





آشنایی با خدمات راهنمایی و مشاورهٔ تحصیلی - شغلی

کسی نیست که با دیگران مشورت کند و به سوی رشد و کمال هدایت نشود
«رسول گرامی اسلام (ص)»

هدفهای کلی

طی مباحث و تمرینهای این فصل، دانش‌آموزان با ماهیت و تفاوت خدمات راهنمایی و مشاوره، اهمیت و ضرورت بهره‌مندی از این خدمات، شرح وظایف مشاوران، انواع خدمات راهنمایی و مشاوره، چگونگی کار و نشانی مراکز و کلینیکهای مختلف راهنمایی و مشاوره، ویژگیهای دوران نوجوانی، مسایل عمومی نوجوان و جوانان (شخصی، عاطفی، روانی، سازشی، خانوادگی، تحصیلی و شغلی)، روشهای مطالعه و نکات مهم در فراگیری، شیوه‌های دوست‌یابی و گسترش مهارتهای اجتماعی آشنا خواهند شد.

هدفهای رفتاری: در پایان این فصل، دانش‌آموزان باید بتوانند:

- درک خود را از ضرورت و اهمیت برخورداری از راهنمایی و مشاوره افراد صاحب‌نظر در حل مسایل زندگی و پیشگیری از خطاهای تصمیم‌گیری، بویژه در مسأله تحصیل و شغل، با بیان یک مورد واقعی یا فرضی شفافاً یا کتباً ابراز نمایند.
- تفاوت دو مفهوم راهنمایی و مشاوره را بیان کنند.
- نقش دبیر‌راهنما و مشاور را، در کمک به حل مسایل تحصیلی - شغلی - سازشی و انواع خدمات راهنمایی و مشاوره ارائه شده در مدرسه، مراکز و کلینیکهای مختلف راهنمایی و مشاوره، برای فردی ناآشنا بازگو کنند.
- دلایل اهمیت و حساسیت دوران نوجوانی را بیان کنند.
- حداقل سه ویژگی دوران زندگی خویش (نوجوانی) را توصیف کنند.
- مهمترین و شایعترین مسایل شخصی، عاطفی - روانی، سازشی، خانوادگی، تحصیلی، شغلی و ... نوجوانان و جوانان را برشمرد، برای آنها راه‌حلهای کلی، منطقی، خلاق و کاربردی ارائه دهند.
- آگاهی خود را از چگونگی دریافت کمک در حل مسایل زندگی، از نهادهای مختلف خانواده، مدرسه و جامعه در محاوره گروهی منعکس سازند.
- مسایل احتمالی دوران دانش‌آموزی خود، بویژه مسایل تحصیلی را بازگو کرده، نحوه مقابله خویش را با آنها تجزیه و تحلیل و ارزشیابی نمایند.
- حداقل سه روش مطالعه را نام برده، مهمترین نکات قابل توجه در یادگیری را ابراز کنند و در روند فراگیری کلاس بکار گیرند.
- شیوه‌های دوست‌یابی و گسترش مهارتهای اجتماعی را ذکر نموده، آنها را در فعالیتهای گروهی بکار ببرند.

مَنْ شَاوَرَ الرَّجَالَ شَارَكَهُمْ فِي عُقُولِهِمْ حضرت علی (ع)

هر کس با دیگران مشورت کند در عقل آنها سهیم شده است



مروری بر تاریخچه، تعریف، اهداف و ضرورت خدمات راهنمایی و مشاوره

راهنمایی به معنی وسیع آن خاص زمان ما نیست؛ بلکه با خلقت انسان و حیات اجتماعی او بر روی زمین همراه بوده است. اولین راهنمایان بشر پیامبران و پیشوایان مذهبی بوده‌اند که برای هدایت انسان به سوی یک زندگی سالم و خداگونه مبعوث گشته‌اند. در زندگی قبیله‌ای عصر شکار، سادگی روابط اجتماعی، معدود بودن مشاغل، تقلید و دنباله‌روی فرزندان از والدین، مصلحت‌اندیشیها و راهنماییهای پیر قبیله مسأله انتخاب و تصمیم‌گیری را برای جوانان و افراد قبیله هموار می‌ساخت.

در نظام فتودالی (ملوک الطوائفی) عصر کشاورزی که جامعه رنگ طبقاتی به خود گرفت، سابقه خانوادگی و طبقه فرد موقعیت اجتماعی، شغل و اصولاً سرنوشت او را رقم می‌زد. در جوامع ساده سنتی نیاز به تحصیل و یادگیری هرچه بیشتر (کسب تخصص) وجود نداشت. در برطرف ساختن نیازهای ابتدایی و ساده این جوامع همه افراد تقریباً یکسان موفق می‌شدند. تفاوت‌های فردی آشکار نگشته بود و ضرورت راهنمایی شغلی و انتخاب شغل احساس نمی‌شد. هرکس وضع اجتماعی خود را به‌عنوان واقعیتی گریزناپذیر و سرنوشتی مقدر می‌پذیرفت. در واقع، طبقه اجتماعی و شغل فرد موقعیتی ارثی و از قبل تعیین شده بود و از آنجا که شرایط زندگی خانوادگی هرکس او را از کودکی برای پذیرفتن وضعیت اقتصادی و اجتماعی که در انتظارش بود آماده می‌کرد، احتمال تغییر و در نتیجه تلاش برای بهبود شرایط اجتماعی و اقتصادی بسیار کم و عملاً بی‌فایده بود.

