

بِسْمِ اللّٰهِ الرَّحْمٰنِ الرَّحِیْمِ

برنامه ریزی تحصیلی و شغلی

درس انتخابی کلیه رشته‌ها

شماره درس ۵۶۵۱

زندی پور، طیبه	۳۷۱
برنامه ریزی تحصیلی و شغلی / مؤلف : طیبه زندی پور. - تهران : شرکت چاپ و نشر	/۳۲۰۸
کتابهای درسی ایران، ۱۳۹۰.	ب۶۳ز/
۱۴۶ ص. : مصور. - (آموزش فنی و حرفه‌ای ؛ شماره درس ۵۶۵۱)	۱۳۹۰
متون درسی انتخابی کلیه رشته‌ها.	
برنامه ریزی و نظارت، بررسی و تصویب محتوا : دفتر برنامه ریزی و تألیف آموزشهای	
فنی و حرفه‌ای و کاردانش وزارت آموزش و پرورش.	
۱. برنامه ریزی درسی. ۲. مشاغل - برنامه ریزی. الف. ایران. وزارت آموزش و پرورش.	
دفتر برنامه ریزی و تألیف آموزشهای فنی و حرفه‌ای و کاردانش. ب. عنوان. ج. فروست.	

همکاران محترم و دانش‌آموزان عزیز:

پیشنهادات و نظرات خود را درباره محتوای این کتاب به نشانی
تهران - صندوق پستی شماره ۴۸۷۴/۱۵ دفتر برنامه‌ریزی و تألیف آموزشهای
فنی و حرفه‌ای و کاردانش، ارسال فرمایند.

info@tvoccd.sch.ir

پیام‌نگار (ایمیل)

www.tvoccd.sch.ir

وب‌گاه (وب‌سایت)

این کتاب در سال تحصیلی ۸۰ - ۷۹ بر اساس نظرات مشاوران سراسر کشور و تغییرات ناشی
از اجرای برنامه سالی - واحدی در آیین‌نامه‌ها و نحوه ارائه درس توسط مؤلف و با همکاری حمید
منصوری مورد بازسازی و تجدیدنظر قرار گرفت.

وزارت آموزش و پرورش سازمان پژوهش و برنامه‌ریزی آموزشی

برنامه‌ریزی محتوا و نظارت بر تألیف: دفتر برنامه‌ریزی و تألیف آموزشهای فنی و حرفه‌ای و کاردانش

نام کتاب: برنامه‌ریزی تحصیلی و شغلی - ۳۵۹/۲

مؤلف: دکتر طیبه زندی‌پور

آماده‌سازی و نظارت بر چاپ و توزیع: اداره کل چاپ و توزیع کتابهای درسی

تهران: خیابان ایرانشهر شمالی - ساختمان شماره ۴ آموزش و پرورش (شهید موسوی)

تلفن: ۹-۸۸۸۳۱۱۶۱، دورنگار: ۹۲۶۶-۸۸۳۰، کدپستی: ۱۵۸۴۷۴۷۳۵۹

وب‌سایت: www.chap.sch.ir

تصویرگر: محمدحسن معماری، طاهره حسن‌زاده

صفحه‌آرا: زهره بهشتی‌شیرازی

مدیر هنری و طراح جلد: طاهره حسن‌زاده

ناشر: شرکت چاپ و نشر کتابهای درسی ایران - تهران - کیلومتر ۱۷ جاده مخصوص کرج - خیابان ۶۱ (داروپخش)

