

به نام خدا



# تو یک قهرمان هستی اگر راه خودت را پیدا کنی

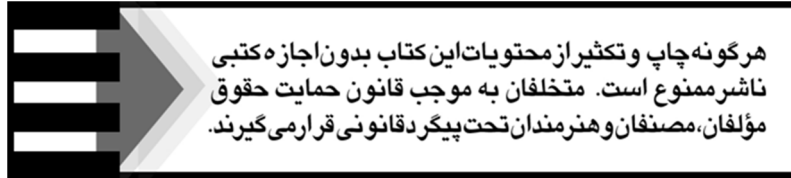
(نقشه راه هدایت تحصیلی برای موفقیت شغلی)

مؤلفان:

مهدی اسماعیلی

حمیدرضا غلامرضایی

مرضیه رئیسی



هرگونه چاپ و تکثیر از محتویات این کتاب بدون اجازه کتبی ناشر ممنوع است. متخلفان به موجب قانون حمایت حقوق مؤلفان، مصنفان و هنرمندان تحت پیگرد قانونی قرار می‌گیرند.

## ◀ عنوان کتاب: **تو یک قهرمان هستی اگر راه خودت را پیدا کنی** (نقشه راه دایت تحصیلی برای موفقیت شغلی)

◀ مولفان: مهدی اسماعیلی - حمیدرضا غلامرضایی - مرضیه رئیسی

◀ ناشر: مؤسسه فرهنگی هنری دیباگران تهران

◀ ویراستار: زهرا خاننیا

◀ صفحه آرای: فرناز عبدالهی

◀ طراح جلد:

◀ نوبت چاپ: اول

◀ تاریخ نشر: ۱۳۹۹

◀ چاپ و صحافی:

◀ تیراژ:

◀ قیمت: ۷۰۰۰۰۰ ریال

◀ شابک: ۹۷۸-۶۲۲-۲۱۸-۲۹۹-۱

نشانی واحد فروش: تهران، میدان انقلاب،

خ کارگر جنوبی، روبروی پاساژ مهستان،

پلاک ۱۲۵۱

تلفن: ۲۲۰۸۵۱۱۱-۶۶۴۱۰۰۴۶

فروشگاههای اینترنتی دیباگران تهران :

[WWW.MFTBOOK.IR](http://WWW.MFTBOOK.IR)

[www.dibbook.ir](http://www.dibbook.ir)

[www.dibagarantehran.com](http://www.dibagarantehran.com)

نشانی تلگرام: @mftbook نشانی اینستاگرام دیبا [dibagaran\\_publishing](https://www.instagram.com/dibagaran_publishing)

هرکتاب دیباگران، یک فرصت جدید شغلی.

هرگوشی همراه، یک فروشگاه کتاب دیباگران تهران.

از طریق سایتها و اپ دیباگران، در هر جای ایران به کتابهای ما دسترسی دارید.



# فهرست مطالب

## بخش اول: پیشگفتار..... ۹

- ۱۰ ..... ① داستان تولد کتاب
- ۱۳ ..... ① سپاس نامه
- ۱۵ ..... ① مقدمهٔ پدید آورندگان
- ۲۴ ..... ① میثاق نامه
- ۲۵ ..... ① سخنی با والدین محترم
- ۲۷ ..... ① سخنی با مشاوران ارجمند

## بخش دوم: اهمیت دوره متوسطه و نقش آن در هدایت تحصیلی ..... ۲۸

- ۲۹ ..... ① دورهٔ متوسطه
- ۲۹ ..... < دورهٔ متوسطه و اهداف آن
- ۳۱ ..... < مروری بر اهمیت دورهٔ تحصیلی دوم متوسطه
- ۳۹ ..... < هم‌زمانی بلوغ با هدایت تحصیلی
- ۴۱ ..... < چند دیدگاه
- ۴۵ ..... < ضرورت‌ها و دغدغه‌های هدایت تحصیلی
- ۵۸ ..... < از لابه‌لای یک مصاحبه
- ۶۱ ..... < ملاک‌ها و معیارها
- ۶۴ ..... < اهمیت درس کار و فناوری در هدایت تحصیلی
- ۶۶ ..... < اهمیت مطالعهٔ زندگی‌نامه (یا مشاهدهٔ فیلم) در مورد چهره‌ها و الگوهای موفق
- ۶۷ ..... < اهمیت آگاهی از مشاغل مورد علاقه (کودکان و نوجوانان)
- ۶۹ ..... < اهمیت کتاب‌خوانی برای و به همراه نوجوانان (۱۳ سال به بالا)

- ◀ اهمیت و نقش کتاب‌های فنی و صنعتی به زبان ساده ..... ۷۲
- ◎ مشاور تحصیلی و شغلی ..... ۷۶
- ◀ مروری بر تاریخچه، تعریف، اهداف و ضرورت خدمات راهنمایی و مشاوره ..... ۷۶
- ◀ اهمیت مشاوره تحصیلی ..... ۷۹
- ◀ من: یک پدر، یک مشاور و یک مدیر هستیم ..... ۸۳

### بخش سوم: لطفاً عجله نکنید ..... ۹۴

- ◎ (کمی صبر کنید) ..... ۹۵
- ◎ نگاه به افق دانشگاه ..... ۱۱۵
- ◀ اهمیت تجربه دیگران ..... ۱۱۵
- ◀ رشته مهم است یا ...؟! ..... ۱۱۶
- ◀ نیازهای جامعه یا چشم‌وهم‌چشمی‌ها؟ ..... ۱۱۸
- ◀ اگر تحصیلات عالی فرزندتان برای شما خیلی مهم و ضروری است! ..... ۱۲۰

### بخش چهارم: دست نگه دارید؛ از نقشه راه مطلع شوید ..... ۱۳۴

- ◎ نقشه راه (خودآگاهی میسر تحصیلی) ..... ۱۲۵
- ◀ مقدمه ..... ۱۲۵
- ◀ خودشناسی و رشته‌شناسی (لذت انتخاب درست) ..... ۱۲۵
- ◀ هشدار ..... ۱۲۸
- ◀ خودآگاهی مقدمه ضروری انتخاب رشته و هدایت تحصیلی ..... ۱۲۹
- ◀ خودآگاهی بر اساس ریزنمرات کارنامه ..... ۱۳۳
- ◀ تیپ‌شناسی عمومی شخصیتی داوطلب ..... ۱۳۵
- ◎ خوداظهاری شخصی ..... ۱۳۷
- ◀ پرسش‌نامه ۱: خودارزیابی از رفتارهایم ..... ۱۳۷
- ◀ پرسش‌نامه ۲: خودارزیابی از مهارت‌ها و توانایی‌هایم ..... ۱۳۹
- ◀ پرسش‌نامه ۳: خودارزیابی از مهارت‌ها و نقاط قوت فردی‌ام ..... ۱۴۴
- ◀ پرسش‌نامه ۴: در نگاه نخست من این‌گونه هستم! ..... ۱۴۸
- ◀ پرسش‌نامه ۵: ارزیابی من بر اساس یکی از پرسش‌نامه‌های موجود ..... ۱۵۲
- ◀ چک‌لیست خودارزیابی (شماره ۱) ..... ۱۵۸

◎ خانواده و خود اظهاری ..... ۱۶۰

- ◀ پرسش‌نامه شماره ۶: درک مهارت‌های فردی ..... ۱۶۰
- ◀ پرسش‌نامه شماره ۷: تشخیص رفتار در موقعیت‌های مختلف (شخصیت) ..... ۱۶۳
- ◀ پرسش‌نامه شماره ۸: تشخیص ویژگی‌های فردی ..... ۱۶۶
- ◀ پرسش‌نامه شماره ۹: تشخیص اولویت‌های احساسی و عاطفی شغل ..... ۱۷۰
- ◀ پرسش‌نامه شماره ۱۰: خودآگاهی رغبت شغلی با توجه به ویژگی محل کار ..... ۱۷۱
- ◀ پرسش‌نامه شماره ۱۱: تشخیص رغبت ..... ۱۷۳
- ◀ پرسش‌نامه شماره ۱۲: پرسش‌نامه رغبت میشل گوکلن ..... ۱۸۲
- ◀ چک‌لیست خودارزیابی (شماره ۲) ..... ۱۸۹

**بخش پنجم: شاخه‌ها و رشته‌های تحصیلی ..... ۱۹۱**

◎ آشنایی با شاخه‌ها و رشته‌های تحصیلی ..... ۱۹۲

- ◀ معرفی شاخه‌های «فنی و حرفه‌ای» و «نظری» ..... ۱۹۲
- ◀ شاخه فنی و حرفه‌ای ..... ۱۹۳
- ◀ نکات عمومی برای داوطلبان انتخاب رشته در دو شاخه «فنی و حرفه‌ای» و «کاردانش» ..... ۲۰۵
- ◀ اگر برای ورود به هنرستان تصمیم شما جدی است! ..... ۲۰۸

◎ شاخه نظری ..... ۲۱۲

- ◀ رشته ریاضی و فیزیک ..... ۲۱۲
- ◀ رشته ادبیات و علوم انسانی ..... ۲۱۶
- ◀ رشته علوم و معارف اسلامی ..... ۲۲۱
- ◀ رشته علوم تجربی ..... ۲۲۶

**بخش ششم: آزمون‌های متداول ..... ۲۳۴**

◎ آشنایی اولیه با تست‌ها ..... ۲۳۵

- ◀ تست هالند ..... ۲۳۸
- ◀ آشنایی با تست و نظریه MBTI ..... ۲۵۵
- ◀ آشنایی با هوش گاردنر ..... ۲۶۸
- ◀ خودآگاهی نسبی پیش از تصمیم‌گیری نهایی ..... ۲۷۵
- ◀ (تصمیم موقت من) ..... ۲۷۵
- ◎ خوداظهاری و تحلیل نهایی توسط مشاور در چهار گام ..... ۲۷۶

اعلام و ثبت تصمیم نهایی داوطلب در برگه..... ۲۷۸

تصمیم نهایی..... ۲۷۸

### **بخش هفتم: انتخاب مدرسه..... ۲۷۹**

○ معیارهای انتخاب مدرسه خوب در مقطع متوسطه دوم..... ۲۸۰

### **بخش هشتم: ضمایم..... ۲۸۳**

منابع اطلاع رسانی برای کسب اطلاعات بیشتر..... ۲۸۴

منبع شناسی..... ۲۸۹

(فهرست برخی از کتابها برای مطالعه بیشتر)..... ۲۸۹

فهرست محتویات لینک پیوست..... ۲۹۱

خط مشی کیفیت انتشارات مؤسسه فرهنگی هنری دیباگران تهران در عرصه کتاب‌هایی است که بتواند  
خواسته‌های به روز جامعه فرهنگی و علمی کشور را تا حد امکان پوشش دهد.  
هر کتاب دیباگران تهران، یک فرصت جدید فکری و علمی

حمد و سپاس ایزد منان را که با الطاف بی‌کران خود این توفیق را به ما ارزانی داشت تا بتوانیم در راه ارتقای دانش عمومی و فرهنگی این مرز و بوم در زمینه چاپ و نشر کتب علمی دانشگاهی، علوم پایه و به ویژه علوم کامپیوتر و انفورماتیک گام‌هایی هرچند کوچک برداشته و در انجام رسالتی که بر عهده داریم، مؤثر واقع شویم.

گسترده‌گی علوم و توسعه روزافزون آن، شرایطی را به وجود آورده که هر روز شاهد تحولات اساسی چشمگیری در سطح جهان هستیم. این گسترش و توسعه نیاز به منابع مختلف از جمله کتاب را به عنوان قدیمی‌ترین و راحت‌ترین راه دستیابی به اطلاعات و اطلاع‌رسانی، بیش از پیش روشن می‌نماید.

در این راستا، واحد انتشارات مؤسسه فرهنگی هنری دیباگران تهران با همکاری جمعی از اساتید، مؤلفان، مترجمان، متخصصان، پژوهشگران، محققان و نیز پرسنل ورزیده و ماهر در زمینه امور نشر درصدد هستند تا با تلاش‌های مستمر خود برای رفع کمبودها و نیازهای موجود، منابعی پُر بار، معتبر و با کیفیت مناسب در اختیار علاقمندان قرار دهند.

کتابی که در دست دارید با همت "آقایان مهدی اسماعیلی - حمیدرضا غلامرضایی - و سرکار خانم مرضیه رئیسی" و تلاش جمعی از همکاران انتشارات میسر گشته که شایسته است از یکایک این گرامیان تشکر و قدردانی کنیم.

**کارشناسی و نظارت بر محتوا: زهره قزلباش**

در خاتمه ضمن سپاسگزاری از شما دانش‌پژوه گرامی درخواست می‌نماید با مراجعه به آدرس [dibagaran.mft.info](mailto:dibagaran.mft.info) (ارتباط با مشتری) فرم نظرسنجی را برای کتابی که در دست دارید تکمیل و ارسال نموده، انتشارات دیباگران تهران را که جلب رضایت و وفاداری مشتریان را هدف خود می‌داند، یاری فرمایید.

امیدواریم همواره بهتر از گذشته خدمات و محصولات خود را تقدیم حضورتان نماییم.

مدیر انتشارات

مؤسسه فرهنگی هنری دیباگران تهران  
[bookmarket@mft.info](mailto:bookmarket@mft.info)

## تقدیم‌نامه

- کتاب حاضر را تقدیم می‌کنم به پدر و مادر عزیزم
- و همهٔ پدران و مادران
- آنان که دغدغهٔ فردای فرزند هیچ‌گاه رهاپشان نمی‌کند!
- و همراهان خوب زندگی، همسر و فرزندان عزیزم

«مهدی اسماعیلی»

- همهٔ موفقیت‌ها و دغدغه‌های امروزم برای نسل آینده،
- مرهون تربیت پدر و مادر عزیز و همهٔ معلمان بزرگوaram بوده است.
- این کتاب تقدیم به وجود نازنین ایشان می‌شود.
- همچنین تقدیم می‌شود به همهٔ امیدان فردای سرزمینم
- همهٔ فرزندان ملت ایران
- و فرزندم مریم

«حمیدرضا غلامرضایی»

- پیشکش به روح آسمانی پدرم
- مهربانی‌های مادرم
- همراهان همیشگی زندگی‌ام
- همسر مهربانم
- برادران و خواهران عزیزم
- و اسطوره زندگی‌ام، گل نازم: علیرضا

«مرضیه رئیسی»



# جستجوی اول



پیشگفتار

## ◎ داستان تولد کتاب

در نظام پیشرفته معاصر نیاز جامعه به شغل‌های گوناگون بسیار بدیهی و آشکار است. بر این اساس پیداست که آشنایی آینده‌سازان هر جامعه با تأثیر و اهمیت هریک از شغل‌ها تا چه حد در تداوم حیات اجتماعی و پیشرفت مادی هر جامعه نقش دارد.

شواهد به دست آمده گویای این است که نوجوان در جامعه ما، اطلاعات اندکی درباره شغل‌ها و چگونگی انتخاب شغل دارند و آینده شغلی مطلوب را در قالب تنگ تحصیلات دانشگاهی داشتن در چند رشته معدود، از جمله مهندسی و پزشکی مجسم می‌کنند. همین باور غلط، مشکلات روحی، تحصیلی و اجتماعی فراوانی در آینده فرد به دنبال دارد.

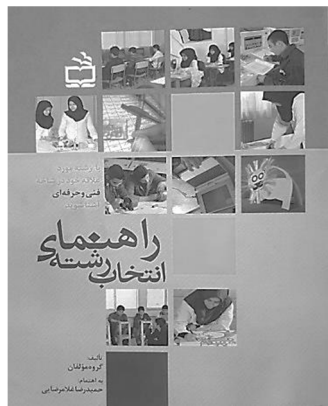
از طرفی با کمبود رسانه‌های مکتوب و غیرمکتوب مدون برای اطلاع‌رسانی در مورد شناخت رشته‌های تحصیلی، اغلب مشاهده می‌شود که دانش‌آموزان پس از اتمام دوره متوسطه اول با کمترین آگاهی و تحقیق مبادرت به انتخاب رشته می‌کنند و مواردی نیز مشاهده می‌شود که به دلیل کمبود ظرفیت ثبت‌نام در رشته مورد علاقه تعدادی از متقاضیان بدون آگاهی و علاقه‌مندی، به رشته‌ای دیگر هدایت و ثبت‌نام می‌شوند، که این مسئله مشکلاتی را مانند ترک تحصیل، تغییر رشته تحصیلی، افت تحصیلی و عدم انگیزه پدید می‌آورد. بدیهی است چنین معضلی علاوه بر اینکه خسارات مادی و معنوی جبران‌ناپذیری به منابع ملی و انسانی وارد می‌کند، مدرسان علاقه‌مند و پرشور را به دلیل مواجه شدن با افرادی که علاقه و توانایی آن‌ها متناسب با رشته انتخاب شده نیست، منفعلی می‌سازد و کارایی و علاقه آنان را نیز کاهش می‌دهد. بدین ترتیب، سرمایه ملی و منبع انسانی به هدر می‌رود.

به‌منظور جلوگیری از بروز این‌گونه مشکلات و آگاهی دادن به دانش‌آموزان و اولیای آنان، همچنین برای متوقف کردن تدریجی روند فعلی، ضرورت دارد حرکت‌های نویی برای معرفی بهتر مشاغل و رشته‌ها انجام پذیرد.

با توجه به اینکه اینجانب طی دوران تحصیلی خود و دوران تدریس در هنرستان با مسئله انتخاب رشته از نزدیک ارتباط داشتم، همواره این مسئله جزو دغدغه‌هایم بود که چگونه می‌شود دانش‌آموزان را به روش‌های مختلف به شکل صحیح و درستی هدایت تحصیلی کرد. بعد از بررسی، مناسب‌ترین و آسان‌ترین رسانه را - که کتاب بود - انتخاب کردم.

از آنجاکه انتخاب شغل در آینده نوجوان تأثیر فراوانی دارد، دانش و آگاهی در این زمینه به آنان کمک می‌کند تا در انتخاب رشته خود عاقلانه‌تر عمل کنند و با توجه به رغبت و علاقه خود و بر پایه استعداد و توانایی‌ها و به تناسب نیازهای جامعه‌ای که در آن زندگی می‌کنند در آینده شغل مناسب خود را برگزینند.

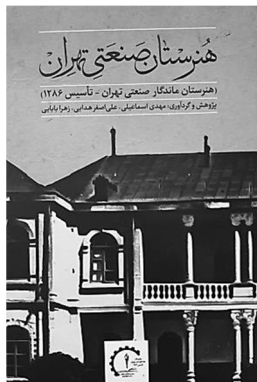
در همین راستا سه ایده را در ذهنم طراحی کردم که خوشبختانه دو مورد آن اجرا شد و مورد سوم نیز در حال حاضر در روند طراحی و اجرا است.



