



انتشارات ادیبان روز

مهارت حل مسأله و تصمیم‌گیری

(همراه با راهنمای تدریس و طرح سؤال بانک سؤالات، و واژه نامه ی انگلیسی)

دکتر سمیرا میرزاپور

دکتر حسین بهرامی

www.ketab.ir

سرشناسه :	میرزاپور، سمیرا، ۱۳۶۱-
عنوان و نام پدیدآور:	مهارت حل مسأله و تصمیم گیری (همراه با راهنمای تدریس و طرح سؤال...) / سمیرا میرزاپور، حسین بهرامی
مشخصات نشر:	تهران، ادیبان روز، ۱۳۹۵
مشخصات ظاهری:	۱۸۴ ص.
شابک:	۹۷۸-۶۰۰-۸۱۹۰-۱۵-۸
وضعیت فهرست نویسی:	فیبیا
یادداشت:	واژه نامه
یادداشت:	کتابنامه
موضوع:	حل مساله
موضوع:	تصمیم گیری
موضوع:	مهارت های زندگی
موضوع:	حل مساله - راهنمای آموزشی (عالی)
نمونه افزودن:	بهرامی، حسین، ۱۳۵۴-
ردیف پند و خرد:	BF ۴۴۹/م۹م۹ ۱۳۹۵
رده بندی دیسیپلین:	۱۵۳/۴۳
شماره کتابت سی و سی:	۴۱۵۵۰۰

مؤلفین:	دکتر سمیرا میرزاپور - دکتر حسین بهرامی
صفحه آرا:	سمیه امید
طراح جلد:	وحید پناهی - مایق
شمارگان:	۱۰۰۰
قیمت:	۱۳۰۰۰ تومان
شابک:	۹۷۸-۶۰۰-۸۱۹۰-۱۵-۸
تاریخ انتشار:	۱۳۹۵
نوبت چاپ:	چاپ اول
چاپ و صحافی:	طوس

کلیه حقوق این اثر متعلق به انتشارات ادیبان روز می باشد و هرگونه استفاده از این کتاب (کپی تکثیر، استفاده در کارگاه های آموزشی) بدون اجازه ناشر پیگرد قانونی دارد.

تلفن : ۶۶۹۵۶۸۱۳-۱۵

خرید اینترنتی از طریق:

www.adibanbook.com

www.adibanbook.ir



پیشگفتار

زندگی یعنی شبکه‌ای از تصمیمات. این جمله‌ی کوتاه تا حد زیادی قادر است اهمیت تصمیم‌گیری را نمایان سازد. انسان در هر لحظه از زندگی فردی و اجتماعی خود مرتباً در حال تصمیم‌گیری است. گاهی اوقات این کار چنان عادی می‌شود که فرایند تصمیم‌گیری به شکل ناخودآگاه انجام می‌گیرد و گاه قضاوت و اخذ تصمیم نهایی درمورد یک موضوع، چنان دشوار می‌نماید که ساعت‌ها و حتی روزها فکر ما را درگیر می‌سازد.

ما در هر روز از زندگی خود با تعداد زیادی از مسائل ریز و درشت مواجهیم که نیاز به اتخاذ تصمیم دارند و مهمتر آنکه تک تک این تصمیمات بر هم تأثیرگذار بوده و یکدیگر را تقویت یا تضعیف می‌نمایند. بنابراین می‌توان گفت که ضعف در هر یک از تصمیمات به معنای کاهش کارایی سایر عرصه‌ها خواهد بود و تکرار این وضعیت، نهایتاً ساختار کلی زندگی را دچار تزلزل و عدم موفقیت خواهد کرد.

از اینجا می‌توان دست‌کم به آموختن مهارت «حل مسئله و تصمیم‌گیری»، به منزله‌ی آموختن «روش زندگی» است و هیچ یک از افراد به نیاز از آن نخواهند بود.

بر همین اساس نظام‌های آموزشی مختلف دنیا سعی بر آن دارند که مهارت حل مسئله و تصمیم‌گیری را در برنامه‌های درسی خود بگنجانند. هم‌اکنون این مهارت در سیستم آموزشی سطوح مختلف کشورهای آمریکا، کانادا، فرانسه، آلمان، هلند، بلژیک و بسیاری دیگر از کشورهای توسعه‌یافته تدریس می‌شود.

