



---

یادگیری خود راهبر

# Self Directed Learning

درس : الگوهای یاددهی و یادگیری

جلسه : هفتم

نویسنده : دکتر ریتا رضایی

---

## فهرست

۳.....	اهداف کلی.....
۳.....	۱ یادگیری خود راهبر و اهمیت آن.....
۳.....	۱,۱ تعریف یادگیری خود راهبر.....
۴.....	۱,۲ علل اهمیت یادگیری خود راهبر.....
۶.....	۲ استراتژی های یادگیری خود راهبر.....
۶.....	۲,۱ مهارت یادگیری.....
۶.....	۲,۲ الگوها و ابعاد یادگیری خود راهبر.....
۷.....	۲,۳ الگوی چهار بعدی کندی.....
۸.....	۲,۴ الگوی مسئولیت شخصی محور ( بروکت و همیسترا).....
۸.....	۲,۵ الگوی سه بعدی گاریسون.....
۹.....	۳ مدرس (تسهیل کننده یادگیری).....
۹.....	۳,۱ عوامل موثر در موفقیت نقش مدرس.....
۱۱.....	۳,۲ رشد یادگیرندگان خود راهبر.....
۱۱.....	۳,۳ استراتژی های انتخابی برای تشویق یادگیرندگان.....
۱۲.....	۴ ویژگی ها و مهارت های یادگیرنده موفق و مؤثر.....
۱۲.....	۴,۱ مفاهیم و ویژگی ها.....
۱۳.....	۴,۲ ویژگی های شخصیتی.....
۱۳.....	۴,۳ ویژگی های شناختی.....
۱۳.....	۴,۴ مهارت های تبیین اهداف.....
۱۳.....	۴,۵ مهارت های پردازش اطلاعات.....
۱۴.....	۴,۶ سایر مهارت های شناختی.....
۱۴.....	۴,۷ مهارت های اجرایی.....
۱۶.....	خلاصه.....
۱۷.....	منابع.....




## اهداف کلی

انتظار می رود شما پس از خواندن مطلب این نوشتار به هدف های زیر نائل آید.  
آشنایی با :

۱. یادگیری خود راهبر و نقش آن در دنیای امروز
۲. استراتژیهای یادگیری خود راهبر
۳. راههای تسهیل فرایند یادگیری خودراهبر

به منظور دستیابی به هدف های کلی بالا در ابتدای هر بخش هدف های یادگیری تهیه شده است که شما را در رسیدن به هدف های کلی راهنمایی می کند.



شناسه جستار  
عنوان جستار: یادگیری خود راهبر  
نویسنده: دکتر ریتا رضایی  
هیئت علمی مرکز مطالعات و توسعه آموزش علوم پزشکی  
آخرین تاریخ به روز رسانی: ۱۳۸۹/۹/۱۸  
طراح آموزشی: دکتر .....  
کارشناس آموزشی معاونت آموزشی دانشگاه علوم پزشکی  
ویرایش: زهرا صفاری  
کارشناس مرکز مطالعات و توسعه آموزش علوم پزشکی  
با همکاری:  
مرکز مطالعات و توسعه آموزش پزشکی  
قطب علمی آموزش الکترونیکی  
دانشگاه علوم پزشکی شیراز

## ۱ یادگیری خود راهبر و اهمیت آن

## ➤ مفاهیم کلیدی

۱. یادگیری خود راهبر کلید موفقیت در دنیای پر چالش امروز است .
۲. هدف اصلی آموزش، رشد و پرورش یادگیرندگانی با مهارتهای خودراهبری است .
۳. در یادگیری خودراهبر، یادگیرنده مسئولیت یادگیری را به عهد دارد .
۴. در یادگیری خودراهبر ، یادگیری فعالانه صورت می گیرد .

## ➤ اهداف یادگیری

شما پس از مطالعه مطالب این بخش قادر خواهید بود :

۱. یادگیری خود راهبر را تعریف کنید.
۲. اهمیت آموزش یادگیری خود راهبر را در دنیای امروز شرح دهید.
۳. اهمیت یادگیری خود راهبر را شرح دهید .
۴. مزایای یادگیری خود راهبر را فهرست نمائید.

## ۱,۱ تعریف یادگیری خود راهبر

امروزه یادگیری خود راهبر بعنوان یکی از مهم ترین مهارت های مورد نیاز در محیط پر چالش شناخته شده است .یادگیری خود راهبر از مهارت های پایه در آموزش دانشگاهی به حساب می آید، بطوریکه در بسیاری از مؤسسات آموزشی بعنوان بخشی از برنامه های درسی شناخته شده است.



در یادگیری خود راهبر یادگیرنده پیشگام به کارگیری منابع است به جای اینکه فقط به انتقال دانش از منابع واکنش نشان دهد بنابراین بهتر و بیشتر یاد می گیرد. هدف اصلی آموزش باید رشد مهارت های پرسش کردن و کسب دانش جدید برای تمامی عمر باشد.

