

## پرسشنامه سبک های یادگیری وارک (VARK)

**تعریف توضیحات:** یادگیری کلید پیشرفت فردی است ولی یادگیری در همه افراد به یک صورت انجام نمی پذیرد. یادگیری نتیجه تجارب آموزشی است، خواه در شکل آموزش رسمی خواه به صورت آموزش غیر رسمی. عوامل متعددی مانند هوش، انگیزه، شرایط خانوادگی و اجتماعی و بر آموزش تاثیرگذارند. راهبردهای یادگیری چکیده تجربیات و ویژگی های فردی یادگیرنده هستند. مطالعات متعدد نشان داده اند که آگاهی از راهبردهای یادگیری فردی و به تبع آن متناسب سازی محتوای آموزشی، شیوه تدریس، برنامه آموزشی و نوع آموزش با راهبردهای یادگیرندگان تاثیر بسزایی در بهبود و اثربخشی یادگیری افراد و گروه ها دارد. در واقع راهبردهای یادگیری وارک به ما کمک می کند تا از ورودی و خروجی آموزشی تحلیل دقیق تری داشته باشیم که شامل چگونگی ارائه و محتوای آموزشی از یک سو و چگونگی یادگیری آن محتوا توسط مخاطب آموزش می شود. مدل وارک مخفف حروف اول کلمات دیداری (Visual)، شنیداری (Aural)، نوشتاری (Read/write)، و حرکتی (Kinesthetic) است. این طبقه بندی توسط فلمینگ در ۱۹۹۲ معرفی گردید و ابزار وارک نیز در ۱۹۹۸ وی برای اندازه گیری آن طراحی شد. از آن زمان تاکنون این ابزار بارها مورد تجدید نظر و بهینه سازی توسط خود فلمینگ و همکاران وی قرار گرفته است. نسخه حاضر نسخه استاندارد است ولی نسخه های ویژه کودکان، ورزشکاران، دانش آموزان و گروه های مختلف اجتماعی دیگر پرستاران و هم موجود است که با کمی تفاوت در جمله بندی و گاه موضوعات گویه ها سعی در استخراج و دسته بندی راهبردهای یادگیری افراد دارد.

### به صورت کلی کاربرد نتایج این سنجش در عناوین کلی زیر خلاصه می شود

برای فرد چطور می توانم بهتر یاد بگیرم، آموخته هایم را در ذهن نگاه دارم، چطور در امتحانات و رقابت های یادگیری عملکرد بهتری داشته باشم و چگونه اهداف آموزشی ام را به شکل موثرتر تحقق بخشم برای مدرس و سازمان، مسئولین آموزشی: چطور مواد آموزشی مناسب تری برای مخاطبان تهیه کنم،

چگونه روش آرایه آموزش خود را ارتقا بدهم، چگونه اهداف آموزشی را به شکل موثرتری تحقق بخشم تقریباً همه افراد از همه راهبردهای یادگیری استفاده می کنند و تفاوت های فردی و گروهی در میزان شدت ترجیحات است. در اغلب مطالعات در جمعیت های مختلف اکثریت شرکت کنندگان دارای چند راهبرد یادگیری ترجیحی شناخته می شوند و در طبقه راهبرد یادگیری چند وجهی قرار می گیرند.

### نتایج و تفسیر آن ها

ویژگی های مطلوب روانسنجی مدل و سنجه وارک شامل پایایی و روایی به دفعات در مطالعات داخلی و خارجی مورد تایید قرار گرفته است. البته نسخه حاضر نسبت به نسخه های قبلی تغییر بسیار اندکی در محتوای برخی گویه ها دارد که با توجه به همگنی یافته ها و شواهد متعدد در حمایت از مدل و نسخه های

پیشین می توان ویژگی های روانشناختی نسخه های پیشین را به آن تعمیم داد. با اجرای این پرسشنامه، مقیاس های چهارگانه راهبردهای یادگیری به ترتیب ترجیح شما ارایه می شوند. به این ترتیب شما چهار پله برای یادگیری دارید و سه گام برای آموزش. منظور از گام فاصله نمرات ترجیحات شما است. به صورت کلی می توان گفت که بهتر است فعالیت های آموزشی خود را با راهبردهای یادگیری ترجیحی خود با توجه به اندازه گام ها هماهنگ سازید.

