

ترجمه و چاپ در ایران، تحت امتیاز
انتشارات وایلی توسط انتشارات آوند دانش

WILEY

مهارت‌های آموختن

FOR

DUMMIES

www.ketab.ir
نوشته‌ی دورین دو بولی

برگردان: فرشید قهرمانی



آوند دانش

فهرست مطالب در یک نگاه

مقدمه.....	۱
بخش ۱: اصول مهارت‌های آموختن.....	۷
فصل ۱: برنامه‌ریزی برای موفقیت.....	۹
فصل ۲: اساتید و حمایت‌های دانشجویی.....	۲۵
فصل ۳: تفکر انتقادی.....	۳۵
فصل ۴: مهارت‌های فناوری اطلاعات و ارتباطات.....	۴۷
بخش ۲: تبدیل شدن به شاگردی فعال.....	۵۵
فصل ۵: یادگیری و آموختن فعال در سخنرانی‌ها، سمینارها و جلسات آموزشی.....	۵۷
فصل ۶: کار گروهی: کارگاه‌ها، سمینارها.....	۷۱
فصل ۷: یادداشت‌برداری در طول سخنرانی.....	۸۷
فصل ۸: بهره بردن از بازخوردها.....	۹۹
بخش ۳: جمع‌آوری اسناد و شواهد.....	۱۰۹
فصل ۹: راه و روش تحقیق.....	۱۱۱
فصل ۱۰: یافتن پاسخ: مطالعه و تحقیق.....	۱۲۹
فصل ۱۱: یادداشت‌برداری هدفمند.....	۱۴۵
فصل ۱۲: استفاده از اینترنت به‌عنوان ابزار جستجو.....	۱۶۱
فصل ۱۳: اعداد و ارقام.....	۱۷۳
بخش ۴: روی کاغذ آوردن.....	۱۹۱
فصل ۱۴: کنار هم آوردن ایده‌هایتان در نوشتن.....	۱۹۳
فصل ۱۵: درک اصول ابتدایی فرایند نوشتن.....	۲۰۷
فصل ۱۶: نگاهی به شکل، عملکرد و سبک.....	۲۲۳
بخش ۵: آخرین بازخواست: جان سالم به‌در بردن (و لذت بردن) از امتحانات.....	۲۳۵
فصل ۱۷: راهکارهای تقویت حافظه.....	۲۳۷
فصل ۱۸: آمادگی برای امتحان.....	۲۴۹
فصل ۱۹: شمارش معکوس تا زمان امتحان.....	۲۶۳
بخش ۶: بخش ده‌تایی‌ها.....	۲۷۷
فصل ۲۰: ده تکنیک برای صرفه‌جویی در زمان.....	۲۷۹
فصل ۲۱: ده راه تفریح در حین مطالعه.....	۲۸۷
فصل ۲۲: ده راهنمایی ساده برای نوشتن.....	۲۹۱

مقدمه

به کتاب مهارت‌های آموختن خوش آمدید! مهارت‌های آموختن چیست و ما چرا به آن‌ها نیاز داریم؟ خواندن این کتاب را ادامه بدهید. هنگامی که آنچه مطالعه می‌کنید همان چیزی است که باید بیاموزید، مهارت‌های آموختن به شما می‌گویند که چگونه می‌توانید آنچه را مطالعه می‌کنید، بیاموزید. مهارت‌های آموختن به شما کمک می‌کند از آنچه درباره‌اش مطالعه می‌کنید به بهترین شکل ممکن استفاده کنید. مهارت‌های آموختن منابعی را در اختیاران می‌گذارد که از آنچه آموخته‌اید در موقعیت‌های مختلف استفاده کنید و در عین حال به خود اعتماد و اطمینان داشته باشید. مهارت‌های آموختن باعث می‌شود آنچه را در دانشگاه و مدرسه یاد گرفته‌اید در زندگی روزمره به کار ببرید. برای مثال با بهره بردن از این مهارت‌ها یاد می‌گیرید به بهترین شکل در مصاحبه‌های شغلی حاضر شوید و با اعتمادبه‌نفس قراردادها و اسناد و مدارک دیگر را به‌شکلی حرفه‌ای ارزیابی و بررسی کنید.

برای بسیاری رفتن به دانشگاه اولین تجربه‌ی استقلال به حساب می‌آید و می‌تواند همزمان هیجان‌انگیز و تشویش‌آور باشد. به همین دلیل در این کتاب نگاهی گسترده به مهارت‌های آموختن داریم تا تجربه‌ی شما در دانشگاه تجربه‌ای ثمربخش باشد. افرادی که ملاقات می‌کنید و با آن‌ها در تماسید - به همراه لذت ملاقات یا مشکلات ارتباطی - به گسترش مهارت‌های آموختن در شما کمک می‌کنند. ارتباط با دانش‌آموزان و دانشجویان خوب لذت‌بخش است و می‌توان از آن‌ها چیزهای زیادی آموخت.