مفهوم خود راهبری در یادگیری در ادبیات آموزشی برای اولین بار در سال ۱۹۲۶ مطرح شد.

یادگیری خودراهبر در مفهوم وسیع، فرآیندی است که طی آن فرد به تنهایی یا با کمک دیگری نیازهای یادگیری اش را تشخیص داده، اهداف یادگیری را تعیین نموده، منابع یادگیری را مشخص کرده، استراتژی مناسب یادگیری را انتخاب و به کار گرفته و در نهایت پیامد یادگیری را ارزشیابی می کند. (Knowles, 1975)

امروزه دیگر هدف آموزش نمی تواند فقط انتقال دانش شناخته شده باشد. در دنیایی که نیمه عمر بسیاری از حقایق و مهارت ها به کمتر از ۱۰ سال می رسد، نیمی از آنچه که فرد در ۲۰ سالگی فرا گرفته، تا ۳۰ سالگی قابل استفاده نخواهد بود. بنابراین توانایی کسب دانش و مهارت های جدید اهمیت زیادی پیدا می کند.

یادگیری خود راهبر بعنوان یک توانایی مهم برای دانشجویان علوم پزشکی شناخته شده است که بایستی در طول دوره آموزشی خود مهارت های لازم را برای یادگیری مادام العمر کسب نمایند.

## ۱,۲ علل اهمیت یادگیری خودراهبر

یکی از دلایل اهمیت به کار گیری یادگیری خود راهبر این است که شواهد نشان می دهد افرادی که مسئولیت هدایت یادگیری خویش را بر عهده می گیرند بهتر و بیشتر از افرادی که منفعلانه منتظر آموزش دیگری هستند یاد می گیرند. دلیل دوم این است که یادگیری خودراهبر با فرآیندهای طبیعی رشد روانی فرد هماهنگی بیشتری دارد. یک بخش اساسی در رشد فرد افزایش مسئولیت پذیری وی در زندگی است. یادگیری خودراهبر در آموزش علوم پزشکی یک اصل به حساب می آید. ویژگی اصلی این یادگیری مسئولیت پذیری افراد برای یادگیری است اما مدرس نیز نقش مهمی در کمک به فرد برای کسب مهارت های یادگیری دارد.

یکی از مهم ترین مزایای این رویکرد یادگیری این است که قابلیت حل یکی از مهم ترین چالش های امروز آموزش پزشکی را دارد یعنی رشد انفجاری دانش. مدرسین سعی دارند دانش اضافی را به طریقی در برنامه آموزشی وارد نمایند مثلاً با طولانی کردن دوره آموزشی و یا با برنامه های آموزش مداوم.

این یک حقیقت است که همه آنچه به نظر مهم و مرتبط می آید قابل آموزش در یک مدت کوتاه نیستند و این نکته ای است که آبراهامسون<sup>۱</sup> در سال ۱۹۷۸ تحت عنوان هیپرتروفی برنامه درسی<sup>۲</sup> از آن یاد کرده است.

<sup>۱</sup> - Abrahamson

<sup>۲</sup> -Curriculum Hypertrophy



بعلاوه باید به این نکته دقت داشته باشیم که خیلی از مسائلی که امروز مهم به نظر می آیند، فردا ممکن است غیر مرتبط به حساب آیند و خود تأکیدی است بر اهمیت آموزش مهارت های یادگیری مادام العمر. این مهارت ها شامل توانایی تحلیل مشکلات، تعریف نیازهای یادگیری، دانستن چگونگی و کجایی دسترسی به اطلاعات، ارزشیابی اطلاعات و آگاهی از محدودیت های فردی می باشند.

فردی که این مهارت ها را داشته باشد قادر است هرگونه اطلاعاتی را که در آینده مورد نیازش باشد بدست آورد. مهارت های یادگیری خودراهبر در راستای یادگیری مادام العمر<sup>۳</sup> هستند .

### ➤ آزمون

۱- همه موارد زیر توسط یادگیرنده خود راهبر انجام می شوند بجز :

الف ) تعیین اهداف یادگیری

ب ) واکنش در مقابل انتقال اطلاعات

ج ) انتخاب استراتژی مناسب یادگیری

د ) مشخص کردن منابع یادگیری

گزینه " ب " صحیح است

۲- کدامیک از عبارات زیر صحیح نمی باشد ؟

الف ) یادگیری خود راهبر با فرآیندهای رشد روانی فرد هماهنگی دارد.

ب ) مسئولیت یادگیری با یادگیرنده است .

ج ) افراد فعالانه در یادگیری مشارکت دارند .

د ) مدرس نقش اصلی را در برنامه ریزی برای یادگیری دارد.