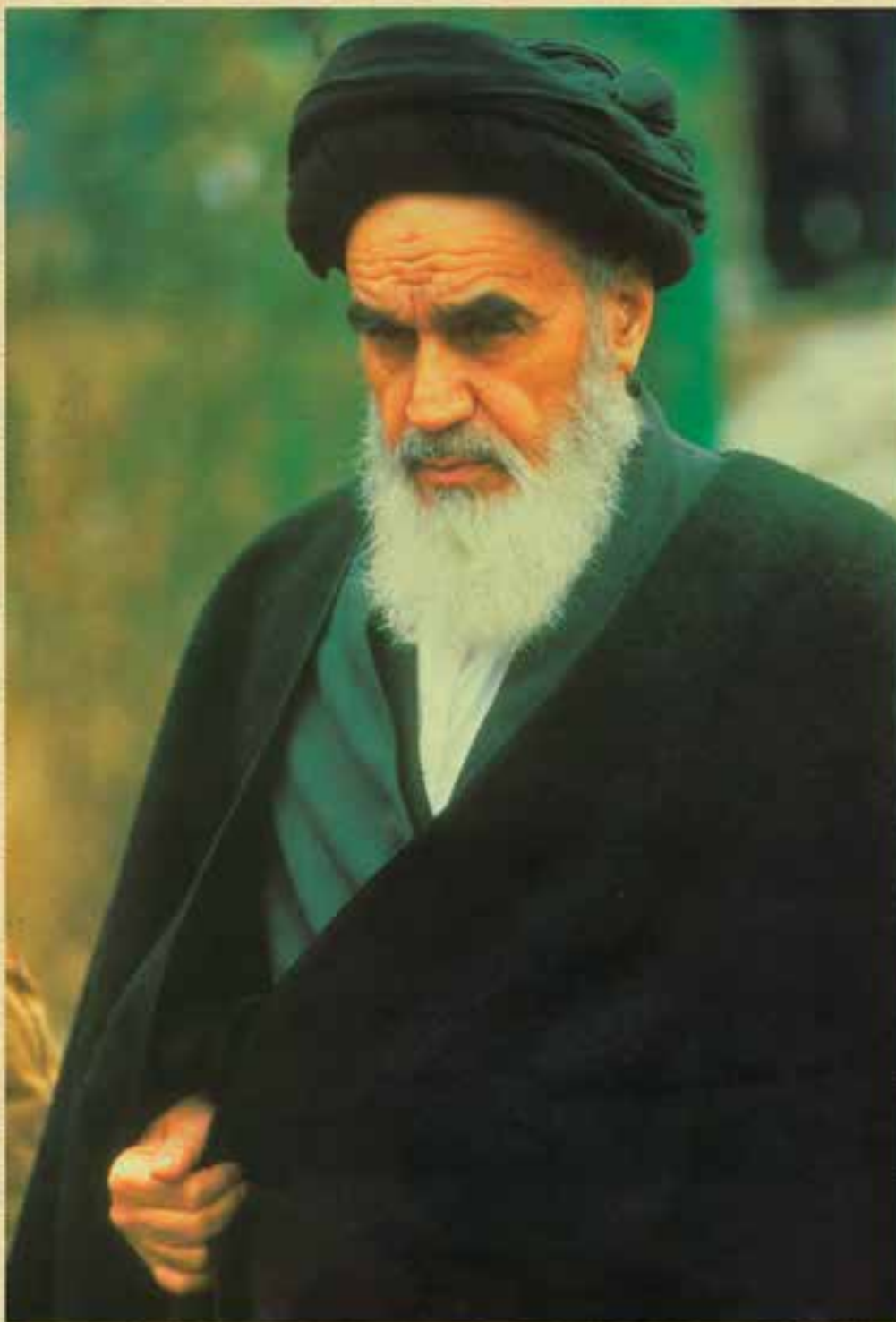
تلفن: ۵-۴۴۹۸۵۱۶۱، دورنگار: ۴۴۹۸۵۱۶۰، صندوق پستی: ۱۳۴۴۵/۶۸۴

جایخانه: شرکت چاپ و نشر کتابهای درسی ایران «سهامی خاص»

سال انتشار و نوبت چاپ: چاپ سیزدهم ۱۳۹۰

حق چاپ محفوظ است.

شابک ۹۶۴-۰۵-۰۴۵۲-۱ ISBN 964-05-0452-1



باید استعدادها را به کار بیندازند و دولت و ملت (ایران) تأیید کنند این کسانی را که
اختراع و ابداع می کنند؛ تا ان شاء الله ایران خودش همه چیز را بسازد و مستقل شود.

