

# راه‌های پروانیدن عشق به یادگیری



یادگست ادامه مطلب



منیره نسیمی

دکترای مشاوره (مشاور و مدرس دانشگاه)

## اشاره

اولین خوشه در فضیلت را «خرد» تشکیل می‌دهد. یکی از اساسی‌ترین توانمندی‌های مربوط به این فضیلت که به لحاظ رشدی، پرورش آن در دانش‌آموزان ضروری به نظر می‌رسد، عشق به یادگیری است. به عبارت دیگر، فضیلت خرد که مستلزم کسب و کاربرد دانش است، با نیروهای کنجکاوی، عشق به یادگیری، خلاقیت، قضاوت درست، هوش هیجانی و استعداد دیدن زندگی در چشم‌اندازی وسیع تحقق می‌یابد. با توجه به توانمندی‌های اشاره شده در این فضیلت می‌توان گفت: موضوع‌های توانمندساز عواملی هستند که در موقعیت‌های معین بروز «نیروهای مَنش» را سبب می‌شوند و بدین ترتیب به فضیلت خدمت می‌کنند. از جمله وضعیت‌های توانمندساز می‌توان به فرصت‌های آموزشی و شغلی، محیط امن در مدارس، و خانواده‌های حمایت‌کننده و باثبات اشاره کرد. بنابراین وجود مشاوران و الگوهای سرمشق‌دهنده در داخل و یا خارج از خانواده، شرایط توانمندساز به شمار می‌روند.

یادگیری مرتفع سازند و حتی با تلاش، پشتکار و مسئولیت‌پذیری موفقیت و خودپنداره مثبت تحصیلی خود را برحسب شایستگی‌های خود افزایش دهند.

عشق به یادگیری، یعنی فرد به یادگیری عشق می‌ورزد؛ چه در کلاس و چه به صورت مستقل. او همیشه، چه در مدرسه، چه در موزه‌ها، و چه هر جای دیگری که فرصتی برای یادگیری وجود داشته باشد، مشغول یادگیری می‌شود و آن را دوست دارد. کافی است که از دانش‌آموزان بخواهید تا به این چند سؤال کلی پاسخ دهند تا بدانید آیا شور و عشق به یادگیری در آن‌ها وجود دارد یا خیر:

- ✓ آیا زمینه‌ای در دانش وجود دارد که شما در آن خیره باشید؟
- ✓ آیا خبرگی شما برای افراد واقع در دایره اجتماعی اطرافتان ارزشمند است یا برای دنیای بزرگ‌تر؟
- ✓ آیا شما حتی در صورت نبود هیچ پاداش و مشوق بیرونی باز هم به یادگیری در این حوزه‌ها علاقه‌مند هستید؟

## عشق به یادگیری

عشق به یادگیری نوعی توانمندی است که معلمان دوست دارند آن را در دانش‌آموزانشان ببینند، والدین آن را در کودکانشان تقویت کنند، درمانگران وجود آن را در مراجعانشان تأیید کنند و کارفرمایان آن را در کارکنان خود پرورش دهند. عشق به یادگیری به‌طور کلی توصیف‌کننده نوه‌ای است که شخص اطلاعات و مهارت‌های خود را به کار می‌گیرد و یا علاقه بسیار زیادی است که نسبت به موضوعی دارد. زمانی که دانش‌آموز عشق به یادگیری را به شکل یک توانمندی

**کلیدواژه‌ها:** عشق به یادگیری، غرقگی، خرد، خوداثربخش، مشاور مدرسه

با توجه به اینکه در سال تحصیلی جدید قرار گرفته‌ایم و یکی از هدف‌های آموزشی در مدارس توجه به فرایند یاددهی و یادگیری است، بدون شک اگر دانش‌آموزان متناسب با فرصت‌های آموزشی و به یاری مشاوران مدارس به این توانمندی مجهز شوند، می‌توانند بخشی از شکست‌های تحصیلی خود را با پرورش روحیه عشق به

دارد، از نظر شناختی درگیر موضوع موردنظرش می‌شود. وی معمولاً هنگام کسب مهارت‌ها، با افتخار حس کنجکاوی‌اش، دانش جدیدی را بنیان می‌نهد و یا با یادگیری چیزی کاملاً جدید احساسات خوبی را تجربه می‌کند. از طرف دیگر، این توانمندی نتایج انگیزشی مثبتی را در بر دارد، چرا که شخص را در رویارویی با شکست، چالش و بازخوردهای منفی یاری می‌کند تا دست از تقلا برندارد.

وی معمولاً هنگام کسب مهارت‌ها، با افتخار حس کنجکاوی‌اش، دانش جدیدی را بنیان می‌نهد و یا با یادگیری چیزی کاملاً جدید احساسات خوبی را تجربه می‌کند. از طرف دیگر، این توانمندی نتایج انگیزشی مثبتی را در بر دارد، چرا که شخص را در رویارویی با شکست، چالش و بازخوردهای منفی یاری می‌کند تا دست از تقلا برندارد.