با انقلاب صنعتی اروپا، به جای اصل و نسب و طبقه اجتماعی، میزان توانمندی، استعداد، مهارت، لیاقت و استحقاق افراد ملاک اشتغال گردید و در نتیجه تلاش برای ارتقا زیاد شد. صنعتی شدن جوامع، پیدایش مشاغل و تخصص‌های گوناگون را به دنبال داشت. به طوری که هم‌اکنون بیش از ۲۵۰,۰۰۰ شغل در جهان وجود دارد. افزایش سریع دانش بشری، پیشرفت روزافزون تکنولوژی و پیچیدگی دنیای کار، سرعت تغییر مشاغل و تحولات تحصیلی - شغلی ناشی از آن، اهمیت توجه به تفاوت‌های فردی، شناخت استعدادها و خدمات راهنمایی حرفه‌ای* (تحصیلی - شغلی) را ضرورت بخشید. در راهنمایی حرفه‌ای (تحصیلی - شغلی) به فرد کمک می‌شود تا استعدادها، رغبت‌ها، ارزشها، نیازها، محدودیتها و امکانات خویش را بشناسد و با فرصت‌های

* Career Guidance

منظور از Career مسیری است که فرد طی آن پیشرفت متوالی دارد؛ به عبارت دیگر سیر زندگی تحصیلی - شغلی یا مجموعه موقعیت‌های کاری فرد در طی زندگی اوست.

تحصیل و اشتغال در جامعه آشنا شود تا براساس این دو شناخت، بتواند شغلی را انتخاب کند که ضمن سودمندی برای جامعه و تأمین نیازهای مادی او، از نظر روانی هم برایش رضایت بخش باشد.

تعریف و اهداف راهنمایی: هدف خدمات راهنمایی تحصیلی - شغلی تنها آشنا ساختن نوجوانان با دنیای رو به رشد و متحول

تحصیل و کار و کمک به آنها در کشف استعدادهای خود و انتخاب رشته تحصیلی یا شغل نیست، بلکه هدف اصلی، پرورش جوانانی است که مجهز به مهارت‌های تصمیم‌گیری و مشکل‌گشایی در همه زمینه‌های زندگی باشند و بتوانند به ارزیابی انتقادی عقاید و افکار و راه‌حلها بپردازند از این رو مشاوران علاوه بر خدمات راهنمایی و مشاوره تحصیلی - شغلی خدمات راهنمایی و مشاوره سازشی را هم که به مسایل شخصی، خانوادگی و ارتباطات اجتماعی دانش‌آموزان مربوط می‌شود، ارائه می‌دهند. از این جهت، راهنمایی از هر نوعی که باشد، تحصیلی - شغلی یا سازشی، پوشی است آموزشی که، به صورت فردی یا گروهی، به فرد کمک می‌کند تا از طریق شناخت خویشتن (استعدادها، رغبتها، نیازها، ارزشها و...) و شناخت محیط (امکانات، محدودیتها) و کسب مهارت‌های مشکل‌گشایی در اخذ تصمیمات عاقلانه، برخوردار صحیح با مسایل زندگی و حرکت به سوی کمال وجودی خویش، به خودرہبری برسد.

ضرورت و اهمیت خدمات راهنمایی و مشاوره: توجه به تفاوت‌های فردی دانش‌آموزان، رفع سرگردانی آنها در انتخاب

رشته تحصیلی و شغل، پرداختن به مسایل سازشی و ارتباطات اجتماعی آنها با دیگران (والدین، دوستان، خواهران، برادران، معلمان، همسایگان و...)، کمک به حل مسایل عاطفی - روانی، شخصی و خانوادگی آنان به دلیل کمبود وقت و یا عدم آگاهی کافی والدین بویژه در دوران حساس و پرمخاطره نوجوانی و دیگر مسایلی که ممکن است مانع از پیشرفت یادگیری و رشد صحیح دانش‌آموزان شود، بیش از آن است که در وقت و تخصص معلمان و دبیران بگنجد. از این رو، همزمان با نظام جدید آموزش متوسطه، خدمات راهنمایی و مشاوره، با سه هدف اصلی رشد، پیشگیری و درمان به عنوان وسیله‌ای برای تسهیل اهداف تعلیم و تربیت که همانا توجه به رشد همه‌جانبه دانش‌آموزان - چنانکه در فصل ۱ ذکر گردید - پیشگیری از مسایل احتمالی آنان و چاره‌سازی مشکلات موجود آنان است، طرح‌ریزی و از سوی مشاوران و دبیران راهنما در مدارس به اجرا گذارده شد.

تعریف و اهداف مشاوره: در ارائه خدمات مشاوره‌ای که خود نوعی آموزش و بخشی از خدمات راهنمایی است،

مشاوران می‌کوشند تا با ایجاد رابطه‌ای صمیمانه و دوجانبه به دانش‌آموزان در بررسی مشکلاتشان از جوانب و دیدگاه‌های مختلف کمک کنند تا ضمن یادگیری فرآیند مشکل‌گشایی بتوانند با بینشی وسیع و همه‌جانبه به مسایل نگرسته، موفق به اخذ تصمیمات مناسب گردند. در ارائه خدمات راهنمایی و مشاوره، یک مشاور هرگز برای هیچ

دانش‌آموزی تصمیم نمی‌گیرد و یا به او القای نظر نمی‌کند. تصمیم‌گیری اختیار

و انتخاب و مسئولیت تام خود مراجع (دانش‌آموز) است. یک مشاور

فقط می‌کوشد مسأله انتخاب و تصمیم‌گیری را که کاری بسیار دشوار

و گاهی دردناک است برای وی آسان سازد. در حقیقت یک مشاور

در حل مشکل فقط می‌تواند با همفکری و همدلی به بررسی

راه‌حلها بپردازد. او هرگز به جای شما فکر نمی‌کند و تصمیم

نمی‌گیرد. تصمیم‌گیری مسئولیت فردی شماست. مشاوره فکر

کردن با مراجع است نه برای مراجع. خوبست بدانید که

رازداری، احترام به آزادی و حق انتخاب و

مسئولیت‌پذیری مراجعان برای حل مشکلاتشان، از

اصول مهم و بنیانی کار مشاوران راهنماست.



درس ششم

تمرین شماره ۱۸

گروه‌های خود را تشکیل دهید و پنج سؤال زیر را به مدت ۲۰ دقیقه به بحث و اتفاق نظر بگذارید. در پایان فرصت، نتیجه گروه خود را با مشاور و کلاس در میان بگذارید. سپس، پاسخهای صحیح را یادداشت و بایگانی کنید.

