

الف) پرسش‌ها

دانش‌آموز گرامی، لطفاً سؤالات زیر را به دقت بخوانید و یکی از گزینه‌های «الف» یا «ب» را که بیشتر در مورد شما صدق می‌کند، انتخاب کنید و کنار آن علامت بزنیید. سپس بر اساس نتیجه خود، مقاله مربوط و راهکارهای ارائه‌شده را مطالعه فرمایید.

۱- هنگامی مطلب را بهتر می‌فهمم که:

الف) آن را آزمایش می‌کنم.

ب) درباره آن کاملاً فکر می‌کنم.

۲- ترجیح می‌دهم:

الف) واقع‌بین به نظر برسم.

ب) مبتکر به نظر برسم.

۳- وقتی به آنچه دیروز انجام داده‌ام فکر می‌کنم، بیشتر:

الف) آن را به صورت تصویر به یاد می‌آورم.

ب) آن را به صورت کلمات به یاد می‌آورم.

۴- معمولاً:

الف) جزئیات موضوع را می‌فهمم، اما درباره ساختار کلی آن گیج می‌شوم.

ب) ساختار کلی موضوع را می‌فهمم، اما درباره جزئیات آن گیج می‌شوم.

۵- برای یادگیری هر موضوع جدیدی:

الف) صحبت کردن درباره آن به من کمک می‌کند.

ب) فکر کردن درباره آن به من کمک می‌کند.

۶- اگر معلم شوم، ترجیح می‌دهم درسی بدهم که:

الف) با حقایق زندگی سروکار داشته باشد.

ب) با عقاید و نظریه‌ها سروکار داشته باشد.

۷- ترجیح می‌دهم مطالب جدید را از طریق:

الف) تصاویر، جدول‌ها و نقشه‌ها یاد بگیرم.

ب) دستورات عمل‌های مکتوب یا اطلاعات شفاهی یاد بگیرم.

۸- وقتی:

الف) همه اجزای مطلب را بفهمم، کل مطلب را می‌فهمم.

ب) کل مطلب را بفهمم، همه اجزای آن را می‌فهمم.

۹- در میان گروهی که مسئله دشواری را بررسی می‌کنند، من به احتمال زیاد:

الف) وارد بحث می‌شوم و عقیده‌ام را بیان می‌کنم.

ب) در گوشه‌ای می‌نشینم و گوش می‌دهم.

۱۰- یادگیری:

- الف) واقعیات و موضوعات عینی را آسان تر می دانم.  
ب) مفاهیم و موضوعات انتزاعی را آسان تر می دانم.

۱۱- هنگام مطالعه کتابی که تصاویر و شکل های بسیار زیادی دارد، به احتمال زیاد:

- الف) تصاویر و نمودارها را به دقت بررسی می کنم.  
ب) توجه خود را به نوشته های کتاب معطوف می کنم.

۱۲- هنگام حل مسائل ریاضی:

- الف) معمولاً مرحله به مرحله روی راه حل هایی که به جواب می رسند کار می کنم.  
ب) غالباً ابتدا راه حل ها را بررسی می کنم و سپس سعی می کنم مراحلی که برای رسیدن به آن ها لازم است بیایم.

۱۳- قتی در کلاسی شرکت می کنم:

- الف) معمولاً با بسیاری از دانش آموزان آشنا می شوم.  
ب) معمولاً با تعداد کمی از دانش آموزان آشنا می شوم.

۱۴- در مطالعه مطالب واقعی، ترجیح می دهم مطالب:

- الف) مفاهیم جدیدی به من بیاموزند یا به من چگونگی انجام دادن کارها را یاد بدهند.  
ب) ایده های جدیدی برای فکر کردن درباره آن ها در اختیار من بگذارند.

۱۵- معلمانی را دوست دارم که هنگام درس دادن:

- الف) جدول ها و نمودارهای زیادی روی تخته می کشند.  
ب) زمان زیادی را صرف توضیح دادن می کنند.

۱۶- هنگام تحلیل داستان یا رمان:

- الف) به اتفاقات داستان فکر می کنم و می کوشم آن ها را به منظور فهم موضوع اصلی داستان به یکدیگر مرتبط سازم.  
ب) چون وقتی که داستان را تمام می کنم، فقط موضوع اصلی آن را به خاطر می آورم، باید به عقب برگردم و رابطه بین اتفاق های داستان را پیدا کنم.

۱۷- وقتی حل مسئله را شروع می کنم، به احتمال زیاد:

- الف) بلافاصله روی راه حل آن کار می کنم.  
ب) ابتدا سعی می کنم مسئله را کاملاً بفهمم.

۱۸- بیشتر:

- الف) عقاید قطعی را ترجیح می دهم.  
ب) فرضیات و حدس های علمی را ترجیح می دهم.

