هدف از خواندن انتقادی دست یابی به قضاوت مستدل و در گیری عمیق تر با مطالب از طریق تجزیه و تحلیل معانی است.

روش ها: ۱- سوال کردن

۲- استنباط کردن

۳- ربط دادن

۴- نقد (ارزش یابی از طریق ملاک ها و معیار های درونی و بیرونی).

۱_ سوال کردن: نوع سواباتی که درباره ی هر مطلب خواندنی طرح می کنید به نوع موضوع یا مطلب و همچنین به کیفیت و میزان تجزیه و تحلیل شما از مطلب وابسته است.

ماهیت: ۱- تز اصلی این نویسنده چیست؟

۲- چه اطلاعاتی برای پشت بندی این تز داده شده است.

۳- آیا این اطلاعات درست است؟

۴- اطلاعات مرتبط دیگری وجود دارد که بحث نشده باشد؟

۵- آیا نتیجه گیری نویسنده مبتنی بر استدلال منطقی است.

۲_ استنباط کردن: با سوال کردن معنا می گیرد.

استنباط کردن به همراه سوال کردن ؛ فنی است که می توان از طریق آن بر اساس آنچه نویسنده بیان کرده ه نتیجه گیری های منطقی دست یافت.

با مورد نظر قرار دادن مسائل ماورای آنچه نویسنده مستقیما بیان کرده و کشف مطالبی که به طور ضمنی به آنها اشاره شده است ، نظر وسیع تری برای انتقاد از مطالب کسب خواهید کرد تا فهمیده شود منظور مولف کدام یک از موارد زیر است؟

۱- توصیف کردن

۲- اطلاع دادن

۳- سرگرم کردن

۴- برانگیختن عواطف

۵- تبلیغ کردن

۶- تعلیم دادن و ...

۳- ربط دادن:

۱- بخش با بخش یا فصل با فصل در داخل کتاب را به یکدیگر ربط دهیم.

۲- ربط دادن کتاب با کتاب یا کتاب با سایر مطالب نوشتنی از قبیل مقاله ، روزنامه و مجلات

۳- ارتباط کتاب با تجربیات شخصی

۴- نقد: ارزشیابی از طریق ملاکها و معیارهای درونی و بیرونی : ارزش یابی و فن داوری کردن درباره ی ارزش یا اهمیت چیزی است که خوانده اید. این داوری از طریق سوال هایی که طرح کرده اید و استنباط هایی که داشته اید و روابطی که ایجاد کرده اید انجام می گیرد.

از نظر کلی ارزشیابی صحیح و جامع باید در بر گیرنده محتوا، سازمان و کسب اثر باشد و بر اساس ملاکهای درونی و بیرونی صورت پذیرد.

ملاک های درونی:

محتوا: ۱- آیا مولف فقط یک جنبه را در نظر دارد؟

۲- آیا وی برای عقاید و نظرهای خود دلایل واضح آورده است؟

۳- آیا فرضیهایی بیان می کند و آن فرضها معتبر هستند؟

سازمان دهی: ۱- نحوه ی استدلال نویسنده کدام است؟

۲- آیا یک جریان منطقی از اطلاعات جزئی وجود دارد که به تدریج وصل شود؟

سبک درونی: ۱- آیا انتقال از نکته ای به نکته ای دیگر به صورت روشن انجام می شود؟

۲- آیا سبک نوشتن مولف سبب روشنی یا ابهام مطالب می شود؟

ملاکهای بیرونی:

محتوا: ۱- اندیشه ها و مطالبی که مولف بیان کرده است با تجربیات موافق است؟

۲- آیا مولف به حذف اطلاعات ضروری و اضافه کردن اطلاعات نامربوط پرداخته است؟

سازمان دهی:

۱- نحوه ی سازمان دادن مطالب مولف در مقایسه با سایر آثار مشابه چه وضعی دارد؟

۲- آیا این مولف از سایر مولفان مطالب خود را بهتر سازمان داده است یا بدتر؟

سبک بیرونی:

۱- سبک این مولف با سبک مولفان دیگر چه ارتباطی دارد؟

۷- روش پس ختام (sq4r)

پیش خوانی: (خواندن اجمالی) در پیش خوانی مطلبی که در یک کتاب باید مدنظر باشد عبارت است از: ۱-

مقدمه

۲- توضیحات مقدماتی

۳- هدف ها

۴- تیتراصلی و فرعی

۵- خلاصه

۶- جمله ی موضوعی یا مقدماتی پاراگراف ها

۷- پاراگراف ها

دلایل پیش خوانی:

۱- همه ی اقدامات فرد به فعال شدن طرح واره های گیرنده کمک می کند، بنابراین یاد گیرنده خواهد توانست

فصل مورد نظر را به طور کامل بعد از مطالعه تفسیر کرده به یاد سپارد.

۲- سوال تجسمی: سوالهای خود را با کلمات (چگونه، چه کسی، چرا، چه چیزی) برای هر قسمت یا فصلی

از یک کتاب که می خوانیم و حتی برای پاراگراف ها می توانیم سوال طرح کنیم.

۳- خواندن (دقیق خوانی) سعی کنید به هنگام مطالعه سوال هایی را که مطرح کرده اید پاسخ دهید، این سوالات

می تواند در اندیشه های اصلی و جزئیات مؤید آن اندیشه ها و یا حتی معطوف به اهداف شما از خواندن باشد.

۴- تفکر: کار هایی که برای تفکر باید انجام شود.