مورد اول	ویژه کودکان (سوم تا پنجم) ابتدایی با هدف ایجاد انگیزه و شناخت اولیه از مشاغل. (انتشار در سال ۱۳۹۰)
مورد دوم	ویژه نوجوانان سال سوم راهنمایی (نظام آموزشی قبلی) و با هدف شناخت مشاغل فنی و حرفه‌ای برای علاقه‌مندان ورود به هنرستان‌ها. این کتاب به نوجوانان کمک می‌کند تا نسبت به برخی مشاغل فنی و حرفه‌ای اطلاعات اولیه موردنیاز خود را به دست آورند. (انتشار در سال ۱۳۹۱)
مورد سوم	ویژه نوجوانان پایه ششم ابتدایی تا پایه نهم (متوسطه اول) با هدف آمادگی این دانش‌آموزان برای شناخت آن‌ها از رشته‌های فنی و مهارتی در چهار گروه: صنعت، هنر، کشاورزی و خدمات. در حال حاضر این مجموعه در حال تدوین است.

اما کتابی که اکنون در حال مطالعه آن هستید، به سفارش انتشارات دیباگران (مجتمع فنی تهران) توسط سه نفر از فرهنگیان طراحی و تألیف شده است. دو همکار گران قدر: آقای مهدی اسماعیلی روان‌شناس و مشاور ... با سابقه مدیریتی هنرستان ماندگار صنعتی تهران<sup>۱</sup> و خانم مرضیه رئیسی وانانی از معلمان باتجربه مقطع ابتدایی در شهر فولاد مبارکه اصفهان افتخار دادند تا این اثر ارزشمند متولد شود و شما هم‌وطن گرامی (دانش‌آموز عزیز، اولیای گرامی و مشاور محترم) در هر کجای ایران بتوانید به نحو مطلوبی از این اثر با راهنمایی و نظارت یک مشاور خوب استفاده کنید.

البته از ویژگی‌های این کتاب آن است که اگر به مشاور دسترسی نداشته باشید، به کمک اولیا یا معلم خود نیز می‌توانید از طریق پرسش‌نامه‌ها و محتوای ارائه شده، هدایت تحصیلی خود را به بهترین نحو ممکن و با خیال آسوده انجام دهید.



۱- نخستین هنرستان صنعتی در ایران با ۱۱۲ سال قدمت.

اخیراً ایشان و همکارانشان کتابی را در خصوص این هنرستان نگاشته‌اند.

در ادامه مقدمهٔ پدیدآورندگان این اثر را مطالعه خواهید کرد. از ناشر محترم و دو همکار گرامی که تجربیات ارزندهٔ خود را در اختیار قرار دادند، صمیمانه سپاسگزاری می‌کنم و موفقیت در این اثر را پس از لطف خدا، مرهون زحمات و محبت ایشان و تمام عزیزانی می‌دانم که نام آن‌ها در بخش سپاس‌نامه درج شده است.

آرزومند افتخارآفرینی برای همهٔ آینده‌سازان کشورم هستم.

**حمیدرضا غلامرضایی - زمستان ۹۸**

# سپاس نامه

وقتی قدرشناسی را به جای آوری، حسی از احترام به دیگران خواهی داشت (دالایی لاما)

## سپاس

- از خداوند مهربان برای تمام موهبت‌ها و ایده‌های ارزشمندی که برای نگارش این کتاب در ذهنمان تداعی کرد.
- از پدر و مادرهایمان برای تمامی زحمات، لطف و حمایت‌هایشان.
- از مدیر محترم انتشارات دیباگران تهران (مجتمع فنی تهران)، جناب آقای داریوش فرسای، برای حسن توجه و مساعدت در چاپ و نشر این کتاب.
- از همکاران محترم این انتشارات برای همکاری صمیمانه در تمام مراحل آماده‌سازی و نشر کتاب، خصوصاً سرکار خانم زهرا خانیانی برای ویرایش دقیق محتوای کتاب و خانم فرنوش عبدالهی برای صفحه‌آرایی کتاب.
- از جناب آقای دکتر سعید سعادت، مدیر عامل محترم انتشارات دیباگران تهران برای تهیه مقدمه اول این کتاب.
- از جناب آقای دکتر ابوطالب سعادت‌ی شامیر، مدیر و مؤسس آکادمی هوش ایران (ماهر)، برای بررسی علمی و تهیه مقدمه دوم کتاب.
- از همه بزرگوارانی که از مطالب ارزنده‌شان استفاده کردیم یا با اعمال نظر، نقد سازنده، راهنمایی و حمایت‌های معنوی خود، باعث بهبود مطالب این کتاب شدند.

### \* آقایان

- |                    |                     |                   |
|--------------------|---------------------|-------------------|
| • حسن آقابابایی    | • حمیدرضا شرف بیانی | • محمود امانی     |
| • احمدرضا دوراندیش | • بهنام نیک‌نژاد    | • علی زرافشان     |
| • سیدمرتضی ناوندی  | • داوود بهرامسری    | • همایون صدوقی    |
| • علی کزلو         | • علیرضا احمدی      | • لطیف عیوضی      |
| • کوروش امیری‌نیا  | • افشار بهمنی       | • حسن عبداله‌زاده |
| • محمدرضا سیدصالحی | • سیدمحمد دلبری     | • بهنام دلشاد     |
| • محمد رحمانی      | • علی نوری          | • سعید راصد       |
| • علی‌رضا احمدی    | • احمد احمدی        | • رضا مقدمی       |
| • مهدی مالکی       |                     |                   |

## \* خانم‌ها

- سمانه محمدی
- معصومه نوروزی
- مریم غلامرضایی
- الهه علوی
- مریم عابدینی
- افسانه حسن بیگی
- سهیلا قهرمانی
- مریم درّی
- زهره قزل باش
- مریم انصاری
- مریم دهقان‌زاده
- نسرين عزيزی
- مینا گل‌باز‌خانی‌پور
- فرشته منعمی مطلق
- فاطمه صارمیان

- از معلمان و اساتید عزیزمان در همه سطوح تحصیلی برای هدایت ما در مسیر شکوفایی و پیشرفت زندگی.
- و همه عزیزانی که با سپاسگزاری و قدردانی در پندار، گفتار و رفتارشان بزرگ‌منشی را به ما آموختند.

مهدی اسماعیلی، حمیدرضا غلامرضایی، مرضیه رئیسی

## مقدمه پدید آورندگان

ذخایر عظیم و سرمایه‌های ارزشمند هر ملت و سرزمینی، کودکان و نوجوانان آن هستند که با گرمای مهر و عشق پدر و مادر غنی و گران‌بها شده و با تخصص و مهارت معلم و مشاور دانا کشف و پیراسته می‌شوند و با رشد، بلوغ و کمال لازم به جایگاه رفیع و والای آفرینش بهترین من خویش نائل خواهند شد. سرمایه‌هایی بی‌پایان، بی‌نظیر و غیرقابل جایگزین که امروزه ملت‌ها و دولت‌های توسعه‌یافته را بدون داشتن ذخایر کانی و سرزمینی، مثل نفت و گاز و خاک و جنگل، به کشورهای پیشرفته و با میزان رفاه، خوشبختی و آفرینش علمی، هنری و صنعتی شگفت‌انگیز و در نهایت ثروت ملی بالا رسانده است. استفاده از این سرمایه‌های عظیم منوط به کشف و تدارک بستر لازم برای رشد، بلوغ و تقویت استعداد، مهارت، رغبت و تمایلات هریک و در سن مناسب خواهد بود.

این مجموعه ارزشمند برای آگاهی و مهارت، همراهی و همدلی والدین محترم و داوطلب سال نهم تهیه شده است و امید آن داریم که بستر و محتوای لازم تهیه شود تا این فرایند به‌جای برگزاری در دوره اول متوسطه در سال‌های پایانی دوره ابتدایی و به‌صورت تقویت خودآگاهی مشاهده‌ای و تجربی و خودارزیابی مستمر، همراه با حمایت کارشناسی مشاوران در پارک‌های علم و فناوری و مراکز استعدادیابی و تقویت مهارت برای کودکان و نوجوانان برگزار شود.

این مجموعه هرگز جایگزین مشاوره تحصیلی و مشاوران نمی‌شود و تنها مقدمات حضور داوطلب در اتاق مشاوره تحصیلی و شغلی را با تمرین خودآگاهی و خودارزیابی از خویش و گاهی با کمک والدین فراهم می‌کند و موجب بلوغ و آمادگی لازم داوطلب برای گفت‌وگو و تعامل با مشاور محترم و ارائه پاسخ‌های واقعی و آگاهانه در برگزاری آزمون‌ها خواهد شد.

و البته در موارد معدود و محدود در صورت عدم دسترسی به مشاور و راهنمایی تحصیلی می‌تواند کمک ارزشمندی برای داوطلب برای رسیدن به تصمیم بهتر باشد.

با آرزوی آگاهی از توانایی‌های فردی و کشف جایگاهی که برای آن آفریده شده‌ایم تا در آن بدرخشیم و مایه افتخار باشیم.

مهدی اسماعیلی

(مدیر هنرستان - روان‌شناس و مشاور)

امروزه با گسترش مشاغل متعدد و تخصصی شدن حرفه‌ها و احساس نیاز به همخوانی بین توانایی فرد و نوع حرفه و نیاز سازمان‌ها، نهادها، شرکت‌ها و مراکز صنعتی، انتخاب شغل و حرفه باید با اهمیت و دقت بیشتری انجام شود.

از آنجایی که بخش عمده‌ای از اوقات افراد در محل کار و شغل آن‌ها سپری می‌شود، بنابراین مهم است که فرد به شغل خود علاقه‌مند باشد، در غیر این صورت برای او نارضایتی شغلی ایجاد می‌شود. عدم رضایت شغلی یکی از مهم‌ترین مشکلات استرس‌زا در زندگی فرد است که می‌تواند بر سایر جنبه‌های زندگی او تأثیر منفی بگذارد؛ به عبارت دیگر هویت شاعل باید با هویت شغل انطباق داشته باشد.

بنابراین کارایی فرد در شغل و حرفه‌ای که به او واگذار می‌شود وابسته و تحت تأثیر توانایی و علاقه فرد به آن شغل است و عدم هماهنگی فرد با شغلش، کارایی و بهره‌وری او را در مسیر اهداف شغلی مؤسسه یا سازمان مربوطه پایین خواهد آورد.

یکی از راه‌هایی که به فرد در انتخاب صحیح شغل مورد علاقه‌اش کمک می‌کند، مشاوره شغلی است. مشاوره شغلی از ضروریات انتخاب رشته بوده، که ممکن است به صورت گروهی، نمایش فیلم، بازدید حضوری از مشاغل گوناگون یا به روش‌های دیگری انجام شود. قطعاً مشاوره به کمک ارزیابی و بررسی توانمندی‌ها، استعدادها و علاقه‌مندی دانش‌آموز می‌تواند او را برای انتخاب صحیح رشته کمک کند.

اما از آنجایی که ممکن است همواره این شرایط در حالت مطلوب فراهم نباشد، کسب آگاهی و آشنایی با رشته‌ها از طریق مطالعه کتاب‌های مناسب نیز می‌تواند به فراگیران کمک کند.

هرچه دانش‌آموزان به کمک مطالعه یا به کمک سایر رسانه‌های آموزشی اطلاعات شغلی و تحصیلی دقیق‌تری را به‌خصوص در آغاز دوره متوسطه دوم کسب کنند، دید منطقی و اصولی‌تری برای اتخاذ تصمیم‌گیری صحیح به‌منظور رسیدن به شغل مناسب برای آینده خود خواهند یافت.

کتاب حاضر مخاطبان پایه نهم و دهم را با شاخه‌های نظری، فنی و حرفه‌ای و مهارتی آشنا می‌کند. امید است دانش‌آموزان به کمک این اثر و با راهنمایی اولیای خود و مشاوران آگاه بتوانند با رشته مورد علاقه خود آشنا شوند و انتخاب رشته صحیحی را مبتنی بر توانمندی، علاقه و استعداد خود و نیاز کشور عزیزمان انجام دهند.

حمیدرضا غلامرضایی

(نویسنده، پژوهشگر و مدرس دانشگاه)



یکی از مهم‌ترین آسیب‌های اجتماعی جامعه امروز بیکاری و عدم سازگاری با محیط شغلی و در نتیجه رها کردن شغل است. در مطالعات به عمل آمده زیادی دیده شده است اگر دانش‌آموزان در دوره تحصیلی خود با آگاهی نسبت به انتخاب رشته تحصیلی خود اقدام کنند، پس از آن با استفاده از مشاوره شغلی می‌توانند حرفه‌ای متناسب با استعدادها و خصوصیات شخصیتی خویش انتخاب کنند. با توجه به اینکه بنده سالیان متمادی در کسوت مقدس آموزگاری مشغول خدمت‌رسانی به دانش‌آموزان هستم، یکی از مهم‌ترین وظایف خود را ایجاد زمینه برای رشد همه‌جانبه دانش‌آموزان و تربیت انسان‌های کارآمد و سالم و مسئول برای ایفای نقش در زندگی فردی و اجتماعی می‌دانم. در این راستا بر آن شدم با همراهی دوستان گران‌قدر دست به تألیف کتابی در زمینه هدایت تحصیلی و شغلی ببرم. شایان ذکر است گاهی یک کتاب خوب می‌تواند در نقش یک مشاور همراه اثرگذار و مفید واقع شود. هدایت تحصیلی و هدایت شغلی دو مقوله مهم در انتخاب شغل هستند. هدایت تحصیلی فرایندی است که طی آن با ارائه خدمات راهنمایی و مشاوره به دانش‌آموزان کمک می‌شود تا ضمن آشنایی با استعدادها و توانایی‌ها و علایق و ویژگی‌های شخصیتی خویش، شاخه‌ها در رشته‌های تحصیلی، حرفه‌ها و مشاغل موردنیاز جامعه را بشناسند و بر مبنای آن با آگاهی، شاخه‌ها و رشته‌های تحصیلی مناسب و مورد علاقه خود را انتخاب کنند. در خدمات مشاوره‌ای به فرد کمک می‌شود تا ضمن آشنایی با موقعیت‌های گوناگون شغلی و سازگاری عاطفی و روانی با شرایط و موقعیت‌های مختلف نسبت به انتخاب شغل مناسب اقدام کند و ضمن شناخت ویژگی‌های جسمی و ذهنی و روانی، اخلاقی و اجتماعی مناسب هر شغل، موانع و مشکلات فراروی شغل منتخب خود را بشناسد و در جهت موفقیت هرچه بیشتر خویش بکوشد.

برنامه راهنمایی و مشاوره می‌تواند با در نظر گرفتن هریک از عوامل و مؤلفه‌های مؤثر در انتخاب رشته از جمله:

- ۱- نظر دانش‌آموز؛ ۲- نتایج عملکرد تحصیلی؛ ۳- نتایج آزمون‌های مشاوره‌ای؛ ۴- نظر معلمان؛ ۵- نظر والدین؛ ۶- نظر مشاور و همچنین ویژگی‌های شخصیتی و روان‌شناختی دانش‌آموز، کمک کند فرد نسبت به اخذ تصمیم و انتخاب رشته مناسب اقدام کند و بتواند در جهت رشد و تعالی مناسب خویش قدم بردارد. پیامبر عظیم‌الشأن اسلام می‌فرماید: «کسی نیست که با دیگران مشورت کند و به‌سوی رشد و کمال هدایت نشود.»

مرضیه رئیسی وانانی

(آموزگار و پژوهشگر)

# مقدمه آقای دکتر سعید سعادت

تو ز چشم خویش پنهانی، اگر پیدا شوی

در میان جان تو گنجی نهان آید پدید

عطار نیشابوری

«جهان را زیباتر و بهتر از آنی که از گذشتگان تحویل گرفتی،

به آیندگان تحویل بده.»

گابریل گارسیا مارکز

دانش آموز عزیز، کتاب «تو یک قهرمان هستی» تلاش دارد در زندگی از تو یک قهرمان بسازد. تو با مطالعه این کتاب و به کارگیری دستورالعمل‌های آن در مسیر قهرمانی گام خواهی برداشت تا بتوانی با انتخاب آگاهانه رشته تحصیلی، مسیر شغلی خود را ترسیم کنی، کنترل زندگی موفق و سرنوشت دلخواه خود را به دست بگیری و مدیرعامل زندگی خود باشی.

باید بدانی که خوشبختی به آسانی دست‌یافتنی نیست. به قول شوپنهاور، یافتن خوشبختی در درون دشوار و در بیرون ناممکن است. اگرچه رسیدن به جایگاه قهرمانی آسان نیست، ولی شدنی است. کافی است عزم خود را جزم کنی و از «منطقه امن» (Comfort Zone) خود خارج شوی. جاده قهرمان شدن صعب‌العبور، چالش‌برانگیز، سر‌بالایی و پر از فراز و نشیب است. اما در عین حال این مسیر بسیار الهام‌بخش خواهد بود و وقتی به جایگاه قهرمانی برسی، احساس خوشنودی و رضایت خواهی کرد و با خود خواهی گفت، ارزش تحمل این همه سختی را داشت.

کتاب حاضر تلاش دارد به تو کمک کند مهم‌ترین انتخاب زندگی را به درستی انجام بدهی، عالی‌ترین تغییر را صورت دهی و بهترین تصمیم را در زندگی بگیری تا بتوانی تحولی عظیم همراه با موفقیت و خشنودی در زندگی خود خلق کرده و احساس کنی که «یک قهرمان هستی».

برای رسیدن به این جایگاه، قبل از تعیین مسیر شغلی باید این توانایی را داشته باشی که دو گام بزرگ برداری:

**گام نخست:** سه مؤلفه زیر را در زندگی خود شناسایی کنی و سپس فعالیتی را پیدا کنی که فصل مشترک این سه مؤلفه باشد تا فرایند خودآگاهی و خودارزیابی را برای رسیدن به بلوغ و انتخاب رشته تحصیلی و مسیر شغلی هموار کنی:

۱. **ارزش‌ها (Values):** چیزهایی که در زندگی بیشترین اهمیت را دارند.

۲. **علاق (Interests):** چیزهایی که بیشترین شور و اشتیاق را در تو به وجود می‌آورند.

۳. **توانمندی‌ها (Strengths):** توانایی‌هایی در تو که مورد تحسین دیگران هستند.

**گام دوم:** با توجه به تغییرات شتابان حوزه شغل و کسبوکار، لازم است با مشاغل آینده آشنا شوی تا دریایی کدام شغل و جایگاه بیشتر از همه با ویژگی‌های شخصی تو مطابقت دارد.