- ۱- مشورت یا مشاوره یعنی چه؟
- ۲- برخورداری از راهنمایی و مشاوره با دیگران، چه اهمیتی در تصمیم‌گیریهای فرد دارد؟
- ۳- آیا فردی را می‌شناسید که از راهنمایی و مشورت با دیگران در امور زندگی، بالاخص در تصمیم‌گیریهای تحصیلی - شغلی، بی‌نیاز باشد؟ در صورت مثبت بودن پاسخ، این فرد چگونه بی‌نیاز بوده یا گشته است؟
- ۴- مشاور مدرسه، به غیر از مورد تحصیل و شغل، در چه موارد دیگری می‌تواند به دانش‌آموزان کمک کند؟
- ۵- به نظر شما چه تفاوتی بین خدمات راهنمایی و خدمات مشاوره‌ای وجود دارد؟ نقش مشاور در ارائه هر یک از این خدمات چیست؟

تمرین شماره ۱۹

دانش‌آموزان عزیز، ابتدا به صورت انفرادی، با صرف حداکثر ۱۰ دقیقه وقت، به سؤال زیر پاسخ دهید. سپس به گروه‌های خود بازگردید و پاسخهای خود را به بحث و تبادل نظر بگذارید. در پایان فرصت چکیده یافته‌های خود را به صورت فراوانی پاسخها به کلاس و مشاور که آنها را بر روی تابلو تلخیص می‌کند ارائه دهید.

پنج نفر از مهمترین افرادی را که تصور می‌کنید خوب است از مشورت با آنها در تصمیم‌گیریهای تحصیلی - شغلی بهره‌مند شوید، نام ببرید.

- ۱-
- ۲-
- ۳-
- ۴-
- ۵-

چرا این افراد مورد اعتماد و مقبول شما هستند؟ به عبارت دیگر کدام ویژگی آنها موجب جلب اعتماد و اطمینان شما می‌شود؟

تمرین شماره ۲۰

در زیر موقعیتهایی توصیف شده است که در آن فرد نیازمند نوعی کمک است. ابتدا به مدت ۱۰ دقیقه، به صورت انفرادی، عنوان شخصی را که (دبیر، مدیر، مشاور، معاون، مربی بهداشت و غیره) پیشنهاد می‌کنید افراد زیر، در مدرسه شما، برای دریافت کمک به او مراجعه کنند نام ببرید.

- ۱- علی و سایر افراد خانواده‌اش امروز صبح دیر برخاستند. علی یک ساعت دیر به مدرسه رسیده است. در مورد یک ساعت غیبتش چه کسی را باید ببیند؟

- ۲- فاطمه در کلاس مریض می‌شود. او باید به مراجعه کند.
- ۳- در ساعت تفریح تورج صندلی را شکست. او باید به مراجعه کند.
- ۴- پروین نمی‌داند چه رشته تحصیلی را باید برگزیند. او باید به مراجعه کند.
- ۵- مصطفی نمی‌داند چه دروسی را باید بگذرانند. او باید به مراجعه کند.
- ۶- شهین فکر می‌کند بیمار است. او باید به مراجعه کند.
- ۷- رحیم مقاله‌ای را که برای کلاس انگلیسی‌اش تهیه کرده بود گم کرده است. او باید به مراجعه کند.
- ۸- هادی هیچ دوستی ندارد. او می‌تواند با صحبت کند.
- ۹- اکبر می‌خواهد با کسی طرح دوستی بریزد اما شهامتش را ندارد و مطمئن نیست که چگونه باید اقدام کند. او باید با صحبت کند.
- ۱۰- سیمین از دست معلم ریاضی‌اش عصبانی شد و چیزی گفت که او را آزرده. او باید به مراجعه کند.
- ۱۱- والدین مجید می‌خواهند که او یک حسابدار بشود، ولی او به حسابداری علاقه‌مند نیست. او باید با صحبت کند.
- ۱۲- فرهاد در مورد این که بعد از اتمام دبیرستان چه می‌تواند بکند کاملاً سرگردان است. او باید با صحبت کند.
- ۱۳- طاهره، به‌طورکلی، از زندگی بسیار ناراضی و ناخرسند است. او باید با صحبت کند.
- ۱۴- رعنا در جبر نمرات ۱۳ و پایین‌تر گرفته است، اما یقین دارد که می‌تواند نمرات بهتری بگیرد. او باید به مراجعه کند.
- ۱۵- کامران می‌خواهد بعد از دبیرستان به دانشگاه برود اما می‌داند که والدینش نمی‌توانند مخارج دانشگاهش را تأمین کنند. او باید به مراجعه کند.
- ۱۶- از کیف شیرین چیزهایی دزدیده شده است. او باید این جریان را به گزارش کند.
- ۱۷- دانش‌آموزی به مهرداد نزدیک شد و از او پرسید که آیا می‌خواهد با انجام یک کار کوچک یک شبه پولدار شود. او باید به مراجعه کند.
- ۱۸- لیلان نگران تواناییهایش می‌باشد و فکر می‌کند که یک تست توانایی می‌تواند برای او ارزنده باشد. او باید به مراجعه کند.
- ۱۹- احمد که خانواده‌ای فقیر دارد نگران هزینه خرید وسایل کارگاهی است. برای دریافت کمک در مورد این مشکل باید به مراجعه کند.
- ۲۰- مژگان برای تابستان آینده به کار نیازمند است. او می‌تواند برای دریافت کمک به مراجعه کند.

حالا، به گروه خود بازگردید و فراوانی پاسخ اعضای گروه را به هر یک از سؤالها بدست آورید و ببینید در چه مواردی بین پاسخهای اعضا اختلاف نظر وجود دارد؟ چه دلایلی برای اختلاف نظرها می‌توانید داشته باشید؟

حداکثر پس از ۲۰ دقیقه، نتایج کار خود، فراوانیها و دلایل اختلاف نظرها را با مشاور و کلاس در میان بگذارید.