۱- آنچه را که می خوانیم با مطالبی که از قبل یاد گرفته ایم ربط دهیم.

۲- نکات فرعی را به مطالب اصلی پیوند دهیم.

۳- بکوشیم تا تناقضات موجود را حل کنیم.

۴- با استفاده از اطلاعاتی که می خوانیم ، مسائل طرح شده را جواب دهیم.

۵- از حفظ گفتن، سنجیدن و از خود پرسیدن برای حفظ کامل متن.

۶- مرور کردن (تقویت مطالب مهم)

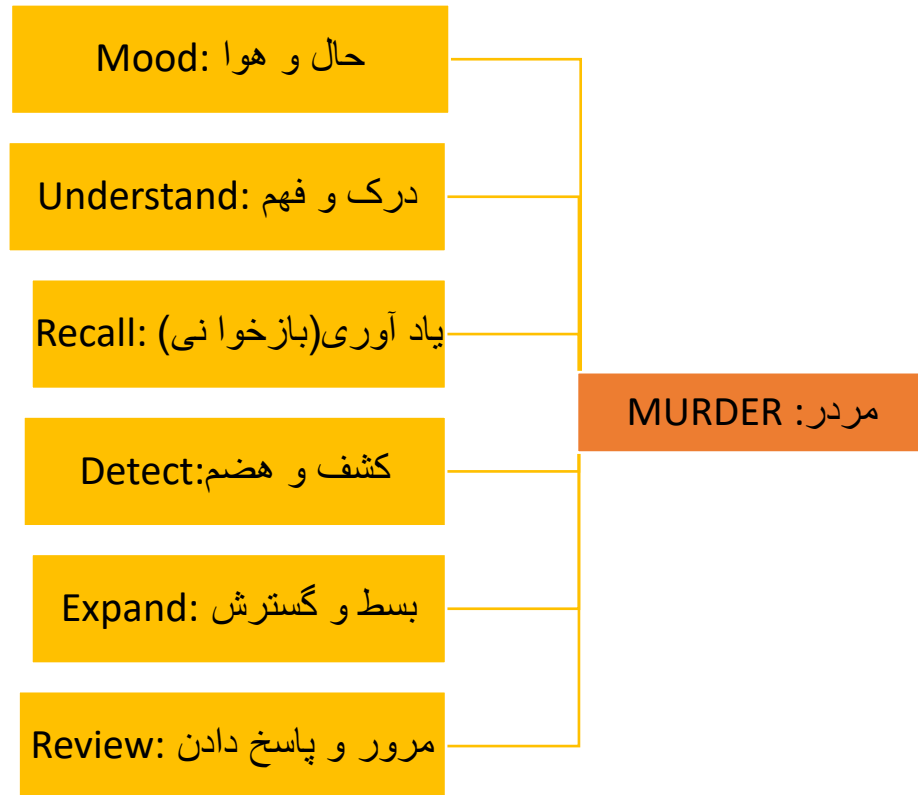
مراحل بهسازی مطالب و حافظه:

۱- سازمان دهی

۲- سبب معنایی (تفکر)

۳- تمرین بازیابی

۸- روش مُردر



۱- حال و هوا:

الف) قبل از مطالعه حال و هوای یاد گرفتن را داشته باشیم و بتوانیم آن را حفظ کنیم.

ب) می‌توانیم با ایجاد حالت آرمیدگی عضلاتی بر اضطراب غلبه کنیم

ج) جانشین کردن افکار مثبت به جای افکار منفی.

۲- درک و فهم:

الف) سعی در درک عمیق مطلبی که می‌خوانیم.

ب) علامت گذاری مطالبی که خوب نفهمیده ایم و مرور مجدد آن.

۳- یادآوری:

الف) استفاده از راهبرد های تفسیر، تخیل و تحلیل مفاهیم.

ب) یادآوری مطلبی که در مرحله‌ی قبل خوانده ایم.

۴- کشف و هضم:

الف) مراجعه به قسمت‌هایی که نفهمیده ایم و یادگیری آن.

ب) تبدیل اجزای پیچیده به جزء های ساده تر.

ج) استفاده از فرهنگ لغات، کتاب های دیگر و ...

۵- بسط و گسترش:

الف) شاخ و برگ دادن به مطالب

ب) ربط دادن آنها به مطلب هایی که خوانده ایم

ج) در این مرحله بهتر است این چنین سوالهایی را از خودمان بپرسیم:

۱) اگر به نویسنده دسترسی داشتید چه سوال هایی از او می‌پرسیدند؟

۲) چگونه می‌توانید از اطلاعاتی که کسب می‌کنید در عمل استفاده نمایید؟

۳) چگونه می‌توانید مطالبی را که می‌خوانید برای کسانی دیگر قابل فهم تر و قابل توجه تر سازید؟

۶-مرور و پاسخ دادن:

الف)مرور دوباره برای رفع کم و کاست و نواقص یاد گیری.

ب)توجه کردن به نکات مهم و تمرکز بر هدف های یاد گیری.

ج)این مرحله معمولاً بعد از امتحان برای رفع نواقص انجام می شود.

منابع:

۱. علی اکبر سیف، روش های یادگیری و مطالعه، مؤسسه انتشارات آگاه، تهران، ۱۳۷۹

۲. حسن اسلام پور کریمی، خودآموز مقدمات پژوهش، سمت، تهران، ۱۳۹۴

۳. فیلم های استاد نوروزی و مؤمنی