

مهارت های فراشناختی

با رویکرد پیشرفت تحصیلی دانش آموزان و دانشجویان

مؤلف:

ام البنین نعیمی

کارشناس ارشد مدیریت آموزشی دانشگاه علوم پزشکی مازندران





سرشناسه :	نعمینی، ام البنین، ۱۳۴۲.
عنوان و نام پدید آور :	مهارت های فراشناختی با رویکرد پیشرفت تحصیلی دانش آموزان و دانشجویان / مولف ام البنین نعمینی.
مشخصات نشر :	ساری: انتشارات علیم نور، ۱۳۹۲.
مشخصات ظاهری :	۲۶۸ ص. جدول، نمودار.
شابک :	۹۷۸-۶۰۰-۹۳۳۴۳-۵-۳
وضعیت فهرست نویسی :	فیبا.
یادداشت :	کتابنامه: ۲۵۲-۲۶۸.
موضوع :	یادگیری - روان شناسی
موضوع :	فراشناخت
موضوع :	مطالعه و یادگیری
موضوع :	پیشرفت تحصیلی
موضوع :	خلاصیت
رده بندی کنگره :	۱۳۹۲/۴۹۱/۱۰۶ LB
رده بندی دیویی :	۳۷۰/۱۵۳۳
شماره کتابشناسی ملی :	۳۱۷۸۲۷۷

مرکز پخش: مازندران- ساری خیابان حزب الله- نشر کوچه شهرداری - انتشارات علیم نور. ۳۲۰۹۱۸۶-۳۲۰۷۸۷۲-۰۱۵۱-۰۹۱۱۱۵۷۴۵۸۸-۰۹۱۱۲۵۵۹۸۴۴



شناسنامه ی کتاب

- ♦ نام کتاب: مهارت های فراشناختی با رویکرد پیشرفت تحصیلی دانش آموزان و دانشجویان.
- ♦ مؤلف: ام البنین نعمینی.
- ♦ ویراستار: ام البنین نعمینی.
- ♦ تایپ، امور رایانه و صفحه بندی: سیده فاطمه فضل سید محله.
- ♦ طرح روی جلد: جعفر قربانی.
- ♦ تیراژ: ۱۰۰۰ نسخه.
- ♦ ناشر: علیم نور.
- ♦ نوبت چاپ اول: ۱۳۹۲.
- ♦ قیمت: ۱۰۰۰۰۰ ریال.
- کلیه ی حقوق اعم از چاپ، تکثیر، نسخه برداری و ترجمه برای نویسنده محفوظ است.
- (نقل مطالب با ذکر مأخذ بلامانع است.)

ISBN

شابک: 978-600-93343-5-3

فهرست مطالب

عنوان	صفحه
-------	------

پیش گفتار (۱).....	۱۱
پیش گفتار (۲).....	۱۴
مقدمه.....	۱۵

فصل اول - کلیات و مفاهیم مهارت های فراشناختی

مقدمه.....	۱۹
فراشناخت.....	۲۷
تعریف فراشناخت.....	۲۸
مفهوم فراشناخت.....	۳۲
اهمیت فراشناخت.....	۳۳
راهبرد دانش و کنترل خود.....	۳۶
راهبرد برنامه ریزی.....	۳۷
راهبرد کنترل و ارزشیابی.....	۳۷
راهبرد نظم دهی.....	۳۷
تفاوت شناخت و فراشناخت.....	۳۸
پیشرفت تحصیلی.....	۳۹
سازه های مفهومی در حوزه فراشناخت.....	۴۷
مقوله های عدم توافق در حوزه ی فراشناخت.....	۴۹
ارتباط پیچیده بین شناخت و فراشناخت.....	۵۲
خودکار بودن در مقابل آگاهانه بودن پردازش های فراشناختی.....	۵۴
"کلی یا عام بودن" در مقابل "ویژه و خاص بودن" راهبردهای فراشناختی.....	۵۷
رشد فراشناخت.....	۵۹
مدل هوشی.....	۶۰
مدل استقلال.....	۶۰
مدل ترکیبی.....	۶۰
ارزیابی فراشناخت.....	۶۲
آموزش فراشناخت.....	۶۵