برای جلسه آینده:

به اتفاق والدین، دوستان و یا مشاور خود از نزدیکترین مرکز مشاوره به مدرسه یا منزل خود بازدید کنید. گزارش مشاهده و شرح فعالیتهای آن مرکز را مکتوب نموده و آماده باشید که راجع به جالبترین و مهمترین مشاهدات و یادگیریهای تازه خود در کلاس صحبت کنید.

نوجوانی مسایل و راه کارها

خداوند مرا به پیامبری برانگیخت تا مردم را به رحمت الهی بشارت دهم و از عذابش بترسانم. جوانان و نوجوانان سخنانم را پذیرفتند و با من پیمان محبت بستند، ولی پیران از قبول دعوتم سرباز زدند و به مخالفتم برخاستند.

به شماها درباره نوجوانان به نیکی سفارش می کنم

که آنها دلی رقیقتر و قلبی فضیلت پذیرتر دارند.*

«رسول گرامی اسلام (ص)»

نوجوانی آستانه بزرگسالی است از این آستانه به

سلامت و پرتوفیق بگذرید.

انشاءالله

ماهیت و مسایل دوران نوجوانی

نوجوانی، یا زمان بین کودکی و بزرگسالی (تقریباً از ۱۲ تا ۲۰ سالگی)، دوره ایست که با بلوغ آغاز شده، به کمال خاتمه می یابد.^۱ بلوغ مرحله ای است که فرد از نظر جنسی قادر به تولید مثل می شود.^۲ سنین بلوغ که معمولاً در پسران دو سال دیرتر از دختران آغاز می شود برای دختران بین ۱۱ تا ۱۴ سالگی و برای پسران بین ۱۳ تا ۱۶ سالگی است البته، تفاوت های فردی بسیار است به طوری که بلوغ زودرس قبل از سن یازده سالگی و بلوغ دیررس حتی بعد از شانزده سالگی هم مشاهده می شود.

در دوران نوجوانی رشد و تکامل جسمی و ذهنی سریع است. نوجوان، طالب آن است که حقوق خود را به عنوان یک فرد شناسایی کند؛ تواناییها و دیدگاه اجتماعی خود را گسترش دهد؛ ارزشها و اعتقادات خود را بیازماید؛ آنها را تقویت و تحکیم بخشد؛ با فلسفه حیات آشنا شود؛ فلسفه زندگی خویش را باز یابد تا براساس آن بتواند رفتار خود را هدایت کند؛ و بالاخره کسب هویت نماید. از یک نوجوان انتظار می رود که طی این دوره خصوصیات کودکی را به دور ریخته، خصوصیات مطلوب بزرگسالی را کسب کند. در فرهنگ ما جشن تکلیف و در فرهنگ های اولیه تشریفات بلوغ انجام می شد تا معرف انتقال فرد از کودکی به بزرگسالی باشد. مثلاً در ایران باستان سن بلوغ ۱۵ سالگی بود. در این سن تربیت دینی انجام می گرفت و یک فرد زردشتی مکلف بود به آتشکده برود و نیایش آتش را بخواند.

بسیاری از روان شناسان نوجوانی را یک دوره انتقالی مهم می دانند. دورانی که ویژگی آن بروز تغییرات سریع جسمی و تحولات روانی از جمله استقلال طلبی، آرمان خواهی، آینده نگری، تخیل گرایی، بی ثباتی عاطفی، احساسات شدید، دوستیهای افراطی، گرایش مذهبی، شکوفایی ارزشها و ایده آلهای اخلاقی^۳، فضیلت دوستی و خیر خواهی، میل به اصلاح عالم و تحول جهان و جستجو برای کسب هویت است. بعضی از روان شناسان معتقدند، نوجوانی دوران طوفان و فشار، بی سر و سامانی روانی، تمایلات و خواهشهای متضاد، تشویش و اضطراب، درونی شدن حیات روانی، گسترش جنبه انفعالی و عاطفی شخصیت، گسترش افق فکری و رغبتها و بالاخره دورانی پر هراس، سخت، مشکل آفرین و پرمخاطره است. ژان ژاک روسو به سبب این تحولات، بلوغ را تولدی مجدد

* الحدیث، جلد ۱، ص ۳۴۹

۱ و ۲- فرهنگ وبستر

۳- «ندای ارزشهای اخلاقی در دوره بلوغ به این معنی است که نوجوان برای تمایل به نیکی حساستر است» مورس دبس، بلوغ ص ۱۱۶.



می‌نماید. او معتقد بود وقتی فرد به بلوغ می‌رسد مانند این است که با خصوصیات بدنی و روانی متفاوتی دوباره متولد شده است. از آنجا که تغییرات بلوغ برای نوجوانان مبهم و مرموز است، هرگونه برداشت غلط یا اطلاع ناقص و نادرست برای آنان زیان‌بار خواهد بود. از این‌رو، آشنایی صحیح نوجوانان با ویژگیها و تحولات دوران بلوغ امری ضروری و لازمهٔ رشد سالم شخصیت آنان است. باید دانست که نوجوانی برای همه، دورانی بحرانی توأم با طوفان و فشار و انقلاب عمیق و شدید شخصیتی نیست. بلکه تحولات بلوغ و نحوهٔ گذران آن بستگی زیادی به وضعیت اجتماعی، اقتصادی، فرهنگی و شخصی افراد مختلف دارد. اگرچه هریک از دورانهای عمر ویژگیها و مسایل خاص خود را دارد، اما نوجوانی از آن جهت دوران سخت و حساس نابسامانی روانی و پرمخاطره نامیده شده است که نوجوان از یک‌سو به دلیل استقلال‌طلبی و رشد ذهنی خود دیگر مایل نیست که مانند دوران کودکی بزرگترها برای او تصمیم بگیرند؛ و از سوی دیگر به سبب بی‌تجربگی ممکن است به‌خوبی از عهدهٔ حل بسیاری از مسایل خود برنیاید و خطرات راه را نشناسد. او نه کودک است و نه بزرگسال. از این‌رو، در نظرخواهیها و تصمیم‌گیریها گاه او را کودک می‌خوانند و کنارش می‌گذارند و گاه او را بزرگسال می‌شمارند و بیش از حد توان از او انتظار دارند. این برخوردهای دوسویه تعارضات ذهنی و احساسی او را نسبت به خود مضاعف نموده، موجب بسیاری از اضطرابها، تنشها و مشکلات روانی – اجتماعی او می‌شود. به عبارت دیگر، بحران بلوغ بیش از آن‌که ناشی از تغییرات جسمانی باشد تحت تأثیر عوامل فرهنگی – محیطی قرار دارد.