اگر براساس این مؤلفه‌ها شغل خود را انتخاب کنی، در زندگی حتی یک روز هم مجبور به کار کردن نخواهی شد و همواره راضی و خوشنود خواهی بود. اگر در پایان سال نهم در متوسطه اول، در مورد انتخاب مسیر شغلی تصمیم درست بگیری، این تصمیم پایه و اساس انتخاب رشته تحصیلی، محیط زندگی، روابط، سبک زندگی و مسیر رشد و یادگیری تو خواهد شد و حتی میزان درآمدهای تو در آینده نیز از همین انتخاب متأثر خواهد شد.

خانواده‌ها و نظام آموزشی رسمی، چه آموزش و پرورش، چه آموزش عالی، اغلب بر آموزش‌های فنی و کاربردی و مهارت‌های محاسباتی و تخصصی، یعنی آنچه در کل «مهارت‌های سخت» نامیده می‌شود تأکید دارند. اما ضروری است که هر فردی «مهارت‌های نرم» را نیز در خود تقویت کند، از قبیل مهارت‌های فردی، مهارت‌های بین‌فردی، حل مسئله، تفکر نقادانه، قضاوت و تصمیم‌گیری، کار تیمی و هوش هیجانی. این مهارت‌ها به دانش‌آموزان توانایی می‌دهد کنترل سرنوشت خویش را به دست بگیرند و به‌عنوان فردی مسئول و پاسخگو در جامعه رشد کنند.

انتخاب‌هایی که والدین یا اولیای مدرسه و مشاوران تحصیلی برای دانش‌آموزان می‌کنند، در بیشتر موارد بدترین انتخاب‌ها هستند. زیرا وقتی والدین برای فرزندان‌شان مسیر یا رشته‌ای تحصیلی را برمی‌گزینند، این انتخاب‌ها بر اساس اهداف و چشم‌اندازهای برآورده‌نشده، آرزوهای بربادرفته یا ریسک‌هایی انجام می‌شوند که خاص خودشان است و در آنها نیازها و ویژگی‌های دانش‌آموزان در نظر گرفته نشده است. هدایت تحصیلی دانش‌آموزان نباید صرفاً بر اساس نمره علوم، ریاضی، کارآفرینی و غیره باشد. زیرا این مهارت‌ها ممکن است با ارزش‌ها، علائق، توانمندی‌ها و تیپ شخصیتی دانش‌آموز مغایر باشند یا با آنچه وی می‌داند، می‌خواهد، می‌تواند یا آرزو می‌کند همسو نباشند. در این صورت وی اعتماد به نفس و عزت نفس خود را از دست می‌دهد و به فردی غیرمسئول و غیرمتعهد تبدیل خواهد شد که رضایت درونی را تجربه نخواهد کرد.

دانش‌آموز عزیز، ما در دورانی زندگی می‌کنیم که به آن «انقلاب صنعتی چهارم» می‌گویند. از ویژگی‌های این دوران تغییر شتابانی است که در کلیه امور زندگی و در جنبه‌های گوناگون علمی، فرهنگی، اقتصادی و سیاسی حاکم است. برخی از ویژگی‌های این دوران عبارت‌اند از:

۱. رقابت بی‌رحمانه در پی جهانی شدن اقتصاد و کسب‌وکار، به منظور کسب مزیت رقابتی پایدار
۲. کم‌رنگ شدن مرزهای جغرافیایی و پدید آمدن دهکده جهانی، به‌رغم تفاوت‌های فرهنگی
۳. رشد شتابان و فزاینده فناوری‌های نوین، به‌ویژه فناوری اطلاعات و ارتباطات و پیدایش شبکه جهانی اینترنت، رسانه‌های اجتماعی (Social Medias)، واقعیت افزوده (Augmented Reality - AR)، واقعیت مجازی (Virtual Reality - VR)، هوش مصنوعی (Artificial Intelligence - AI)، اینترنت اشیا (Internet of Things - IOT)، آموزش الکترونیکی (eLearning) و یادگیری ماشینی (Machine Learning)
۴. تحول در خواست‌ها، علایق و نیازهای جوامع، به‌خصوص پس از ظهور نسل هزاره (Millennials) یا نسل Y و Z
۵. افزایش جمعیت جهان و کاهش منابع که رقابت جهانی را سهمگین و بی‌رحمانه کرده است.
۶. تغییرات شتابان مشاغل به‌گونه‌ای که در دهه آینده صدها شغل از بین خواهد رفت و صدها شغل جدید به وجود خواهند آمد.

زیستن در چنین دورانی، مستلزم تغییر و تحول مداوم است و پیش‌نیاز این تغییر، آموزش و یادگیری مستمر و مادام‌العمر (Lifelong Learning – 3L) است که شامل یادگیری در مدرسه، یادگیری از خانواده و دوستان، یادگیری از محیط، یادگیری از تجربیات خود و دیگران، یادگیری از رسانه، یادگیری در فضای مجازی و به‌طور کلی یادگیری در هر کجا، در هر زمان و به هر روش ممکن است.

از سوی دیگر، والدین، اولیای مدرسه و مشاوران تحصیلی همواره در کنار دانش‌آموزان نخواهند بود و زندگی با سرعتی شتابان در حال گذر است. نسل‌ها تغییر می‌کنند و متناسب با آن خواسته‌ها، نیازها و سبک زندگی هر نسل با نسل پیش از خود متفاوت خواهند بود. در نتیجه به‌جای اینکه اولیا و مربیان برای نسل آینده تصمیم‌گیری و انتخاب کنند، بهتر است فرصت اندیشیدن، خردورزی، کشف ارزش‌ها، شناخت علایق و شناسایی توانمندی‌ها را به آنها هدیه کنند تا بتوانند بهترین انتخاب، عالی‌ترین تغییر و بهترین تدبیر را انجام دهند، موفقیت و خشنودی را در زندگی تجربه کنند و میراثی از خود بر جای بگذارند که مورد استفاده و تحسین همگان قرار گیرد. همان‌طور که شاعر نامدار و عارف هفت شهر عشق می‌فرماید، این افراد می‌توانند گوهر وجودی خود را کشف کنند و بهترین نسخه خودشان را ارائه دهند، یا به قول گابریل گارسیا مارکز، نویسنده کلمبیایی، جهانی را که از گذشتگان تحویل گرفته‌اند، زیباتر و بهتر به آیندگان تحویل دهند.

در پایان کلام توجه مشاوران محترم، پژوهشگران، والدین گرامی و تو دانش‌آموز عزیز را به سایر منابعی جلب می‌کنم که می‌توانی برای تعیین مسیر شغلی خود از آنها کمک بگیری:

- کتاب «هنر اوج‌گیری ۱» تألیف دکتر سعید سعادت، انتشارات دیباگران تهران
- کتاب «هنر اوج‌گیری ۲: هرم سعادت» تألیف دکتر سعید سعادت، انتشارات دیباگران تهران
- تست شناخت شخصیت ام.بی.تی.آی MBTI
- تست شناخت سبک رفتاری DISC
- تست رغبت‌سنجی شغلی هالند
- تست رغبت‌سنجی شغلی ادگار شاین

سعید سعادت

کارآفرین برتر کشور در حوزه آموزش و مدیرعامل مجتمع فنی تهران

فروردین ۹۹

## مقدمه یک اسناد

یکی از مهم‌ترین امتیازات بشر نسبت به سایر موجودات برخورداری از هوش و استعداد پیشرفت است. بر اساس آخرین تعاریف، هوش یعنی «درک قانون‌های نانوشته در موضوعات مهم و کلیدی زندگی که به صورت رسمی و آکادمیک آموزش داده نمی‌شوند.» از این رو افراد موفق کسانی هستند که این اولویت‌بندی را به سرعت درک می‌کنند و در زمان‌های حساس اقدام به عمل می‌کنند و در آن کار نتیجه می‌گیرند. حال آنکه افرادی که باهوش نیستند علت موفقیت این افراد را تشخیص نمی‌دهند. کتاب حاضر از آنجایی که به یکی از اولویت‌های اصلی و مهم زندگی یعنی شغل و شغل‌یابی و انتخاب و هدایت و بلوغ مسیر شغلی می‌پردازد از نظر افراد باهوش و موفق بسیار دارای اهمیت است. این در حالی است که تجارب انتخاب رشته و هدایت تحصیلی در کشور ما نشان می‌دهد دانش‌آموزان و خانواده‌ها به این مهم کمتر اهمیت می‌دهند و با کمترین دانش در مورد رشته‌های تحصیلی و آینده‌مشاغل، مسئولیت حساس‌ترین موضوع زندگی خود را به دیگران می‌سپارند.

این در حالی است که همه ما به روشنی آگاه هستیم که انتخاب‌های شغلی ما در مدرسه تعیین‌کننده قسمت عمده‌ای از هویت شغلی، خانوادگی و فرهنگی ماست، کما اینکه غفلت و کم‌توجهی و عدم تمرکز کافی بر این موضوع خسارت‌های جبران‌ناپذیری برای ما در کل زندگی خواهد داشت. از این رو بنده به‌عنوان کسی که ۱۸ سال تجربه اشتغال، مشاوره هدایت تحصیلی و انتخاب رشته در آموزش و پرورش را دارم به دلایل زیر خواندن کتاب حاضر را به تمامی دانش‌آموزان و خانواده‌های آن‌ها، معلمان، مشاوران و مدیران محترم آموزش و پرورش و حتی دانشگاه‌ها پیشنهاد می‌کنم: ۱- این کتاب را افراد صاحب‌نظر و آگاهی‌نویسندگان که خودشان در حوزه محتوای این کتاب فعالیت تمام‌وقت دارند؛ لذا اشراف کامل بر جزئیات و کلیات موضوعات دارند و کاربردی بودن موضوعات و محتوا را در نگارش کتاب لحاظ کرده‌اند؛ ۲- موضوعات مطرح شده در این کتاب از مدل عمومی آموزش، که تقریباً مدل استاندارد اکثر متخصصان روان‌شناسی تربیتی و آموزش دنیا است، تبعیت می‌کند؛ به این معنی که در این کتاب ابتدا موضوعات پیش از آموزش مطرح شده و به چرایی و ریشه موضوعات مهمی مثل چرا تحصیل و چرا اشتغال و... پرداخته شده است و سپس محتوا بیان شده و در گام سوم وارد مرحله ارزیابی یا مرحله پساآموزش شده‌اند که تأکید این کتاب بر خودارزیابی و خوداظهاری دانش‌آموز بسیار مهم است؛

۳- نگاه فراشناختی و مشاوره‌ای این کتاب به موضوعات، که نگاهی است همه‌جانبه و مبتنی بر لحاظ کردن جنبه‌های مشاوره‌ای، نظری و کاربردی مثل تأکید بر مشاوره و صحبت با افراد موفق، بسیار قابل‌تحسین است و نشان از اشراف نویسندگان به کل موضوع دارد؛ ۴- نکته بعد معرفی آزمون‌های مهم شخصیتی در این کتاب است که می‌تواند به شناخت دانش‌آموز از شخصیت خودش و تطبیق آن با رشته و تخصصی انتخابی کمک کند و او را در مسیر یافتن علاقه و استعداد ذاتی خود و تقویت نقاط قوت و رفع نقاط ضعفش یاری کند؛ ۵- معرفی رشته‌های مهم هنرستان‌ها که در نوع خود کم‌نظیر است و می‌تواند راهنمای مناسبی برای دانش‌آموزان باشد و به آن‌ها کمک کند تا با علم و آگاهی به رشته‌های موجود، در مورد رشته‌ها دانش بیشتری کسب کنند و انتخاب‌های شغلی خود را با آگاهی کامل انجام دهند و مسئولیت انتخاب‌هایشان را خودشان بپذیرند.

در نهایت بنده از جناب آقای مهندس مهدی اسماعیلی، مدیر محترم هنرستان صنعتی تهران، به‌عنوان اولین و قدیمی‌ترین و البته زیباترین هنرستان ایران و همکاران ایشان که دغدغه موضوعات آموزشی و فنی و آینده تحصیلی فرزندان این مرزوبوم به‌عنوان غنی‌ترین سرمایه‌های کشور عزیزمان ایران را دارند تقدیر می‌کنم. قطعاً حضور ایشان به غنا و اعتبار کتاب حاضر افزوده است و بنده، به‌عنوان مدیر گروه علوم تربیتی و مشاوره دانشگاه علوم و تحقیقات تهران، به همه دانش‌آموزان و خانواده‌های محترمشان خواندن این کتاب را قبل از رسیدن به پایه نهم و در پایه نهم توصیه می‌کنم. خواندن کتاب قبل از رسیدن دانش‌آموزان به پایه نهم مهم‌تر است، زیرا این فرصت را به آن‌ها و والدینشان می‌دهد که مطالب کتاب را به‌صورت تدریجی و در گذر زمان یاد بگیرند و فرصت فکر کردن در مورد مشاغل و موضوعات مختلف کتاب را داشته باشند تا در پایه نهم و سایر زمان‌های مهم بتوانند تصمیم‌های دقیق و مبتنی بر آگاهی بگیرند. با آرزوی داشتن تفکر هوشمندانه در مورد آینده و رسیدن به جایگاهی که بالاترین حد شایستگی‌های ماست.

#### **دکتر ابوطالب سعادت‌ی شامیر**

استادیار گروه روان‌شناسی تربیتی و شخصیت دانشگاه علوم و تحقیقات تهران، فوق‌دکتری روان‌شناسی و مدیر و مؤسس آکادمی هوش ایران (ماهر)

## میثاق‌نامه

من به وجود ارزشمند خویش که بی‌نظیر و سرشار از توانایی هست آگاه هستم، و اینکه برای انجام رسالتی والا و با هدفی بزرگ آفریده شده‌ام و برای نیل به این جایگاه ارزشمند نیازمند رشد و خودآگاهی هستم تا در عالی‌ترین سطح ممکن از رشد و کمال، آسایش و رفاه، و خوشبختی، خالق جهان خویش باشم!

جهانی که ساخته ذهن، اندیشه و دستان من است، نه والدین و گذشتگان من. می‌خواهم جهان را بهتر از آنکه از گذشتگان به من رسیده است به دست آیندگان بسپارم.

فرزندان و عزیزان من شاهد تأثیر من بر جهان خواهند بود.

برای نیل به این هدف بزرگ باید بهترین خویش را بیافرینم.

در مسیر رشد تحصیلی، شغلی و سبک زندگی حداکثر تلاش را خواهم کرد تا آن‌گونه زندگی کنم که دوست دارم و موجب رضایت آفریدگار هستی، افتخار جهان و سربلندی خویش باشم.

پس به خود و حامیان خویش (پدر، مادر، مشاور و افراد مورد مشورت) در فرایند بلوغ مسیر تحصیلی و شغلی قول می‌دهم تا در تمامیت و یکپارچگی و با دقت تمام و صداقت کامل به مطالعه و انجام فعالیت‌های توصیه شده در این کتاب راهنما و پاسخ به پرسش‌نامه‌ها مشارکت کنم و در پایان، انتخاب خویش را اعلام و مسئولیت آن را می‌پذیرم و برای موفقیت در انجام آن حداکثر تلاش خویش را خواهم کرد.

نام و نام خانوادگی (دانش‌آموز)

.....

امضا



## سخن باوالدین محترم

با اطمینان خاطر می‌توان گفت که مهم‌ترین و اساسی‌ترین انتخاب در زندگی انسان که می‌تواند زیربنای اولیه و بستر انتخاب سبک زندگی فرد را تدارک ببیند، همانا انتخاب شاخه و رشته تحصیلی است!

زیرا به تبع آن تحصیلات تکمیلی، اشتغال، محل کار و زندگی و حتی ازدواج فرد متأثر خواهد شد!

و نکته مهم‌تر اینکه این انتخاب مقارن و هم‌زمان است با سن بلوغ و شکل‌گیری ساختار عزت‌نفس و خودپنداره نوجوان از خویشتن!

پس هرگاه این مسیر درست پیموده شود، موجب تقویت عزت‌نفس و در غیر این صورت، موجب تخریب عزت‌نفس و شکل‌گیری خودپنداره غلط توسط نوجوان می‌شود و تمام انتخاب‌های دیگر زندگی او را تحت‌تأثیر قرار خواهد داد.

لذا به والدین محترم توصیه می‌شود با مطالعه و همراهی این کتاب ارزشمند، که نقشه راه موفقیت و کشف استعدادها و نوجوان در بستر انتخاب مسیر تحصیلی و شغلی او خواهد بود، وی را در حیاتی‌ترین لحظات انتخاب تنها نگذارند و با کمک این کتاب احتمال مداخله غلط و انتخاب اشتباه ناشی از تجربیات شخصی، ترس‌ها و آرزوهای برباد رفته خویش را کاهش دهند و مشاوره امین برای فرزند خویش باشند.

و این نکته مهم را به خاطر داشته باشیم که **انتخاب تنها و تنها حق داوطلب است** و ما همگی نقش راهنما و حامی را داریم تا رساندن وی به بلوغ لازم برای تصمیم‌گیری شایسته و درست!

← و در نهایت انتخاب شاخه و رشته تحصیلی، اعلام و پذیرش مسئولیت ادامه آن با حداکثر تلاش با خود نوجوان است.

در این کتاب مسیری پیش‌بینی و طراحی شده است تا فرایند خودآگاهی، کشف استعداد، علایق و رغبت تحصیلی و شغلی نوجوان با انجام تکالیف فردی و با کمک والدین از طریق چند پرسش‌نامه، پیموده شده و نتایج به دست آمده در جداول مربوطه ثبت و جمع‌بندی شود و در نهایت موفق به تنظیم و اعلام «تصمیم موقت» او می‌شود.

در این مرحله داوطلب با در دست داشتن برگه تصمیم موقت خویش، به مشاور مراجعه می‌کند و در حضور و با کمک وی با استفاده از ابزارهای سنجش و اندازه‌گیری و تحلیل درست داده‌ها، نسبت به جمع‌بندی و انتخاب نهایی رشته اقدام خواهد شد.

پیمودن صحیح این مسیر، منجر به آن خواهد شد که ما فرزند خویش را تا رسیدن به سکوی قهرمانی در رشته مناسبش همراهی کنیم و شاهد آن لحظه پرافتخار باشیم.

گفتنی است در صورت عدم دسترسی به مشاور مجرب می‌توان با «تصمیم موقت» داوطلب اقدام به انتخاب رشته کرد، اما هرگز نمی‌توان منکر نقش اساسی و ارزشمند مشاوران در تجزیه و تحلیل و بررسی صحت نتایج به دست آمده توسط داوطلب و والدین شد!

از این رو توصیه مؤکد می‌شود تا نتیجه تصمیم موقت به رؤیت، تجزیه و تحلیل و تأیید مشاور مجرب رسانده شود.