فصل دوم - نظریه های پیرامون فراشناخت

مقدمه.....	۷۴
نظریه های پیرامون فراشناخت.....	۷۶
نظریه های فیلسوفان مسلمان.....	۷۶
نظریه جان دیویی.....	۷۷
نظریه ژان پیاژه.....	۷۸
نظریه جانسون لیرد.....	۷۹
نظریه مؤلفه های هوشی رابرت استرانگ.....	۸۰
نظریه فلاول در مورد فراشناخت.....	۸۱
الف) دانش فراشناختی.....	۸۱
۱- دانش توصیفی.....	۸۲
۲- دانش عملکردی.....	۸۲
۳- دانش شرطی.....	۸۲
- طبقه تشخیص.....	۸۳
- طبقه تکلیف.....	۸۴
- طبقه راهبرد.....	۸۵
ب) تجربه فراشناختی.....	۸۷
متغیرهای فراشناخت از دیدگاه ولز.....	۹۰
دانش فراشناختی.....	۹۰
تجربیات فراشناختی.....	۹۱
راهبردهای کنترل فراشناختی.....	۹۲
نظریه مک کریندل و کریستنسن.....	۹۳
نظریه یاماگوچی.....	۹۳
نظریه بروئر.....	۹۳
نظریه براون و همکارانش درباره فراشناخت.....	۹۴
انواع فراشناخت.....	۹۵
الف) باورهای فراشناختی.....	۹۶
مفاهیم هوش.....	۹۶

۹۶	(ب) دانش فراشناختی
۹۸	(ج) کنترل اجرایی
۹۹	تقسیم بندی دمبو از راهبردهای فراشناختی
۱۰۱	دیدگاه پارنز و وینوگورد
۱۰۲	ابعاد دانش فراشناختی از نظر کدیور
۱۰۳	رابطه راهبردهای شناختی و فراشناختی
۱۰۴	تمایز راهبردهای شناختی و فراشناختی
۱۰۵	فراشناخت، نظم بخشی و تفاوت های فردی
۱۰۶	تفاوت های فردی فراشناخت
۱۰۷	فراشناخت و مفهوم انتقال در یادگیری
۱۱۰	عوامل مؤثر در شکل گیری و تحول فراشناخت
۱۱۲	مهارت های فراشناختی
۱۱۳	مهارت های فراشناختی از دیدگاه فلاول
۱۱۴	مدل برگر برای مهارت های تفکر فراشناختی
۱۱۴	ویژگی یادگیرندگان (افراد) راهبردی
۱۱۵	تأثیر مهارت شناختی و فراشناختی بر یادگیری
۱۱۷	رشد راهبردهای فراشناخت
۱۱۸	راهبردهای فراشناختی از دید مارزانو و دیگران
۱۱۹	راهبردهای مؤثر در رشد مهارت های فراشناختی دانش آموزان
۱۲۰	فراشناخت و عملکرد یادگیری
۱۲۰	هدف از آموزش فراشناخت
۱۲۴	نتیجه گیری

فصل سوم - سبک های یادگیری و اخلاقیت

۱۲۸	مقدمه
۱۳۵	سبک یادگیری و سبک شناختی
۱۳۵	تعاریف مختلف سبک های یادگیری
۱۳۹	تعریف و خصوصیت استقلال میدانی و وابستگی میدانی
۱۴۰	وابستگی و استقلال میدانی در مسائل اجتماعی
۱۴۳	وابستگی و استقلال میدانی در مسائل آموزشی