تحقیق مونی Mooney یکی از روان‌شناسان آمریکایی، مسایل و مشکلات دانش‌آموزان دبیرستانی آمریکا را چنین گزارش می‌کند: *

مسایل و مشکلات دانش‌آموزان دبیرستانهای آمریکا

۹۰ درصد	۱- تنظیم طرحهای تحصیلی و شغلی آینده
" ۸۶	۲- مشکلات مادی، وضع زندگی و استخدام
" ۸۷	۳- سازگاری با کار و تحصیل در مدرسه

* به نقل از یوسف اردبیلی، ۱۳۵۲، ص ۹

۶۳ درصد	۴- فعالیتهای اجتماعی و تفریحی
" ۵۵	۵- رشد جسمانی و سلامتی
" ۳۲	۶- روشهای آموزشی و برنامه‌ها
" ۲۰	۷- روابط اجتماعی و روانی
" ۱۸	۸- روابط خانوادگی
" ۱۷	۹- روابط جنسی و ازدواج
" ۱۴	۱۰- مسایل اخلاقی و دینی

در شهر تهران هم از دانش‌آموزان دبیرستانی سؤال شد که آزادانه «مشکلاتی را که در راه تحصیل و پیشرفت دارند»، بنویسند. اهم این مسایل به قرار زیر است*.



چنانکه ملاحظه می‌فرمایید، در رأس مشکلات نوجوانان نگرانیهای تحصیلی - شغلی قرار دارد که دو فصل آخر این کتاب بیشتر به آنها خواهد پرداخت. لیکن مشکلات دیگر دوران نوجوانی از جمله مسایل مربوط به عدم رشد مهارتهای اجتماعی و عادات ناصحیح مطالعه غالباً می‌توانند زمینه‌ساز مسایل تحصیلی - شغلی باشند. از این رو، بجاست که قبلاً درباره بعضی از این مسایل و شیوه‌های کسب مهارتهای اجتماعی و روشهای صحیح مطالعه با شما گفتگویی داشته باشیم.

* یوسف اردبیلی، ۱۳۵۲، ص ۱۱

درس هفتم

تمرین شماره ۲۱



گروه همیشگی خود را تشکیل دهید و با همفکری یکدیگر، طی ۲۰ دقیقه، سؤالهای زیر را پاسخ گوید. در پایان وقت، به روال گذشته، پاسخهای خود را با مشاور و کلاس در میان بگذارید. و سپس مهمترین پاسخهای هر سؤال را یادداشت کرده، در پوشه خود بایگانی کنید.

۱- به نظر شما، دوران نوجوانی و مرحله بروز مهمترین علایم بروز جسمانی (آستانه نوجوانی) از چه سنی آغاز می شود؟

۲- بلوغ یعنی چه؟ فرد بالغ کیست؟

۳- معمولاً از یک نوجوان در چه سنی انتظار می رود که از نظر جسمی، فکری، عاطفی، اجتماعی، اخلاقی، تحصیلی، شغلی و ... به جوانی و بلوغ برسد؟

۴- می دانید که انسان موجودی است بالقوه و تکامل پذیر، به عبارت دیگر صرفنظر از بعد جسمی، رشد و تکامل انسان در ابعاد معنوی و روانی می تواند نامحدود باشد.

به نظر شما زندگی انسان را به چه دورههایی می توان تقسیم بندی و نامگذاری کرد؟ آیا تقسیم بندی زیست شناسان از دور زندگی انسان یعنی: تولد، رشد، تولید مثل و مرگ را می پسندید؟ اگر از نظر روان شناسان بخواهید دور زندگی را تقسیم بندی کنید نامگذاری شما چگونه خواهد بود؟

۵- در بین ادوار زندگی چرا نوجوانی دوران حساسی است و از چه نظر اهمیت دارد؟

تمرین شماره ۲۲

به گروه خود بازگردید و برای مشکل پروانه چاره سازی کنید. در پایان وقت، سخنگوی هر گروه بهترین پیشنهادها را گروه خود را به اطلاع کلاس و مشاور، که آنها را بر روی تابلو خلاصه نویسی می کند، می رساند.

پروانه شانزده ساله و دانش آموز سال اول دبیرستان است، او می گوید:

«هنگام درس خواندن و بالاخص موقع امتحانات نمی توانم حواس خود را جمع کنم. هر چه می کوشم قادر نیستم افکار خود را متمرکز سازم. اغلب به آینده دور فکر می کنم و این مرا از کارهای اصلی ام باز می دارد. وقتی تنها هستم دو اندیشه قبولی در کنکور و ازدواج ساعتها ذهن مرا می آزارد و سرانجام هم بدون نتیجه گیری از دست خودم عصبانی و خسته و کسل می شوم و به خواب می روم. به من بگوئید چگونه از شر آینده و افکار مزاحم آن خلاص شوم تا بتوانم بهتر درس بخوانم و موقع امتحانات تمرکز حواس داشته باشم.

توجه: در کمک به پروانه سعی کنید به علل تخیل گرایی و جنبه های مثبت و منفی خیالپردازی، راه کارهای اصلاحی آن، آینده نگری و برنامه ریزی صحیح برای آن و نیز به علل عدم تمرکز حواس و راههای مبارزه با آن بپردازید.

