

آشنایی با کتاب



عنوان کتاب: روش‌های یادگیری و مطالعه

نویسنده: دکتر علی‌اکبر سیف

سال انتشار: زمستان ۱۳۷۴

نوبت چاپ: اول

ناشر: دوران

تعداد صفحات: ۳۱۱

قیمت: ۱۱۰۰۰ ریال

این کتاب متشکل از دو کتاب است: کتاب اول "روش‌های یادگیری" که جنبه تألیف و گردآوری دارد و کتاب دوم با عنوان "روش‌های مطالعه" ^۱ ترجمه است و بخش تکمیلی کتاب اول محسوب می‌شود. حاصل تجارب چندین ساله مؤسسه مهارت‌های تحصیلی و خواندن بالدریج ^۲ می‌باشد که نخستین بار در سال ۱۳۵۸ به فارسی ترجمه گردیده و با استقبال علاقه‌مندان مواجه شده است.

از آنجا که قسمت‌های زیادی از این کتاب - به جز فصل مربوط به تندخوانی که مقبول روان‌شناسی جدید نیست - قابل استفاده و جنبه کاربردی فراوان دارد، نویسنده ضمن تلفیق عناوین این دو کتاب، آنها را در یک مجلد و به صورت یک کتاب واحد آورده است. روش تحریر در کتاب اول به گونه‌ای است که هر جا به اثری استناد شده، نام مؤلف و تاریخ نشر اثر در متن کتاب داده شده است و در صورت نقل مستقیم مطالب، شماره صفحه نیز ذکر گردیده است. اطلاعات کامل مربوط به آثار مورد استناد (عنوان و محل انتشار) به

ترتیب حروف الفبای نام نویسندگان در فهرست منابع پایان کتاب اول آمده است. همچنین نویسنده برای سادگی کار خوانندگان، در پایان هر فصل خلاصه مطالب را آورده است. کتاب اول مشتمل بر ۸ فصل است: در فصل اول، روان‌شناسی خبرپردازی یا پردازش اطلاعات^۳ مورد بحث و بررسی قرار گرفته است. این رویکرد، مجموعه نظریه‌هایی را در بر می‌گیرد که وجه اشتراک همه آنها این است که یادگیری انسان، فعالیت مستمر برای پردازش اطلاعات است. این نظریه‌ها به مطالعه راه‌هایی می‌پردازند که انسان‌ها به وسیله آن دانش را کسب، ذخیره و یادآوری می‌کنند. بنابراین در نظریه‌های وابسته به روان‌شناسی خبرپردازی، هم فرآیندهای یادگیری بحث می‌شوند، هم فرآیندهای به یادسپاری و هم فرآیندهای یادآوری. لازم به ذکر است که روابط متقابل فرآیندهای فوق، با یکدیگر مورد مطالعه و بررسی قرار می‌گیرند.

نخستین مرحله خبرپردازی، حافظه حسی^۴ (مخزن حسی^۵، ثبت حسی^۶) است که فصل دوم این کتاب به آن پرداخته است. نظام کلی گیرنده‌های حسی را حافظه حسی می‌نامند. در این حافظه، نسخه دقیقی از اطلاعات حسی ذخیره می‌شوند. گنجایش این حافظه بسیار زیاد است اما مدت زمان ذخیره‌سازی اطلاعات در آن بسیار کوتاه است.

اطلاعاتی که در حافظه حسی مورد توجه قرار می‌گیرند، به الگوهای تصویری یا صوتی تبدیل می‌شوند و به حافظه کوتاه‌مدت انتقال می‌یابند. این حافظه که فصل سوم کتاب به آن اختصاص دارد، آن بخش از نظام خبرپردازی انسان است که اطلاعات را برای مدت کوتاهی در خود نگاه می‌دارد.

اگر این اطلاعات در حافظه کوتاه‌مدت پردازش شوند، به حافظه درازمدت^۷ سپرده می‌شوند. این حافظه که در فصل چهارم کتاب مطرح شده است، آخرین مرحله نظام یاد است که گنجایش نامحدودی دارد و اطلاعات را برای مدت‌های طولانی در خود نگهداری می‌کند. در این فصل سطوح پردازش؛ راه‌های انتقال اطلاعات به حافظه درازمدت، اقسام حافظه درازمدت (رویدادی^۸ - معنایی^۹ - روندی^{۱۰})، گنجایش و طول مدت نگهداری اطلاعات در حافظه درازمدت، فرآیندهای حافظه (تکرار^{۱۱}، بسط معنایی^{۱۲}، سازمان‌دهی^{۱۳}) مورد بحث قرار گرفته است.

از لحظه ورود محرک به حافظه حسی تا لحظه انتقال اطلاعات به حافظه درازمدت، حذف اطلاعات یا فراموشی^{۱۴} صورت می‌گیرد که دلیل اصلی آن بی‌توجهی است. علت فراموشی اطلاعات از حافظه حسی، کوتاه‌مدت و درازمدت موضوع بحثی است که فصل پنجم کتاب به آن اختصاص یافته است.