### شیوه نمره گذاری و تفسیر

پرسشنامه سبک های یادگیری وارک (VARK) به وسیله دانشگاه لینکلن نیوزیلند، در سال ۱۹۹۸ تدوین یافت. این رویکرد بر سه اصل استوار است: ۱. هر کسی توانایی یادگیری دروس دانشگاهی را دارد، اما هر کسی شیوه خاص خود را دارد؛ ۲. هنگامی که شیوه های یادگیری متفاوت یادگیرندگان مورد توجه قرار می گیرد، انگیزه یادگیری آنان افزایش می یابد؛ ۳. محتوای آموزشی به وسیله استفاده از نیروی حواس و ادراکات مختلف به بهترین نحو یاد گرفته می شود. در این پرسشنامه شانزده سؤال در چهار حیطه یادگیری شامل: (۱) دیداری (۲) شنیداری (۳) خواندنی و نوشتنی (۴) مهارتی وجود داشت. این سبکها عبارتند از:

سبک دیداری: که در آن فراگیران مطالب را از طریق دیدن و ارائه نمایشی اطلاعات بهتر یاد می گیرند. سبک شنیداری: که فراگیران مطالب را از طریق گوش دادن و آموزش شفاهی بهتر یاد می گیرند. سبک خواندنی- نوشتنی: که در آن فراگیران مطالب را از طریق نکته برداری و خواندن متون نوشتاری یا چاپی بهتر یاد می گیرند. سبک جنبشی- حرکتی: که فراگیران مطالب را از طریق انجام نمونه های عملی، تجربی و دستکاری اشیا طی یک فرایند فیزیکی بهتر یاد می گیرند.

سؤالات مبتنی بر عملکرد فرد در موقعیت های مختلف طراحی شده است. به صورتی که هر سؤال از چهار گزینه تشکیل شده که هر کدام از گزینه ها یکی از ابعاد سبک یادگیری را مورد سنجش قرار دهد و هر فرد توانایی انتخاب بیش از یک گزینه را دارد. هر کدام از گزینه ها که مرتبط با هر حیطه بود، یک امتیاز به خود اختصاص داده و به این ترتیب هر فرد حد اکثر ۱۶ و حداقل صفر امتیاز از هر حیطه را کسب می نمود. کسب نمره بیشتر در هر کدام از انواع سبک یادگیری نشان دهنده تمایل بیشتر فرد به آن سبک بود. در صورتی که فردی در نظر گرفته شد بیشتر از یک زمینه، نمره برابر کسب می کرد به عنوان سبک یادگیری با

## روایی و پایایی

در پژوهش آمینی و همکاران (۱۳۸۹) برای استفاده از پرسشنامه و تأمین روایی و پایایی و بومی سازی آن، ابتدا سؤالات پرسشنامه ترجمه و توسط متخصصین زبان با متن اصلی مقایسه شد. سپس به تأیید چهار نفر از اساتید گروه علوم تربیتی و روانشناسی رسید. پرسشنامه به ۳۰ نفر از دانشجویان داده شد تا سؤالات مبهم و همچنین نامفهوم از نظر مفهومی را مشخص سازند. سپس سؤالات مبهم و نامفهوم دوباره بازنویسی شد. برای تأیید نهایی بین ۱۰ نفر از دانشجویان توزیع و به صورت پرسشنامه بسته پاسخ با ۱۵ سؤال چهار گزینه ای به گونه ای طراحی شد که هر گزینه مربوط به یک سبک خاص باشد. از دانشجویان خواسته شد تا مطابق با ترجیح خود گزینه ها را از یک تا چهار مربوط به سبک دیداری، « الف » اولویت بندی کنند. گزینه مربوط « ج » مربوط به سبک شنیداری، گزینه « ب » گزینه مربوط به سبک « د » به سبک خواندن - نوشتن، و گزینه جنبشی - حرکتی بود. در نهایت، با توجه به اولویتهای انتخاب شده، مجموع پاسخ ها (اولویت ها) ی مربوط به با هم جمع شده و برای هر یک از « الف، ب، ج، و د » گزینه این سبکها یک مجموع نمره به دست آمد. مقایسه نمرات هر گزینه، اولویت آن سبک را مشخص می ساخت. پایایی این پرسشنامه با استفاده از محاسبه ضریب آلفای کرونباخ برابر ۹۶/۸ درصد برآورد گردید.

## راهنمای اجرا

«من چطور بهتر یاد می گیرم؟» سوال اصلی پرسشنامه حاضر است. زینه یا گزینه هایی که بهترین توصیف از اقدام احتمالی شما را در بر می گیرند انتخاب کنید **دقت کنید که می توانید بیش از یک گزینه را در صورت لزوم انتخاب کنید.**

## سوالات پرسشنامه:

۱. شما قصد دارید به شخصی که می خواهید به فرودگاه، ایستگاه راه آهن یا مرکز شهر برود کمک کنید. شما:

۱. با او می روید.
۲. آدرس را به او می گوید.
۳. آدرس را برای او می نویسید.
۴. برای او نقاشی می کشید یا به او نقشه می دهید.