گزینه " د " صحیح است

۳- هیبر تروفی برنامه درسی از نظر آبراهامسون به چه معنا است ؟

الف ) رشد انفجاری دانش

ب ) طولانی بودن دوره آموزشی

ج ) ارائه حجم زیاد مطالب مهم در مدت کوتاه

د ) ادغام برنامه های درسی در یکدیگر

گزینه " ج " صحیح است



## ۲ استراتژی های یادگیری خودراهبر

### ➤ مفاهیم کلیدی

۱. یادگیری چگونه یادگرفتن، یک مهارت پایه است.
۲. آگاهی نسبت به نیاز های یادگیری اولین مرحله یادگیری خودراهبر است.

### ➤ اهداف یادگیری

- شما پس از مطالعه مطالب این بخش قادر خواهید بود :
۱. مهارت های مورد نیاز برای یادگیری خود راهبر را فهرست نمایید.
  ۲. استراتژیهای مناسب برای تغییر نقش مدرس به تسهیل کننده یادگیری را شرح دهید.

## ۲,۱ مهارت یادگیری

یادگیری چگونه یاد گرفتن یک مهارت اساسی است. یادگیری خودراهبر با آگاهی فرد نسبت به نیازهای یادگیری آغاز می شود. در یادگیری خودراهبر شما می توانید بر آنچه می خواهید یاد بگیرید، چگونگی و زمان یادگیری خود کنترل داشته باشید. مطالعه کردن و تفکر درباره توانایی های خود چیزی است که به موفقیت فرد در یادگیری خودراهبر کمک می کند.

آیا قادرید: سؤال کنید، مسائل را حل کنید، با ذهن باز به نقطه نظرات دیگران گوش دهید، اطلاعات را جستجو کنید و سریعاً منابع مرتبط را انتخاب کنید، اطلاعات مرتبط با عملکرد خود را جمع آوری کنید، عملکرد دیگران مشاهده کرده و عملکرد خود را بهبود بخشید تا به اهدافتان متعهد باشید و دائماً مشوق خود باشید:

به مهارت های خود فکر کرده و آنهایی را که نیاز به تقویت دارند مشخص کنید. سپس برای تقویت آنها تلاش کنید.

مطالعه یادگیری خودراهبر اساساً از دو منظر مورد بررسی قرار می گیرد: فرایند و ویژگی های شخصی

بررسی یادگیری خودراهبر در بین بزرگسالان ؛ و توصیف الگویی برای فهم یادگیری خودراهبر حوزه ای که توجه اندکی از محققان را به خود جلب نموده است. برخی از محققان اهمیت زمینه یادگیری را برای یادگیری خودراهبر تشخیص داده اند. برای مثال کندی بیان می کند که فراگیران امکان دارد سطوح متفاوتی از خودراهبری را در موقعیت های متفاوت یادگیری از خود بروز دهند. بر طبق نظر کندی (۱۹۹۱) ، فراگیران امکان دارند سطح بالایی از خودراهبری را در حوزه ای که به آن ما نوس هستند و دارای تجارب اولیه در ارتباط با آن می باشند ، داشته باشند. برای مثال فراگیرانی که اسپانیایی صحبت می کنند ، ممکن است سطح عالی خود راهبری را در یادگیری زبان ایتالیایی از خود بروز دهند .

## ۲,۲ الگوها و ابعاد یادگیری خود راهبر

محققان مختلف در نگاه به یادگیری خودراهبر، ابعاد متفاوتی از آن را شناسایی و معرفی نموده اند. برخی محققان یادگیری خودراهبر را به عنوان فرایند های سازماندهی آموزش مورد توجه قرار داده اند. کانون توجه آن ها روی سطح خود مختاری فراگیر در فرایند های



آموزشی است. برخی دیگر از محققان یادگیری خودراهبر را به منزله ی ویژگی های شخصی قلمداد کرده اند. در جهت هدف های آموزشی بیان شده افراد به گونه ای می توانند خود مختاری عقلانی، عاطفی و اخلاقی خود را برعهده بگیرند، که در عملکردشان پیشرفت حاصل گردد. چندین الگو برای درک یادگیری خودراهبر پیشنهاد شده است.

الگوهای یادگیری خودراهبر بالگوی دو بعدی (موکر و سپیر) در اوایل دهه ی ۱۹۸۰ الگوی سه بعدی گاریسون در اواخر دهه ی ۱۹۸۰ است، اداهه پیدا کرد. سه الگویی که برای توصیف بیشتر انتخاب شده اند به گونه ای هستند که می توانند معرفی جامعی از یادگیری خودراهبر را به نمایش بگذارند. سازه های کلیدی متصل شده به هر الگو در تصویر شماره ۱ خلاصه گردیده اند. توصیفات و تشریحات این الگوها در قسمت های زیرین ارائه شده است.