تدابیری که به پردازش اطلاعات کمک کند، در واقع به یادگیری و یادآوری کمک

خواهد کرد. تدابیری که به این منظور توسط روان‌شناسان و صاحب‌نظران حوزه روان‌شناسی خبرپردازی ابداع شده، راهبردها یا استراتژی‌های شناختی و فراشناختی گفته می‌شود. شناخت^{۱۵}، فراشناخت^{۱۶}، (یادگرفتن یادگیری^{۱۷}) راهبردهای شناختی و فراشناختی مطالبی هستند که در فصل ششم کتاب مطرح شده‌اند.

راهبردهای به یاد سپاری عنوان بحثی است که فصل هفتم کتاب به آنها پرداخته است. حفظ طوطی‌وار^{۱۸} روش خاص مطالب غیرمعنی‌دار^{۱۹} است. معنی‌دار کردن مطالب با استفاده از واسطه‌ها، پیش‌سازمان دهنده^{۲۰}، ساخت سلسله مراتبی مطالب یادگیری، سازمان دادن به مطالب، تدابیر یادیار^{۲۱}، تصویرسازی ذهنی^{۲۲}، روش مکانها^{۲۳} و روش استفاده از کلید^{۲۴} عناوین مطالبی است که یادگیرندگان را در به یاد سپاری و یادآوری مطالب کمک می‌کنند. فصل هشتم کتاب به راهبردها یا روش‌هایی اختصاص دارد که خوانندگان را به هنگام مطالعه و یادگیری مدد می‌رسانند. این روش‌ها عبارتند از: روش اس‌کیو ۴ آر (روش پس‌ختم) روش مردر، روش آموزش دو جانبه^{۲۵}، روش مطالعه مشارکتی^{۲۶}، و روش پرسیدن دو جانبه^{۲۷}.

با پایان فصل هشتم کتاب اول، هفت روش مطالعه و دیگر فنون در کتاب دوم آغاز و مورد بحث قرار می‌گیرند. این هفت روش عبارتند از:

- ۱- روش خواندن اجمالی^{۲۸} که هدف از آن دست یافتن به نکات و مطالب مهم کتاب و کشف ساختمان مواد و مطالب در یک زمان کوتاه و با سرعت زیاد است.
- ۲- روش تندخواندن^{۲۹} که هدفش کسب آشنایی کلی با مطالب کتاب از طریق مرور با یک سرعت فوق‌العاده زیاد است.
- ۳- روش عبارت خوانی^{۳۰} که هدف آن افزایش سرعت مطالعه از طریق خواندن عبارات و جملات به جای خواندن کلمات است.
- ۴- روش دقیق‌خوانی^{۳۱} با هدف درک کامل مطالب خوانده شده و نگهداری آنها به طرز منظم و منطقی در حافظه به طریقی که یادآوری آنها برای استفاده‌های بعدی میسر باشد.
- ۵- روش خواندن تجسسی^{۳۲} که هدفش افزایش دامنه تمرکز حواس و درک دقیق‌تر معانی است.
- ۶- روش خواندن انتقادی^{۳۳} با هدف دستیابی به قضاوت مستدل و درگیری عمیق‌تر با مطالب از طریق تجزیه و تحلیل معانی.
- ۷- روش خواندن برای درک زیبایی و جنبه‌های هنری مطلب^{۳۴}. هدف از این روش، افزایش آگاهی و لذت بردن از کارهای هنری است.

شایان ذکر است که فواید، سرعت در خواندن و نحوه به کارگیری روش‌ها به صورت عملی در پایان هر روش، به تفصیل آمده است. امید آن که این کتاب مورد توجه علاقه‌مندان به روش‌های یادگیری و مطالعه قرار گیرد.



پی‌نوشت‌ها

- | | |
|--|----------------------------|
| 1- Seven Strategies for Reading | 23- Method of Loci |
| 2- Baldridge Reading and Study Skills, Inc | 24- Keyword |
| 3- Information Processing | 25- Reciprocal Teaching |
| 4- Sensory memory | 26- Cooperative Script |
| 5- Sensory Store | 27- Reciprocal Questioning |
| 6- Sensory register | 28- Survey Reading |
| 7- Long - Term Memory | 29- Speed Reading |
| 8- Episodic Memory | 30- Phrase Reading |
| 9- Semantic Memory | 31- Close Reading |
| 10- Procedural Memory | 32- Inquiry |
| 11- Rehearsal | 33- Critical Reading |
| 12- Elaboration | 34- Esthetic Reading |
| 13- Cumulative Rchearsal | |
| 14- Forgetting | |
| 15- Cognition | |
| 16- Metacognition | |
| 17- Learning to Learn | |
| 18- Rote Memorization | |
| 19- Nonmeaningfull | |
| 20- Advance Organizer | |
| 21- Mnemotics devices | |
| 22- Imagery | |