درباره‌ی این کتاب

مهارت‌های آموختن کتابی است که به تمامی دانش‌آموزان و دانشجویان کمک می‌کند بیشترین بهره را از مطالعات‌شان ببرند. در این کتاب توضیح داده‌ام در دنیای آموزش هر چیز به چه صورت کار می‌کند، وظایف و مسئولیت‌های دانش‌آموزان، دانشجویان و اساتید چه هستند و هنگامی که چیزی برای‌تان قابل درک نیست، کجا به دنبال راه‌حلش باشید. دانایی توانایی است و مهارت‌های آموختن به شما کمک می‌کند اختیار یاد گرفتن هر چیز در دست خودتان باشد.

این کتاب راهکارهایی عملی و کاربردی را در اختیاران می‌گذارد تا از زمان بهترین استفاده را ببرید، از استرس دور بمانید، مطالب مختلف را به‌درستی درک کنید و به‌شکلی اثرگذار یادداشت برداری کنید. آمادگی منظم به همراه بحث و تفکر درباره‌ی آنچه آموخته‌اید با آموختن این مهارت‌ها دستخوش تحول و دگرگونی خواهد شد. مطالعه‌ی درباره‌ی آنچه آموخته‌اید نه تنها حافظه‌ی شما را برای ذخیره‌ی اطلاعات تقویت می‌کند، بلکه باعث می‌شود ایده‌ها و نظرات منحصربه‌فرد خود را درباره‌ی موضوعات مختلف داشته

باشید. همچنین با بهره بردن از این مهارت‌ها خواهید دانست چگونه از این ایده‌ها دفاع کنید. این روال برای پیشرفت علمی‌تان ضروری و لازم است.

به عبارت دیگر هر جا که ممکن باشد این کتاب به شما نشان می‌دهد که چگونه با یک تیر دو هدف را نشانه بروید. در هر بخش توصیه‌های کاربردی برای حل مشکلاتی که مربوط به موضوع آن بخش می‌شود ارائه شده است.

قواعد رعایت‌شده در این کتاب

برای استفاده‌ی بهتر از مطالب این کتاب، قواعدی خاص را در نظر گرفته‌ام:

- ✓ حروف ابجد (کج) برای تاکید یا مشخص کردن کلمات جدید یا تعریف اصطلاحات به کار رفته‌اند.
- ✓ مطالبی که به صورت پررنگ نوشته شده‌اند، نشانگر موارد علمی و کاربردی در مراحل عملی است که برای فراگیری خاص معرفی شده‌اند.
- ✓ ستون‌های خاکستری که گاه‌گاه با آن‌ها روبه‌رو می‌شوید، حاوی اطلاعاتی اضافی است که می‌توانید آن را مطالعه کنید یا بدون مطالعه‌ی آن خواندن کتاب را ادامه دهید.

آنچه که لازم نیست بخوانید

از آنجایی که این کتاب به شما می‌آموزد آنچه را که نیاز دارید بیابید و مطالعه کنید، شناختن مواردی را که می‌توانید از مطالعه‌ی آن‌ها صرف نظر کنید و بدون مطالعه‌ی آن‌ها خواندن این کتاب را ادامه دهید، ساده کرده‌ام. این نکات اگرچه جالبند و با موضوع بحث سازگاری دارند، برای مطالعه ضروری نیستند.

- ✓ مطالبی که در ستون‌های خاکستری رنگ آمده است: این مطالب جالب است و با مطالعه‌ی آن چیزهایی جدید یاد می‌گیرید، اگرچه خواندن‌شان ضروری نیست. این مطالب ممکن است شامل داستان‌ها یا اطلاعاتی اضافی باشند که به نظر من جالب هستند.
- ✓ مطالب صفحات کپی رایت: در زمان صرفه‌جویی کنید. فقط لازم است آنچه را که نیاز دارید یا به آن علاقه دارید مطالعه کنید. اگر به مطالعه درباره‌ی چیزی علاقه ندارید از خواندنش به‌راحتی صرف نظر کنید.

تصورات خنده‌دار

هنگام نوشتن این کتاب گمان کردم ممکن است یکی از موارد زیر درباره‌ی شما درست باشد.

- ✓ سال آخر دبیرستان را می‌گذرانید و قصد دارید تحصیلات دانشگاهی را برای آینده‌ی زندگی‌تان انتخاب کنید.