## سخن‌بامشاوران ارجمند

همکار گرامی، در این مجموعه آموزشی و کاربردی تلاش شده است تا فرایند خودآگاهی داوطلب از ویژگی‌های فردی، مهارت‌های قوی‌تر یا قابل‌ارتقای وی و برای رسیدن به خودکارآمدی و بلوغ مسیر تحصیلی و شغلی کمک شود. در ضمن سعی شده است به تشریح و بیان نقش والدین، معلمان و مدیران و اعضای خانواده داوطلب به‌عنوان همراهان و یاوران وی برای رسیدن به این بلوغ و کمال لازم پرداخته شود، مبدا نقشی فراتر و بیش از این را برای خویش متصور شده و به‌جای داوطلب و برای وی انتخاب شاخه و رشته تحصیلی کنند، زیرا در صورتی که این انتخاب بهترین هم باشد موجب تضعیف و تخریب خودپنداره و اعتمادبه‌نفس وی می‌شود و وابستگی شدید او به دیگران و عدم پذیرش مسئولیت انتخاب خویش در آینده را در پی خواهد داشت و در آخر نقش کلیدی و راهبردی شما مشاوران عزیز در جمع‌بندی، اعتباربخشی و نتیجه‌گیری این تلاش‌ها خواهد بود. در نهایت داوطلب حاصل خودآگاهی و مشارکت والدین و اطرافیان خویش را که با مطالعه و انجام تکالیف این کتاب تهیه شده است، در برگه‌ای با عنوان «تصمیم موقت» می‌نویسد و بررسی و نتیجه‌گیری و اخذ تصمیم نهایی در حضور و توسط شما مشاور محترم، و به کمک سنجه‌ها و آزمون‌های اندازه‌گیری استعداد، رغبت، هوش و تناسب رشته تحصیلی با شخصیت داوطلب انجام خواهد شد تا فرایند بهترین و مناسب‌ترین مسیر رشد تحصیلی برای آفرینش بهترین من داوطلب فراهم آید.

در پایان یادآور می‌شود که نقش مشاوران محترم در بررسی و جمع‌بندی، راستی‌آزمایی و اعتباربخشی به مسیر پیموده شده توسط داوطلب و والدین بسیار مهم و مؤثر بوده و کاملاً ضروری است تا تصمیم نهایی در حضور و با ارزیابی و تأیید مشاور محترم گرفته شود.

این انتخاب مهم‌ترین انتخاب زندگی نوجوان خواهد بود، که سبک زندگی و بالطبع درستی یا نادرستی انتخاب، میزان موفقیت، خوشبختی و خوشحالی او در کل مسیر زندگی را در پی خواهد داشت.

از اینکه در مسیر انتخاب بزرگ‌ترین تصمیم زندگی کنار فرزندانمان هستید و به رشد، بلوغ، خودکارآمدی تصمیم‌گیری ایشان کمک می‌کنید سپاس‌مند و قدردان هستیم.

## مخاطب این متن:

- دانش‌آموز
- والدین
- والدین و دانش‌آموز ✓
- مشاور
- باید بدانیم
- بیشتر بدانیم ✓

## ◀ من: یک پدر، یک مشاور و یک مدیر هستم

(از لابه‌لای صحبت‌های یک مشاور)

## ◆ مقدمه گفت‌وگو



وقتی پدر شدم تمام دغدغه زندگی‌ام شد فراهم کردن بستر لازم برای تدارک بهترین سبک زندگی، اخذ تصمیمات بهتر و انتخاب‌های مناسب برای فرزندانم. اما به‌زودی فهمیدم که من چراغ جادوی برآورنده آرزوهای ایشان و آن‌ها مأمور اجرایی کردن آرزوهای معطل و بریادرفته من نیستند!

پس باید فرصت پیدا کنند تا زندگی خود را برنامه ریزی ایجاد و اجرایی کنند و من فقط می‌توانم در رسیدن بلوغ و مهارت لازم برای این مسیر رشد، حامی شایسته‌ای باشم.

حالا پس از سال‌های متمادی کار تعلیم و تربیت نوجوانان، مسئولیت مدیریت یک هنرستان ماندگار را دارم و در همایش‌های هدایت تحصیلی و شغلی برای نوجوانان از شاخه‌های تحصیلی دوره دوم متوسطه و تناسب هرکدام با تیپ شخصیتی نوجوانان برایشان صحبت می‌کنم.

زمانی روان‌شناسی و مشاوره را برای تحصیلات تکمیلی برگزیدم تا دستگیر و راهنمای فرزندانم و نوجوانانی باشم که با بزرگ‌ترین انتخاب زندگی خویش روبه‌رو می‌شدند و مهارت لازم و بلوغ و خودکارآمدی کافی را نداشتند، امروز به‌عنوان یک پدر، مدیر و مشاور و روان‌شناس تجربه ۳۲ سال ارتباط خود را با گروه سنی نوجوان و موضوع بلوغ مسیر شغلی و خودکارآمدی تصمیم‌گیری مسیر تحصیلی و شغلی، که موضوع پایان‌نامه تحصیلی‌ام بوده، در این گفت‌وگو با شما به اشتراک می‌گذارم.

## ۱- مهم‌ترین انتخاب زندگی

به نظر من این انتخاب یعنی انتخاب مسیر تحصیلی و شغلی در متوسطه دوم و انتخاب شاخه تحصیلی مهم‌ترین انتخاب در زندگی هر انسانی هست. ما انتخاب‌های مهمی در زندگی می‌کنیم مثل انتخاب رشته تحصیلی که اولین انتخاب هست، انتخاب شغل، انتخاب همسر، انتخاب محل زندگی، انتخاب سبک زندگی و انتخاب شیوه تعامل با مردم. من می‌خواهم عرض کنم که در تمام انتخاب‌های زندگی مهم‌ترین، اثرگذارترین و تقریباً مانا‌ترین انتخاب، انتخاب مسیر تحصیلی و شغلی است، چراکه تمام انتخاب‌های دیگر پس از انتخاب شاخه و رشته تحصیلی یا متأثر مثبت از انتخاب درست مسیر تحصیلی و شغلی هست یا متأثر منفی از این انتخاب.

همان‌طور که اشاره کردم انتخاب مسیر تحصیلی و شغلی می‌شود سنگ بنای سایر انتخاب‌های ما؛ یعنی انتخاب شغلی ما، روی سنگ بنا یا پایه‌های انتخاب مسیر تحصیلی مان قرار می‌گیرد و به احتمال زیاد انتخاب همسرمان روی سنگ مسیر تحصیلی و شغلی مان. محیط زندگی و محیط کارمان روی آن‌ها و به تبع آن سبک زندگی مان ناشی از این انتخاب و متأثر از این انتخاب خواهد بود. در اکثر موارد ما می‌توانیم در مورد انتخاب همسر تجدیدنظر کنیم و انتخاب تازه‌ای داشته باشیم؛ یعنی انتخاب قبلی را کنار بگذاریم و انتخاب جدید بکنیم. در دسر دارد، هزینه دارد ولی امکانش وجود دارد. در خیلی از موارد ما می‌توانیم شغلمان را به خاطر در دسرهایی که دارد تغییر دهیم و عوض کنیم اما معمولاً انتخاب مهم و بزرگ مسیر تحصیلی به جهت هم‌زمانی آن با بلوغ و رسیدن ما به سن تکالیف قانونی و اجتماعی مثل سربازی، ازدواج، و... معمولاً مسیری است که کمتر قابل بازگشت است و تأثیرات این انتخاب در تمام عمر مانا و پایدار خواهد بود.

برای همین می‌خواهم یادآوری کنم که برخلاف تمرکز و توجهی که خانواده‌ها و آموزش و پرورش روی سنجش و تقویت هوش و افزایش مهارت‌های ذهنی و محاسباتی بچه‌ها می‌کنند، توصیه می‌شود که وقت و توجه بیشتری بر ایجاد بلوغ خودکارآمدی مسیر تحصیلی دانش‌آموز و کشف مهارت‌های فردی و تربیت نخبگان مهارتی گذاشته شود و با کامل کردن تکه تکه و قطعه قطعه‌های پازل شخصیت کودکان و نوجوان، در فرصت‌های خودآگاهی و رشد از طریق حضور در کارگاه‌های فنی و مهارتی، موزه‌های فناوری، تالارهای بورس و بیمه و بازارهای مالی و پردیس‌های هنری و فرهنگی و محیط‌های کارآفرینی صنعتی، کشاورزی و خدماتی مقدمات رسیدن به بلوغ لازم برای تصمیم‌گیری مسیر تحصیلی و شغلی را بررسی و فراهم کنیم. بنابراین مجدداً تأکید می‌کنم مهم‌ترین انتخاب و اثرگذارترین انتخاب «انتخاب رشته و شاخه تحصیلی» است، لذا توجه حداکثری حاکمیت، دولت، خانواده و مشاوران در این زمینه را می‌طلبید. روش صحیح هدایت تحصیلی نوجوان اکنون و در عصر حاضر، با توجه به علوم شناختی و رفتاری و انسانی که ما در اختیار داریم، کمک به کمال و بلوغ شخصیتی کودک و نوجوان از سه‌سالگی به بعد توسط والدین و مدارس و البته انجام تست‌های جامع شخصیت و تشخیص تیپ شخصیتی و گشتالت شخصیتی کودک و نوجوان است و هدایت به سمت مسیری که نوجوان در مسیر به‌کارگیری پتانسیل‌ها و استعدادهای خودش قرار بگیرد و انتخاب رشته متناسب با تیپ شخصیتی که

مجموعه‌ای از هوش‌های مهارتی، یادگیری، هیجانی و عاطفی و احساسی کودک و نوجوان خواهد بود. این مسیر در واقع کمک می‌کند تا کودک و نوجوان انتخابی را انجام دهد که هم بر اساس استعداد و متناسب با تیپ شخصیتی‌اش باشد و هم به بخش‌هایی از وجودش که نیاز به رشد و تقویت دارد آگاه شود. در مباحث بعدی به اینکه چگونه این تست‌ها انجام می‌شود اشاره خواهیم کرد.

## ۲- تأثیر انتخاب رشته تحصیلی بر سبک زندگی

سبک زندگی به علایق، نظرات، رفتار و جهت‌گیری‌های رفتاری فرد و موضوعات اخلاقی، اجتماعی و اقتصادی زندگی اشاره می‌کند. شکل‌گیری هر کدام از این موارد از دوره‌های نخستین رشد زیستی و شناختی آغاز شده و در مرحله نوجوانی و مقارن با تحصیل در دوره دوم متوسطه به شکل‌گیری خودپنداره فردی و بلوغ زیستی و اجتماعی منجر می‌شود. این هم‌زمانی در شکل‌گیری خودپنداره با محیط تحصیلی موجب تأثیر فراوان محیط بر این فرایند خواهد شد. هرگاه مسیر مناسبی برای تحصیل انتخاب و طی شود، این هم‌زمانی موجب تقویت عزت‌نفس و کمال خودپنداره فردی می‌شود و اگر نامناسب انتخاب شود، به جهت تجربیات تلخ ناشی از عدم موفقیت در ارزیابی عملکرد و امتحانات موجب تضعیف و تخریب خودپنداره و عزت‌نفس نوجوان خواهد شد. انتخاب شغل و مسیر اقتصادی زندگی یکی دیگر از قطعات پازل سبک زندگی است که متأثر از تحصیلات متوسطه برگزیده می‌شود.

**انتخاب همسر و ازدواج** در گذشته در بستر روابط فامیلی، خانوادگی و محلی انجام می‌شد. اما امروزه سهم بسیار بزرگی از انتخاب‌های جوانان برای ازدواج متأثر از بسترهای تحصیلی مثل دانشگاه یا محل کار و فعالیت اجتماعی بوده و تا حد زیادی به انتخاب رشته تحصیلی فرد بستگی دارد.

انتخاب محل زندگی در جوامع سنتی به محله و شهر محل تولد افراد و زندگی خانواده وی محدود می‌شد، اما امروزه محل سکونت و زندگی انسان متناسب با شغل و محل کار وی و کاملاً متأثر از آن برگزیده خواهد شد.

انتخاب نوع پوشش و مُد لباس، موسیقی دلخواه، هنر مورد علاقه و سایر دل‌مشغولی‌های فردی و خانوادگی نیز متأثر از انتخاب رشته تحصیلی خواهد بود. در خاطر خود به نوع پوشش، سبک معاشرت و حتی زبان بدن (body language) و چیدمان منزل یک ورزشکار حرفه‌ای، سخنران انگیزشی، مهندس برق، طلبه دروس دینی و مدیر مالی یک شرکت بیندیشید! تمام تفاوت و گوناگونی که مشاهده می‌کنید متأثر از انتخاب رشته و شاخه تحصیلی آن افراد است.

به نظر من سبک زندگی افراد متأثر از انتخاب مسیر تحصیلی و شغلی در ابتدای جوانی، پایان نوجوانی و انتخاب رشته در پایه دهم و متأثر از آن خواهد بود.

شاید بشود گفت آینده یک انسان پس از ورود به آغاز جوانی تماماً متأثر از مهم‌ترین انتخاب و اولین انتخابی است که خودش باید انجام دهد، که اگر نتیجه خوب شد با خودپنداره: «من می‌توانم» وارد

تجربیات بعدی می‌شود و در صورت نتیجه نامطلوب و رسیدن به درک انتخاب غلط، ضمن پذیرش مسئولیت کامل عواقب، تمام تلاش خویش را برای جبران خواهد کرد تا با تغییر تصمیم و رشته تحصیلی به مسیر درست بازگردد و موفقیت لازم را کسب کند.

اما اگر معلم، مشاور یا پدر و مادر برای جوان انتخاب رشته کند، این خودپنداره در او شکل می‌گیرد که من که بلد نبودم و نمی‌دانستم. آگاه مطلق، عقل کل راهنمای همیشگی معلم، پدر یا مادر و مشاور است. آن‌ها می‌دانند و در طول زندگی همواره مسئولیت انتخاب را به عهده آن‌ها می‌گذارد و خواهد گفت: «من که نمی‌دانم پس شما انتخاب کنید و به من اعلام و ابلاغ کنید تا من تبعیت کنم.»

این طرحواره «تو می‌دانی و من نمی‌دانم»، «تو می‌توانی و من نمی‌توانم»، «تویی برتر و من که‌تر» دائماً در زندگی نوجوانی به‌عنوان خودپنداره می‌ماند و باعث می‌شود تمام زندگی را این‌گونه زندگی کند، مشروط به آنکه نتیجه انتخاب مطلوب باشد!

حالا اگر انتخاب درست نباشد و نتیجه نداده باشد دانش‌آموز می‌گوید: «اینکه انتخاب من نبود و شما به من تحمیل کردید. پس چیزی که خودتان خراب کردید خودتان هم آن را درست کنید» و نتیجه می‌شود خانواده‌هایی که در طول زندگی باید همواره مسئولیت انتخاب‌ها، اشتباه‌ها و جبران‌های فرزندان‌شان را به دوش بکشند.

برای همین تأکید می‌کنم که وظیفه من معلم، وظیفه من مشاور، وظیفه من مدیر مدرسه، وظیفه جامعه، وظیفه حاکمیت و وظیفه خانواده در این است که به نوجوان کمک کنند در رسیدن به بلوغ و خودکارآمدی در تصمیم‌گیری مسیر تحصیل و شغلی که مهم‌ترین انتخاب زندگی نوجوان است و تمام انتخاب‌های مهم دیگر زندگی او متأثر از این انتخاب و متأثر از خودپنداره و طرح‌واره‌ای است که از خودش درک می‌کند و پس از آن همواره این تجربه را زندگی می‌کند!

### ۳- بلوغ و خودکارآمدی مسیر تحصیلی در نوجوان چگونه و کجا؟

موضوعی که برای عنوان کتاب انتخاب شده و شاید دغدغه همه خانواده‌ها و بچه‌ها باشد در مقطع متوسطه اول به دوم و با عنوان هدایت تحصیلی و شغلی و خودکارآمدی تصمیم‌گیری مسیر شغلی و تحصیلی توسط داوطلب یا نوجوان انجام خواهد شد، چون هدایت توسط دیگران انجام می‌شود و من تصورم این است که ما حق دخالت در انتخاب نوجوان را نداریم و ما تنها وظیفه داریم کمک کنیم تا او به بلوغ لازم برسد و انتخاب درست را انجام بدهد. انتخاب کند حتی اگر نادرست باشد! بخشی از آموزش مهارت‌های این سن‌وسال پذیرش مسئولیت‌های انتخاب‌های درست و غلط است و توصیه نخستم این است که روی موضوع خودکارآمدی تصمیم‌گیری مسیر تحصیلی و شغلی کار بشود و بستر این خودکارآمدی باید از کودکی و از دوره ابتدایی شروع شده باشد، با بازدیدها، بازی‌ها، با ملاقات‌ها و با مشاهده‌گری‌ها در مکان‌های مختلف زیستی، اجتماعی و فرهنگی و آموزشی (بازار و سایر اماکن اقتصادی، کارگاه‌های صنعتی و خدماتی، مؤسسات فرهنگی، هنری، موزه‌ها و پارک‌های فناوری فضاهای

ورزشی و نظامی) اینها فرصت‌های مناسبی هستند برای رساندن نوجوان به این بلوغ و قرارگیری در آستانه انجام بزرگ‌ترین انتخاب زندگی هر فرد در تمام زندگی.

#### ۴- اهمیت و نقش والدین در موضوع هدایت تحصیلی

نکته بسیار مهم درباره هدایت تحصیلی و انتخاب رشته نوجوان که والدین باید به آن توجه کنند، موضوع تفاوت‌های فردی، یگانگی و واحد بودن تیپ شخصیتی نوجوان است. این مهم از این وجه قابل توجه است که معمولاً والدین فرزندان را با سایر فرزندان یا با فرزندان اقوام مقایسه می‌کنند. گاهی بارهای سنگین احساسی و عاطفی روی دوش آنان می‌گذارند، از جنس طلبکاری که کاش تو هم دکتر می‌شدی، مهندس می‌شدی، نقاش می‌شدی، فوتبالیست می‌شدی، ورزشکاری می‌شدی یا یک صنعت‌گر مثل خواهرت، مثل برادرت، مثل پسرخاله یا دخترخاله‌ات. از چند وجه این مطالب قابل توجه و بسیار مهم است. یکی اینکه مقایسه کردن در سن نوجوانی، که هم‌زمان است با بلوغ و شکل‌گیری خودپنداره نوجوان، باعث تلقین و پذیرش این می‌شود که: من به اندازه کافی خوب نیستم، من به اندازه دیگران دانا و توانا نیستم، و تخریب توانایی‌های بالقوه و استعدادها نوجوان را در پی خواهد داشت!