برای جلسه آینده:

مشاور مشکل احمد را برای کلاس می خواند و از دانش آموزان می خواهد که هر یک به طور انفرادی، چند دقیقه ای به

تعمق بپردازند و در پاسخ به هر یک از سؤالهای احمد، در برگه‌ای جدا، یک جمله بنویسند و آن را در پوشه خود بایگانی کنند. سپس برای جلسه آینده به انجام تحقیقی که در پایان آمده بپردازند، نتایج آن را در ذیل برگه خود گزارش کنند و ضمن اینکه جلسه آینده نسخه‌ای به مشاور ارائه می‌دهند یافته‌های جالب خود را هم با کلاس در میان بگذارند.

احمد نوجوانی ۱۵ ساله است که بتازگی مدرسه راهنمایی را به پایان رسانده است. او در گفتگویی با دوست خود ایرج از نگرانیهایش چنین سخن می‌گوید:

«می‌دانی سال آینده ما وارد دبیرستان می‌شویم و تا آنجا که من می‌دانم پس از یک سال که دروس مشترک را می‌گذرانیم باید برای ورود به یکی از سه شاخه نظری، فنی و حرفه‌ای و یا کاردانش تصمیم‌گیری کنیم. اگر چه من همیشه نمراتم خوب بوده است و نگرانی ضوابط نمره و غیره را برای ورود به هر شاخه ندارم، اما کل موضوع تصمیم‌گیری برای رشته تحصیلی و شغل آینده برایم مسأله‌ساز شده است.

شور و هیجان و یا معیارهایی را که بعضی از بچه‌ها برای ورود به یک شاخه و یا شغل آینده خود دارند در خود احساس نمی‌کنم. چه طور بگویم همه مشاغل و در واقع همه کارها و همه چیز برایم یکسان شده است و این حالت را دوست ندارم. می‌دانم، با خود می‌اندیشم که اصلاً فلسفه آفرینش چیست؟ مبدأ و آغاز جهان چه بوده است؟ فلسفه زندگی چیست؟ چرا باید رنج کشید و سختیها و ناکامیها را تحمل کرد؟ زندگی چه هدف و چه معنا و مقصودی دارد؟ و بالاخره، فلسفه مرگ چیست؟ چرا باید زندگی کنیم و سرانجام از این جهان رخت بربندیم؟ مرگ چیست؟ و پس از مرگ چه خواهد شد؟



اخيراً، مادر بزرگم که مرا بسیار دوست می‌داشت فوت کرد و شاید مرگ او باعث هجوم این سؤالها و افکار به ذهنم شد! به هر حال تصوّر می‌کنم تا پاسخی منطقی به این پرسشهایم نیابم به آرامش و امید و تصمیم‌گیری و دلگرمی و نشاطی که سایر دوستانم دارند نخواهم رسید. ایرج، آیا این سؤالها برای تو هم مطرح است؟ راستی تو برای این سؤالها چه جوابی داری و به زندگی آینده تحصیلی - شغلی خود چگونه نگاه می‌کنی؟

ایرج: سخنان تو این شعر را به ذهنم می‌آورد:

ساعتی در خود نگر تا کیستی از کجایی و ز چه جایی، چیستی؟

من فکر می‌کنم سؤالهایی که برای تو مطرح شده گهگاه ذهن همه دوستان همسن و سال ما را به خود مشغول می‌کند و البته حوادثی مثل فوت یکی از عزیزان آنها را بیشتر مطرح می‌سازد. اگر چه ما اکنون دوران نوجوانی را می‌گذرانیم اما در حقیقت وقتی به جوانی می‌رسیم که توانسته باشیم در دوران نوجوانی، فلسفه حیات و ممات خود را باز یافته باشیم تا با اتکا به آن و براساس معیارهای ارزشی صحیح بتوانیم کسب هویت کرده، راه آینده خود را دنبال نموده، برای ابعاد مختلف زندگی خود برنامه‌ریزی کنیم تا ان شاء الله به رستگاری و فلاح برسیم. اگر چه درس بینش اسلامی در پاسخ این سؤالها به ما کمک زیادی کرده است اما هر بار که مطرح می‌شوند باز دشواری و تازگی خود را دارند. من سه سؤال اصلی تو یعنی: فلسفه آفرینش، فلسفه زندگی و فلسفه مرگ را یادداشت می‌کنم. سعی می‌کنم امشب درباره آنها فکر کنم و علاوه بر پاسخهای خود از نظر پدر، مادر و برادر بزرگترم که دانشجوست مطلع شوم تا به امید خدا، در دیدار بعدی با آگاهی و بصیرت بیشتر به پاسخ آنها برسیم.

دانش آموزان عزیز،

شما هم چنین کنید و علاوه بر تعمق در پاسخهای خود که در کلاس یادداشت نمودید، حداقل نظر سه فرد دیگر را هم در مورد پاسخ به این سؤالها جویا شوید. پاسخهای آنها را با پاسخهای خود مقایسه کنید. گزارش این تحقیق را در ذیل برگه خود بنویسید. نسخه‌ای را در پوشه خود بایگانی کنید و نسخه‌ای را به مشاور بدهید و چنانچه تفاوتها را زیاد یا جالب یافتید و یا این تحقیق موجب دگرگونی اندیشه و تغییر پاسخهای اولیه شما شد نتایج یافته‌های خود را شفاهاً هم با کلاس در میان بگذارید.

پاسخها	فلسفه آفرینش	فلسفه زندگی	فلسفه مرگ
پاسخهای من:
پاسخهای شخص اول:
پاسخهای شخص دوم:
پاسخهای شخص سوم:

درس هشتم

تمرین شماره ۲۳

چکیده گزارش تحقیق جلسه قبل خود را به صورت دو جمله زیر با مشاور در میان بگذارید :

(۱) جمع بندی تحقیق در پاسخ به سؤال احمد :

(۲) چگونگی تغییر پاسخ من در اثر تحقیق و یادگیری جدید :

مشاور، پس از شنیدن پاسخ همه دانش آموزان، بهترین پاسخ به سه سؤال مذکور را بر روی تابلو می نویسد و شما آن را در دفتر خود یادداشت می کنید.

