

۱۷۷۹ - ۱۴۴۱



هفت راز موفقیت برای دانش پژوهان

دکتر رضوان حجازی - نهاله حیاتی



هیو کورنر و ماریا گاردینر

هفت راز موفقیت برای دانش پژوهان

(استادان، پژوهشگران و دانشجویان تحصیلات تکمیلی)

دکتر رضوان حجازی؛ عضو هیأت علمی دانشگاه الزهراء (س)

نهاله حیاتی؛ دانشجوی دکتری دانشگاه الزهراء (س)

THE SEVEN SECRETS
Of highly successful research students
by: Hugh Kearns & Maria Gardiner
ThinkWell, Australia, 2012

دانشنامه: کرنز هیوو گاردینر ماریا
۱۴۰۰، و نام پندآورنده: هفت از موفقیت برای دانش پژوهان / هیوو کرنز و ماریا گاردینر
جمعه: ۱۰ کتر رضوان حجازی و نهاله حیاتی.
مشخصات نشر: تهران، طرح نوین اندیشه، ۱۳۹۵.
مخصات ظاهری: ۶۸ص.

شابک: ۷-۲ - ۶۳۸۴ - ۹۷۸۰۰۰۰۵۰۰۰ ریال

THE SEVEN SECRETS

Of highly successful research students

موضوع: دکتری (درجه دینشگاه)

Doctor of philosophy degree: موضوع

موضوع: پایان نامه ها

Dissertations, Academic: موضوع

موضوع: دوره‌های تحصیلات تکمیلی

Universities and colleges - Graduate work: موضوع

شناسه افزوده: گاردینر، ماریا ۱۹۶۳ م

Gardiner, Maria: شناسه افزوده:

شناسه افزوده: حجازي، رضوان، ۱۳۳۳- مترجم

شناسه افزوده: حیات، نهاله، ۱۳۶۶ - مترجم

رده‌بندی کنگره: ۵۱۳۹۵: ۷۴۵۷ LB۲۳۸۶

۳۷۸/۱۷۹۴: دہ ہندی دیوے،

شماره کتاب شناسی ملی: ۴۳۶۶۰۴۱

هفت راز موفقیت برای دانش پژوهان
(استادان، پژوهشگران و دانشجویان تحصیلات تکمیلی)

هيو ڪرنز و ماري اڱار دينر

ترجمہ: دکتر رضوان حجازی ونہالہ حیاتی

چاپ: اول تهران ۱۳۹۵

ناشر مؤلف: رضوان حجازی

تعداد: ۳۰۰ نسخه

قیمت: ۵۰۰۰ تومان

لیتوگرافی و چاپ: نقش باران گرافیک: حسین پیرورامی

تمامی حقوق این اثر برای مؤلف محفوظ است. تکثیر یا تولید مجدد آن به صورت جزیی یا کلی، به هر صورت (حاج، فته، کتب صوت، تصویر و انتشار الکترونیک) بدون اجازه و بکتاب ممنوع است.

درباره این کتاب (مقدمه نویسندگان):