۲. شما مطمئن نیستید که یک کلمه به صورت **dependant** یا **dependent** نوشته می شود. شما:

۱. کلمه را در ذهن تصویر می کنید و هر کدام را که ظاهر بهتر داشته باشد می نویسید
۲. فکر می کنید که هر کدام که از لغات چگونه تلفظ می شود و بهترین را انتخاب می کنید.
۳. آن را در فرهنگ لغت پیدا می کنید.
۴. هر دو کلمه را در صفحه کاغذ نوشته و یکی را انتخاب می کنید.

۳. شما در حال برنامه ریزی تعطیلات برای گروهی هستید. شما می خواهید که نظر آن ها را در مورد برنامه بدانید. شما:

۱. برخی از موارد مشخص را برای آن ها نام می برید.
  ۲. از نقشه یا وب سایت استفاده می کنید تا مکان ها را به آن ها نشان دهید.
  ۳. یک کپی از سفرنامه به آن ها می دهید.
  ۴. به آن ها از طریق ایمیل، تلفن یا نامه خبر می دهید.
۴. شما می خواهید برای یک میهمانی ویژه خانوادگی آشپزی کنید. شما:
۱. چیزی را که یاد دارید بدون نیاز به دستورالعمل درست می کنید.
  ۲. از دوستانتان چند پیشنهاد می خواهید.
  ۳. در کتاب آشپزی از روی تصاویر آن، بهترین گزینه را انتخاب می کنید.
  ۴. دستور آشپزی غذایی که می دانید خوب است را از درون کتاب آشپزی پیدا می کنید.

۵. گروهی از توریست ها می خواهند در مورد منابع حیات وحش و پارک های موجود در منطقه شما اطلاعات کسب کنند. شما:

۱. در مورد پارک ها و منابع حیات وحش با آن ها صحبت می کنید یا جلسه ای تشکیل می دهید.
۲. به آن ها تصاویر اینترنتی و یا کتاب عکس منطقه را نشان می دهید.
۳. آن ها را به پارک و منابع حیات وحش برده و با آن ها قدم می زنید.
۴. به آن ها کتاب یا پمفلت در مورد حیات وحش و پارک های منطقه می دهید.

۶. شما می خواهید یک تلفن همراه یا یک دوربین دیجیتالی بخرید. به جز قیمت چه چیزی در تصمیم شما موثر است؟

۱. امتحان کردم و تست کردن آن
  ۲. خواندن در مورد ویژگی های آن
  ۳. طراحی جدید ظاهر خوب آن
  ۴. خصوصیتی که فرد فروشنده به شما می گوید.
۷. زمانی را که یک عمل را آموخته اید به یاد آورید. سعی کنید که مهارت های فیزیکی مثل دوچرخه سواری نباشد. شما آن را با ..... آموخته اید.

۱. دیدن یک دمو (فیلم کوتاه آموزشی)
  ۲. گوش دادن به شخصی که آن را تجربه کرده است و پرسیدن سوال از او
  ۳. نمودارها و جداول و اشکال بصری
  ۴. دستورالعمل نوشتاری ( کتاب یا دفترچه راهنما)
۸. شما در زانو خود احساس درد می کنید. شما ترجیح می دهید که پزشک:
۱. یک آدرس اینترنتی، کتاب و... به شما بدهد که در مورد آن مطالعه کنید.
  ۲. یک مدل پلاستیکی زانو جهت نشان دادن اختلال استفاده کند.
  ۳. توضیح دهد که چه اختلالی روی داده است.
  ۴. یک عکس از اختلال ایجاد شده به شما نشان دهد.
۹. شما می خواهید یک برنامه، مهارت یا بازی جدید کامپیوتری را یاد بگیرید. شما:
۱. دستورالعمل هایی را که همراه بازی می آید را می خوانید یا می نویسید.
  ۲. با کسی که در مورد برنامه اطلاع دارد صحبت می کنید.
  ۳. استفاده از کنترل و صفحه کلید
  ۴. دیالوگ هایی که در کتابی که همراه آن ایت را دنبال می کنید.