۱۴۴	ویژگی های اساسی سبک های یادگیری
۱۴۴	صوری بودن
۱۴۴	فراگیر بودن
۱۴۴	ثبات
۱۴۵	قطبیت
۱۴۵	عوامل مؤثر بر سبک های یادگیری
۱۴۶	نظریه های مربوط به سبک های یادگیری
۱۴۶	نظریه سبک های یادگیری ورمونت
۱۴۷	سبک های یادگیری گراشا و ریچمن
۱۴۸	سبک های یادگیری دان- دان
۱۴۹	ساختار نظریه کلب
۱۴۹	شیوه های یادگیری
۱۴۹	تجربه عینی
۱۵۰	مشاهده تأملی
۱۵۱	مفهوم سازی انتزاعی
۱۵۲	آزمایشگری فعال
۱۵۴	سبک یادگیری کلب
۱۵۶	سبک فعال
۱۵۷	سبک متفکر
۱۵۷	سبک نظریه پرداز
۱۵۷	سبک عمل گرا
۱۵۷	سبک های یادگیری شناختی
۱۶۰	سبک یادگیری برون گرا چیست؟
۱۶۰	سبک یادگیری درون گرا چیست؟
۱۶۰	سبک یادگیری منطقی چیست؟
۱۶۱	سبک یادگیری شهودی چیست؟
۱۶۱	سبک یادگیری متفکرانه چیست؟
۱۶۱	سبک یادگیری احساسی چیست؟
۱۶۱	سبک یادگیری قضاوتی چیست؟
۱۶۲	سبک یادگیری ادراکی چیست؟

۱۶۲	مروری بر پژوهش های انجام شده اخیر
۱۶۹	خلاقیت
۱۷۰	ضرورت خلاقیت
۱۷۱	چرا خلاقیت مهم است؟
۱۷۲	رابطه هوش و خلاقیت
۱۷۴	آیا هوش هیجانی قابل تغییر است؟
۱۷۹	زمینه های خلاقیت
۱۷۹	ملزومات خلاقیت
۱۸۰	خصوصیت های شخصیتی
۱۸۱	اصول خلاقیت
۱۸۲	تکنیک های رشد خلاقیت
۱۸۴	هنر و خلاقیت
۱۸۵	بازی و خلاقیت
۱۸۷	عناصر سازنده خلاقیت
۱۹۱	موانع تفکر خلاق
۱۹۱	نتیجه گیری

فصل چهارم - نگاهی به نقش دانشجویان در دستیابی به یادگیری عمیق

۱۹۶	مقدمه
۱۹۷	انتظار از دانشجویان در فرایند یاددهی-یادگیری
۱۹۸	نقش خود-ارزیابی دانشجویان در یادگیری عمیق
۲۰۴	ارزیابی فرایند یادگیری تیمی در دانشجویان براساس مدل نپ
۲۱۲	فراشناخت و استراتژیهای مطالعه
۲۱۵	راهبردهای شناختی و فراشناختی یادگیری
۲۱۷	راهبردهای یادگیری و مطالعه
۲۱۸	روش پس ختام
۲۲۱	روش کاپس
۲۲۱	روش مردر
۲۲۳	روش آموزش دو جانبه

۲۲۴	 روش مطالعه ی مشارکتی
۲۲۶	 راهنمای عملی روش صحیح مطالعه
۲۲۷	 روش مطالعه
۲۲۹	 کارآیی مطالعه
۲۳۱	 تمرکز مطالعه
۲۳۳	 سرعت مطالعه
۲۳۴	 چگونه و کجا مطالعه کنیم؟
۲۳۵	 مکان و شرایط مطالعه
۲۳۶	 زمان مطالعه
۲۴۴	 نکاتی برای عملکرد بهتر در آزمون
۲۴۷	 روز امتحان
۲۴۹	 بعد از امتحان
۲۵۰	 نتیجه گیری
۲۵۲	 فهرست منابع و مآخذ

در زمان‌های دور که حجم اطلاعات محدودتر بود، شیوه‌ی مورد استفاده به راحتی می‌توانست از عهده‌ی به خاطر سپاری و پیوند اطلاعات با یکدیگر و بنای یافته‌های جدید بر آید. ولی اکنون که حجم اطلاعات مرزهای محدود قبلی را درنوردیده است، روشهای سنتی مطالعه نمی‌تواند در مورد اطلاعات انبوه فعلی کارساز باشد. عامل دیگری نیز در تغییر دادن روش سنتی مطالعه مهم به نظر می‌رسد و آن انعطاری است که از یادگیرنده می‌رود. قبلاً بر حفظ طوطی وار مطالب در حافظه تأکید می‌شد، ولی اکنون از یادگیرنده انتظار می‌رود که علاوه بر حفظ دانش، توان درک، فهم و کاربرد آن را نیز داشته باشد.