ابعاد	توصیف	الگوها		
		گریسون <sup>۴</sup> (۱۹۹۶)	بروکت و همیسترا <sup>۵</sup> (۱۹۹۱)	کندی <sup>۶</sup> (۱۹۹۱)
ویژگی شخصی	مدیریت اخلاقی، عاطفی و عقلانی	مدیریت خود (به کارگیری منابع) انگیزش	هدف مدار (ویژگی شخصی)	خود استقلالی خود مدیریتی
فرایند	خود استدلالی یادگیرنده در طول آموزش	خود نظارتی	فرایند مدار (کنترل یادگیرنده)	کنترل یادگیرنده (Autodidaxy)
زمینه	محیط یادگیری، (جائیکه یادگیری در آن اتفاق می افتد)	زمینه اجتماعی: نقش موسسات و سیاست ها	خودراهبری در متن زمینه	زمینه

جدول ۱: الگوهای یادگیری خود راهبر و ابعاد آن

### ۲.۳ الگوی چهار بعدی کندی

در تجدید نظر در رابطه با ادبیات دیدگاه های مختلف از یادگیری خودراهبر یا مفاهیم مرتبط به آن، کندی (۱۹۹۱) نتیجه گیری کرده که یادگیری خودراهبر، به عنوان یک چتر مفهومی از چهار بعد تشکیل شده است.

"خودراهبری" به منزله ی ویژگی شخصی (خود مختاری شخصی)؛ "خودراهبری" به منزله ی رضایت و پتانسیل فرد برای هدایت خودش (خود مدیریتی)؛ "خودراهبری" به منزله ی شیوه ی سازماندهی آموزش در محیط های رسمی (کنترل فراگیر)؛ و "خودراهبری" به عنوان پیگیری انفرادی فرصت های یادگیری در محیط های غیر رسمی، برای مثال در "محیط های اجتماعی طبیعی" (خود آموزی).

<sup>4</sup>-Garrison

<sup>5</sup>-Brockelt & Himestra

<sup>6</sup>-Candy



تنوع سازه ها در الگوی کندی، درک عمیقی از یادگیری خودراهبر را برای ما ایجاد کرده است. به علاوه الگوی کندی، اولین الگویی بوده که بیان کرده یادگیرندگان امکان دارند در حوزه های مختلف از محتوا دارای خودراهبری متفاوت باشند. هنوز عناصری ناپیدا در این الگو وجود دارند. برای مثال الگو چگونگی یادگیری خودراهبر را در زمینه های مختلف از قبیل یادگیری کلاس درس یا یادگیری (برخط) online را شرح نمی دهد.

## ۲,۴ الگوی مسئولیت شخصی محور ( بروکت وهیسترا )

بروکت وهیسترا (۱۹۹۱) مبنای منطقی را برای دو دیدگاه اصلی در توسعه ادراک یادگیری خودراهبر فراهم کرده اند. در اولین دیدگاه، یادگیری به منزله ی "فرایند" دیده شده، که یادگیرنده مسئولیت اصلی برنامه ریزی، اجرا و ارزیابی فرایند های یادگیری را بر عهده می گیرد. در دیدگاه دوم، یادگیری خودراهبر اشاره به "هدف" دارد که در آن یادگیرنده ترجیح می دهد برای بر عهده گرفتن مسئولیت برای یادگیری خودش بر اهداف تمرکز نماید.

بروکت وهیسترا (۱۹۹۱) هم فرایند و هم جوانب ویژگی های شخصی را در الگو با هم ترکیب کرده اند. آن ها همچنین زمینه اجتماعی را به عنوان جزئی از الگو که در آن نقش سازمان ها و سیاست ها مورد بحث قرار گرفته است، در الگو تلفیق کرده اند. زمانی که این الگو گسترش یافته بود، این الگو متمم معنی داری برای الگو های یادگیری خودراهبر بوده است. زمینه اجتماعی به منزله ی سازمان های فیزیکی مختلف، جایی که یادگیرندگان در آنها قرار دارند برای مثال اجتماع دانشکده ها، کتابخانه ها و موزه ها قلمداد می شوند.

