

بە نام خەدا

مۆتىزىل پارلىسى

www.ketab.ir

مۇلف:

حسن غفارى يوشانلوڭى

انتشارات پيك آذر سحر

چاپ ۱۴۰۲

سرشناسه	: غفاری یوشانلوئی، حسن، ۱۳۶۷-
عنوان و نام پدیدآور	: یادگیری موثر/مؤلف حسن غفاری یوشانلوئی؛ ویراستار پریسا جوانعلی آذر.
مشخصات نشر	: تبریز: پیک آذر سحر، ۱۴۰۳.
مشخصات ظاهری	: ۹۴ ص، ۵/۲۱×۵/۱۴ س.م.
شابک	: ۱۷۰۰۰۰ ریال ۱-۷۲-۸۲۰۶-۶۲۲-۹۷۸:
وضعیت فهرست نویسی	: فیبا
یادداشت	: کتبنامه.
موضوع	: یادگیری Learning
رده بندی کنگره	: LB۱۰۶۰
رده بندی دیویی	: ۱۵۲۳/۳۷۰
شماره کتبخناسی ملی	: ۹۶۳۲۹۷۳
اطلاعات رکورد کتبخناسی	: فیبا



انتشارات پیک آذر سحر

www.ketab.ir

عنوان: یادگیری مؤثر

مؤلف: حسن غفاری یوشانلوئی

ناشر: انتشارات پیک آذر سحر

ویراستار: پریسا جوانعلی آذر

طراح جلد: بهزاد جمالی نصب

تیراژ: ۱۰۰۰

قطع: رقعی

نوبت چاپ: اول - ۱۴۰۳

قیمت: ۱۷۰،۰۰۰ تومان

شابک: ۱-۷۲-۸۲۰۶-۶۲۲-۹۷۸

دفتر پخش: تبریز، خیابان شریعتی جنوبی، روبروی بازار موبایل کریستال - انتشارات پیک آذر سحر

تلفن: ۰۹۱۴۴۰۰۲۷۵۲ - ۰۹۱۴۹۱۴۵۷۹۳

@peikazarsahar از اینستاگرام ما را دنبال کنید

www.peikazarsahar.ir

فهرست

۵	پیشگفتار
۸	مقدمه
۱۰	تعریف یادگیری
۱۴	تفاوت یادگیری و آموزش دیدن
۱۹	تفاوت یادگیری و عملکرد
۲۱	تفاوت یادگیری با حافظه
۲۲	انواع مختلف یادگیری
۲۳	یادگیری غیر انتزاعی
۲۳	عادت سازی
۲۶	حساس سازی
۲۸	یادگیری فعال
۲۹	یادگیری همبسته
۳۰	شرطی سازی
۴۰	یادگیری بصری
۴۲	استنباط
۴۳	بازی

- فرهنگ سازی ۴۷
- یادگیری واقعه‌ای ۴۹
- یادگیری چند رسانه‌ای ۵۰
- آموزش الکترونیکی و یادگیری تقویتی ۵۶
- یادگیری حفظی ۶۵
- یادگیری معنا دار ۶۶
- یادگیری مبتنی بر شواهد ۶۷
- یادگیری رسمی ۶۸
- یادگیری غیر رسمی ۶۹
- یادگیری مماسی ۷۳
- یادگیری دیالوژیک ۷۵
- یادگیری اتفاقی ۸۰
- یادگیری و بقا ۸۳
- آیا یادگیری حتماً باید به تغییر رفتار بینجامد؟ ۸۴
- یادگیری چقدر پایدار است؟ ۸۵
- آیا سوگیری و خوگیری یادگیری است؟ ۸۸
- آیا غریزه نوعی یادگیری است؟ ۹۱
- منابع ۹۳

پیشگفتار

شاید تا به حال بارها با سوال یادگیری چیست مواجه شده‌اید. کارشناسان، یادگیری را یک فرایند می‌دانند که بر ساختار مغز تاثیر بسزایی می‌گذارد. این مفهوم بسته به عوامل مختلفی که در ادامه با آن‌ها آشنا می‌شوید. می‌دانیم که یادگیری، یکی از بزرگ‌ترین عواملی است که به ما امکان پیشرفت، توسعه و رشد در زندگی می‌دهد.

این فرایند پویا، متنوع و بی‌پایان، مانند یک ماجراجویی است که هر روز با یافتن دانش جدید، ما را به سوی یک زندگی بهتر هدایت می‌کند. اما یادگیری مؤثر و استفاده‌هو شمند از اطلاعات، امری بیش از این است. آن نه تنها به معنای تمرین ذهنی و دریافت اطلاعات جدید نیست، بلکه فرآیندی است که نیازمند توجه، استراتژی، و روش‌های بهینه‌سازی است.