### ویژگی‌های افرادی که عشق به یادگیری دارند:

- احساس مستقل بودن و خودکفایی می‌کنند و اهل مبارزه و به هم‌آورد طلبیدن هستند.
- احساس قابلیت می‌کنند.
- زیرک و با‌دراست هستند و برای خود الگوهایی می‌یابند.
- خودآثربخش و منشأ اثر هستند.
- هنگام تلاش برای یادگیری، احساس می‌کنند از طرف دیگران حمایت می‌شوند.

- در ارتباط با یادگیری موضوع‌های جدید احساس‌های مثبت دارند.
- با وجود مشکل و ناکامی، برای تلاش‌های خودتنظیمی به منظور ایستادگی و مقاومت، توانایی خوبی دارند.
- بین مطالبی که قرار است یاد بگیرند ارتباط برقرار می‌کنند و

### اتفاقات مهم عشق به یادگیری

◀ **تبدیل جهان به مکانی بهتر:** همه اختراعات، نوآوری‌ها و



پیشرفت‌های نوع بشر محصول عشق به یادگیری آدم‌هاست.

### استفاده مناسب از استعدادها

سازگاری با تغییرات: زندگی امروز که در چشم‌به‌هم‌زدنی دچار تغییر و تحول می‌شود، مهارت سازگاری بیشتری را با محیط پیرامون و تغییراتش می‌خواهد. عشق به یادگیری ما را خیلی زودتر از دیگران از این تغییرات آگاه می‌کند.

### تقویت نیروی ذهنی: استفاده مداوم

از مغز و درگیر کردن آن در فعالیت‌های مثبت و سازنده کارایی را افزایش می‌دهد.

### کشف معنای زندگی: یکی از

مهم‌ترین چیزهایی که زندگی افراد موفق را از افراد ناموفق متمایز می‌کند، این است که زندگی‌شان دارای معنا و هدف غایی است.

### عوامل توانمندساز و بازدارنده

#### روحیه عشق به یادگیری:

#### احساس فرد نسبت به موضوع

یادگیری: احساسی که ما نسبت به موضوعی داریم، بر میزان علاقه ما به یادگیری آن تأثیر می‌گذارد.

#### آگاهی و دانش فرد از موضوع

یادگیری: اگر ما هیچ‌گونه اطلاعاتی درباره موضوع خاصی نداشته باشیم، علاقه‌ای هم به یادگیری آن نخواهیم داشت. آنچه که آتش عشق به یادگیری را در وجود ما روشن می‌کند، داشتن اطلاعات نسبی درباره یک موضوع و علاقه به افزایش اطلاعات و آگاهی درباره آن است.

#### کنجکاوی نسبت به موضوع

یادگیری: تا کنجکاوی وجود نداشته باشد، علاقه هم به وجود نمی‌آید.

#### توانایی تشخیص و استفاده از

منابع برای یادگیری: اینکه ما بدانیم چه منابعی برای یادگیری موضوع مورد علاقه‌مان وجود دارد، یادگیری را بهتر و عشق به آن را بیشتر می‌کند.

### آزمون سنجش عشق به یادگیری

جمله‌های جدول ۱ را بخوانید و با انتخاب گزینه‌ای که به بهترین شکل شما را توصیف می‌کند، میزان موافقت یا مخالفت خود را با هر جمله مشخص سازید.

نمره‌گذاری گزینه‌ها در این آزمون به این صورت است:

کاملاً موافقم: ۵

موافقم: ۴

نظری ندارم: ۳

مخالقم: ۲

کاملاً مخالقم: ۱

برای به دست آوردن نمره کل کافی است امتیاز همه قسمت‌ها را با هم جمع کنید.

### تفسیر نمره‌ها

✓ امتیاز بالاتر از ۳۵: یادگیری در همه‌وقت و همه‌جا از اولویت‌های زندگی فرد است.

✓ امتیاز پایین‌تر از ۳۵: متأسفانه یادگیری جای مناسبی در میان دغدغه‌های ذهنی فرد ندارد. او نیازی به یادگیری مطالب جدید در خود احساس نمی‌کند. بعد از سنجش میزان عشق به یادگیری، در صورتی که امتیاز دانش‌آموزان از ۳۵ پایین‌تر بود، می‌توانید با اجرای برخی تمرین‌ها و فعالیت‌های زیر برای تقویت روحیه عشق به یادگیری دانش‌آموزان با آنان کار کنید.