امام خمینی

فهرست مطالب

– سخنی با دانش‌آموزان عزیز

– سخنی با مشاوران گرامی

فصل اول

۲

چرا تحصیل می‌کنیم؟

فصل دوم

۱۲

ضرورت و اهمیت کار

فصل سوم

۲۶

آشنایی با خدمات راهنمایی و مشاوره تحصیلی – شغلی

۳۲

– نوجوانی: مسایل و راه‌کارها

۴۲

– رشد مهارت‌های اجتماعی

۵۲

– عادات و مهارت‌های مطالعه

فصل چهارم

۶۲

شناخت خود، شناخت محیط، برنامه‌ریزی، تصمیم‌گیری، حل مسأله

۶۵

– ضرورت و اهمیت برنامه‌ریزی

۶۶

– مهارت‌های برنامه‌ریزی، تصمیم‌گیری و حل مسأله

۶۶

– روش‌های برنامه‌ریزی و حل مسأله

۶۷

– عوامل مؤثر در تصمیم‌گیری

۶۸

– مشکلات تصمیم‌گیری

۱۲۱

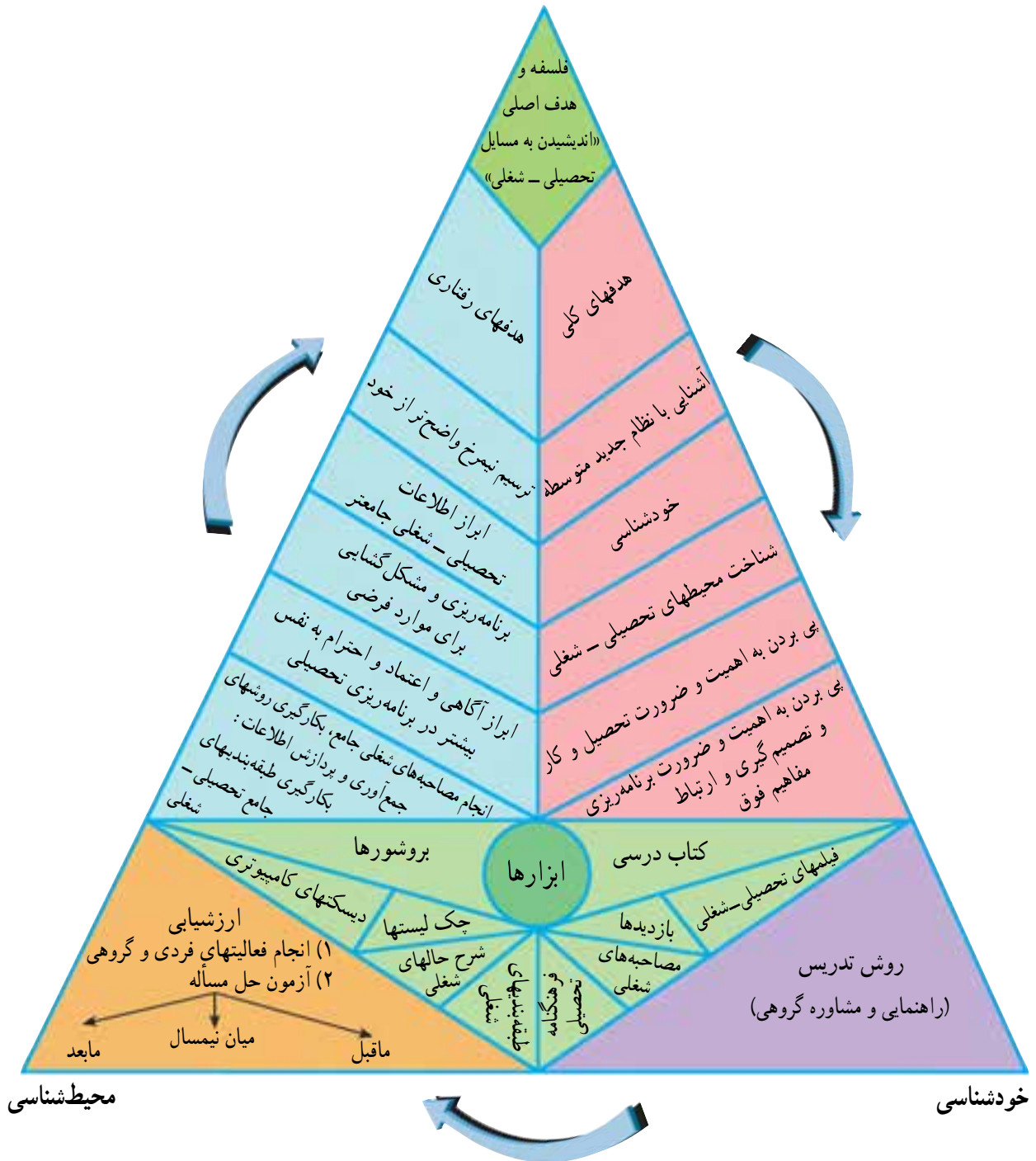
ضمائم

۱۴۴

منابع



برنامه‌ریزی و تصمیم‌گیری





سخنی با دانش آموزان عزیز

هدف این درس، چنانکه بخوبی از نامش استنباط می‌شود، فراهم ساختن زمینه‌های آشنایی شما با مسایل مربوط به برنامه‌ریزی در زندگی تحصیلی - شغلی و بررسی هرچه بهتر این مسایل است.