در کشور ما هم دانشگاه‌های مختلف دولت، آزاد و علم - کاربردی، با آگاهی از اهمیت و ضرورت برخورداری فراگیران خود از این مهارت حساس و سرنوشت‌ساز، با تدوین و اجرای واحدهای درسی خاصی را به نام همین مهارت در مجموعه‌ی دروس رشته‌های مختلف تحصیلی در نظر گرفته‌اند. اما کمبود منبع درسی پر بار و جامعی که بتواند این موضوع را بطور کامل پوشش دهد، احساس می‌شد. به این ترتیب بر آن شدیم تا کتابی را به عنوان منبع درس مهارت حل مسئله و تصمیم‌گیری تدوین نماییم تا هم برای تدریس واحدهای درسی مشابه در دانشگاه‌های مختلف مناسب باشد و هم خوانندگان غیردانشگاهی بعنوان مطالعه‌ی آزاد در مبحث مهارت‌های زندگی و موفقیت، از آن بهره‌مند گردند. آنچه در پیش رو دارید، حاصل تلاشی است که طی چندین ترم تحقیق و درسی در این زمینه مهیا گشته است. این کتاب موضوع مورد بحث سرفصل درسی نام برده را بصورت ریشه‌ای و اساسی بررسی می‌کند؛ به گونه‌ای که اجرای گام به گام دستورالعمل‌های ارائه شده از ابتدا تا انتهای کتاب، خواننده را به تشکیل یک نظام منسجم و مستحکم فکری و عملی موفق می‌گرداند تا بتواند پس از تثبیت مبانی فکری، نوعی اعطاف و بازبینی مستمر را در آراء و اندیشه‌های خود به جریان درآورد و در ادامه، با استفاده از شیوه‌های علمی و عملی، در تشخیص و حل مسائل مختلف زندگی فردی و سازمانی خود، بیشترین بهره‌وری را داشته باشد.

در تدوین این کتاب سعی شده است تا مفاهیم علمی در قالب متنی ساده و روان بیان شوند؛ به طوری که هم تدریس آن برای مدرسان محترم آسان باشد و هم دانشجویان عزیز بتوانند مفاهیم کتاب را به راحتی درک نمایند.

به علاوه تلاش براین بوده است که آخرین یافته‌های علمی درخصوص مهارت مسئله‌یابی و تصمیم‌گیری با تجربیات نویسنده از شرایط واقعی کلاس درس ترکیب شوند تا بهترین نتیجه حاصل آید. به همین منظور بسیاری از منابع موفق علمی مربوط به ۵ سال اخیر به دقت مورد مطالعه قرار گرفته‌اند تا مطالب ارائه شده در این کتاب از نهایت صحت، تازگی و اعتبار علمی برخوردار گردند.

همانطور که می دانیم، اساتید محترم پیش از رفتن به کلاس، اغلب خلاصه ای از درس را برای خود یادداشت می کنند یا در متن کتاب واژگان مهم را علامت گذاری می نمایند؛ تا با یک نگاه بتوانند مفاهیم را به یاد آورده و در بیان مناسب ارائه کنند. از سوی دیگر دانشجویان هم هنگام مرور کتاب، معمولاً زیر کلمات اصلی متن خط کشیده سعی دارند جملات مهم را به نحوی با سایر قسمت های متن متمایز کنند تا به یادسپاری آنها ساده تر گردد. در راسر متن این کتاب، واژگان کلیدی هر مبحث که مفهوم اصلی و موردنظر را تداعی می کنند، بصورت پررنگ و جسته نوشته شده اند. این ویژگی موجب می گردد تا خوانندگان محترم اعم از اساتید و دانشجویان، با یک نگاه متن، واژگان هدایتگر هر جمله را به راحتی شناسایی کرده و مفهوم ارائه شده را سریعتر و بهتر درک کنند.

به علاوه در آخر هر بخش از کتاب، محورهای اصلی بحث و نکات مهم بصورت خلاصه آورده شده که این ویژگی به جمع بندی مطالب در ذهن خوانندگان عزیز کمک شایانی می کند. همچنین از آنجا که بخش و ارزیابی بخش مهم و تعیین کننده ای از فرایند تدریس شناخته میشود، یک هنمای عمل برای نحوه تدریس، مثال از این درس با عنوان «بانک سؤالات» در پایان کتاب ارائه گردیده است تا هم مدرسان عزیز و هم دانشجویان گرامی با نحوه ی طرح سؤال آشنا شده و از یک دیدگاه مشابه درمورد آزمون ن درس برخوردار گردند.

ازسوی دیگر، می دانیم که ارائه ی یک درس در برنامه ی آموزشی دانشگاه، به منظور آشناسازی دانشجویان مفاهیم اصلی در موضوعات مرتبط با رشته ی تحصالی و کار آنها صورت می گیرد و هرگز به معنی کامل و جامع بودن کلاس و بی نیازی فراگیران از ادامه ی مطالعه در این خصوص نمی باشد. بنابراین همواره لازم است دانشجویان عزیز براساس خط راهنمایی که واحد علمی دانشگاهی برای آنان ترسیم می کنند، مطالعه در حوزه تخصصی خود را از منابع موثق داخلی و خارجی ادامه دهند. در این راستا، دانستن معادل واژگان کلیدی هر درس، اهمیت بسیار دارد چرا که فراگیران را قادر می سازد تا از مزایای بررسی منابع خارجی هم برخوردار گردند. همین منظور در پایان این کتاب، واژگان کلیدی و مهم این درس در قالب یک «واژه نامه» ارائه شده است تا با جلب توجه دانشجویان محترم به کلمات اصلی این حوزه، منابع پیش روی آن ها را به مراجعه به منابع علمی خارجی ز برداشته شود.

در نهایت امیدواریم این کتاب بتواند درجهت دستیابی به مهارتی بالا در حل مؤثر مسائل و اتخاذ تصمیماتی دقیق و کارآمد، مفید باشد.