### فعالیت ۱. محرک‌های

#### یادگیری من

برای همه ما برخی از باورها، عقاید، شرایط، مکان‌ها، افراد و ... نقش ترغیب‌کننده یا محرک یادگیری را دارند. از دانش‌آموزان بخواهید فکر کنند و ببینند چه چیزهایی سبب برانگیختگی و تحرک حس یادگیری در آن‌ها می‌شود و سپس جدول ۲ را تکمیل کنید.

### فعالیت ۲. فعالیت‌های غرقگی من

برای همه ما پیش آمده است که گاهی به قدری مجذوب و شیفته کاری می‌شویم که زمان و مکان را از یاد می‌بریم. به عبارت دیگر در آن کار غرق می‌شویم. در روان‌شناسی به این حالت «غرقگی» می‌گویند. از دانش‌آموزان بخواهید در جدول ۳ درباره فعالیت‌هایی بنویسند که با آن‌ها حالت غرقگی را تجربه می‌کنند.

### فعالیت ۳. برنامه عملیاتی هدف‌های یادگیری من

از دانش‌آموزان بخواهید یکی از هدف‌های یادگیری خود را انتخاب و گام‌های رسیدن به هدف و جایگزین‌ها را در جدول ۴ یادداشت کنند و بنویسند برای هر گام موفقیت‌آمیز چه پاداشی برای خود در نظر می‌گیرند.

عشق به یادگیری نوعی توانمندی است که معلمان دوست دارند آن را در دانش‌آموزان ببینند، والدین آن را در کودکانشان تقویت کنند، درمانگران وجود آن را در مراجعانشان تأیید کنند و کارفرمایان آن را در کارکنان خود پرورش دهند. عشق به یادگیری به‌طور کلی توصیف‌کننده نحوه‌ای است که شخص اطلاعات و مهارت‌های خود را به کار می‌گیرد و با علاقه بسیار زیادی است که نسبت به موضوعی دارد. این توانمندی نتایج انگیزشی مثبتی را دربر دارد، چرا که شخص را در رویارویی با شکست، چالش و بازخوردهای منفی یاری می‌کند تا دست از تقلا بردارد



### جدول ۱. آزمون سنجش عشق به یادگیری

ردیف	عبارت	کاملاً موافقم	موافقم	نظری ندارم	مخالقم	کاملاً مخالفم
۱	همیشه راهی پیدا می‌کنم تا در کلاس‌های آموزشی شرکت کنم					
۲	عاشق یادگرفتن چیزهای جدید هستم					
۳	وقتی چیز جدیدی یاد می‌گیرم، بسیار خوش حال می‌شوم					
۴	هر روز به دنبال فرصتی برای یادگیری و رشد هستم					
۵	همیشه به دنبال آموختن هستم					
۶	همیشه برای بازدید از موزه‌ها راهی پیدا می‌کنم					
۷	همیشه در حال مطالعه هستم					
۸	اگر بخواهم مطلبی را بدانم، بلافاصله به کتابخانه یا اینترنت مراجعه می‌کنم					
۹	کتاب‌های زیادی می‌خوانم					
۱۰	برای سرگرمی دوست دارم کتاب‌های غیرتخیلی بخوانم					

### جدول ۲. محرک‌های یادگیری من

محرک یادگیری من	زمان استفاده از این محرک	چطور می‌توانم از آن به‌طور مؤثرتری استفاده کنم؟

### جدول ۳. فعالیت‌های غرقگی من

فعالیت غرقگی	از چه چیز این فعالیت لذت می‌برم؟	چطور می‌توانم از این محرک مؤثرتر استفاده کنم؟	اگر در انجام این فعالیت با مشکل مواجه شوم، چگونه انگیزه‌ام را حفظ می‌کنم و ادامه می‌دهم؟

### جدول ۴. برنامه عملیاتی هدف‌های یادگیری من

هدف:			
گام اول:	جایگزین	پاداش ۱:	
گام دوم:	جایگزین	پاداش ۲:	
گام سوم:	جایگزین	پاداش ۳:	

#### منابع

۱. اداره کل امور تربیتی و مشاوره معاونت پرورشی و فرهنگی وزارت آموزش و پرورش (۱۳۹۸). فضیلت خرد: ژرف‌اندیشی، کنجکاو، یادگیری. مؤسسه منادی تربیت.
۲. پیترسون، ک و سلیگمن، م (۲۰۰۴). فضایل و توانمندی‌های شناختی (ج ۱). ترجمه دکتر کوروش نامداری. انتشارات یار مانا. اصفهان.
۳. سلیگمن، مارتین (۲۰۰۲). شادمانی درونی. ترجمه دکتر مصطفی تبریزی و همکاران. نشر دانژه. تهران.
۴. کار، آلان (۲۰۰۴). روان‌شناسی مثبت: علم شادمانی و نیرومندی‌های انسان. ترجمه دکتر حسن پاشا شریفی و دکتر جعفر نجفی زند. انتشارات سخن. تهران.