در این پیشگفتار، ما قصد داریم به مسیری عمیق‌تر در زمینه یادگیری مؤثر و استفاده هوشمند از دانش بپردازیم. با بهره‌گیری از ابزارها، روش‌ها، و تکنیک‌های به‌روز، ما قصد داریم راهکارهایی را ارائه دهیم که به شما کمک کند بهترین نتایج را از زمانی که صرف یادگیری می‌کنید، ببرید.

در این سفر، ما به بررسی موضوعاتی مانند روش‌های بهبود حافظه، تسهیل یادگیری مفاهیم پیچیده، توانمندسازی خود و دیگران، و تسلط بر مهارت‌های زندگی اجتناب‌ناپذیر استراتژی‌هایی ارائه می‌دهیم.

هدف ما این است که شما را به یک یادگیرنده مؤثر تبدیل کنیم که بتوانید به بهترین نحو از تجربیات و دانش دریافتی خود استفاده کنید و به دیگران هم این امکان را بدهید. منتظر همراهی شما در این سفر برای رسیدن به یادگیری مؤثر و استفاده هوشمند از آن هستیم.

جا دارد از همچنین تشکر ویژه دارم از دست اندر کاران
انتشارات پیک آذر سحر، آقای ایرج رحیمی ممقانی، جناب
آقای رحیم عیوضی مدیر مسئول و خانم دکتر پریسا جوانعلی آذر
مدیریت روابط عمومی انتشارات که بی شک بدون حمایت‌های
خاص ایشان این مکتوب به چاپ نمی‌رسید. از درگاه باری تعالی
برای یکایک این بزرگواران سلامتی کامل و علو درجات را مسئلت
دارم.

با احترام

حسن غفاری یوشانلوئی

مقدمه

ما در طول عمر از کودکی تا بلوغ، بعد از دوره میانسالی و تا لحظه مرگ، در حال یادگیری هستیم؛ و آن را نه فقط با رفتن به محیط آموزشی، بلکه در طی آموزش‌های غیرمستقیم، مطالعه، تماشای فیلم، رفتن به سفر، تجربه یک فعالیت اجتماعی و حتی در برخورد با مسائل شخصی زندگی کسب می‌کنیم. اگر تعریف یادگیری را با دقت بیشتری بررسی کنیم، نخست اینکه یادگیری همواره باید قابل انتقال به رفتار مشاهده پذیر باشد.

یادگیرنده قادر به انجام کاری خواهد بود که پیش از یادگیری نمی‌توانست آن را انجام دهد. دوم اینکه این تغییر رفتاری نسبتاً پایدار است؛ یعنی نه موقتی و نه ثابت است.

سوم، تغییر در رفتار الزاماً نباید بلافاصله بعد از تجربه یادگیری رخ دهد. چهارم، تغییر در رفتار از تجربه یا تمرین ناشی می‌شود و

در آخر، تجربه یا تمرین باید تقویت شود. در ادامه به طور مفصل توضیح خواهیم داد. حال سوال پیش می‌آید که چرا به مطالعه یادگیری بپردازیم؟

بررسی اصول یادگیری به ما کمک می‌کند تا علت‌های رفتارمان را بفهمیم. آگاهی از فرایند یادگیری نه تنها در فهم رفتار به هنجار و انطباقی به ما کمک می‌کند، بلکه امکان درک بیشتر شرایطی را که منجر به رفتار نا سازگار و نا به هنجار می‌شود نیز به ما می‌دهد، در نتیجه روش‌های مؤثرتر روان درمانی را به وجود می‌آورد. روش‌های کودک پروری نیز می‌توانند از اصول یادگیری بهره مند گردند.

بدیهی است که افراد با یکدیگر تفاوت دارند و این تفاوت‌های فردی را می‌توان بر حسب تجارب یادگیری متفاوت تبیین کرد. یکی از مهم‌ترین صفات انسان زبان است و بی تردید توانایی‌های ویژه

تکلم به طور عمده از یادگیری حاصل می‌شوند. افزون بر این بین اصول یادگیری و روش‌های آموزشی رابطه نزدیکی وجود دارد.

تعریف یادگیری

واژه‌ی یادگیری، عموماً برای موضوعات آکادمیک مورد استفاده قرار می‌گیرد. اما وقتی در مورد چیستی این مفهوم صحبت می‌کنیم، باید به جنبه‌های مختلفی غیر از آموزش علمی هم بپردازیم.

محققان آموزشی اتفاق نظر دارند که مفهوم یادگیری، خیلی عمیق‌تر از ثبت و حفظ کردن اطلاعات در حافظه است. یادگیری عمیق و طولانی مدت شامل درک، ایجاد ارتباط میان ایده‌ها و دانش قبلی و جدید، تفکر مستقل و انتقادی و توانایی انتقال دانش در