## ۲,۵ الگوی سه بعدی گاریسون

الگوی یادگیری خودراهبر گاریسون شامل جنبه هایی از یادگیری خودراهبر با عنوان ویژگی شخصی و فرایند های یادگیری می باشد. بر طبق نظر گاریسون (۱۹۹۷) یادگیری خودراهبر از سه بعدی که با یکدیگر در حال تعامل هستند، تشکیل شده است؛ خود مدیریتی، خود نظارتی و انگیزه. در محیط های آموزشی، خود مدیریتی شامل استفاده ی فراگیران از منابع آموزشی در خلال زمینه ی یادگیری می باشد. تمرکز الگوی گاریسون بر روی استفاده از منابع، استفاده از راهبردهای یادگیری و انگیزه ی یادگیری می باشد. او همچنین توضیح داده که کنترل یادگیرنده به معنای استقلال نیست، بلکه به معنای همکاری بیشتر افراد با یکدیگر در خلال زمینه ی یادگیری است. از این جنبه ما می توانیم ببینیم که الگوی گاریسون تمرکز مشخصی را روی مقوله ی فرایند های یادگیری از یادگیری خودراهبر نداشته است. همانند کندی و نیز بروکت وهیسترا، گاریسون عامل زمینه را به عنوان خود مدیریتی خاص از منابع در زمینه ی ارا که شده تعریف کرده است.

هنوز نقش زمینه تا حدودی در الگوی گاریسون (۱۹۷۷) صوری بوده است و تعامل پویا میان زمینه یادگیری و یادگیری خودراهبر مبهم می باشد.





## ➤ آزمون

۱- خود نظارتی از ویژگی های کدام الگو است؟

الف ( گریسون

ب ( بروکت

ج ( کندی

د ( همه موارد فوق

گزینه " الف " صحیح است

۲- در کدام الگو هم فرآیند محوری و هم هدف مداری یادگیری خود راهبر مورد توجه قرار گرفته است؟

الف ( گریسون

ب ( بروکت

ج ( کندی

د ( همه موارد فوق

گزینه " ب " صحیح است

## ۳ مدرس (تسهیل کننده یادگیری)

## ➤ مفاهیم کلیدی

۱. در یادگیری خودراهبر نقش مدرس به تسهیل کننده یادگیری تغییر پیدا می کند.

۲. تسهیل کننده یادگیری باید از مهارت‌های گوناگون به منظور تسریع یادگیری کمک گیرد.

## ➤ اهداف یادگیری

شما پس از مطالعه مطالب این بخش قادر خواهید بود:

۱. نقش های مدرس را در یادگیری خودراهبر شرح دهید .

۲. مهارت‌های مورد نیاز مدرس را فهرست نمائید.

## ۳,۱ عوامل موثر در موفقیت نقش مدرس

یک مدرس توانمند باید تجارب یادگیری متنوعی را برای فراگیران تدارک ببیند. اولین قدم تغییر مفهوم از مدرس<sup>۷</sup> به تسهیل کننده<sup>۸</sup>، ترغیب

کننده<sup>۹</sup> و طراح موقعیت<sup>۱۰</sup> یادگیری است. طراحی و ایجاد محیطی که در آن یادگیرنده بتواند بطور مؤثر و کارآمد یاد بگیرد نیازمند نقش

مدیریتی یک مدرس است.

<sup>7</sup> -Teacher

<sup>8</sup> -Facilitator

<sup>9</sup> -Motivator

<sup>10</sup> -Designer



✓ مهارت های زیر به موفقیت مدرس در تغییر نقش خود به تسهیل کننده یادگیری کمک می کند:

#### ❖ جو آموزشی

- آشنا کردن افراد با یکدیگر بعنوان یک فرد و نیز بعنوان یک منبع یادگیری
- کمک به افراد در درک مفهوم یادگیری خود راهبر
- ایجاد جو حمایتی

#### ❖ برنامه ریزی

- مشخص کردن اهداف درس
- فهرست منابع اطلاعاتی مرتبط با اهداف
- مجموعه پرسش هایی که باید به آن پرداخته شود
- سازماندهی محتوایی که باید پوشش داده شود
- تعیین توالی منطقی برای محتوای مورد نظر
- مشارکت دادن فراگیران و مسئولیت دادن به آنها

#### ❖ تشخیص نیازهای یادگیری

- مشخص کردن توانمندی های مورد نیاز برای تجارب یادگیری مورد نظر
- مطرح کردن نیازها به طریقی که فراگیران احساس آزادی عمل کرده و حق انتخاب داشته باشند
- ارزیابی فاصله بین سطح کنونی یادگیرندگان با آنچه مورد نیاز است

#### ❖ تعیین اهداف

- تبدیل نیازهای یادگیری به اهداف یادگیری

#### ❖ طراحی یک برنامه یادگیری

- طرح ریزی یادگیری با مشخص بودن استراتژی ها و منابع یادگیری

#### ❖ درگیر شدن در فعالیت های یادگیری

- در دسترس بودن به عنوان یک مشاور و یک منبع یادگیری
- اطمینان حاصل کردن از کیفیت عملکرد افراد نسبت به فعالیت های یادگیری مورد نظر

#### ❖ ارزشیابی پیامدهای یادگیری

- قضاوت صحیح درباره دستیابی یادگیرندگان به اهداف یادگیری با توجه به شواهد دقیق



### ۳,۲ رشد یادگیرندگان خود راهبر

یادگیری خودراهبر می تواند یادگرفته شده و آموزش داده شود. دانستن آنچه افراد را ترغیب می کند تا یک یادگیرنده خود راهبر باشند ضروری است. افراد نیاز به کمی راهنمایی و بازخورد دارند تا تشویق شوند و این کاری است که مدرس به عنوان یک تسهیل کننده یادگیری انجام می دهد.