از حدود ده سال پیش در دانشگاه فلیندرز در آدلاید استرالیا، اقدام به برگزاری کارگاه‌هایی برای دانشجویان پژوهشگر نمودیم. در این کارگاه‌ها، دنبال روش‌هایی بودیم تا به دانشجویان کمک کنیم که اثربخش‌تر کار کنند. چالش‌هایی که درخصوص پژوهش پیش می‌آید، فائق آیند. بر این مسیر، خود نیز به همراه شرکت‌کنندگان در کارگاه‌ها، درخصوص روش‌های تکمیل یک درجه‌ی پژوهشی و استراتژی‌های غلبه بر آنها، با طلب‌مقدم، آموختیم. در سال ۲۰۰۶، نسخه‌ی اول از کتاب "هفت راز موفقیت برای دانش‌پژوهان" را منتشر کردیم تا ضمیمه‌ی کارگاهی با همین عنوان شود. کتاب، محبوبیت زیادی نزد دانشجویان پژوهشگر یافت و ما را با آن آشنا شد. تا در سال ۲۰۰۸ به تجدید چاپ آن پردازیم. نسخه‌ی حاضر، به‌عنوان نسخه‌ی اصلاحی به‌طور کامل بازنگری شده است تا اغلب مواردی که در کارگاه‌ها پوشش داده می‌شود را دربر گیرد. در حال حاضر، این کارگاه‌ها در دانشگاه‌های مختلف کشورهای استرالیا، زلاندنو، انگلستان، ایرلند، ایالات متحده، آمریکا و کانادا در حال برگزاری است. هرچند سیستم و ترمینولوژی هر کشور متفاوت است ولی بر اساس تجارب ما، چالش‌ها در همه جا مشترک بوده و مهم‌تر اینکه استراتژی‌های موفقیت یکسان هستند. نسخه‌ی حاضر که به‌طور کامل بازنگری شده است، به تجارب و آموخته‌های ما طی ده سال گذشته و تجارب هزاران دانشجوی پژوهشگری که با آنها کار کرده‌ایم، نزدیکتر شده است.

اکنون پس از گذشت ده سال، بسیار بیش از پیش متقاعد شده‌ایم که اگر دانشجویان، این رازها را بدانند و از آن استفاده کنند، دوران دانشجویی خود را بسیار سریع‌تر خواهند گذرانند و مهم‌تر اینکه، بیشتر از آن لذت خواهند برد.

هیو کرنز

ماریا گاردینر مارس ۲۰۱۲

مقدمه‌ی مترجمین:

یکی از مهم‌ترین دغدغه‌های دانشجویان مقاطع تحصیلات تکمیلی، پایان‌نامه یا رساله است. دانشجویان پس از گذراندن واحدهای درسی، وارد مرحله‌ی پژوهشی می‌شوند. به دلیل ماهیت متفاوت این مرحله نسبت به مراحل و دوره‌های آموزشی قبلی که دانشجویان از بدو ورود به دانشگاه تجربه کرده‌اند، اغلب با چالش‌هایی همراه است. اهمیت مرحله‌ی پژوهشی به اندازه‌ی کافی بالاست و ضروری به نظر می‌رسد که آمادگی لازم به‌ویژه از لحاظ ذهنی و روانی درخصوص آن کسب گردد. این آمادگی می‌تواند با برگزاری کارگاه‌ها، انتشار مقالاتی در این خصوص یا برگزاری دوره‌هایی جهت مشاوره با دانشجویان ایجاد گردد. کتاب حاضر یکی از منابعی است که به دنبال برگزاری کارگاه‌هایی درخصوص محوای مواجهه با این دوره توسط دو تن از دانشگاهیان دانشگاه فلیندرز استرالیا نوشته شده است. مطالب این کتاب نشان‌دهنده‌ی این است که در همه‌ی جنبه‌های دانشجویان مقاطع مختلف تحصیلات تکمیلی و پژوهش‌گران، دغدغه‌های مشابهی دارند و رویدادها، افکار و احساساتی که در این دوره تجربه می‌کنند، کم و بیش مشترک است. هدف از ترجمه‌ی این کتاب، فعال راهکارهای مفید پیشنهادی به پژوهشگران و کمک به اتمام دوری پژوهش با درجه‌ی قابل قبول و البته لذت‌بردن از این دوره است. در ترجمه‌ی کتاب تلاش شده است تا حد ممکن وفاداری به منبع اصلی رعایت شود و به همین دلیل ممکن است تعداد اندکی از مثال‌ها و تجارب دانشجویان خود رعایت کمتری داشته باشد. امید است این ترجمه بتواند راهنمایی برای اساتید و مدیران این دوره توسط پژوهشگران باشد. پیش از شروع مباحث این کتاب، با توجه به عنوان به توضیح مفهوم راز می‌پردازیم.