۱۹- آنچه را:

- الف) می بینم بهتر به یاد می آورم.  
ب) می شنوم بهتر به یاد می آورم.

۲۰- برای من خیلی مهم است که معلم:

- الف) مطالب را با نظم و ترتیب روشن ارائه دهد.  
ب) تصویری کلی از مطالب را ارائه دهد و آن را با موضوعات دیگر مرتبط سازد.

(ب) شیوه نمره‌دهی

- ۱- به گزینه انتخاب شده (الف یا ب) نمره ۵ دهید (تمامی گزینه‌ها نمره ۵ دارند).
- ۲- مجموع نمرات هر مؤلفه را مطابق جدول زیر (جدول نمره‌دهی) محاسبه نمایید.
- ۳- نمره تمامی سبک‌های خود را بررسی نمایید و مطابق راهکارهای موجود در ضمیمه سعی در بهبود آن‌ها نمایید.

تذکرات:

- ۱- هر مؤلفه می‌تواند نمرات صفر، ۵، ۱۰، ۱۵ و ۲۰ را کسب نماید. نکته حائز اهمیت در نمره‌دهی، تفاوت با حداکثر نمره کسب شده است. به این معنی که هرچه نمره مؤلفه شما به نمره ۲۰ نزدیک‌تر باشد، نمایش‌دهنده سبک یادگیری غالب شما است و هرچه نمره کسب شده از ۲۰ فاصله بگیرد، نشان‌دهنده ضعیف بودن آن مؤلفه در سبک‌های یادگیری است. بنابراین هرچه نمرات مؤلفه‌ها پایین‌تر باشد، اولویت بهبود با همان مؤلفه است.
- برای مثال، اگر نمره سبک یادگیری فعال شما ۱۵ و تأملی ۵ است، این بدین معنی است که سبک یادگیری شما بیشتر از نوع فعال است و سبک یادگیری تأملی شما نیاز به تمرین و افزایش دارد؛ بنابراین شما می‌توانید با استفاده از راهکارهای موجود در ضمیمه، راهکارهای استفاده بهتر از سبک یادگیری غالب خود را برگزینید تا بتوانید یادگیری صحیح‌تر و عمیق‌تری داشته باشید و در صورت نیاز سبک یادگیری ضعیف‌تر خود را نیز بهبود ببخشید.
- ۲- نکته مهم در پرسش‌نامه سبک‌های یادگیری این است که، سبک یادگیری تمامی افراد، تلفیقی از مؤلفه‌های فعال، تأملی، حسی، شهودی، دیداری، کلامی، متوالی و کلی است که به ویژگی‌های هر سبک پرداخته خواهد شد. بنابراین توضیح بالا، نمی‌توان مشخص کرد که هر فرد یک سبک یادگیری منحصر به فرد و خاص دارد، بلکه سبک یادگیری هر فرد تلفیقی از سبک‌های ذکر شده است.
- ۳- با توجه به جدول زیر و نمره‌دهی به هر مؤلفه در پرسش‌نامه سبک‌های یادگیری، شما می‌توانید سبک یادگیری غالب خود را شناسایی کرده و با توجه به ویژگی‌های هر سبک متناسب با سبک یادگیری خود، راهکارهای مطالعه و یادگیری صحیح را برگزینید تا یادگیری شما با حداکثر کیفیت اتفاق بیفتد.

جدول نمره‌دهی

مقیاس	مؤلفه	سؤالات مربوط به هر خرده‌مؤلفه	مجموع نمرات هر مؤلفه
سبک‌های یادگیری	فعال	گزینه‌های «الف» سؤالات ۱-۵-۹-۱۳-۱۷	
	تأملی	گزینه‌های «ب» سؤالات ۱-۵-۹-۱۳-۱۷	
	حسی	گزینه‌های «الف» سؤالات ۲-۶-۱۰-۱۴-۱۸	
	شهودی	گزینه‌های «ب» سؤالات ۲-۶-۱۰-۱۴-۱۸	
	دیداری	گزینه‌های «الف» سؤالات ۳-۷-۱۱-۱۵-۱۹	
	کلامی	گزینه‌های «ب» سؤالات ۳-۷-۱۱-۱۵-۱۹	
	متوالی	گزینه‌های «الف» سؤالات ۴-۸-۱۲-۱۶-۲۰	
	کلی	گزینه‌های «ب» سؤالات ۴-۸-۱۲-۱۶-۲۰	

سبک‌های یادگیری به روش‌هایی که شخص موضوعات را درک می‌کند، اطلاعات را به خاطر می‌سپارد، دربارهٔ مطالب می‌اندیشد و مسائل را حل می‌کند، گفته می‌شود. در واقع سبک یادگیری هر فرد، یعنی روشی که فرد برای یادگیری خود انتخاب می‌کند تا بهترین نوع یادگیری را داشته باشد.