### ۳,۳ استراتژی های انتخابی برای تشویق یادگیرندگان

به منظور کمک به یادگیری افراد می توان از استراتژی های زیر کمک گرفت :

۱- از افراد بصورت انفرادی و ترجیحاً قبل از شروع کلاس بخواهید بر روی موضوعی مطالعه کرده و در صورت نیاز به کمک به شما مراجعه نمایند.

۲- می توانید از کلیه افراد گروه بخواهید موضوعی را دنبال کنند و در صورت نیاز به کمک به شما مراجعه نمایند و از آنها بخواهید تا تجاربشان را تحلیل کنند.

#### ➤ آزمون

۱- " تعیین فاصله بین سطح کنونی یادگیرندگان با آنچه مورد نیاز است " به کدامیک از حیطه های زیر مربوط می شود ؟

الف ) برنامه ریزی

ب ) شناسایی نیازهای یادگیری

ج ) تعیین اهداف

د ) طراحی برنامه یادگیری

گزینه " ب " صحیح است

۲- سازماندهی محتوا با کدام حیطه از نقش های مدرس مرتبط است ؟

الف ) تشخیص نیاز

ب ) تعیین اهداف

ج ) برنامه ریزی

د ) ارزشیابی پیامدهای یادگیری

گزینه " ج " صحیح است



## ۴ ویژگی ها و مهارت‌های یادگیرنده موفق و مؤثر

### ➤ مفاهیم کلیدی

۱. یادگیری خودراهبر یادگیری بطور مستقل توسط یادگیرنده طراحی می شود.
۲. ویژگی های روانشناختی افراد نقش مهمی در توانایی های خود راهبری ایشان دارد.

### ➤ اهداف یادگیری

شما پس از مطالعه مطالب این بخش قادر خواهید بود:

۱. ویژگی های یک یادگیرنده را در بعد شخصیتی فهرست نمائید.
۲. ویژگی های یک یادگیرنده را در بعد شناختی شرح دهید.

## ۴,۱ مفاهیم و ویژگی ها

این پرسش غالباً برای مدرسین مطرح می شود که یک یادگیرنده خود راهبر به چه مهارت‌هایی نیازمند است. برای پاسخ به این سوال باید توجه داشت که یادگیری خود راهبر با توجه به سه مفهوم قابل بحث می باشد:

۱- یادگیری مستقل<sup>۱۱</sup>: در این حالت یادگیری در یک محیط ایزوله رخ می دهد و یادگیرنده به تنهایی همه تصمیم های مرتبط با اهداف، محتوا، تلاش ها، زمان و ارزشیابی را اتخاذ می کند. دریافت هرگونه کمکی برای یادگیری بستگی به تصمیم یادگیرنده دارد.

۲- یادگیری از راه دور<sup>۱۲</sup>: در این حالت بین یادگیرنده و مدرس یک فاصله فیزیکی وجود دارد.

۳- کنترل روانشناختی<sup>۱۳</sup>: در واقع پایه اصلی در استقلال یادگیرنده ویژگیهای روانشناختی وی یا به عبارتی میزان کنترل یادگیرنده بر فرایند یادگیری می باشد که بیشتر از عوامل دیگر مثل برنامه درسی یا عوامل اجتماعی بر روی توانایی خود راهبری یادگیرنده موثر است.

مفهوم سوم همانطوریکه اشاره شد در مهارت‌های یادگیری خودراهبر نقش مهمی را ایفا می کند. همانطوریکه قبلاً نیز اشاره گردید یادگیری خود راهبر یک فرایند ذهنی هدفمند است که با فعالیت های رفتاری دیگری مثل جستجوی اطلاعات حمایت می شود و یادگیرنده آگاهانه مسؤلیت تصمیم گیری درباره اهداف آموزشی و میزان تلاشهایی را که باید انجام دهد می پذیرد.

افرادی یادگیرنده خودراهبر موثر و موفق می باشند که دارای دو ویژگی روانشناختی باشند. اولین ویژگی در رابطه با شخصیت<sup>۱۴</sup> بوده و دومین ویژگی به حیطه شناختی<sup>۱۵</sup> مربوط می شود.