نکته دیگر اینکه در هر صورت مقایسه کردن کار اشتباه، غلط و آسیب‌رسانی است. قیاس کردن کار بسیار زشتی است که باعث رنجیده شدن افراد می‌شود. وقتی آدم‌ها را با دیگران مقایسه می‌کنیم، نخست اینکه آن‌ها را نسبت به فردی که با او مقایسه می‌کنیم بدبین، متنفر و یتیم می‌کنیم؛ یعنی اگر خواهر، برادر، پسردایی، پسرعمه و... است، از دوست داشتن آن‌ها محروم می‌کنیم، و دیگر اینکه حس بد بودن و حس ناشایست بودن را به فرزندمان می‌دهیم.

خداوند در آیه ۱۴ سوره نوح می‌فرماید: «و قد خلقکم اطواراً» یعنی به‌راستی که شما را به حالاتی گوناگون آفریدم که از اول خلقت تاکنون دو نفر را شبیه همدیگر نیافریده است. دو اثرانگشت مثل هم نیست، دو شکل قرنیه چشم‌هایمان شبیه همدیگر نیست. برای هر کدام از ما یک رسالت منظور شده که برای آن ویژه و خاص آفریده شده‌ایم. شاید اگر برادرمان یک پزشک خوب شده است، من می‌توانم یک فوتبالیست خوب بشوم یا یک هنرمند یا یک مهندس خوب، یا شاید هم یک پزشک خوب بشوم، اما هیچ باید و درخواست و اصراری مبنی بر اینکه چون او چنان شده تو نیز باید چنین شوی وجود ندارد. برای همین می‌خواهم توجه والدین را به این نکته جلب کنم که سعی کنید ویژگی شخصیتی، نبوغ خاص و واحد و معجزه فردی فرزندان را کشف کنید و دنبال این نباشید که او را مثل دیگران، شبیه دیگران یا جای دیگران جا بزنید، چون فرزند تو شبیه هرکسی بشود، فقط شبیه آن است، جعل آن و تقلب آن است و هیچ‌وقت مثل آن نمی‌شود. ولی در عوض همواره از اینکه خودش بشود محروم می‌ماند، برای همین به‌جای اینکه عمری را، انرژی را، هزینه‌ها و سرمایه‌های زندگی خودتان را صرف این کنید که فرزندان را مثل آدم‌های موفق و شبیه آن آدم‌های موفق از آب دریاورید، تلاش کنید و به آن‌ها کمک کنید که آن‌ها بهترین خودشان را کشف کنند و قهرمان زندگی خودشان بشوند، «سکوی خودشان را پیدا کنند و بر



اوج رتبه اول سکوی قهرمانی خودشان بایستند.» شاید سکوی قهرمانی من در رشته‌های محاسباتی و منطقی باشد، شاید در علوم تجربی و شناختی باشد، شاید در علوم انسانی و ارتباطی باشد، شاید در کارهای مهارتی باشد و من یک نابغه دست‌افزار باشم. شاید در فعالیت‌های بدنی، عصبی عضلانی و هیجانات زیستی باشد و من یک ورزشکار خوب باشم. من باید خودم را پیدا کنم تا قهرمان زندگی خودم را بیافرینم و روی سکوی موفقیت، خود را ملاقات بکنم. همچنین وقتی که به یک مشاور یا روان‌شناس مراجعه می‌شود باید آگاه باشید که کدام هوش، استعداد یا مهارت را می‌خواهید اندازه‌گیری کنید؟! امروزه انواع هوش را، انواع استعداد را و انواع شخصیت را در انسان‌ها اندازه‌گیری می‌کنند و کسی که هوش یادگیری بالایی دارد ممکن است این هوش یادگیری در عرصه فعالیت‌های اجتماعی کارکرد داشته باشد، ممکن است در فضای درون‌گرایی و خلوت و پژوهش، ممکن است در روابط بین‌فردی یا در عرصه زیست‌محیطی یا حمایت از حیوانات و مراعات و حفظ محیط زیست کارکرد داشته باشد. برای همین توصیه مؤکد بر این دارم که به‌جای سنجش هوش موردی، هوش‌های چندگانه را بررسی کنید. مثلاً تست‌های هوش چندگانه گاردنر شما را هدایت می‌کند به سمت اینکه انواع هوش را در فرزندتان با کارکردهای اجتماعی و یادگیری و زیستی‌اش تحلیل کنید، به‌دنبال این باشید که شخصیت او را و تیپ شخصیتی‌اش را و رفتارهای تکرارشونده‌اش را، رفتارهایی که به‌صورت واحد در شرایط متفاوت از خودش بروز می‌دهد بشناسید و او را در موقعیت خودش کمک کنید تا رشد بکند و بهترین خودش را کشف، بازآفرینی و در عین کمال و موفقیت به جهان تقدیم بکند.

## ۵- رسالت و وظیفه والدین و مربیان در هدایت تحصیلی نوجوانان

وظیفه والدین و اولیای دانش‌آموزان و مربیان مدرسه، مشاور، مدیر و آموزش‌وپرورش برای انتخاب شاخه و رشته تحصیلی و هدایت تحصیلی نوجوان چیست؟

مطلقاً می‌شود گفت انتخاب رشته، وظیفه هیچ‌کدام از این عزیزان نیست و در برخی از موارد می‌شود گفت انتخاب رشته این عزیزان می‌تواند بدترین انتخاب باشد که در مباحث بعدی توضیح داده خواهد شد. اما وظیفه این عزیزان چیست؟

وظیفه والدین و مربیان کمک به بلوغ و خودکارآمدی کودک و نوجوان است تا رسیدن به جایگاهی که بتواند این انتخاب را به شایستگی انجام دهد. این بلوغ با آگاهی اتفاق می‌افتد. این آگاهی، از خودآگاهی دانش‌آموز و داوطلب به خودش شروع می‌شود و سپس به آگاهی از رشته‌ها و شاخه‌های تحصیلی و شغلی ادامه پیدا می‌کند. وقتی آگاهی، رشد و بلوغ اتفاق نیفتاده، شما وقتی تست می‌گیرید، بخش‌های کشف نشده وجود دانش‌آموز و داوطلبان را اندازه‌گیری می‌کنید و انجام هر تست و مصاحبه و تشخیصی قبل از کمک به بلوغ و رسش کامل شاید ظلم در حق دانش‌آموز باشد. خب! حالا قبل از تست و مصاحبه تشخیصی و شخصیت‌شناسی و پرداختن به خودآگاهی دانش‌آموز، نوجوان، داوطلب، ما باید چه کارهایی را برای این رسش انجام دهیم؟ ما باید برای کودک و نوجوان خودمان فرصت دانش، تجربه، ایجاد درک، ایجاد نگرش و ایجاد چشم‌انداز نسبت به موضوعات اقتصادی، اجتماعی و خدماتی و فرصت‌های شغلی و زندگی را فراهم بکنیم. چگونه؟! خرید کتب مناسبی که به زبان متناسب با

سن و سال کودک و نوجوان شاخه‌ها و رشته‌های تحصیلی و شغلی را توضیح می‌دهد یکی از راهکارهاست، اما کافی نیست. مراجعه به اماکنی که در آن فرصت‌های شغلی، تحصیلی، خدماتی و موضوعات فعالیت‌های اجتماعی در آن‌ها ارائه می‌شود یکی از فرصت‌های مهم و بسیار بزرگ است، مثل رفتن به ورزشگاه، رفتن به بازار، رفتن همراه دانش‌آموز به محل‌های فرهنگی، کتاب‌فروشی‌ها، روزنامه‌فروشی‌ها و محل تولید محتوا و چاپ روزنامه‌ها، مراکز فرهنگی و هنری، کنسرت‌ها، سالن نمایش، تئاتر، سینما، پارک، موزه‌ها، کارخانه‌ها، محل تجمع اصناف خاص مثل تعمیرکاران خودرو و لوازم خودرو، تعمیرکاران برقی و لوازم الکترونیک، تولیدکنندگان صنعتی، تولیدکنندگان البسه و پوشاک، رفتن به طبیعت، درک و تجربه و لمس جهان هستی، مواد و عناصر مختلف، آب، خاک، چوب، سنگ، کوه، حیوانات و حشرات و توجه، تمرکز و اندیشیدن و گفت‌وگو کردن درباره آنچه در پیرامون ما در جهان هستی وجود دارد. صحبت کردن از احساسات با کودک و نوجوان از هیجانات و آنچه در ذهنش عبور می‌کند و به مغزش خطور می‌کند. آنچه کودک و نوجوان ما نیاز دارد، مشاهده، تجربه و درک زیستن در جهانی است که از اصالت و واقعیت و اهمیت والایی برخوردار است. بیش از کلاس‌های تمرین و تکرار و کسل‌کننده بعضی از فعالیت‌های ذهنی و مغزی که در بعضی موارد ساخته ذهن بشر می‌باشد بهتر است در فرصت‌های یادگیری واقعی و اصیل که آفریده خداوند است فرصت بگذارد و تجربه کند. تجربه طبیعت و تفاوت آب‌وهوا، اقلیم‌ها، تفاوت رستنی‌ها، تفاوت حیوانات و... این‌ها به کودک و نوجوان دانش، درک، شناخت، بینش و نگرشی را می‌دهد تا حفره‌های وجودی و قطعه‌قطعه پازل شخصیت خودش را ببیند. در آینه جهان هستی و پیرامون خودش، صفحه شخصیتی و صفحه تست بگیریم، مصاحبه کنیم، گفت‌وگو کنیم و ببینیم در کدام‌یک از این بخش‌ها علاقه، رغبت، پتانسیل و مهارت بیشتری دارد. ابراز و بروز هیجانی و فعالیت و اثرپذیری و اثرگذاری بیشتری نشان می‌دهد. در کدام‌یک از این بخش‌ها تمایل به مشارکت، حضور و انجام کاری را دارد.

هوش از جنبه‌های مختلف باید بررسی شود و یک طرح کامل، یک نقشه کامل از مجموع توانمندی‌های نوجوان تشخیص داده شود و وقتی که این تشخیص به آگاهی و اطلاع نوجوان رسانده می‌شود هیجانات و بروز و ظهورهای هیجانی و احساسی‌اش مشاهده و مطالعه شود و پس از این آگاهی درک و شناخت نوجوان چراغ آگاهی‌اش روشن می‌شود و اعلام می‌کند که: «من می‌دانم که می‌خواهم چه کار کنم.» این لحظه، لحظه تولد یک قهرمان است و آغازی برای طی یک مسیر منتهی به پله‌های سکوی قهرمانی توسط یک قهرمان جنگ‌جو که پس از خودآگاهی و خودتحلیل‌گری، انتخاب و مسئولیت‌پذیری و تلاش و ممارست، بهترین خودش را به جهان هدیه می‌کند و بهترین اثر را بر جهان می‌گذارد.

وظیفه ما بودن، همراه بودن و در تمامیت بودن و در هر لحظه، بودن در کنار نوجوان است در تمام این مسیر، که بهتر است بعد از سه‌سالگی شروع بشود، تا زمان انتخاب مسیر تحصیلی و شغلی که گام اول آن می‌تواند انتخاب فوق‌برنامه‌های مناسب با پتانسیل و تیپ شخصیتی کودک در آغاز دوره ابتدایی

باشد. به جای آنکه کودک را مشغول انجام فعالیت‌های مختلف فوق‌برنامه علمی، هنری، مهارتی خسته‌کننده کرده و او را درمانده و زمین‌گیر کنیم، با تشخیص نقاط قوت و بخش‌های قابل تقویت وی، کلاس‌های متناسب را انتخاب و فرصت لذت از موفقیت را به او هدیه کنیم.

## ۶- مسیرها و روش‌های مختلف هدایت تحصیلی

مسیر هدایت تحصیلی و شغلی یا انواع انتخاب شاخه و رشته تحصیلی در بستر پیشرفت انسان و رشد دانش و تکنولوژی تغییر کرده است. در گذشته چندان انتخابی وجود نداشت و نوجوان بر اساس آنچه والدینش انجام می‌دادند... اگر کشاورزی بود، اگر صنعت بود، اگر دامپروری بود و اگر کارهای خدماتی بود، شغل پدر را ادامه می‌داد. در واقع محدودیت‌های اجتماعی، و شناختی و رشدی مانع از هرگونه انتخابی می‌شد و فرزندان ادامه‌دهندگان شغل، پیشه و مسیر زندگی و سبک زندگی پدران بودند. با صنعتی شدن جوامع انسانی، این انتخاب‌ها مقداری گسترده‌تر شد، ولی کماکان فرزندان ادامه‌دهندگان راه پدران یا حداکثر اقوام و تبار خودشان بودند. در نهایت حق انتخاب محدود می‌شد به اقلیم و منطقه‌ای که در آن زندگی می‌کردند و ممکن بود کسی که در کنار ساحل دریا زندگی می‌کرد به یکی از مشاغل مرتبط با کارهای دریانوردی و ماهیگیری یا غواصی یا خدمات دریانوردی بپردازد یا مثلاً توربافی، خدمات تهیه و تعمیر و نگهداری شناورها، اما حالا حق انتخاب از محدوده پدر و خانواده گسترش پیدا کرده بود به محدوده یک سیستم بزرگ‌تر اجتماعی و با توجه به اقلیمی که در آن زندگی می‌کرد به خودش اجازه انتخاب می‌داد. با پیشرفت بشر و ورود به عصر ارتباطات و قبل از هزاره دوم، در اوج صنعتی شدن و توسعه صنعت، حالا دیگر انواع مختلفی از رشته‌های تحصیلی و شغلی پیش‌روی نوجوان قرار گرفت و امکان دسترسی به اطلاعات، ارتباطات، مسافرت، تحصیل در دانشگاه‌ها و مراکز آموزش عالی فرصت‌های بیشتری را پیش‌روی او قرار می‌داد. این امر باعث شد که انتخاب رشته نوجوان کمی به سمت موضوع نیازهای بازار کار و اشتغال هدایت شود. در این سبک انتخاب افراد آماده می‌شوند تا برای مشاغل مناسب و پست‌های موردنیاز جامعه، بازار، صنعت و خدمات و کشاورزی تربیت بشوند، هرچند شاید پتانسیل، توانمندی یا عشق و علاقه کافی به آن کار نداشتند. اوج افسردگی، خستگی، ناکارآمدی و احساس ناخرسندی از زندگی وقتی در جهان صنعتی پیش آمد که انسان‌ها به‌عنوان ابزارهایی برای پیشبرد اهداف اجتماعی و صنعتی و تجاری‌سازی محصولات به کار برده می‌شدند و زمانی را که در محیط کار بودند آن را دوست نداشته و فقط آن را تحمل می‌کردند، لذا حال خوشی را تجربه نمی‌کردند. این نوع هدایت‌ها معمولاً منجر به خستگی، کاهش طول عمر، کاهش خلاقیت، نوآوری و البته گاهی تغییر مسیرهای چشمگیر افراد، پس از جوانی و میانسالی می‌شد. تغییر مسیرهایی که منجر به شکوفایی خلاقیت‌های چشمگیر افراد خودآگاه می‌شد. اما به‌مرور و با توسعه علوم انسانی و شناختی و درک تفاوت‌های فردی در انسان‌ها و نهادینه شدن موضوع تشخیص بخش‌های قوی‌تر در آن‌ها، تفاوت‌های مهارتی و شناختی‌شان و ایجاد بستری برای تشخیص تفاوت‌های ضروری، حق انتخاب بیشتری همراه با راهنمایی و هدایت به سمت خودآگاهی در جوامع رشدیافته پدید آمد که همراه با این فرایند تست‌ها و آزمون‌های مختلف طراحی، برگزار و اجرا شد تا انسان را به نقطه‌ای از کمال و آگاهی و

رشد برسانند، که با انتخاب مسیر تحصیلی، شغلی و سبک زندگی‌اش به بلوغ و کمال برسد. و به او این حق را بدهد که آگاهانه انتخاب کند تا زندگی یگانه و واحد خویش را در کمال خرسندی، خوشحالی و اثرگذاری بر جهان هستی انتخاب کند و بیافریند. امروزه طیف گسترده‌ای از این تست‌ها را در پیش‌رو داریم تا بتوانیم بر اساس آن‌ها فردی را که در مسیر کودکی و نوجوانی به آگاهی و کمال و بلوغ رسیده است ارزیابی کرده و او را تا آستان انتخاب شایسته همراهی و مشایعت کنیم، اما بنا نیست که جای او تصمیم بگیریم. البته در زمان‌های ضرورت و موارد خاص اجتماعی، خانوادگی و اقتصادی، گاهی افراد انتخاب‌های کوتاه‌مدتی حتی متعارض و برخلاف استعدادها و توانایی‌ها و علایقشان می‌کنند که ناشی از ضرورت‌های زیستی، خانوادگی و اجتماعی و جهانی است؛ مثلاً وقتی آنتوان دو سنت اگزوپری به‌عنوان یک خلبان جنگنده مجبور می‌شود مهارت‌های لازم را کسب کند و در جنگ جهانی وظیفه اجتماعی که جامعه و کشورش به عهده‌اش می‌گذارد انجام دهد. اما این انتخاب‌های ضروری و مسئولانه تعارضی با انتخاب‌های بنیادین و استعدادها و توانایی‌های این فرد برای اینکه انسانی هنرمند، احساسی و عاطفی و نویسنده نازک‌بین و خلاق کتاب ارزشمند شازده کوچولو بشود، ایجاد نمی‌کند.

## ۷- استفاده از ابزارهای سنجش و اندازه‌گیری (تست‌های موجود) برای هدایت تحصیلی

تست‌های مختلف خود گزارشگر یا (سلف رپورت) الان موجود هست؛ از تست‌های شخصیت MBTI با پیشینه قوی، تست‌های استعداد و هوش، از گاردنر گرفته تا ریون و تست‌های مختلف که هرکدامش به تشخیص روان‌شناسان و مشاورانی که فرایند تشخیص را انجام می‌دهد انتخاب و اجرا می‌شود. اما نکته مهم در استفاده از تست‌ها این است که حتماً باید فردی متخصص آن را انجام دهد؛ یعنی روان‌شناس و مشاور تحصیلی. معمولاً تست‌هایی که در فضای مجازی و در اینترنت در موتورهای جست‌وجوگر انجام می‌شود، با این خطر و خطا روبه‌رو هستند که به‌جای تشخیص استعدادها و تشخیص تیپ شخصیتی (یا همان خود حقیقی)، پرسونا یا نقاب‌های ما را تشخیص می‌دهد. نقاب همان خودنمایی است که ما یا یاد گرفتیم از خودمان به نمایش بگذاریم تا مورد تأیید والدین و مربیان و خانواده باشیم یا نقاب‌هایی که از ترس رویت آنچه هستیم به‌صورت می‌زنیم. وقتی که یک فرد عادی در فضای مجازی اقدام به پاسخگویی به پرسش‌های یک تست می‌کند ولو این تست استاندارد و اعتباربخشی شده باشد، مثل MBTI، پاسخ‌هایی که می‌دهد پاسخ‌هایی است که می‌خواهد خود برتر و بهتری از خودش ارائه کند، اما وقتی یک روان‌شناس یا یک مشاور این تست را برگزار می‌کند، امکان این خطا کاهش پیدا می‌کند.