هدف اصلی از شناخت سبک‌های یادگیری، یافتن بهترین روش برای یادگیری و افزایش کیفیت و عمق یادگیری شما است. چنانچه شما سبک یادگیری مناسب خود را بشناسید می‌توانید با استفاده از راهکارهای بهبود سبک خود، یادگیری خود را عمیق‌تر نمایید که این موضوع سبب موفقیت شما در امتحانات و نهایتاً در آزمون سراسری خواهد شد. با استفاده از نتایج پرس‌شنامه، سبک یادگیری مناسب خود را که در زیر به توضیح آن پرداخته خواهد شد، بشناسید و راهکارهای مؤثر جهت یادگیری سبک یادگیری خود را در مطالعه استفاده نمایید تا اطلاعات به‌درستی در ذهن شما تثبیت شده و مطالعه با کیفیت‌تری داشته باشید.

### ج) ویژگی‌های سبک‌های یادگیری هشت‌گانه

#### ■ انواع سبک‌های یادگیری:

##### ■ سبک یادگیری حسی:

- سبکی است که در آن یادگیرندگان، تمایل به یادگیری واقعیت‌ها دارند.
- متمایلند مسائل خود را با استفاده از روش‌های تعریف‌شده (روش‌های روشن و واضح) حل کنند.
- پیچیدگی را دوست ندارند.

##### ■ سبک یادگیری شهودی:

- سبک یادگیری است که در آن یادگیرندگان اغلب ترجیح می‌دهند امکانات و روابط را کشف کنند.
- خلاق و نوآور باشند و تکرار را دوست ندارند.

##### ■ سبک یادگیری تأملی:

- سبکی است که درک اطلاعات بیشتر با تفکر دربارهٔ آن است.
- به کارهای فردی علاقه زیادی دارند.

##### ■ سبک یادگیری فعال:

- یادگیرندگان فعال به‌وسیلهٔ کار فعالانه و انجام فعالیت بر روی مواد یادگیری، به‌کار بردن مواد و مورد دستکاری قرار دادن اشیا به بهترین نحو یاد می‌گیرند.
- آن‌ها بیشتر علاقه‌مند به برقراری ارتباط با دیگران هستند و فعالیت در گروه‌هایی که در آن‌ها امکان بحث و گفت‌وگو در مورد مواد یادگیری وجود دارد را ترجیح می‌دهند.

##### ■ سبک یادگیری کلامی:

- سبکی است که یادگیرندگان، اطلاعات را بیشتر از طریق کلمات یا توضیحات کلامی (شفاهی) بهتر به یاد می‌آورند.

##### ■ سبک یادگیری دیداری:

- سبکی است که یادگیرندگان، آنچه می‌بینند (نظیر تصاویر، نمودارها، جداول و فیلم‌ها) را بهتر به یاد می‌آورند.

## ▪ سبک یادگیری کلی:

- یادگیرندگان کلی از فرآیندهای تفکر به صورت کلی استفاده می کنند.
- از طریق کاوش های بلند (جمع بندی اطلاعات در طول سال و مقایسه آن ها با آموخته های پیشین) به خوبی یاد می گیرند.
- آن ها متمایلند مواد یادگیری را اغلب به صورت تصادفی و بدون توجه به پیوندهای موجود بین مواد یادگیری جذب کنند، اما بعد از اینکه به اندازه کافی از این مواد یاد گرفتند به صورت تکانشی (سریع و با تأمل کم) به یک تصویر کلی از آن دست پیدا می کنند.

## ▪ سبک یادگیری متوالی:

- مطالب بر مبنای ادراک آن ها طبقه بندی می شوند.
- یادگیرندگان گام به گام بیشتر از طریق گام های افزایشی کوچک یاد می گیرند و بنابراین، پیشرفت یادگیری آن ها به صورت خطی است.
- آن ها برای یافتن راه حل ها، بیشتر تمایل دارند تا از نقطه نظرات منطقی پیروی کنند.

## (د) راهکارهای یادگیری مناسب هر سبک

### ▪ سبک یادگیری حسی:

- نکات ریز و جزئی هر درس را حاشیه نویسی کنید.
- از ارتباط دادن مفاهیم به یکدیگر و پیچیده کردن آن ها بپرهیزید.
- مفاهیم را به ساده ترین شکل موجود تبدیل کنید. سعی کنید دشوارترین مفهوم را در یک خط به بیانی ساده در آورید.
- محاسبات خود را به صورت نوشتاری در آورید و از انجام محاسبات به صورت ذهنی بپرهیزید.