به عبارت دیگر، تأکید بر توانایی‌های بالاتر شناختی و راهبردهای یادگیری کارآمد، یکی دیگر از عوامل تغییر در روش مطالعه است. راهبردهای یادگیری فعالیت‌هایی است که دانش‌آموزان برای یادگیری موضوعات به کار می‌برند. آری جهان ما از مدل جامعه صنعتی به مدل جامعه یادگیری، از مدل علوم نیوتنی به مدل علوم کوانتومی و از یک سیستم خطی به یک سیستم فرایپیچیده و بی‌نظم تغییر هویت و جهت داده است. این تغییرات نیازمند تربیت افرادی است که در آنان دانش، نگرش و مهارت‌های فرایندی فراشناختی، و عادات ذهنی جهت یادگیری مادام‌العمر را در جهان متنوع و پرشتاب و متغیر ایجاد نمود.

کتاب حاضر درصدد کالبد شکافی فرایندهای یاددهی و یادگیری در جامعه مدرن و فرایپیچیده با نگرش فراشناختی است که هدف آن کمک به اصلاح کیفیت یاددهی و یادگیری در داخل و خارج از کلاس و همچنین در یک سطح حرفه‌ای می‌باشد. معمولاً همه می‌گویند: مطالعه کنید، مطالعه مهم است، زیاد بخوانید و ... اما کمتر به ما شیوه مطالعه را می‌آموزند. اما سوال این است که آیا آنقدر که بر کمیت مطالعه تأکید می‌کنیم بر کیفیت مطالعه توجه داریم یکی از عواملی که باعث افت تحصیلی می‌شود، مشکلات نحوه مطالعه و یادگیری است. یکی هنگام مطالعه راه می‌رود، یکی بلند می‌خواند، یکی با چشم می‌خواند و ...

خیلی ها اعتراض دارند که وقت زیادی صرف مطالعه می کنیم ولی چیزی یاد نمی گیریم! بارها شنیده ایم که دانش آموز یا دانشجویی می گوید: «دیگر حال و حوصله خواندن این کتاب را ندارم» یا «آنقدر از این کتاب خسته شده ام که قابل گفتن نیست» و یا «هر چقدر میخوانم مثل اینکه کمتر یاد می گیریم» و یا «ده بار خواندم و تکرار کردم ولی باز هم یاد نگرفتم» به راستی مشکل چیست؟ آیا برای یادگیری درس واقعا باید ۱۰ بار کتاب را خواند؟ آیا باید دروس خود را پشت سرهم مرور کرد؟ و آیا باید دهها بار درس را تکرار کرد تا یاد گرفت؟ مطمئنا اگر چنین باشد، مطالعه کاری سخت و طاقت فرسا است. اما واقعیت چیزی دیگر است. واقعیت آن است که (علاوه بر سنگینی کتاب، عدم پیش ذهنیت کافی، و این گروه از فراگیران، روش صحیح مطالعه را نمی دانند و متأسفانه در مدرسه و دانشگاه هم چیزی راجع به چگونه درس خواندن نمی آموزند.

بررسی های بعمل آمده گویای آن است که افرادی که در زمینه تحصیل موفق بوده اند، روش صحیحی برای مطالعه داشتند. هدف این مجموعه به عنوان یک بسته آموزشی، حاوی اطلاعات متنوع و مستندی از فرآیند و راهبردهای شناخت، فراشناخت، سبک های یادگیری، خلاقیت و بهبود راهبردهای مطالعه عمیق یادگیرندگان (دانش آموزان و دانشجویان) می باشد. در ضمن ذکر این نکته ضروری است، اگر چه کتاب حاضر حاوی مفاهیم و موضوعات ارزنده ای است که آشنایی و شناخت آن ها قطعاً کمک موثری در امر «مهارت های فراشناختی» بویژه برای دانش آموزان و دانشجویان می باشد، اما عاری از نقص نخواهد بود. امید است این کتاب مورد اقبال و استفاده همه کسانی که با یادهی و یادگیری سروکار دارند بویژه اساتید، معلمان، دانش آموزان و دانشجویان واقع شود.