۱۰. من دوست دارم که وب سایت ها ..... داشته باشند:

۱. چیزهایی که من بتوانم، روی آن ها کلیک کنم، انتقال بدهم یا امتحان کنم
  ۲. طرح و ویژگی های جالب دیداری
  ۳. توضیحات، لیست ها و توصیفات نوشتاری جالب
  ۴. کانال های رادیویی، جایی که من بتوانم موزیک، مصاحبه و برنامه های رایویی را بشنوم
۱۱. به جز قیمت چه چیزی بیشترین تاثیر را روی تصمیم شما در مورد خرید یک کتاب غیر تخیلی جدید می گذارد؟

۱. جذابیت کتاب
۲. خواندن سریع بخش های آن

۳. یک دوست در مورد آن صحبت کند و آن را توصیه کند
۴. داستان ها و تجربیات و مثال های مستند زندگی را داشته باشد.
۱۲. شما یک کتاب، CD یا وب سایتی را در حال استفاده کردن هستید تا یاد بگیرید چگونه با دوربین دیجیتال جدیدتان عکس بگیرید. شما می خواهید تا ... داشته باشید.
۱. شانس سوال پرسیدن و صحبت در باره دوربین و ویژگی های آن
  ۲. دستورالعمل نوشتاری واضح همراه با لیست نکات برجسته در مورد آنچه باید انجام دهد.
  ۳. دیاگرام هایی که دوربین را نشان می دهد و آنچه که هر بخش از آن انجام می دهد.
  ۴. مثال های زیادی از دوربین های خوب و ضعیف و چگونگی بهبود بخشیدن به آن
۱۳. شما ترجیح می دهید استاد یا ارائه دهنده ای را که استفاده می کند:
۱. مدل ها و جلسات عملی
  ۲. سوال و جواب، مکالمه و بحث گروهی
  ۳. تیترها، کتاب ها و مقاله ها
  ۴. نمودار، دیاگرام و عکس
۱۴. شما یک تست یا رقابتی را انجام داده اید و حال تمایل دارید، فیدبکی به آن بزنید. شما دوست دارید فیدبک:
۱. استفاده از مثال هایی که شما آن ها انجام داده اید.
  ۲. استفاده از یک توضیح نوشتاری در مورد نتایج آن باشد
  ۳. از کسی می خواهید که آن را به صورت گفتاری به ما بگوید.
  ۴. استفاده از عکس هایی که نشان دهنده چیزی است که شما به آن دست یافته اید.
۱۵. شما می خواهید یک غذا در یک رستوران یا مافه انتخاب کنید. شما:
۱. چیزی را انتخاب می کنید که قبلا خورده اید.
  ۲. به گارسون گوش می دهید یا از دوستانتان می خواهید به شما توصیه ای در مورد انتخاب غذا به شما بکنند
  ۳. از توضیحات درون menu استفاده می کنید.
  ۴. نگاه می کنید که بقیه افراد چه می خورند یا به تصویر هر غذا نگاه می کنید.
۱۶. شما می خواهید یک سخنرای مهم را در یک کنفرانس یا جایگاه ویژه انجام دهید. شما:
۱. از دیاگرام یا عکس برای کمک به توضیح مسائل استفاده می کنید
  ۲. کلید واژه ها را می نویسید و به صورت گفتاری سخنان خود را چند بار تمرین می کنید.
  ۳. سخنرانی خود را می نویسید و با چندین بار خواندن آن را یاد می گیرید.
  ۴. مثال ها و داستان ها زیادی را جمع می کنید تا صحبت واقعی و عملی جلوه دهید.

## جدول امتیازات پرسشنامه:

گزینه ۴	گزینه ۳	گزینه ۲	گزینه ۱	سوال
V	R	A	K	1
K	R	A	V	2
A	R	V	K	3
R	V	A	K	4
R	K	V	A	5
A	V	R	K	6
R	V	A	K	7
V	A	K	R	8
V	K	A	R	9
A	R	V	K	10
K	A	R	V	11
K	V	R	A	12
V	R	A	K	13
V	A	R	K	14
V	R	A	K	15
K	R	A	V	16

## منابع:

امینی، نرجس، زمانی، بی بی عشرت، عابدینی، یاسمین، (۱۳۸۹)، سبک های یادگیری دانشجویان پزشکی، ۱۴۱ تا ۱۴۷؛ ۱۰(۲)؛ مجله ایرانی آموزش در علوم پزشکی، تابستان ۱۳۸۹.

- Fleming N. VARK: A Guide to Learning Styles. 2010 [Cited 2012 Apr 08]. Available from: [www.varklearn.com/english/index.asp](http://www.varklearn.com/english/index.asp)