و بحمد الله رب العالمین

دستر سمیرا میرزاپور

Samira.mirzapour@Gmail.com

دی ماه ۹۴



فهرست مطالب

۱۱	فصل اول برنامه ریزی استراتژیک زندگی
۱۲	بخش اول: تثبیت مبانی فکری
۱۲	بازسازی فکری: باورها، پذیرش یا انتخاب؟
۱۴	به چالش کشیدن باورها: بهینه سازی فکری
۱۷	خلاصه ی بخش اول
۱۸	بخش دوم: هدف گذاری
۱۸	هدف چیست؟
۱۸	هدف، آینده ساز است
۱۹	هر بعد از زندگی، یک هدف
۱۹	هدف اصلی، هماهنگ کننده ی همه ی اهداف
۲۰	انتخاب هدف
۲۲	سلسله مراتب اهداف
۲۳	اهداف بلندمدت، کوتاه مدت و میان مدت
۲۳	ویژگی های هدف خوب
۲۴	خلاصه ی بخش دوم
۲۵	بخش سوم: تعیین وضعیت موجود
۲۵	در کجا ایستاده ایم؟
۲۶	تنظیم اعتماد به نفس
۲۹	خلاصه ی بخش سوم
۳۰	بخش چهارم: مسیریابی و برنامه ریزی
۳۰	یافتن مسیر
۳۱	ترسیم نقشه ی راه
۳۲	برنامه ریزی، علم مسیریابی
۳۲	برنامه ریزی، آینده سازی
۳۳	برنامه ریزی استراتژیک زندگی
۳۵	خلاصه ی بخش چهارم
۳۷	فصل دوم: حل مسأله در سطح فردی
۳۸	بخش اول: معرفی مسأله
۳۸	نقش دنیای پیرامون در برنامه ریزی و زندگی ما



۳۹	مسأله چیست؟
۴۱	سنخ شناسی مسأله
۴۲	تفاوت مسأله با مشکل
۴۳	تشخیص و شناخت مسأله
۴۷	محدوده ی مسأله ساز
۴۸	انواع مسائل
۵۵	درک مسأله
۵۶	اولویت بندی مسائل و اهمیت آن
۵۹	خلاصه ی بخش اول
۶۰	بخش دوم: درگیر شدن با مسأله
۶۰	برخورد با مسأله
۶۳	مدل عمومی مسئله
۶۶	مکانیسم های مسئله
۶۷	برخورد سالم و ناسالم با مسأله
۶۸	ویژگی های ضروری برای موفقیت در مسئله
۶۹	روش های برخورد با مسأله
۷۰	خلاصه ی بخش دوم
۷۲	بخش سوم: مهارت حل مسأله
۷۲	اهمیت کسب مهارت
۷۳	تعریف مهارت حل مسأله
۷۴	مراحل فرایند حل مسأله
۸۱	خلاصه ی بخش سوم
۸۳	فصل سوم: تصمیم گیری، مدلها و تکنیک ها
۸۴	بخش اول: شناخت فرایند تصمیم گیری
۸۴	اهمیت و جایگاه تصمیم گیری/تعریف تصمیم گیری
۸۵	عوامل اساسی در تصمیم گیری
۸۷	موقعیت های تصمیم گیری
۸۹	دشواری تصمیم گیری و عوامل مؤثر بر آن
۹۰	شیوه های معمول در تصمیم گیریتصمیم گیری و فرهنگ
۹۳	خلاصه ی بخش اول
۹۴	بخش دوم: مدلها و تکنیک های تصمیم گیری

۹۴	برخی از مدل های تصمیم گیری
۱۱۶	تصمیم گیری فردی
۱۱۹	تکنیک های خلاق تصمیم گیری
۱۲۸	تصمیم گیری گروهی
۱۴۳	خلاصه ی بخش دوم
۱۴۷	فصل چهارم: حل مسأله و تصمیم گیری در سطح سازمانی
۱۴۸	بخش اول: نگاهی چندسطحی به مسائل سازمان
۱۴۸	پیشگیری مسائل در سازمان های امروزی
۱۴۹	کوه یخ، روش فردی مناسب به حل مسائل سازمانی
۱۵۳	خلاصه ی بخش اول
۱۵۴	بخش دوم: حل خلاق مسأله در سازمان
۱۵۴	توانایی حل مسأله در مدرین
۱۵۶	خلاقیت و نوآوری در حل مسائل سازمانی
۱۵۸	نوآوری
۱۵۸	روش شناسی حل خلاق مسأله در سازمان
۱۶۰	راهنمای گام به گام حل مسائل سازمانی
۱۶۶	خلاصه ی بخش دوم
۱۶۷	بانک نمونه سؤالات درس
۱۶۸	بخش اول: نمونه سؤالات تشریحی
۱۷۲	بخش دوم: نمونه سؤالات قضاوتی و تحلیلی
۱۷۴	بخش سوم: نمونه سؤالات تستی
۱۷۷	واژه نامه
۱۸۳	منابع