تمرین شماره ۲۴



گروه های خود را تشکیل دهید و در چاره جویی مشکل شهیار با او همفکری کنید. پس از ۱۰ دقیقه، بهترین پیشنهاد خود را با مشاور در میان بگذارید، از ارائه پیشنهاد های تکراری که گروه های دیگر ارائه داده اند خودداری کنید. فقط فراوانیها را ذکر کنید. از بین راه حل های ارائه شده که مشاور به کمک یکی از دانش آموزان بر روی تابلو نوشته است سه موردی را که منطقی و مؤثرتر به نظر می رسند انتخاب کرده، در پاسخ به این تمرین در دفتر خود یادداشت کنید.

شهیار می گوید : والدین من اگر چه باسواد و تحصیل کرده هستند موقعیت سنی

مرا درک نمی کنند و با این که پانزده سال از سنم می گذرد همچون یک کودک با من رفتار می کنند. از امر و نهی هایشان در هر کار کوچک و بزرگ خسته شده ام. انگار که من اصلاً اندیشه و مغزی در سر ندارم و باید همیشه مانند یک ربات از دستورهای آنها اطاعت کنم. از تکرار عبارتهای : تو بچه ای، تو هنوز نمی فهمی، هر چه می گویم گوش کن، به صلاح تو نیست، تو نمی دانی، حالا زود است که سر دربیآوری و ... به ستوه آمدم همیشه اراده خود را به من تحمیل می کنند. تابستانها باید در کلاسهای تقویتی یا فوق برنامه ای که آنها دوست دارند ثبت نام کنم. مادرم سر زده به اتاق من می آید و گاه احساس می کنم در غیاب من وسایلم را می گردد. در اعتراض به رفتار آنها، گاهی اوقات قهر می کنم. حرف نمی زنم و یا غذا نمی خورم و زود به رختخواب می روم. اما این کارها هم چاره ساز نیست و نه تنها از دستورها و بکن و نکنها نمی کاهد بلکه گاه اوضاع وخیم تر شده کار به داد و فریاد و ... می رسد. آیا والدین شما قادر به درک اندیشه و روحیات شما هستند؟ آیا با آنها تفاهم دارید؟ اگر چنین است مرا هم راهنمایی کنید و بگویید با آنها چه کنم تا آن قدر به من دستور ندهند و زندگیم را کنترل نکنند!؟

تمرین شماره ۲۵

به گروه های خود بازگردید و این بار به مشکل زیبا بیندیشید : در چاره سازی مسأله او چه پیشنهادهایی به نظرتان می رسد.

او می گوید :

پدر و مادرم با یکدیگر تفاهم نداشتند و بالاخره پس از سالیان درازی که خانه، میدان تاخت و تاز قهر و دعوا و بگو مگوهای آنها و ناامنی روانی برای ما بود از یکدیگر جدا شدند. من ماندم و برادر ۵ ساله ام و کوه اندوهی که بر دل های تمامی بچه های

خانواده‌های از هم پاشیده سنگینی می‌کند.

نمی‌دانم آنها که پدر و مادرشان طلاق می‌گیرند، چگونه با ناپدری یا نامادری کنار می‌آیند؟ آنقدر از جورناپدری و نامادری قبلاً شنیده‌ام که نمی‌توانم درست فکر کنم. پدرم قصد ازدواج مجدد دارد و من از وحشت این فکر شبها نمی‌توانم بخوابم. چرا پدر و مادرها مفهوم ازدواج را نمی‌فهمند؟

چرا بچه‌ها باید قربانی اشتباهات والدین خود شوند؟ یک دختر نوجوان ۱۶ ساله و یک کودک ۵ ساله به کجا باید پناه ببرند و از چه کسی یاری بگیرند؟ شما چه راه‌حلی می‌شناسید؟
دانش‌آموزان عزیز، پس از ۱۰ دقیقه مشورت و چاره‌جویی، در جمع‌بندی مانند مشکل شهریار عمل کنید.

تمرین شماره ۲۶

مشاور سؤال بتول را به بارش فکری می‌گذارد. دو نمایندهٔ تندنویس پاسخهای شما را بر روی تابلو یادداشت می‌کنند تا در پایان، پس از ۵ دقیقه، بتوانید سه مورد از فراوانترین و بهترین پاسخها را انتخاب و در پاسخ به این تمرین یادداشت و بایگانی کنید. بتول می‌گوید: والدینی دارم که همهٔ زندگی خود را وقف تعلیم و تربیت من و دیگر فرزندانمان کرده‌اند. بسیاری از لذایذ زندگی را بر خود حرام کرده‌اند تا ما بهتر رشد کنیم، خوبتر درس بخوانیم و کمبودی نداشته باشیم. نمی‌دانم برای جبران ایثار و فداکاریهای آنها چه باید بکنیم؟! بتول می‌تواند:

برای جلسهٔ آینده:

دانش‌آموزان عزیز، چنانکه می‌دانید، انسان در هر یک از مراحل تکاملی زندگی خویش با توجه به ابعاد مختلف رشد: جسمی، فکری، عاطفی، روانی، اجتماعی، اخلاقی، تحصیلی - شغلی و ... از خصوصیات و ویژگیهای خاصی برخوردار است. به عنوان مثال از نظر جسمی در دوران طفولیت و نوجوانی سریعاً در حال رشد و افزایش است، در حالی که در دوران پیری از نظر جسمی رو به کاستی می‌رود. همین‌طور از نظر ذهنی - روانی و دیگر ابعاد رشد، خصوصیات، نیازمندیها و شرایط زندگی فرد در هر دوره از عمر متفاوت از دورهٔ دیگر است. به هر حال، راز موفقیت در بهره‌وری هر چه بیشتر از دورانهای عمر، استفاده از شناخت این ویژگیهاست. آیا می‌توانید سه ویژگی مهم دوران زندگی خود (یعنی نوجوانی، سالهای ۱۲ تا ۱۸ سالگی) را که باید حداکثر بهره‌برداری را از آن بکنید نام ببرید؟

به این سؤال به صورت گروهی پاسخ دهید. به عنوان یک فعالیت خارج از کلاس، هر گروه می‌تواند به تحقیق دربارهٔ ویژگیهای نوجوانی پردازد و یافته‌های خود را به شکل مقاله، آلبوم عکس، پوستر، اسلاید، روزنامه دیواری و یا فیلم ارائه دهد و به میزان ابتکار، تلاش و جذابیت ارائه کار خود امتیاز گروهی دریافت نماید.