مصاحبه روان‌شناس یا مشاور با داوطلب به اعتباربخشی، پایایی و روایی تست کمک می‌کند تا تفاوت قائل شود بین «پرسونا یا نقاب‌ها» با «خود و من اصیل»، و تشخیص بدهد نقاب‌های آگاه و ناآگاه، هشیار و ناهشیار داوطلب را با خود اصیل و واقعی‌اش. این اتفاق فقط در اتاق مشاوره می‌افتد و آسیب ناشی از تست‌های سلف رپورت یا خودگزارشگر در فضای مجازی، یا تست‌هایی که فرد غیرمتخصص در زمان کوتاهی از شما می‌گیرد و نتیجه‌اش را از طریق یک اپلیکیشن به شما ابلاغ می‌کند، کمتر از آسیب انتخاب‌های والدین و مربیان ناآگاه نیست.

زمانی یک تست می‌تواند مفید باشد و حتی معجزه بکند که روان‌شناس و مشاور متخصص در یکی از مراکز معتبر آن را انجام دهد و روان‌شناس و مشاور مهارت شخصیت‌شناسی داشته باشد و بتواند «بین پرسونا یا نقاب» یا «خود، من اصیل» تفاوت قائل شود و این دو را جداگانه ببیند و داوطلب را آگاه کند به نقاب‌هایی که گاهی می‌توانند مضر و آسیب‌رسان باشند؛ اما وقتی به نقاب آگاه شویم و آگاهانه آن‌ها را انتخاب کنیم می‌توانند به ما کمک کنند تا من کارآمد و بهتری در عرصه‌های اجتماعی داشته باشیم. برای مثال وقتی فردی به جهت توجه اجتماعی و تأیید خانوادگی و علی‌رغم استعداد و مهارت فردی، سال‌ها برای موفقیت در تیم فوتبال تلاش می‌کند و نتیجه مطلوب نمی‌گیرد وقتی به نقاب فوتبالیست خود آگاه شد شاید به رشته دیگر ورزشی که در آن موفق است رجوع کند و قهرمان شطرنج شود و البته به تقویت مهارت فوتبال نیز بپردازد ولی برای قهرمانی روی بخش ضعیف خود سرمایه‌گذاری نمی‌کند!

### ۸- حواسمان به مشاوران دلسوز ولی دلسردکننده باشد!

در این بخش می‌خواهم به این موضوع بپردازم که چرا گاهی انتخاب‌هایی که توسط والدین انجام می‌شود یا حتی مدیر، معاون و مشاور مدارس یا روان‌شناسان، می‌تواند بدترین انتخاب و بدترین اتفاق برای نوجوان یا داوطلب ما باشد. دقت کنید وقتی والدین برای فرزندان‌شان انتخابی انجام می‌دهند دلیل‌هایشان برای آن انتخاب تجربیات زیستی و خودپنداره خودشان، آرزوهای بربادرفته خودشان، دردهایشان، ترس‌هایشان، من نمی‌توانم‌ها، من می‌خواستم‌ها یا من می‌ترسم‌های خودشان می‌تواند باشد.

همه این‌ها ممکن است با آنچه نوجوان ما می‌داند یا می‌تواند و می‌خواهد و آرزو دارد متفاوت باشد و در این صورت این انتخاب‌ها با لحاظ کردن موضوع هم‌زمانی‌اش با شکل‌گیری عزت‌نفس و خودپنداره ی نوجوان ضربه مهلکی به نوجوان خواهد زد.

اما چرا تأکید کردم که عموماً این انتخاب‌ها آسیب‌زا هستند؟

تجربه و موضوع روان‌شناسی یادگیری این نظر را تأیید می‌کند که معمولاً والدین سایه‌های خودشان را تربیت می‌کنند؛ یعنی والدین سخت‌گیر و سخت‌کوش، کمال‌طلب و مسئولیت‌پذیر کودکان و نوجوانانی را تربیت می‌کنند که در این زمینه‌ها چندان موفق نیستند، چراکه هر آنچه لازم بوده از سخت‌کوشی و دقت و کمال‌خواهی در پدر و مادر بوده و این حاشیه امن باعث شده که کودکان و نوجوانانی که در این خانواده‌ها تربیت می‌شوند در این سایه‌سار امن و وجود آرامش نیاز چندان پیدا نکنند برای اینکه تلاش و تقلای بیشتری برای رسیدن به این موارد انجام بدهند، یا خانواده‌های سهل‌گیر، کمتر هدفمند، کمتر مستعد و خانواده‌های کمتر بهره‌مند فرزندان را تربیت می‌کنند که انگیزه کافی برای جبران نداشته‌های خودشان دارند، انگیزه کافی برای تأمین محرومیت‌ها و محدودیت‌های خودشان دارند و این‌ها آدم‌های سخت‌کوش، هدفمند، پرتلاش و جنگجویی می‌شوند. این قصه که از آتش خاکستر درمی‌آید و از خاکستر آتش، تعبیر عامیانه روان‌شناسی قدرت (نظریه عقده‌های آدلر) در خانواده‌ها

است، حالا وقتی یک خانواده با پتانسیل بالای مهارت‌های اجتماعی و مسئولیت‌پذیری در کنار خودش و با حمایت‌های خودش و با فداکاری‌های خودش و حتی با رفتارهای آزاردهنده ناشی از من می‌توانم و من به قدر کافی قوی هستم، تو هم باید قوی شوی موجب تعارض رفتاری نوجوان خودش می‌شود که من این‌گونه که تو هستی نمی‌خواهم باشم، باعث می‌شود که اگر والدین برای فرزندشان انتخاب کنند، این انتخاب را بر اساس آرزوها، توانایی‌ها و ترس‌های خودشان انجام داده باشند، انتخاب‌هایی که هیچ‌گاه مناسب فرزندشان، که با آن‌ها متفاوت است، نخواهد بود. گاهی ما درس‌خوانده‌ها، تحصیل کرده‌ها، ثروتمندها، فقیرها، غنی‌ها، خردمندها و... به دلیل آنکه از وضعیت امروز خودمان آگاهانه یا ناآگاهانه راضی نیستیم، وضعیت خودمان را تعمیم می‌دهیم به نسل آینده که تو مثل من نباش، بدون اینکه بدانیم دلیل عدم موفقیت خودمان چه بوده است. تو درس بخوان تا کسی بشوی، یا نه من که درس خواندم چی شدم. تو برو یک مهارت کسب کن. تو تلاش بیشتری بکن، شاید به جایی برسی. تو به اندازه کافی تلاش نمی‌کنی. این جملات جملاتی هستند که ناشی از عواطف، احساسات، ترس‌ها و آرزوهای ماست و شاید کاربرد منطقی و درستی برای نسل بعد نداشته باشد. برای همین توصیه می‌کنم که به جای تصمیم‌گیری برای نسل آینده، به جای اندیشه کردن برای فرزندان، به آن‌ها اندیشیدن را، به آن‌ها خردمندی را، به آن‌ها بلوغ و کمال را هدیه بدهید تا خودشان در فرصت انتخاب، بهترین انتخاب را انجام بدهند. بنا نیست ما همواره باشیم، بنا نیست ما همواره بیندیشیم، بنا نیست ما همواره انتخاب کنیم، بنا نیست ما همواره خردمند، توانمند، دانا و قدرتمند در کنار فرزندانمان باشیم. ما وظیفه داریم تا خردمندی را، اندیشیدن را، توانمندی و قدرتمند شدن را و درست اندیشیدن را به فرزندانمان بیاموزیم تا آن‌ها خودشان زندگی را زندگی کنند.

## مخاطب این متن:

- دانش، آموز
- والدین
- والدین و دانش آموز
- مشاور
- باید بدانیم
- بیشتر بدانیم

## 🕒 نگاه به افق دانشگاه

### ← اهمیت تجربه دیگران

از اساسی‌ترین کارهایی که می‌تواند به فرزند شما در انتخاب درست کمک کند، استفاده از تجربیات دیگران در مرحله تحقیق در مورد رشته‌ها و آینده شغلی آن است.

شرایطی برای فرزندان‌تان فراهم سازید تا او با دیگران (دوست، آشنا، غریبه و...) و حتماً با نظارت شما صحبت کند.

صحبت با دیگران می‌تواند کمک کند که شغل‌های مربوط به رشته موردنظر را بهتر بشناسید و متوجه شوید که رشته مدنظر، ویژگی‌ها و شرایطی دارد و مهم‌تر از آن تصورات احتمالاً اشتباه خود درباره آینده شغلی رشته موردنظر را کنار بگذارید.

با دیگران صحبت کنید، اما نه با هرکسی. فرضاً اگر فرزندان‌تان تمایل به رشته ریاضی دارد و به رشته خاصی مانند مهندسی برق یا مکانیک علاقه‌مند است شاید به نظر برسد که صحبت کردن با دانشجویان رشته برق یا مکانیک می‌تواند به او کمک کند تا آگاهانه‌تر انتخاب کند، اما این تصور درست نیست.

شاید دانشجویان بتوانند به شما کمک کنند تا بدانید که در رشته ریاضی چه شغل‌هایی وجود دارد و در رشته خاص آن‌ها چه مسیری هست اما مطمئناً نمی‌توانید از یک دانشجوی رشته برق، مشاوره مناسبی برای رشته مهندسی نرم‌افزار یا حتی آینده شغلی رشته مهندسی برق بگیرید.

دانشجویان یک رشته خاص، به دلیل جوی که در آن قرار دارند، اغلب در پی دفاع از انتخاب‌های خود هستند و به دلیل کمبود تجربه کاری در رشته خود، نمی‌توانند تصویر درستی از آینده شغلی رشته موردنظر را به شما بدهند. در واقع وقتی که شما از یک دانشجوی مهندسی مکانیک در مورد خوبی‌ها و بدی‌های مهندسی مکانیک می‌پرسید، با دلایل خاص آن شخص برای انتخاب رشته مهندسی مکانیک مواجه می‌شوید و نه چیزی بیشتر.

سعی کنید با فارغ‌التحصیلان رشته موردنظر صحبت کنید. فارغ‌التحصیلانی که چه در زمینه رشته تحصیلی خود مشغول به کار هستند و چه در زمینه‌های دیگر... می‌توانند دید بسیار خوبی را به شما بدهند و شما را در گرفتن تصمیم بهتر برای انتخاب رشته فرزندانان کمک کنند.



## ◀ رشته مهم است یا ...؟!!

### ◆ اولویت (فرزند شما) در انتخاب رشته چیست؟

در این مورد، اطرافیان اغلب نظرهای متفاوتی با توجه به تجربه خویش به ما توصیه می‌کنند که در بعضی مواقع این نظرات می‌تواند کمک‌کننده باشد، اما اگر می‌خواهید تصمیم درست را خودتان بگیرید و در آینده نزدیک دچار پشیمانی نشوید، بهتر است کمی در این مورد تحقیق کنید. البته مطمئن باشید نظرات یک مشاور آگاه در این زمینه می‌تواند بسیار مفید باشد.

### ◆ یک سؤال مهم

رشته تحصیلی مهم است یا دانشگاه؟ در مقابل جواب این سؤال نمی‌توان پاسخ قطعی و صددرصدی داد، زیرا تصمیم نهایی را باید خود داوطلب (دانش‌آموز) بگیرد، تصمیمی که با توجه به اولویت‌ها و نگرش شخص از زندگی و آینده خود گرفته شود، می‌تواند بهترین تصمیم باشد. برخی می‌خواهند دانشجو شوند و تنها قصد گرفتن مدرک دارند و برایشان شغل و بازار کار مهم نیست یا بعضی دیگر به فکر بورسیه شدن هستند و بسیاری دیگر برای تحصیل و یافتن شغل مناسب در تلاش‌اند. برای هر کدام از این دیدگاه‌ها نوع انتخاب‌ها نیز متفاوت است. پس بهتر است قبل از انتخاب به اولویت‌ها و اهداف خود از تحصیل پی ببرید.

می‌توانید دورنمای آینده خود را روی کاغذ بنویسید. از خود چه می‌خواهید؟ در آینده می‌خواهید کجا باشید و چه نوع زندگی داشته باشید؟ خیلی آرمانی فکر می‌کنید یا تحصیلات و شغل برایتان از اهمیت کمی برخوردار است؟ و ...

طرح این‌گونه سؤالات و پاسخ به آن‌ها می‌تواند اولویت‌ها را برای شما تعیین کند. چندین معیار و ملاک برای تعیین اولویت‌ها بیان می‌کنیم تا با در نظر گرفتن آن‌ها در انتخاب نهایی خود دقت کنید.



بهترین توصیه برای جواب به این سؤال مهم در چند خط می‌تواند خلاصه شود:

اولویت‌های زندگی خود را بهتر بشناسید.

به اهداف خود دقت کنید.

علاقه خود را در نظر بگیرید.

برای موفقیت تمام پیش‌نیازهای رشته خود را کسب کنید.

### ◆ علاقه و استعداد

علاقه و استعداد اولویت اول انتخاب افراد محسوب می‌شود، اما متأسفانه بیشتر دانش‌آموزان درک درستی از علایق و استعدادهای خودشان ندارند، یا آن‌ها را کشف نکرده‌اند یا تمایلی به کشف ندارند، یا بعضی دیگر احساس می‌کنند اصلاً استعدادی ندارند. باید گفت همه انسان‌ها دارای استعداد و هوش و علاقه هستند و بهتر است قبل از انتخاب رشته به تحقیق درباره این ویژگی‌های ذاتی و رفتاری خویش بپردازید تا بتوانید جواب بسیاری از سؤالات خویش را پیدا کنید. برای افرادی که از علایق و مهارت‌های خود مطمئن هستند، انتخاب بسیار آسان است. از ابزارهای موجود برای پی بردن به استعداد و علایق خود استفاده کنید. تست‌های استعدادیابی می‌توانند شما را از این سردرگمی‌ها نجات دهند و راه انتخاب را هموار سازند.

### ◆ آینده شغلی و بازار کار

اگر می‌خواهید در آینده صاحب شغل و موقعیت اجتماعی خوبی شوید به این اولویت دقت کنید. برای بسیاری از اشخاص داشتن درآمد بالا و شغل مناسب از اهمیت زیادی برخوردار است. اگر جزو چنین افرادی هستید بهتر است به جای دانشگاه برتر به فکر رشته برتر با آینده‌ای بهتر باشید. رشته برتر به این منظور نیست که دنبال رشته‌های معروف و پرطرفدار باشید، خیر صرفاً به دنبال رشته‌هایی باشید که در ایران بازار کار مناسبی دارند و می‌دانید با تلاش و کوشش و کسب مهارت‌های جدید صاحب شغل و درآمد مناسب در آینده می‌شوید. بازار کار رشته‌هایی را که به آن‌ها علاقه دارید از افراد معتبر و فعال در این زمینه پرس‌وجو کنید. می‌توانید از نظرات مشاوران نیز بهره ببرید.

### ◆ موقعیت و شرایط زندگی

در برخی موارد شرایط اقتصادی و مالی خانواده می‌تواند در تصمیم‌گیری در این خصوص خیلی مهم باشد، و شرایط زندگی شخص نیز می‌تواند نظر او را تغییر دهد. برای شخصی که هزینه‌های تحصیل را نمی‌تواند پرداخت کند، دانشگاه‌های دولتی بسیار مهم و در اولویت هستند. در این حالت فرد باید رشته مورد علاقه خود را در میان دانشگاه‌های دولتی بدون شهریه انتخاب کند تا بتواند به تحصیل ادامه دهد. ممکن است در این حالت مجبور به انتخاب یک رشته متوسط در دانشگاه بهتر باشد تا بتواند از پس

هزینه‌های تحصیل برآید. پس بهتر است قبل از انتخاب نهایی به شرایط زندگی و وضعیت مالی خانواده خود دقت کنید.

باز هم می‌گوییم هیچ‌کس جواب قاطعی در این مورد نمی‌تواند بدهد و این انتخاب کاملاً به اهداف فرد بستگی دارد. موفقیت یک فرد در تحصیل و شغل، به علاقه، پشتکار و تلاش او در کسب مهارت‌ها و تلاش او در جهت کسب تجربه بستگی دارد.

### ♦ رشته مهم‌تر است یا دانشگاه!؟

برای برخی افراد دورنما و ظاهر زندگی و حرف‌های اطرافیان بسیار مهم‌تر از اهداف خود است. تحصیل در یک دانشگاه معروف می‌تواند ظاهر جذابی به تحصیلات آن‌ها بدهد، اما این ظاهر تنها برای یک یا دو ترم می‌تواند جذاب باشد و بعد از آن برای شخص عادی می‌شود. باید دقت کنید تحصیل در یک دانشگاه فقط چند سال از عمرتان را تشکیل می‌دهد اما زندگی و کار با رشته‌ای که در آن تحصیل کرده‌اید، برای یک عمر با شماست.

گذراندن واحدهای درسی و گرفتن یک مدرک خشک‌وخالی از بهترین رشته‌های دنیا در بهترین دانشگاه‌ها بدون مهارت، علاقه و هدف نمی‌تواند در موفقیت فرد تأثیری داشته باشد، که چه‌بسا عمر او را نیز هدر می‌دهد. کارفرمایان نیز به دنبال افراد با مهارت هستند و مطمئن باشید هنگام استخدام قبل از بررسی رتبه دانشگاه شما یا رشته پرنسب و لعاب شما، به مهارت‌ها و تخصص‌های شما دقت می‌کنند. دنیای امروز ما به افراد متخصص و حرفه‌ای و با مهارت نیاز دارد تا شغلشان را با عشق و علاقه و انگیزه دنبال کنند.

### مخاطب این متن:

- دانش‌آموز
- والدین
- والدین و دانش‌آموز
- مشاور
- باید بدانیم
- بیشتر بدانیم

### ◀ نیازهای جامعه یا چشم‌وهم‌چشمی‌ها؟

دانش‌آموزان پایه نهم و خانواده‌های آن‌ها هر ساله با نزدیک شدن به پایان سال تحصیلی و فرارسیدن زمان تصمیم‌گیری در مورد انتخاب رشته، تردیدها، نگرانی‌ها و سردرگمی‌هایی را تجربه می‌کنند، زیرا انتخاب درست رشته تحصیلی یکی از دلایل موفقیت تحصیلی و شغلی دانش‌آموزان در آینده است. تنوع و تعدد شاخه‌ها و رشته‌های تحصیلی در حوزه‌های نظری، فنی و حرفه‌ای و کاردانش، عدم شناخت

صحیح و کافی آینده شغلی هریک از این رشته‌ها و اطلاع‌رسانی ناقص و محدود بر تردیدها و شرایط نابسامان موجود افزوده است، به‌نحوی که بسیاری از خانواده‌ها تصمیم می‌گیرند پس از پایان امتحانات با مراجعه به مشاوران و با کمک آنان فرزند خود را راهنمایی و هدایت کنند.