تحصیل و شغل دو جنبه مهم زندگی انسان است. ما سالهای بسیاری از بهترین ایام زندگی خود را صرف کسب علم و آماده شدن برای انجام یک شغل می‌کنیم. برای این که از این سرمایه گذاری عمر بهترین نتیجه را به دست آوریم و به خواسته‌های خود برسیم ناگزیر از برنامه‌ریزی هستیم. زیرا، در عصر ما مسأله انتخاب رشته تحصیلی و شغل، به علت پیشرفت سریع دانش و تکنولوژی هر روز پیچیده‌تر می‌شود. و اگر ما براساس یک برنامه‌ریزی آگاهانه پیش نرویم، ممکن است با صرف وقت و زحمت بیشتر به هدف خود برسیم و یا مرتکب خطاها و اشتباههایی بشویم که ما را از هدف بسیار دور کنند و چه بسا هرگز به هدف نرسیم. داشتن برنامه برای انجام هرکاری، از جمله کار مهم تحصیل و شغل، مانند داشتن نقشه سفر و رفتن به راهی است که قبلاً آن را نیموده‌اید. یک نقشه خوب ابتدا و انتهای مسیر را مشخص کرده، راههای متعددی را که برای رسیدن به مقصد وجود دارد به شما نشان خواهد داد تا شما بتوانید مسیری را که برای شخص شما مناسبتر است انتخاب کنید. آیا بدون نقشه و اطلاعات قبلی در مورد راهی که قبلاً نرفته‌اید می‌توانید بگویید مقصد کجا و در چه فاصله‌ای است؟ مشکلات راه کدام است و چگونه و از کدام طریق می‌توانید آسان‌تر به مقصد برسید؟ مسلماً نه.

برنامه‌ریزی تحصیلی - شغلی، در حقیقت طرح یک نقشه خوب برای سفر آینده تحصیلی و شغلی شماست. بدون هدف و برنامه‌ریزی هم می‌توانید به طور تصادفی راهی را انتخاب کرده، بروید؛ لیکن به احتمال زیاد، به مطلوب خود نخواهید رسید و مجبور به بازگشت خواهید شد. و چون سرمایه عمر و جوانی را از دست داده‌اید چه بسا اتفاق می‌افتد که فرصت دوباره رفتن و یا شوق رفتن را به دست نیاورید. بنابراین عاقلانه است که قبل از شروع هر راهی و هرکاری با اطلاع و آگاهی هرچه بیشتر و از طریق نقشه و برنامه آن را طرح‌ریزی کنیم.

این درس می‌کوشد تا زمینه آگاهیهای لازم را برای طرح یک نقشه یا برنامه تحصیلی - شغلی برای شما فراهم سازد. تا ان شاء الله براساس این آگاهیها بتوانید با علم و اطلاع بیشتری سفر تحصیل و شغل آینده خود را دنبال کنید. زمینه این آگاهیها از طریق ارائه تمرینهای خودآموز فردی و گروهی فراهم شده است. این تمرینها به شما در زمینه‌های زیر یاری می‌دهد:

۱- تصریح یا تعیین هدفهای تحصیلی - شغلی (شناخت خود)

۲- شناسایی راههای رسیدن به هدفهای تحصیلی - شغلی (شناخت محیط و امکانات تحصیلی - شغلی آن)

۳- چگونگی تصمیم‌گیری و برنامه‌ریزی.

از این رو، لازم است هر دانش‌آموز برای خود دفتر مخصوصی داشته باشد و یا پوشه و پرونده‌ای تشکیل دهد که در آن کلیه تمرینها و فعالیتهای کلاسی خود را تا پایان سال بایگانی و نگهداری کند تا براساس مجموع این یافته‌ها و کمک مشاور بتواند به هدف نهایی درس یعنی آگاهیهای بیشتر و بهتر شخصی - محیطی و توان تصمیم‌گیری و برنامه‌ریزی برتر نایل آید.