درس نهم

تمرین شماره ۲۷

با صرف حداکثر نیم ساعت تمام گروهها کار جلسه قبل خود را ارائه می دهند. نماینده ای از هر گروه، سه ویژگی مورد نظر گروه خود را، صرف نظر از شکلی که ارائه شده است، بر روی تابلو با ذکر نام گروه خود یادداشت می کند. با رأی مخفی گروهها، بهترین کار برگزیده می شود و امتیاز اول را می گیرد و به همین ترتیب، گروههای بعدی رتبه خود را در بین کلیه گروهها با رأی مخفی به دست می آورند. ضمناً، مشاور، فراوانی پاسخهای نوشته شده بر روی تابلو را تعیین می کند. با توجه به فراوانیها، شما سه مورد را در پاسخ به این تمرین با ذکر دلیل در دفتر خود یادداشت می کنید.

تمرین شماره ۲۸

جواد، دانش آموز سال آخر راهنمایی، در حالی که گوشه حیاط مدرسه نشسته و زانوی غم در بغل گرفته و به دور دستها خیره شده است با دوست خود چنین درد دل می کند:

«خدا کند هیچ کس مثل من فرزند بزرگ یک خانواده بدبخت نباشد. از وقتی خودم را شناختم شیطان بزرگ اعتیاد را بر سر راه پدرم دیدم و امروز این بلا گسترده تر هم شده است. از کودکی می اندیشیدم که وقتی بزرگ شدم پزشک خوبی خواهم شد و همه مریضها و بالاخص همه معتادین را معالجه خواهم کرد و لذت سلامت جسم و روح را به آنها خواهم چشاند. اما، حالا باید بر مزار آرزوهایم اشک بریزم و فکر کنم که چگونه به خواهران و برادران مظلوم و بی پناهم کمک کنم تا لااقل کاخ آرزوهای آنها فرو نریزد. آیا راهی هست؟»



دانش آموزان عزیز، پس از این که، به مدت ۱۰ دقیقه در گروه خود به همدلی و رهیابی برای مشکل جواد پرداختید به سؤالهای زیر هم، به مدت ۱۵ دقیقه دیگر، پاسخ دهید:

۱- چرا مواد مخدر توجه بعضی از افراد را به خود جلب می کند؟

- ۲- آزمودن مواد مخدر متضمن چه خطرات شخصی است؟
- ۳- آزمودن مواد مخدر متضمن چه خطرات قانونی است؟
- ۴- چه راه کارهایی برای پیش‌گیری از جذب افراد به مواد مخدر می‌شناسید؟
- ۵- به نظر شما چه شیوه‌هایی برای درمان معتادان، مفید خواهد بود؟ بهترین توصیه‌های شما به جواد چیست؟ به شیوه‌ تمرینهای دیگر بهترین راه کارها و پاسخها را به مشاور ارائه دهید و سپس خلاصه نتایج را یادداشت کنید.

تمرین شماره ۲۹

- در گروه خود برای یافتن بهترین پاسخ به سؤالات زیر، در ۱۰ دقیقه، به اجماع برسید:
- در موارد زیر چه راه‌حلی می‌تواند بهتر از نادیده گرفتن موقعیت باشد؟
- ۱- در راه مدرسه یکی از سوداگران مواد مخدر به شما و دوستانتان نزدیک می‌شود شما باید ...
 - ۲- یک هم‌کلاسی، به طور جدی و مؤثر تجربه و اثرات یک ماده مخدر را تحسین و تمجید نموده، دیگران را تحت فشار قرار می‌دهد که آن را امتحان کنند. شما باید...
 - ۳- یک دوست صمیمی محرمانه به شما می‌گوید که شروع به استفاده از مواد مخدر نموده است. شما باید ...
 - ۴- شما، اگر چه مستقیماً هیچ اطلاعی ندارید، شایعات مؤکدی را درباره وجود یک باند مواد مخدر در مدرسه می‌شنوید. شما باید ...
- در پایان فرصت، نماینده هر گروه بهترین پاسخ خود را به هر سؤال با مشاور که آنها را تحت نام آن گروه بر روی تابلو می‌نویسد، ارائه می‌دهد و شما بهترین پاسخ به هر سؤال را یادداشت و بایگانی می‌کنید.

برای جلسه آینده:

- به صورت گروهی، به انتخاب خود، یکی از فعالیتهای زیر را انجام داده نتایج کار خود را در کلاس ارائه دهید.
- مقاله‌ای، حداکثر در سه صفحه، پیرامون تاریخچه، انواع و علل اعتیاد و راههای مبارزه و درمان آن (با ذکر منابع) بنویسید.
 - یک آلبوم عکس یا روزنامه دیواری در معرفی علل و راههای مبارزه با اعتیاد و درمان آن تهیه نمایید.
 - به کمک والدین خود از یک مرکز بازپروری معتادان بازدید کنید. حداقل با سه معتاد (مددجو) نوجوان یا جوان در مورد علل اعتیاد آنها و راه‌حلهایی که برای ترک آن می‌شناسند، مصاحبه کنید.
 - چنانچه برایتان میسر باشد، می‌توانید فیلم کوتاه و جاذبی در زمینه علل اعتیاد و راه‌کارهای مبارزه و درمان آن تهیه و ارائه دهید.