

مدل مطالعه فعالانه

(Active Study)

مدل مطالعه فعالانه (Active Study) که به سبک فوق‌العاده برای یادگیری عمیق، ماندگار و مفهومی به ویژه برای دروس مفهومی و تحلیلی مثل رشد، نظریه‌های روان‌درمانی، آسیب‌شناسی و...

❖ ویژگی اصلی :

یادگیری با مشارکت فعال مغز: توضیح دادن، خلاصه‌نویسی، پرسش‌سازی، بازیابی و تدریس

❖ اصول کلیدی این سبک :

۱. بازیابی اطلاعات (Active Recall) :

به جای بارها خواندن جزوه، خودت رو امتحان کن. مثلاً بدون نگاه کردن به منبع، بگو مراحل رشد شناختی پیازه چی بود.

۲. تدریس به دیگران (Feynman Technique) :

طوری یک مبحث رو برای خودت توضیح بده که انگار به یه کودک ۱۲ ساله درس می‌دی! اگه جایی گیر کردی، یعنی خوب یاد نگرفتی.

✓ پرسش‌سازی:

بعد از مطالعه‌ی هر بخش، از خودت سؤال بساز. مثلاً: "اگر کودک در مرحله پیش‌عملیاتی است، چه تستی برای شناخت او مناسب است؟"

✓ نقشه ذهنی، نمودار و خلاصه تصویری:

مغز عاشق تصویر است! طرحواره درمانی رو با دیاگرام‌ها بهتر یاد می‌گیری تا فقط با متن.

✓ تست‌زنی با تحلیل فعال:

نه فقط انتخاب گزینه درست، بلکه توضیح اینکه چرا سه گزینه‌ی دیگر غلط‌اند. این یعنی مطالعه فعالانه.

❖ مزایا :

- یادگیری عمیق‌تر و بلندمدت‌تر
- افزایش اعتماد به نفس موقع پاسخ به تست‌ها
- تقویت قدرت تحلیل، مقایسه و ترکیب اطلاعات
- مناسب برای دروس تحلیلی، مفهومی و ترکیبی