ان شاء الله

سخنی با مشاوران گرامی

همکار گرامی، فلسفه، هدفها، روشها، ابزارها و شیوه ارزشیابی این واحد آموزشی و به عبارت صحیح‌تر این بخش از خدمات راهنمایی و مشاوره گروهی تحصیلی - شغلی در کتابی با عنوان: «راهنمای روش تدریس واحد درسی برنامه‌ریزی تحصیلی - شغلی» آمده است. امید است مطالعه آن کلیه ابهامات شما را در زمینه‌های مذکور برطرف سازد.

در «سخنی با دانش‌آموز» هم هدفهای کلی این درس برای دانش‌آموزان بیان شده است. هدفهای جزئی‌تر، یعنی هدفهای کلی و رفتاری جلسات، نیز در آغاز هر فصل ذکر گردیده است. براساس این هدفها، محتوای هر فصل به صورت تمرینهای کاربردی یا فعالیتهای فردی و گروهی داخل و خارج از کلاس سازماندهی شده است. ان شاءالله این طرح درس گام به گام و شیوه خود - فرمان کتاب به همه سؤالهای شما درباره چگونگی اجرای این واحد آموزشی پاسخ گوید.

لازم به ذکر است که مباحث مطرح شده در ابتدای هر فصل، صرفاً بنابر درخواست مشاوران مناطق دوردست که دسترسی به منابع علمی مورد نیاز مشاور برای آنها میسر نبوده است اضافه گردیده و قصد و هدف اولیه مؤلف و طرح‌ریزی کتاب نبوده است. لطفاً توجه داشته باشید که بنابر فلسفه، هدفها و روشهای این درس، این مطالب نباید به هیچ وجه به عنوان موضوع درسی برای دانش‌آموزان از سوی مشاور بازگو و تدریس شود و یا این که از سوی دانش‌آموزان کنفرانس داده شود و یا حفظ شده و بازس داده شود. بلکه فقط می‌تواند برای افزایش آگاهی مستقیم مشاور یا دانش‌آموز در منزل مورد مطالعه قرار گیرد.

آنچه نگاشته شده است تنها یک الگو و یک روش رسیدن به مقاصد اصلی درس یعنی تقویت خودشناسی دانش‌آموزان در حیطه تحصیل و شغل، بررسی امکانات موجود تحصیلی - شغلی به یاری و همت خود دانش‌آموزان و والدین آنها و ایجاد آگاهی، حضور ذهن و آمادگی برای تصمیم‌گیری و برنامه‌ریزی تحصیلی - شغلی از طریق تمرین در حل مسایل واقعی و فرضی تحصیلی - شغلی است.

اگرچه این کتاب، با این امید و بدین منظور که نیازهای آموزشی اغلب دانش‌آموزان سال اول دبیرستان را در راستای هدفهای مذکور تأمین نماید تألیف گردیده است؛ لیکن، با توجه به تفاوت‌های فردی، به یقین می‌توان گفت که مطالب کتاب تنها پاسخگوی نیازهای معدودی از دانش‌آموزان خواهد بود. از این رو، از مشاوران عزیز انتظار داریم که بنابر نیازهای خاص دانش‌آموزان استان، شهر و منطقه خود و با توجه به نیازهای ناهمگون دانش‌آموزان مختلف و بالخصوص گروههای نابینا، کم بینا، ناشنوا، کم شنوا و معلولان حسی - حرکتی نه فقط در نقش یک مشاور و یک معلم ویژه بلکه در نقش پژوهشگری مبتکر و محقق انتخابگر، برنامه‌ریز و چاره‌ساز، ایفای مسئولیت و ابلاغ رسالت فرمایند.

مطمئن هستیم که همکاران عزیز راههای ابتکاری و خلاق بهتر و بیشتری را برای رسیدن به هدفهای تعیین شده این واحد درسی می‌شناسند. بهره‌وری از آنها، بویژه استفاده از هرگونه وسیله کمک آموزشی ممکن، مرتبط با مسایل این درس توصیه اکید ماست، تنها امید ما جلب همکاری شما و برخورداری از نظرات و پیشنهادها سازنده مفید شما در توفیق هرچه بیشتر این درس است. تحقیقات گذشته* حاکی از توفیق مشاوران محترم در ارائه این درس بوده است. مساعدت و توفیق روزافزوتان را از ایزد منان خواهانیم.

مؤلف

* از جمله: «ارزشیابی عملکرد مشاورین و دبیران راهنما در نظام جدید آموزش متوسطه»، دفتر مشاوره و تحقیق - ۱۳۷۳، صفحه ۴۶۹.