### ▪ سبک یادگیری شهودی:

- در سؤالاتی که نیازمند محاسبات هستند، بعد از پایان محاسبه، آن را دوباره با دقت چک کنید.
- سعی کنید مفاهیم شخصی برای بیان هر موضوعی داشته باشید. (هر موضوع را به زبان خود بیان کنید.)
- در پایان مطالعه، اگر در مورد درس سؤالی داشتید، سعی کنید دانشمندان مرتبط با آن درس را تصور کرده و سؤال خود را از او پرسید.
- در چگونگی حل مسئله، سعی کنید خلاقیت از خود نشان دهید و مسئله های مشابه را با یک راه حل، حل نکنید.

### ▪ سبک یادگیری فعال:

- سعی کنید در کلاس از معلم خود سؤال پرسید. سؤالاتی که از معلم می پرسید در ذهن شما به شدت حفظ می شود.
- سعی کنید برای مطالعه به کتابخانه بروید.
- برخی از درس هایی را که یادگیری شان برایتان سخت و دشوار است را سعی کنید با دوست خود مطالعه کنید.
- در برنامه تفریح هفتگی خود، مشاهده تلویزیون و استفاده از شبکه های ارتباطی را قرار دهید.

### ▪ سبک یادگیری تأملی:

- اگر مفهومی برایتان سخت و دشوار بود، به جای اینکه چند بار آن را مطالعه کنید، بیشتر سعی کنید به آن فکر کنید.
- مطالعه شما بهتر است در محیطی آرام و بدون حضور افراد دیگر باشد؛ به عبارتی بهتر است برای مطالعه به کتابخانه و جاهای شلوغ نروید.
- درباره چگونگی انجام کارهای مختلف فکر کنید؛ چگونه در جلسه آزمون احساساتم را مدیریت کنم، چگونه مطالعه ام را بیشتر کنم و ...
- تندخوانی از جمله مهارت هایی است که شما باید در درس های عمومی حتماً رعایت کنید؛ بنابراین یکی از دلایل عمده اینکه برخی از افراد تأملی در درس های عمومی عملکرد خوبی ندارند، به خاطر عدم استفاده از مهارت تندخوانی است.

▪ **سبک یادگیری دیداری:**

- سعی کنید در پایان مطالعه، مفاهیمی که مطالعه کرده‌اید را به شکل یا نمودار تبدیل کنید.
- در هنگام مطالعه به شکل‌ها توجه خاصی داشته باشید.
- اگر مفهومی انتزاعی و مجرد است و در یادگیری آن با مشکل مواجه شدید، سعی کنید آن را با اشکال و تصاویر عینی ارتباط دهید.
- استفاده از نقشهٔ مفهومی برای درس‌ها برای شما لازم و ضروری است.

▪ **سبک یادگیری کلامی:**

- برای به‌خاطر سپاری بهتر شکل‌های موجود در کتاب، بهتر است آن را برای خود توضیح دهید یا آن را به صورت کلامی درآورید.
- در پایان هر درس، سعی کنید نتایجی که استنباط کرده‌اید را در چند خط بنویسید.
- خلاصه‌برداری برای شما ضروری و لازم است.
- اگر مطلبی را متوجه نمی‌شوید، برای خودتان یا دیگری با صدای بلند توضیح دهید.

▪ **سبک یادگیری کلی:**

- بعد از حل هر مسئله به کاربردهای دیگر الگوی حل مسئلهٔ موردنظر فکر کنید.
- سعی کنید مفاهیم هر درس را با مفاهیم فصل‌ها و یا درس‌های دیگر ارتباط دهید.
- اگر در ابتدای واحد مطالعاتی خود احساس کردید که متوجه مفاهیم درس نمی‌شوید، نگران نباشید؛ فهم مطلب در شما به یک‌باره رخ می‌دهد.
- در درس‌های خواندنی مانند زیست‌شناسی و دین و زندگی، لازم است به جزئیات توجه زیادی کنید.
- به‌جز در درس‌های تمرینی، در بقیهٔ درس‌ها لازم نیست ترتیب مطالعه شما بر اساس فصل‌بندی کتاب باشد. با هماهنگی دبیر خود می‌توانید ترتیب مطالعه درس‌ها را کمی تغییر دهید.

▪ **سبک یادگیری متوالی:**

- در پایان حل هر مسئله، مراحل آن را برای خودتان بازگو کنید.
- وقتی مطلبی را می‌خوانید، تا پایان بر آن متمرکز شوید و سعی نکنید به‌طور هم‌زمان از مطالب کتاب یا جزوه‌ای دیگر بهره ببرید.
- در ابتدای مطالعه، برای اینکه اصل موضوع را از دست ندهید، حتماً تیترهای اصلی کتاب را مطالعه کنید.
- در درس‌های عمومی سعی کنید نگاه کلی داشته باشید و از جزئی‌نگری که می‌تواند زمان‌گیر باشد فاصله بگیرید.

مؤسسه آموزشی فرهنگی