<sup>11</sup> -Independent learning

<sup>12</sup> - Distance learning

<sup>13</sup> - Psychological control

<sup>14</sup> - Personality

<sup>15</sup> - Cognition

### ۴,۲ ویژگیهای شخصیتی

برخی از ویژگی های شخصیتی موثر در موفقیت یادگیرنده عبارتند از :

- ✓ اعتماد به نفس<sup>۱۶</sup>
- ✓ هدایت درونی<sup>۱۷</sup>
- ✓ انگیزه موفقیت<sup>۱۸</sup>

### ۴,۳ ویژگیهای شناختی

اگر فرض کنیم که فرد از ویژگی های شخصیتی متوسطی برخوردار است. مهارت های شناختی زیر برای موفقیت وی ضروری به نظر می رسند:

- ✓ مهارت تبیین اهداف<sup>۱۹</sup>
- ✓ مهارت پردازش اطلاعات<sup>۲۰</sup>
- ✓ سایر مهارت های شناختی<sup>۲۱</sup>
- ✓ بعضی توانمندی ها یا علائق خاص نسبت به موضوع یا مرتبط با موضوع
- ✓ مهارت تصمیم گیری<sup>۲۲</sup>
- ✓ خودآگاهی<sup>۲۳</sup>

### ۴,۴ مهارت های تبیین اهداف

متأسفانه بیشتر افراد یاد نگرفته اند که چگونه اهمیت چیزی را مشخص کرده و از بین احتمالات موجود گزینه مناسب را انتخاب نمایند. این افراد عادت کرده اند که دیگران برایشان انتخاب کنند.

در نتیجه مهارت های مشاهده ای<sup>۲۴</sup> آنها محدود بوده و توانایی کمی برای تعیین نیازهای یادگیری شان دارند. این افراد نیاز به کمی کمک برای رشد مهارت های مورد نظر دارند و باید مورد تشویق و هدایت قرار گیرند.

### ۴,۵ مهارت های پردازش اطلاعات

اگر چه توانایی «خواندن<sup>۲۵</sup>» با موفقیت یادگیرندگان ارتباط دارد، اما سایر مهارت های پردازش اطلاعات نیز اهمیت زیادی دارد.

16 - Self confidence  
 17 - Inner directed  
 18 - Achievement motivated  
 19 - Goal Setting  
 20 - Information Processing  
 21 - Cognitive  
 22 - Decision making  
 23 - Self-awareness  
 24 - Observational skills



این مهارت ها عبارتند از:

- مشاهده
- توانایی دیدن و انجام دادن، توانایی دیدن و درک کردن.
- دیدن و تفسیر کردن<sup>۲۶</sup>
- توانایی تفسیر کردن اطلاعات دیداری و ثبت کردن آن، توانایی بازسازی اطلاعات دیداری و ارتباط دادن آن با طرح های دیگر موجود.
- خواندن
- توانایی خواندن، ترجمه و درک مطالب نوشته شده.
- گوش دادن
- توانایی دریافت و پردازش اطلاعات شنیداری و ارتباط دادن آن با طرح های دیگر موجود.

#### ۴,۶ سایر مهارت های شناختی

علاوه بر مهارت های پردازش اطلاعات که در بالا شرح داده شده مهارت های زیر نیز برای موفقیت در یادگیری دارای اهمیت می باشند:

- ✓ حسی<sup>۲۷</sup>
- شامل توانایی انتخاب از بین تعدادی داده حسی، شناسایی کردن و طبقه بندی اطلاعات حسی.
- ✓ حافظه<sup>۲۸</sup>
- حافظه در حال کار نقش مهمی در پردازش اطلاعات دارد .
- ✓ جزئیات<sup>۲۹</sup>
- توانایی برداشت بخشی از یک موضوع از حافظه و پردازش آن از طریق تجسم کردن، استنتاج کردن، افتراق دادن و تعمیم دادن.
- ✓ طرح مسأله و حل مسأله
- توانایی مطرح کردن یک موضوع در غالب مسئله ای که نیاز به حل شدن دارد.

#### ۴,۷ مهارت های اجرایی<sup>۳۰</sup>

یادگیرندگان خودراهبر توانایی نظارت بر پردازش اطلاعات و سایر فعالیت های شناختی را دارند و می توانند از مهارت های زیر برای جمع آوری و پردازش بهتر اطلاعات استفاده نمایند:

- بازبینی قبل از انجام کار<sup>۳۱</sup>، قبل از شروع به هر کاری آن را از جوانب مختلف ارزیابی می کنند.
- به کارگیری یک استراتژی برای جمع آوری و به کارگیری اطلاعات<sup>۳۲</sup>
- جمع آوری اطلاعات<sup>۳۳</sup>
- خود آگاهی<sup>۳۴</sup> نسبت به دانش قبلی و توانایی های خویش آگاهی دارند و می تواند فرایند یادگیری خویش را کنترل نمایند.
- خود ارزیابی<sup>۳۵</sup>، میزان پیشرفت و موفقیت خود را مورد ارزیابی قرار می دهند