لذا از استادان دانشگاه، محققان و دانشجویان انتظار می رود کمبودها و نارسایی ها را به دیده اغماض نگریسته و با ارائه نظرات و پیشنهادات در جهت رفع کاستی ها و معنای مطالب، ما را یاری دهند.

«مؤلف»

به بسم الله الرحمن الرحيم است

گرت فتحی زفتاح علیم است

پیش گفتار (۲)

در جهان امروز پژوهش و تحقیق، اساس و بنیاد همه پیشرفت ها و توسعه امور محسوب می شود. به طوری که «توانایی» در گرو «دانایی» است و می توان گفت بدون دانایی، توانایی جایگاهی ندارد. همان طوری که حضرت علامه ابوالفضائل حسن زاده آملی حفظه الله فرموده است :

منم آن تشنه دانش که گر دانش بود آتش

مرزا اندر دل آتش همی باشد نشیمنها

انتشارات «علیم نور» از زمان تاسیس و شروع فعالیت خود، همواره تلاش و افری در جهت بسط و توسعه علوم و امور فرهنگی داشته است. به طوری که دستاوردهای متعددی در خصوص نشر امور علمی از خود به جای گذاشت.

کتاب حاضر منبع مناسب، مفید و ارزشمندی برای «استاد و معلم» «دانشجویان و دانش پژوهان» می باشد. مولف هدف این مجموعه را ضمن ارائه دیدی کلی از مهارت های فراشناختی با رویکرد پیشرفت تحصیلی دانش آموزان و دانشجویان دانسته است. انتشارات «علیم نور» این افتخار دارد که در زمینه نشر و توسعه علمی از نظرات ارزشمند مولف محترم بهره مند گردیده و این افتخار را دارد که کتاب های بعدی این مولف را به چاپ برساند. امید است استادان، دانش پژوهان و صاحب نظران، جهت اصلاح بیشتر کتاب حاضر و تدوین دیگر آثار، از ارائه پیشنهادات و نظرات خود به این مرکز دریغ ننمایند.



«من لم يشكر المنعم من المخلوقين لم يشكر الله عز و جل» امام رضا (ع).

مهم‌ترین بخش هر کار، آغاز آن است (افلاطون).

مقدمه

مجموعه حاضر با توجه به موضوع مورد مطالعه و اهداف بنیادی و کاربردی خود دارای اهمیت بسیار است. کتاب حاضر می‌تواند اطلاعات ما را در مورد آگاهی فراشناختی و پیشرفت تحصیلی دانشجویان و دانش‌آموزان افزایش داده و دانسته‌های جدیدی را به مجموع نظریه‌های شناختی و نظریه‌های انگیزش و پیشرفت تحصیلی وارد نماید. از طرف دیگر جنبه کاربردی این کتاب به مخاطبان گسترده آن باز می‌گردد. اساتید از طریق شناسایی مفهوم آگاهی از راهبردهای فراشناختی و تأثیر آن بر فرآیند یادگیری دانشجویان می‌توانند در طرح و اجرای برنامه‌های آموزشی خود روش‌های بهتری را به کار گیرند و از این طریق دانشجویان به پیشرفت‌های بیشتری در یادگیری نائل آیند برای رسیدن به اهداف ذکر شده، کتاب حاضر در چهار فصل تنظیم شده است: فصل اول کلیات و مفاهیم مهارت‌های فراشناختی مورد بررسی قرار گرفته است. فصل دوم به نظریه‌های پیرامون فراشناخت اختصاص دارد، در فصل سوم سبک‌های یادگیری و خلاقیت مورد کنکاش قرار گرفته است. و در فصل چهارم- نگاهی به نقش دانشجویان در دستیابی به یادگیری عمیق ترسیم گردیده است.



Alimonnour@Yahoo.co