... بگذارید از همین ابتدا تکلیف خود را با کلمه‌ی راز روشن کنیم: در زندگی حقایقی هست که آنها را می‌دانیم ولی به‌سادگی از کنارشان عبور می‌کنیم. این اتفاق، زمانی پیش می‌آید که هنوز ارزش واقعی این دانسته‌ها را کشف نکرده‌ایم. علم به آنها داریم، ولی آنها را عمیقاً باور نکرده‌ایم. به عنوان مثال می‌دانیم که تغذیه‌ی مناسب، ورزش کردن و دوری از عوامل و محیط‌های اضطراب‌آور برای سلامتی جسم و روح ضروری است و رعایت این موارد بی‌شک، کیفیت زندگی را ارتقا

می‌دهد ... اما آیا این واقعیات، عمیقاً باور شده و به کار بسته شده است؟ اگر چنین بود، هم اکنون آمار مربوط به بخشی از حوزه سلامت که مشخصاً متأثر از چنین فاکتورهایی است، متفاوت از وضع حاضر می‌بود. دانستن منهای باور و درک عمیق، عین ندانستن است. ما نام این دانسته‌های باورنشده را راز می‌گذاریم. شنیدن، دانستن، گفتن و تکرار کردن و حتی اثبات علمی پدیده‌ها کافی نیست؛ باید دانسته‌ها را درک کرد و به کار گرفت. تا زمانی که شما با تمام وجود، آنها را باور نکنید، همواره راز باقی خواهند ماند. در این کتاب صحبت از هفت راز است؛ در حل کتاب و با خواندن آنها بارها خواهید گفت: بله برای من هم پیش آمده است. من هم این حس را تجربه کرده‌ام، من هم این را می‌دانم. هدف ما این است که دانسته‌های شما را تبدیل به باورهایتان کنیم. ساده‌ترین دانه‌ای ما را برای پیش برد کار تحقیقی‌تان به خدمت بگیریم و برای این منظور، آنها همان این رازها از طرف ما کافی نیست. پس راز هشتم را همین ابتدای کار به شما می‌گوییم. لازمه‌ی بر ملا شدن این هفت راز این است که آنها را باور کنید و به کار بگیرید. ما زمانی به هدف خود می‌رسیم که شما راز، ختم را باور کنید.

راز ۱:

هوای استاد راهنمای خود را داشته باشید تا راهنمایی مورد نیازتان را دریافت کنید!..... ۸

- اولویتها ۹
- همواره پیگیر استاد راهنما باشید؛ البته با رعایت ادب و احترام ۱۰
- این رساله‌ی شماست؛ پس باید خود شما هدایت‌گر آن باشید ۱۱
- مسائل فرهنگی ۱۱
- جلسات و گفتگو ۱۲
- سیرت‌های باز ۱۲
- جلسات منظم: زمان ابل جلسات مکرر ۱۳
- علوم تجربی در مقابل علوم انسانی ۱۳
- مسئولیت جلسات ۱۴
- درست‌گرفتن کنایات ۱۴
- دستور کار جلسات ۱۵
- دستور کار جلسات ۱۶
- اقدام بعدی ۱۶
- قبل و بعد از جلسات ایمیل بزنید ۱۷
- استاد راهنمای دوم؛ کبوتر نامه‌رسان نباشید ۱۸
- کارساز نبودن رابطه‌ی استاد و دانشجو ۱۹
- مهارت "داشتن هوای استاد راهنما" را در خود ارزیابی کنید ۱۹

راز ۲:

به موازات پیش‌روی در کار پژوهشی، بنویسید و نوشته‌هایتان را به دیگران نشان دهید ۲۲

- دلیل اینکه افراد نمی‌نویسند (یا اغلب می‌نویسند) چیست؟ ۲۲
- نگارش سرپایی یا نگارش با فراغ بال ۲۳
- نگارش با فراغ بال ۲۳
- نگارش سرپایی؛ اندک ولی اغلب ۲۴
- این روش کارساز است! ۲۴