**سؤال:** انتخاب رشته دانش‌آموزان در شاخه‌های نظری، فنی و حرفه‌ای و کاردانش تا چه اندازه با نیازهای جامعه تناسب دارد و دانش‌آموزان تا چه اندازه به این موضوع توجه دارند؟ نقش چشم‌وهم‌چشمی‌ها در انتخاب رشته دانش‌آموزان تا چه اندازه است؟

### ♦ انتخاب رشته

برای یک انتخاب رشته درست باید ویژگی‌های خود دانش‌آموز از جمله میزان بهره هوشی، نمرات تحصیلی او، تعیین نقاط قوت و ضعف او در دروس مختلف، بررسی علایق و استعدادها و در زمینه رشته‌ها و مشاغل بررسی شود. والدین در این زمینه می‌توانند با دادن اطلاعات فراوان و ایجاد روحیه عالی و اعتمادبه‌نفس قوی در فرزند خود این توانایی را در او به وجود بیاورند تا بتواند بهترین رشته مورد علاقه خود را انتخاب کند.

انتخاب رشته تحصیلی در دوره دبیرستان یا هنرستان، مقدمه انتخاب رشته دانشگاهی و در نتیجه انتخاب شغل است. به همین دلیل باید رشته‌ای را برگزید که با تمام ویژگی‌های شخصیتی، روحی و همچنین امکانات و فرصت‌های فرد مطابقت داشته باشد و آینده او را از نظر درآمد و بازار کار، رضایت شغلی، محیط کاری مناسب و... تأمین کند.

### ♦ عوامل مؤثر در انتخاب رشته

- علاقه دانش‌آموز به دروس تخصصی آن رشته و تمایل به مطالعه آن‌ها؛
- دارا بودن استعداد و توانایی تحصیل در آن رشته تحصیلی: هرکس برای موفقیت در هر رشته‌ای باید استعداد و توانایی ذهنی، روحی، شخصیتی و جسمی آن رشته را داشته باشد. دانش‌آموزی که می‌تواند یک موسیقی‌دان خوب یا یک کشاورز موفق شود، دلیلی ندارد که یک پزشک یا مهندس ناموفق باشد؛
- دارا بودن امکانات و شرایط اجتماعی: دانش‌آموز باید تاحدی امکانات تحصیلی و مالی را در نظر بگیرد.

### ♦ نگاهی به شیوه‌نامه هدایت تحصیلی حاکم بر نظام آموزش متوسطه

ماده ۹۶ هدایت‌نامه تحصیلی در دوره متوسطه بیان می‌کند: هدایت دانش‌آموزان باید به مناسب‌ترین شاخه یا رشته تحصیلی، بر اساس استعداد و علاقه وی و به تناسب امکانات و نیازهای کشور صورت پذیرد. طبق تعریف فوق چند مسئله باید در هدایت تحصیلی دانش‌آموزان مورد توجه واقع شود که عبارت است از:

- ۱- شناخت استعدادهای دانش‌آموزان؛

۲- شناخت علایق دانش‌آموزان؛

۳- شناخت امکانات موجود در منطقه و کشور؛

۴- اعلام نیازهای شغلی کشور و شناخت آن‌ها؛

۵- هدایت دانش‌آموزان به رشته‌های تحصیلی مطلوب بر اساس ۴ بند فوق.

#### ▪ نقش چشم‌وهم‌چشمی‌ها در انتخاب رشته تحصیلی دانش‌آموزان

● **نظر یک کارشناس:** بسیاری از خانواده‌ها و دانش‌آموزان بدون توجه به نیازها و توانمندی‌های خود و اینکه از زندگی خود چه انتظاری دارند؛ از روی چشم‌وهم‌چشمی دست به انتخاب رشته می‌زنند که متأسفانه تعداد این‌گونه انتخاب‌ها هم کم نیست. بسیاری از خانواده‌ها در انتخاب رشته تحصیلی فرزندان خود مدگرایانه عمل می‌کنند. بسیاری از خانواده‌ها هم فقط به‌خاطر اینکه فلان رشته پرستیژ اجتماعی بالاتری دارد فرزندان خود را مجبور می‌کنند تا در آن رشته تحصیل کنند بدون اینکه توانمندی‌های فرزند خود را در نظر بگیرند و فرزندان خود را در آینده با چالش‌های اساسی مواجه می‌سازند. وقتی دانش‌آموزی نتواند رشته مورد علاقه خود را به‌درستی انتخاب کند قطعاً در زمان ازدواج نیز انتخاب درستی نخواهد داشت و در این صورت در زندگی اجتماعی خود نیز دچار مشکلات فراوانی خواهد شد و این سیکل معیوب ادامه خواهد یافت.

# بررسی چشم انداز



**دست نگهدارید؛ و از  
نقشه راه مطلع شوید**



## ◎ نقشه راه (خودآگاهی میسر تحصیلی)

### ◀ مقدمه

برای شما یا فرزندتان چه رشته مهم باشد چه دانشگاه در هر صورت بهتر است از کمک یک مشاور بهره بگیرید و قبل از رفتن نزد مشاور از نقشه راه مطلع شوید.

در این بخش شما با فرزندتان با انجام یک سری تست و آزمون در فرایند خودآگاهی مسیر تحصیلی او گام برمی دارید و در نهایت (در انتهای بخش ۴) به یک انتخاب و تصمیم موقت خواهید رسید.

بعد از اینکه انتخاب و تصمیم موقت خود را انجام دادید می توانید از راهنمایی و کمک یک مشاور زنده<sup>۱</sup> نیز بهره بگیرید. اگر مشاور نیز در اختیار نداشتید، پرسش نامه ها و محتوای این بخش به شما کمک خواهند کرد تا انتخاب نسبتاً درست و مطلوبی را بر اساس خودآگاهی و خوداظهاری فرزندتان از خودش، انجام دهید.

❖ نکته: در این بخش می توانید با شناخت نسبی که از خود و رشته ها به دست می آورید انتخاب اولیه (موقت) مناسبی را انجام دهید.

### ◀ خودشناسی و رشته شناسی (لذت انتخاب درست)

انسان در طول زندگی خویش همواره در حال انتخاب است، اما اهمیت همه انتخاب ها به یک اندازه نیست؛ برخی بسیار مهم و برخی کم اهمیت هستند! انتخاب های مهم در تعیین سرنوشت افراد تأثیر بسزایی دارند. یکی از انتخاب های مهم رشته تحصیلی در دوره متوسطه است.

اهمیت انتخاب رشته بدان جهت است که انتخاب رشته در دوره متوسطه با انتخاب رشته در دانشگاه مرتبط است و رشته دانشگاهی فرد را برای انتخاب شغل خاصی آماده می کند و اگر بخواهد با دیپلم

۱- مشخصات و ویژگی یک مشاوره خوب را می توانید در صفحات ۷۹ تا ۸۲ مطالعه فرمایید.

مشغول به کار شود، شغل او نیز از جنبه‌های مختلف بر زندگی وی تأثیر زیادی دارد و در واقع «انتخاب رشته، انتخاب راه زندگی است.»

مهم این است که فرد آگاهانه و بر اساس ملاک‌ها و معیارهای صحیح، رشته خود را انتخاب کند، زیرا انتخاب درست موفقیت تحصیلی، رضایت شغلی، پیشرفت در کار، کسب درآمد، لذت از زندگی، موقعیت اجتماعی و شکوفایی استعدادها را به دنبال دارد و در مقابل انتخاب نادرست به افت تحصیلی، شکوفا نشدن استعدادها، هدر دادن سرمایه‌های گران‌بهای عمر، عدم رضایت شغلی و سرخوردگی فرد منجر می‌شود.

برخی افراد به دلیل انتخاب رشته نادرست در سال دوم یا سوم مجبور به تغییر رشته می‌شوند؛ شاید تعجب‌آور باشد اما دانشجوی مقطع کارشناسی ارشد هم بوده که از رشته تحصیلی خود رضایت نداشته و پس از ۵ تا ۶ سال تحصیل در دانشگاه تصمیم گرفته مجدداً در آزمون سراسری شرکت کند و در رشته دیگری ادامه تحصیل دهد و این یعنی هدر دادن عمر!

### ♦ ملاک‌های انتخاب رشته

در انتخاب رشته باید به دو اصل اساسی توجه داشت:

الف) شناخت خود؛

ب) شناخت رشته‌های تحصیلی.

اگر در انتخاب رشته تحصیلی این دو اصل به‌طور هم‌زمان مورد توجه قرار گیرد نتیجه آن موفقیت تحصیلی و در نهایت رضایت شغلی خواهد بود که این امر در زندگی هر فردی بسیار مهم است. در اینجا هریک از اصول اساسی انتخاب رشته را به‌صورت جداگانه بررسی می‌کنیم. در انتهای همین بخش چهارم تست‌ها و تمرین‌هایی ارائه شده‌اند که به شما دانش‌آموز عزیز (با راهنمایی و نظارت والدین گرامی کمک می‌کنند تا در مورد شناخت خود و شناخت رشته‌های تحصیلی اطلاعات بیشتر و بهتری کسب کنید.

### الف) شناخت خود

✓ **شناخت رغبت و علاقه خود:** یکی از عوامل مهم در انتخاب رشته، شناخت رغبت و علاقه دانش‌آموز است. رغبت به معنای میل و اراده است و علاقه یعنی به دل دوست داشتن! رغبت بالا به یک رشته تحصیلی باعث پشتکار، جدیت، و لذت بردن از زندگی می‌شود. برای مشخص شدن این موضوع از دانش‌آموزان آزمون رغبت‌سنج به عمل می‌آید.

✓ **شناخت استعدادهای خود:** استعداد از یک نظر یعنی «توانایی بالقوه‌ای که فرد را برای انجام دادن کار آماده می‌کند.» اگر رشته تحصیلی متناسب با استعداد فرد باشد، امکان رشد و شکوفایی استعدادهای نهفته فرد فراهم می‌شود و موفقیت تحصیلی و شغلی را به دنبال خواهد داشت. برای

مشخص شدن استعداد دانش‌آموزان نیز آزمون تشخیص استعداد تحصیلی که شامل یازده خرده آزمون می‌شود انجام می‌گیرد.

✓ **شناخت سوابق تحصیلی خود:** اینکه دانش‌آموز در درس‌های مرتبط با رشته تحصیلی مورد علاقه خود چه نمراتی کسب کرده به شناخت توانایی‌های فرد برای انتخاب رشته کمک می‌کند. سوابق تحصیلی در واقع توانایی دانش‌آموز را در درس‌های مختلف نشان می‌دهد و این مسئله در انتخاب رشته مهم است.

✓ **شناخت ارزش‌های خود:** ارزش‌ها یعنی آنچه در تحصیل و شغل آینده برای شما اهمیت دارد. هدف شما از انتخاب رشته و در نهایت انتخاب شغل چیست؟ ارزش‌های شما کدام است؟ درآمد، شهرت، خدمت، استقلال در کار، امنیت کار، مسئولیت، موقعیت اجتماعی و... یا ترکیبی از این‌ها؟!

✓ **شناخت تیپ شخصیتی خود:** تیپ شخصیتی افراد در ارتباط با نوع مشاغل مهم است. جان هالند معتقد است می‌توان افراد را در یکی از شش تیپ واقع‌گرا، جست‌وجوگر، هنری، اجتماعی، متهور و قراردادی طبقه‌بندی کرد. وی برای هرکدام از این تیپ‌های شخصیتی شغل‌های خاصی پیشنهاد می‌کند. به‌عنوان مثال تیپ واقع‌گرا اشخاصی هستند که توانایی بدنی و مکانیکی دارند، ترجیح می‌دهند با اشیاء، ماشین‌ها، ابزارها، گیاهان و حیوانات کار کنند و در فضای باز باشند. شغل‌های مناسب این تیپ مکانیک - ساخت و تولید، کامپیوتر - سخت‌افزار، ورزشکاری، نظامی‌گری، صنعت و کشاورزی، خدمات حفاظتی و... است.

و سرانجام اینکه به تعبیر مولوی: «هرکسی را بهر کاری ساختند/ میل آن را در دلش انداختند.»

### ب) شناخت شاخه‌ها و رشته‌های تحصیلی

برای انتخاب رشته تحصیلی، داوطلب شخصاً باید نسبت به رشته‌های مختلف یک شناخت نسبی داشته باشد. انتخاب رشته تحصیلی حق مسلم هر فرد است ولی از این حق باید آگاهانه، مسئولانه و با مشورت از دیگران استفاده کند. به‌طور معمول هر فردی شغل یا مشاغل خاصی را برای آینده خود در ذهن می‌پروراند؛ یکی مهندسی، یکی پزشکی، یکی وکالت و... بنابراین رشته‌ای که فرد انتخاب می‌کند باید با شغل مورد علاقه‌اش همسویی داشته باشد.

در خصوص شناخت رشته تحصیلی، باید به چند سؤال اساسی پاسخ داد:

ماهیت رشته چیست؟ یعنی اینکه این رشته درباره چه موضوع و چه مسائلی بحث می‌کند؟ آیا این رشته مورد علاقه وی است؟

توانایی‌های علمی موردنیاز برای تحصیل در این رشته چیست؟ آیا او این توانایی‌ها را دارد؟ سوابق تحصیلی وی تأییدکننده این توانایی‌ها است؟

توانایی فارغ‌التحصیلان این رشته چیست؟ یعنی فرد پس از فارغ‌التحصیلی چه کارهایی می‌تواند انجام دهد؟ آیا او این کارها را می‌تواند انجام دهد و به آن‌ها علاقه‌مند است؟ ارزش‌ها و تیپ شخصیتی وی با این رشته هماهنگی دارد؟



بازار کار این رشته «به‌طور نسبی» چگونه است؟ گسترده یا محدود است؟ در همه‌جا کار هست یا در مناطق خاصی باید کار کرد؟ آیا نیاز به سرمایه زیاد دارد یا با سرمایه اندکی می‌توان کار کرد؟ فرد تا چه اندازه می‌تواند به‌طور مستقل کار کند؟ صرفاً دولتی است یا به‌طور خصوصی هم می‌توان کار کرد؟ یا به هر دو شکل می‌توان مشغول به کار شد؟

شرایط ادامه تحصیل در این رشته چگونه است؟ تا چه مقطعی می‌خواهد و می‌تواند ادامه تحصیل دهد؟ بهترین راه انتخاب رشته تحصیلی آن است که دانش‌آموز بتواند بین «خود» و «رشته» یک نوع هماهنگی برقرار کند؛ یعنی خود را بشناسد (شناخت خود) و در کنار آن ویژگی‌های رشته تحصیلی را هم بشناسد (شناخت رشته) و بررسی کند که آیا شاخه و رشته تحصیلی با علاقه، استعداد، سوابق تحصیلی، ارزش‌ها و تیپ شخصیتی وی هماهنگ است یا نه؟! شناخت ویژگی‌های شخصی و ویژگی‌های رشته و ایجاد هماهنگی بین این دو اصل مهم، نتایج ارزشمندی به دنبال خواهد داشت که عبارت‌اند از:

۱- موفقیت تحصیلی؛ ۲- رضایت شغلی.

در همین بخش از کتاب از طریق پرسش‌نامه‌های خوداظهاری به شناخت بیشتر شما از خودتان خواهیم پرداخت.



## هشدار

### ◆ نکات مهم به‌منظور کاهش خطای راهبردی در مسیر انتخاب رشته

- ۱- پرهیز از انتخاب سوگیرانه داوطلب (دختر / پسر) ناشی از موفقیت یا عدم موفقیت والدین، در شغلی که مشغول به انجام آن هستند؛
- ۲- تمرکز و توجه به حمایت خانوادگی و اجتماعی از رغبت تحصیلی و شغلی داوطلب (مثل شغل مرتبط خانوادگی یا فرصت اشتغال اقلیمی و اجتماعی)؛
- ۳- توجه به فرازوفرودهای احساسی و عاطفی نوجوان ناشی از رویدادهای فردی و اجتماعی و تغییرات هورمونی در آستانه بلوغ؛

توجه به این بند در زمان افسردگی قبل از پریود برای دختران و دوران پس از سوگ والدین برای دختر و پسر باید مراعات شود و تست در مقاطع مختلف (و حتماً از طریق مشاور و روان‌شناس) انجام شود.

۴- گاهی والدین و مشاور می‌توانند به داوطلب کمک کنند تا بین استعداد و رغبت خویش، با امیال و ترس‌های خوش تفاوت قائل شود و آن‌ها را با هم اشتباه برداشت (تصور) نکند. شاید ترس از فقر یا بی‌کسی، میل به ثروت و قدرت را در داوطلب تقویت کرده باشد، در صورتی که استعدادی در این زمینه نداشته و فردی هنرمند و صاحب ذوق و سلیقه باشد.

فرد صاحب ذوق هنری و سلیقه ← من اصیل واقعی (خود Self).

تمایل به ثروت و قدرت در داوطلب ← پرسونا (نقاب) ساخته‌وپرداخته والدین است برای رهایی از ترس‌ها و ایفای نقش‌های مورد تأیید خود و دیگران.

در مسیر رشد آگاهی از خویش و سرمایه‌گذاری روی این خودآگاهی، گام نخست رشد و موفقیت‌های فردی و اجتماعی خواهد بود.

آنگاه آگاهی از نیازها، ترس‌ها و نقاط قابل‌رشد در خویش می‌تواند منجر به برداشتن نقاب‌های نقشی مناسب برای تضمین رشد و پیشرفت و موفقیت ما شود. آگاهی از نقاب‌ها، که مبتنی بر سرمایه‌گذاری و توجه و تمرین روی آن است، موجب موفقیت می‌شود و ناآگاهی از آن خطای شناختی و آسیب‌پذیری از آن را در پی خواهد داشت. نقاب ناآگاهانه موجب تصمیم‌گیری روی سایه‌ها<sup>۱</sup> خواهد شد و در نهایت باعث شکست، افسردگی و درماندگی داوطلب می‌شود.