<sup>25</sup> -Reading

<sup>26</sup> -Seeing & translating

<sup>27</sup> - Sensory

<sup>28</sup> - Memory

<sup>29</sup> - Elaboration

<sup>30</sup> - Executive

<sup>31</sup> - Pre-task Monitoring

<sup>32</sup> - Using a strategy

<sup>33</sup> - Information gathering

<sup>34</sup> - Self awareness



- تأمل و تفکر<sup>۳۶</sup> بر محتوای یادگیری و تغییرات ایجاد شده تأمل کرده و به خود بازخورد می دهند
- شبیه سازی/ همسازی<sup>۳۷</sup> موارد مشابه را با یکدیگر شبیه سازی نموده و به موقعیت های جدید تطبیق می دهند.

یک یادگیرنده موفق خود راهبر از مهارت های عمیق تر پردازش اطلاعات نیز استفاده می کند او :

- از فعالیت هایی که باید انجام دهد لذت می برد.
- به دنبال معانی اطلاعات می گردد.
- به طریقی یادگیری را به تجارب شخصی اش مرتبط می کند.
- اطلاعات جمع آوری شده را با شواهد و مستندات مرتبط کرده و نتیجه گیری می کند و می تواند بین دانش قبلی و دانش جدید ارتباط برقرار کند .

### ➤ آزمون

۱- توانایی حل مسئله به کدام مهارت مربوط است ؟

الف ( شناختی

ب ) اجرایی

ج ) تبیین اهداف

د ) همه موارد

گزینه " الف " صحیح است

۲- با زبینی قبل از انجام کار در کدام دسته از مهارتها قرار می گیرد ؟

الف ( شناختی

ب ) اجرایی

ج ) تبیین اهداف

د ) همه موارد فوق

گزینه " ب " صحیح است



## خلاصه

یادگیرندگان خود محور، یادگیری را یک وظیفه و نیاز می دانند که باید به آن بپردازند. یادگیری برای این افراد یک وظیفه شخصی محسوب می شود که نیازمند تلاش و هدایت است.

حدود ۷۰٪ یادگیری بالغین بصورت خود راهبر است. یادگیری خود راهبر فرایندی است که طی آن فرد با یا بدون کمک دیگران نیازهای یادگیری خویش را شناسایی کرده و با به کارگیری منابع به پیامدهای مورد انتظار دست می یابد.

تفاوت های یادگیری خود راهبر با یادگیری معلم راهبر	
<b>یادگیری خود راهبر</b> فرض بر این است که انسان ماهیتاً نیاز دارد در فرآیند رشد خویش خود راهبر باشد و ظرفیت خود راهبری را دارد مشروط بر اینکه تکامل پیدا کند	<b>یادگیری مهم راهبر</b> فرض بر این است که یادگیرنده وابسته بوده و مدرس مسئولیت دارد که آنچه را باید به وی آموخته شود و چگونگی آن را کنترل کند
فرض بر این است که تجارب یادگیرنده در یادگیری نقش ارزشمندی داشته و باید در کنار سایر منابع آموزشی (متخصصین) مورد استفاده قرار گیرد.	فرض بر این است که تجارب یادگیرنده نسبت به تجارب مدرس فاقد ارزش بوده و مدرس می تواند از کتب و مواد آموزشی بعنوان سنبلی برای یادگیری استفاده کند. مدرس است که قدرت انتخاب مطالب را دارد.
مسئله محور می باشند. تجارب یادگیری باید در جهت حل مسئله و یا پرسش کردن سازماندهی شوند.	یادگیری موضوع محور بوده و تجارب یادگیری براساس محتوا سازماندهی می شوند.
محرك یادگیرنده برای یادگیری عوامل انگیزشی درونی مثل نیاز به ارزش نفس، تمایل به دستیابی به میل به رشد و نیاز به دانستن می باشد.	محرك یادگیرنده برای یادگیری عوامل انگیزشی بیرونی مثل نمره، مدرک، تنبیه و ترس می باشد.





## منابع

- 1- Abrahamson's. (1978). Disease of the curriculum. Journal of Medical Education, 53 (12): 951-957
- 2- Knowles, M.S. (1975). Self- directed Learning: A guide for learners and teachers, Prentice Hall, Englewood cliffs, New Jersey.
- 3- Pintrich PR (2000), the role of goal orientation in self- regulated learning. Handbook of self regulation. Sandiego : Academic Press.
- 4- Zimmerman BJ(2002). Becoming a self- regulated learner : an overview. Theory into practice. 41(2), 64-72.
- 5- Harvey. B.J. Rothman .A.L. Frecker. R.C. (2003) effect of an undergraduate medical curriculum on students self- directed learning, Academic Medicine , 78(12): 1259-65