- نوشتن چیست؟ ۲۵
- نوشتن چه نیست؟ ۲۵
- غرق شدن در فرعیات بدون وجود اصل مطلب ۲۶
- نشان دادن و ارائه‌ی نوشته‌ها؛ بازخورد بگیرید ۲۶
- متشکرم ۲۷
- با تمام این تفاسیر، بازخورد ناراحت‌کننده است ۲۷
- مهارت "نوشتن و نشان دادن نوشته‌های خود به دیگران" را در خود ارزیابی کنید ۲۸

راز ۳:

- واقع‌بین باش! این یک جایزه‌ی نوبل نیست ۳۰
- وقتی رساله‌ام منور به اندازه‌ی کافی خوب نیست! ۳۰
- عکس‌العمل: اما چیست؟ ۳۰
- نشانگان خود را ردگیری (سندرم ایمپاستر) ۳۳
- غنابخشی قابل‌توجه را اصیل ۳۳
- دارید یاد می‌گیرید که چگونه بازخورد بپذیرید ۳۴
- کمال‌گرایی ۳۴
- شواهدی کسب کنید ۳۵
- مهارت "واقع‌بین بودن" را در خود ارزیابی کنید ۳۶

راز ۴:

- به هرگونه عامل مزاحمت و حواس‌پرتی پاسخ منفی دهید ۳۷
- تصور نمی‌کنید که این عوامل، نوعی عامل مزاحمتند ۳۸
- حتماً دارید شبانه‌روز یا ۲۴ ساعت از هفت روز هفته را روی رساله‌تان کار می‌کنید! بله قطعاً! ۳۸
- چرا کارخانه بسیار سرگرم‌کننده‌تر است؟ ۴۰
- ایمیل ۴۱
- استراتژی‌هایی برای اجتناب از عوامل حواس‌پرتی ۴۲
- مهارت "پاسخ منفی به هرگونه عامل مزاحمت و حواس‌پرتی" را در خود ارزیابی کنید ۴۳

راز ۵:

- در حال حاضر رساله، شغل شما محسوب می‌شود؛ یعنی باید ساعات
 کاری مشخصی داشته باشید، ولی تعطیلی هم دارید ۴۴
- ساعت‌های خیالی ۴۵
 - ساعت‌های طلایی ۴۶
 - دو ساعت طلایی ۴۶
 - راه‌های دیگر برای تلقی رساله به عنوان يك شغل ۴۷
 - مکان برای کار کردن ۴۷
 - دستن برداشته ۴۷
 - تجهیزات ۴۷
 - کارایی بیش از حد داشته‌اگر ۴۸
 - مهارت "شغل پذیرا شدن به" را در خود ارزیابی کنید ۴۸

راز ۶:

- كمك بگيريد؛ شما يك صاحب و كار مالك- اپراتور تك نفره
 نیستید ۵۰
- ویرایش ۵۱
 - آمار ۵۱
 - جمع‌آوری داده ۵۲
 - رونوشت برداری ۵۲
 - قالب‌بندی ۵۳
 - معامل‌های انجام دهید ۵۴
 - كمك فنى ۵۴
 - مشاوره با دیگر پژوهشگران ۵۴
 - كمك‌های دیگر ۵۵
 - استاد راهنمایان ۵۵
 - کتابدار رابط دانشگاه ۵۵
 - مركز فارغ التحصيلان ۵۵
 - انجمن تحصیلات تکمیلی دانشگاه ۵۶

- کمک گرفتن در کارخانه، تمیزکاری، باغبانی ۵۶
- این کارها هزینه بر هستند ۵۶
- مهارت "کمک گرفتن" را در خود ارزیابی کنید ۵۷

راز ۷:

شما می‌توانید از پس آن برآیید؛ در یک رساله ۱۰ «هوش و ۹۰» پشتکار
دخیل است ۵۸

- پشتکار ۵۸
- هوش ۵۹
- حال: گونه باید ثبات قدم و پشتکار خود را حفظ کنید؟ ۶۰
- مهارت "ستن ثبات قدم و پشتکار" را در خود ارزیابی کنید ۶۰
- اکنون دست به کار شوید ۶۱
- کارهای کوچک ۶۲
- اقدامات نمونه ۶۲
- اقدام شما ۶۳
- درباره نویسنده کان ۶۳