### مخاطب این متن:

- دانش‌آموز
- والدین
- والدین و دانش‌آموز
- مشاور
- باید بدانیم
- بیشتر بدانیم

## ◀ خودآگاهی مقدمه ضروری انتخاب رشته و هدایت تحصیلی

### ◆ تمرین خودآگاهی فردی (انجام همراه با والدین)

نخست از نوجوان (فرزندمان) بخواهیم تا به توصیف علایق و آرزوهای خود بپردازد. علایق شامل آن دسته از رفتار و اعمالی است که او تمایل به انجام آن‌ها دارد. سپس از وی بخواهیم تا بگوید آخرین

<sup>۱</sup>. shadow

باری که به تجربه چنین رفتاری را داشته چه زمانی بوده و در کل چه رتبه و رکوردی یا موفقیتی در آن داشته است؟

اگر موفقیت و دستاوردی در این زمینه وجود دارد، یعنی نوجوان به خویشتن و استعداد خود آگاه است و در مورد آن صحبت می‌کند! ولی هرگاه تجربه و تلاش و در نتیجه موفقیتی گزارش نشود بدان معناست که تنها تمایل به چنین رفتاری و نمایش و ادعای آن‌گونه بودن وجود دارد و نه الزاماً استعداد انجام آن، که این حالت را **نقاب یا پرسونا** می‌نامند که ناشی از تأثیرات بیرونی است و نه متأثر از استعداد و توانایی درونی نوجوان. مثلاً وقتی از نوجوان در مورد علایق و آرزوهای وی پرسیده می‌شود و می‌گوید **دوست دارم فوتبالیست شوم!** اگر یک نوجوان ۱۵ ساله رزومه‌ای از چند سال بازی و تمرین دارد و در یک تیم ثابت محلی یا منطقه‌ای تجربه چند مسابقه را هم دارد می‌توان گفت استعداد و رغبت به فعالیت‌های بدنی، تهوری و هیجانی ناشی از «**هوش عصبی عضلانی**» در او وجود دارد؛ اما وقتی هیچ سابقه‌ای از پرداختن به ورزش و حضور در تمرین مستمر و عضویت در تیم و کسب موفقیت وجود ندارد و به بهانه‌هایی مثل خانواده موافق نبودند یا مدرسه اجازه نداد یا جور نشد که بروم و... این مورد نشان از نقاب است؛ یعنی نوجوان نقاب این‌گونه بودن را زده و انگیزه و استعداد درونی برای پرداختن به آن وجود ندارد. ریشه نقاب می‌تواند ناشی از امیال و سائق‌های دیگر باشد مثل ثروت، شهرت و قدرت که نوجوان آن‌ها را در پشت این نقاب دنبال می‌کند یا دریافت نیازهای اولیه دیگر مثل جلب توجه (تشویق) و کاهش درد ناشی از مقایسه با دیگران.

وقتی این نقاب دیده شود به‌زودی فرومی‌افتد و واقعیت سر بر خواهد آورد. پس آگاه می‌شود که تمایل به شهرت یا ثروت در پشت نقاب فوتبالیست وجود دارد و می‌تواند شهرت و ثروت را در بستر دیگری که مستعد آن است پیدا کند، مثل بازیگری، هنر یا سخنران انگیزشی و هیجانی!

این تمرین و سبک کشف من واقعی و خودآگاهی می‌تواند در تمام انواع اظهار علاقه و تمایل نوجوان استفاده شود.

### ◆ نکته دیگر

می‌توان با نوجوان بررسی کنیم که اگر تجربه مواجهه با یک موقعیت از کار افتادن یا خرابی یک مکانیسم مثل پنچری ماشین پیش آید آیا او قبل از والدین اقدام به دخالت و بررسی میزان و دلایل خرابی و تعمیر و اصلاح مکانیسم می‌کند یا از دور پیشنهاد تماس با سرویس کار متخصص را می‌دهد!

در صورت مداخله و احترام به آغاز عملیات تعمیر توسط داوطلب نخست می‌توان زمینه دست‌افزاری و خودکارآمدی دستی نوجوان را برای ورود به شاخه‌های فنی و حرفه‌ای و کاردانش یا رشته‌های اجرایی و عملیاتی ریاضی و تجربی تأیید کرد و اگر مداخله نوع دوم انجام می‌شود پیشنهاد رشته‌های نظری و ذهنی مثل علوم انسانی و بخش تئوری و نظریه‌پردازی و منطقی در رشته‌هایی همچون تجربی و ریاضی توصیه می‌شود!

## ♦ جمع‌بندی

نوجوان زمانی به حس رضایت و ارزشمندی می‌رسد که به اهداف و آرزوهای خود رسیده باشد و گام نخست برای این مسیر آن است که هدف و رؤیا داشته باشد! موضوعی که این روزها به شدت تضعیف شده و ما با نسلی مواجه هستیم که نه تنها هدف، حتی رؤیا و آرزو هم ندارند و این ناشی از حمایت‌های بی‌دریغ والدینی است که مثل چراغ جادو نیازهای فرزندان را تأمین می‌کنند و فقط از آن‌ها موفقیت تحصیلی می‌خواهند!

وقتی سابق یا انگیزه‌ای برای رشد و پیشرفت و رسیدن به اهداف وجود نداشته باشد، چرا نوجوان باید برای آن تحصیل و کسب دانش، که مقدمه موفقیت‌های بزرگ‌تر است، تلاش کند؟

پس توصیه می‌شود شرایط و ویژگی‌های سن بلوغ و وظایف والدین به ایشان آموخته شود تا مهارت‌های لازم را فراگیرند و به‌جای تأمین تمام نیازها و رؤیاهای فرزندان، از مسیر رسیدن به اهداف و آرزوهای آنان حمایت کنند و در مسیر توانمندسازی آنان گام بردارند!

در یک تمرین می‌توان از نوجوان خواست تا اهداف کوتاه‌مدت، میان‌مدت و بلندمدت خویش را بنویسد. هدف باید دارای زمان و کمیت قابل اندازه‌گیری باشد. مثلاً می‌خواهم با نمره خوب دیپلم بگیرم، این هدف نیست! اما می‌خواهم در خرداد با معدل بالاتر از ۱۹ فارغ‌التحصیل شوم یک هدف است.

پس از تدوین اهداف سه‌گانه و با ترکیب و کوتاه‌سازی اهداف، یک هدف کلی تدوین و برای نیل به آن نقشه راه و برنامه عملیاتی تدوین می‌کند.

## ☉ مثال

قبولی خرداد ۹۹ با معدل ۱۸ دبیرستان ریاضی	سال ۱۳۹۹ / هدف کوتاه‌مدت
موفقیت در سطح یک کلاس آموزش گیتار آموزشگاه	
پذیرش دانشگاه امیرکبیر رتبه سه‌رقمی مهندسی کامپیوتر	سال ۱۴۰۴ / هدف میان‌مدت
عضویت در گروه موسیقی و اجرای کنسرت در سطح ملی	
مدیر شرکت کارآفرینی کامپیوتر و طراح سیستم با درآمد سالانه ۱۵۰ تا ۲۰۰ میلیون تومان	سال ۱۴۱۴ / هدف بلندمدت
اجرای کنسرت‌های انفرادی و اشتراکی در سطح ملی	

## ♦ عنوان هدف بزرگ:

### ▪ رشد و تحصیل – موسیقی حرفه‌ای – ثروت و کارآفرینی

حالا برای سبک زندگی امروز و هر روزت از خودت می‌پرسی برای رسیدن به هدف بزرگ آیا درست زندگی می‌کنم؟ یا اینکه لازم است سبک زندگی متفاوت و تمرین‌ها و برنامه‌های دیگری برای رسیدن به این اهداف داشته باشم!

حالا نوجوان با همراهی مشاور به طرح و تدوین و اجرای برنامه مطالعاتی، تفریحی و سرگرمی روزانه و پیش‌روی خود می‌پردازد و گام‌های عملی در مسیر دستیابی به هدف بزرگ برمی‌دارد! و با هر گام تازه به اعتمادبه‌نفس و خودباوری او افزوده می‌شود و هدف بزرگ خود را دنبال خواهد کرد!

در صورتی که وقتی چشم‌انداز روشنی از هدف و به تبع آن مسیر مناسب ندارد، تنها و تنها رؤیاپردازی می‌کند و تشویق‌های بی‌اساس و پایه والدین با این مضمون که تو لیاقت موفقیت را داری، موجب طلبکاری او از جهان شده و در هنگام مواجهه با لحظه رسیدن به اهداف، و عدم دریافت نتیجه مطلوب دچار درماندگی می‌شود، احساس ناشایستگی می‌کند و در خود ویران می‌شود.

حواسمان باشد: وقتی که نمی‌دانم به کجا می‌روم، پس سرعت دویدن موجب رسیدن نخواهد شد، حتی شاید مرا از هدف دورتر کند!

پس نخست: هدف‌گذاری

سپس: ترسیم نقشه راه

و بعد اجرای نقشه با حداکثر تلاش

و دوباره مرور نقشه راه و حداکثر تلاش

و در هر گام، جشن پیروزی برای حداکثر تلاش و رسیدن به بخشی از اهداف

و در پایان جشن بزرگ برای رسیدن به هدف بزرگ زندگی!



### ◀ پرسش نامه ۳: خودارزیابی از مهارت‌ها و نقاط قوت فردی‌ام

درک درست از مهارت و استفاده از آن در زندگی شخصی و شغلی بسیار حائز اهمیت است. شما با درک مهارت‌های منحصربه‌فرد خود می‌توانید به یک شخص قدرتمند و حرفه‌ای در حیطه تحصیلی و شغلی خود تبدیل شوید. پس موضوع شناخت صحیح مهارت‌ها را جدی بگیرید.

ما می‌توانیم برای پی بردن و شناسایی مهارت‌هایمان با مطرح کردن چندین سؤال اساسی خود را به چالش بکشیم و با تجزیه و تحلیل آن‌ها قدمی در راه شناخت مهارت‌هایمان برداریم، زیرا درک درست مهارت و استفاده از آن در زندگی شخصی و شغلی بسیار حائز اهمیت است. شما با درک مهارت‌های منحصربه‌فرد خود می‌توانید به یک شخص قدرتمند و حرفه‌ای در حیطه تحصیلی و در آینده حیطه شغلی خود تبدیل شوید. پس موضوع شناخت صحیح مهارت‌ها را جدی بگیرید. ما در این مطلب می‌خواهیم با مطرح کردن ۹ سؤال مهم و اساسی به شما در درک و یافتن مهارت‌های خود کمک کنیم.


#### (۱) مهم‌ترین نقاط قوت من چیست؟

نقاط قوت هر شخص بیشتر به استعدادهای درونی و هوش او مربوط می‌شود. یعنی مهارت‌هایی که در ذات شما وجود دارند. شما باید برای پاسخ به این سؤال استعدادهای خود را کشف کنید تا بتوانید با پرورش و کسب مهارت در جهت این استعدادها، آن‌ها را به نقاط قوت تبدیل کنید.

نقاط قوت در افراد می‌تواند شامل مواردی همچون استعدادها، توانمندی‌ها، پیشرفت‌ها، موفقیت‌ها و... باشد. شناسایی نقاط مثبت به شما کمک می‌کند تا اعتماد و خودباوری بیشتری نسبت به خود داشته باشید.

به‌عنوان مثال، ممکن است فردی تشخیص دهد که ذهن بسیار قدرتمندی در اعمال ریاضی دارد و این را از تجارب گذشته به یاد می‌آورد. به‌عنوان مثال، کسب مدال طلا در المپیاد ریاضی یا قدرت محاسبات سریع.

\* حالا مهم‌ترین نقاط قوت خود را نام ببرید:

..... 

.....

## ۲) از انجام چه کارهایی لذت می‌برم؟

تیپ‌های شخصیتی متفاوت باعث می‌شود هرکدام از ما از انجام بعضی کارها لذت ببریم یا از انجام بعضی دیگر ناراضی باشیم.

لذت بردن از انجام یک کار می‌تواند میزان استرس شما را کاهش دهد و به شما احساس ارزشمند بودن را القا کند. شناخت تیپ شخصیتی<sup>۱</sup> و نوع آن می‌تواند در پاسخ دادن به این سؤال مهم کمک فراوانی بکند. لذت بردن از انجام کارها در زندگی شغلی و تحصیلی بسیار مهم است و می‌تواند مسیر موفقیت فرد را تعیین کند، زیرا در نهایت همه ما انسان‌ها به دنبال رضایت و لذت از زندگی شخصی و شغلی هستیم.

\* حالا مهم‌ترین کارهایی را که از انجام آن‌ها لذت می‌برید نام ببرید:



## ۳) چه مهارت‌هایی را به‌طور مرتب به کار می‌بندم؟

مهارت‌هایی که بیشتر از آن بهره می‌برید در واقع مهارت‌هایی هستند که یا در لیست استعدادهای درونی شما قرار دارند یا جزو مهارت‌هایی هستند که شما آن‌ها را کسب کرده و پرورش داده‌اید و در حل مشکلات و مسائل زندگی روزمره خود از آن‌ها بهره می‌برید و در نهایت موفق به حل مسائل خود می‌شوید.

در واقع تنها استفاده از مهارت کافی نیست، بلکه گرفتن نتیجه مثبت از آن نیز بسیار مهم است. برای مثال شما هر روز با شرکت در بحث‌های دوستانه از مهارت‌های حل مسئله بهره می‌برید و در نهایت می‌توانید افراد را با نظرات خود متقاعد کنید پس شما دارای یک مهارت پرورش یافته هستید که به‌طور مرتب از آن بهره می‌برید و نتیجه مثبت می‌گیرید.

\* حالا مهم‌ترین مهارت‌هایی را که دارید و بیشتر از آن‌ها استفاده می‌کنید نام ببرید:



## ۴) در چه زمینه‌هایی موفق به دریافت جایزه شده‌ام؟

پاسخ به این سؤال ارتباط تنگاتنگی با استعدادهای منحصر به فرد شما دارد.

وقتی در یک مقوله‌ای شما توانسته‌اید مابین چندین نفر به‌عنوان نفر اول تا سوم، انتخاب شوید و بهتر از دیگران از پس آن برآیید، یعنی شما در این زمینه استعداد یا مهارت دارید. برای مثال در یک مسابقه

۱- با تیپ‌های شخصیتی در بخش ششم، صفحات ۲۳۵ تا ۲۶۸ بیشتر آشنا خواهید شد.

طراحی شرکت کرده‌اید و توانسته‌اید جزو نفرات اول باشید. این امر می‌تواند بیانگر وجود استعداد طراحی در بین مهارت‌های شما باشد. با درک این سؤال و پاسخ به آن توانایی‌های رفتاری شما به صورت واضح مشخص می‌شوند.

\* حالا مواردی را که موفق به دریافت جایزه و تشویق شده‌اید نام ببرید:



#### ۵) انجام چه کارهایی مرا هیجان‌زده می‌کند؟

در واقع باید گفت انسان‌ها در زمینه‌ای که به آن علاقه داشته و استعداد انجام آن را نیز داشته باشند برای انجام آن هیجان‌زده می‌شوند. این امر سبب رضایت و خوشحالی فرد از انجام آن فعالیت می‌شود و او را در کارهایش موفق می‌کند. پس باید گفت تطابق علاقه و استعداد و مهارت فرد در انجام یک کار خاص برای او حس هیجان و رضایت و در نهایت موفقیت را به ارمغان می‌آورد.

\* انجام چه کارهایی شما را هیجان‌زده می‌کند؟ برخی از آن‌ها را نام ببرید:



#### ۶) در انجام چه کارهایی بهترین نتایج را به دست می‌آورم؟

یک شخص زمانی می‌تواند بهترین نتیجه را از انجام یک کار دریافت کند که در آن کار مهارت کافی به دست آورده باشد، یا استعداد انجام آن فعالیت خاص در او وجود داشته باشد. پاسخ به این سؤال شما را با مهارت‌ها و استعدادهایتان روبه‌رو خواهد کرد.

\* در انجام دادن چه کارهایی معمولاً بهترین نتیجه را می‌گیرید؟ چند نمونه را نام ببرید:




#### ۷) بزرگ‌ترین دستاوردهای من چیست؟

دستاوردهای یک شخص همان زمینه‌های موفقیت اوست. موفقیت فرد نیز از استعداد و هوش و مهارت‌های او سرچشمه می‌گیرد.

در واقع وقتی موفق به انجام کاری می‌شوید، یعنی توانایی انجام آن را بیشتر از سایرین داشته‌اید و این امر نقاط قوت شما را مشخص می‌کند. باید گفت توانایی انجام یک کار روی علاقه فرد نیز تأثیر می‌گذارد. وقتی شما توانایی انجام کاری را دارید و توانسته‌اید به موفقیت برسید، حس رضایت و خشنودی می‌تواند در شما علاقه ایجاد کند.



\* تا حالا در انجام چه کارهایی موفق شده‌اید؟ چند مورد را نام ببرید:


..... 

.....

#### ۸) در انجام چه فعالیت‌هایی قوی‌تر هستیم؟

اندکی فکر کنید در میان دوستان و آشنایان در انجام کدام فعالیت یا یادگیری چه هنر و علمی بهتر بوده‌اید و توانسته‌اید با هزینه و زمان کمتری نسبت به بقیه آن را فراگیرید؟ این یعنی شما از استعداد بالایی در آن زمینه برخوردار بوده‌اید و مهارت کافی برای انجام آن کار را کسب کرده‌اید، که شما را در مقابل دیگران قوی‌تر کرده است.

\* چند مورد از فعالیت‌هایی را که در انجام آن‌ها قوی بوده‌اید نام ببرید:


..... 

.....

#### ۹) چه چیزهایی را زودتر از دیگران پیدا می‌کنم یا سریع‌تر انجام می‌دهم؟

در میان یک جمع چندین نفره در پیدا کردن یک راه‌حل یا حل یک مسئله یا هر کار دیگری سریع‌تر از آن‌ها عمل کرده و موفق شده‌اید. آیا این برای شما جای سؤال نیست که در این زمینه با بقیه متفاوت هستیم و توانسته‌ام بهتر از آن‌ها رفتار کنم؟ درست است، شما در این حالت باید به وجود مهارت‌های مربوط به آن زمینه در خود پی ببرید و در پرورش آن‌ها تلاش کنید.

\* حالا چند مورد را نام ببرید که توانسته‌اید برای حل مسئله‌ای راه‌حل ارائه دهید:

..... 

.....

#### ❖ نکته: آیا شما می‌خواهید خودتان را بیشتر بشناسید؟

شما برای موفقیت در زندگی، تحصیل و شغل نیاز به شناخت درست از خود دارید.

افرادی که خود را می‌شناسند و می‌دانند که نگاه دیگران به آن‌ها چگونه است، زندگی شادتری دارند. آن‌ها انتخاب‌های هوشمندانه‌تری می‌کنند. ارتباطات شخصی و حرفه‌ای بهتری دارند. باهوش‌تر بوده و شغل‌های هوشمندانه‌تری انتخاب می‌کنند. خلاق‌تر بوده و از اعتمادبه‌نفس بالاتری برخوردارند و در برقراری ارتباط با دیگران موفق‌تر عمل می‌کنند.

شناسایی نقاط قوت و ضعف، استعدادها، مهارت‌ها و ویژگی‌های فیزیکی و روحی و استفاده از نتایج خودشناسی به ما در طول زندگی و رسیدن به موفقیت کمک فراوانی خواهد کرد. به‌طور کلی خودآگاهی

و خودشناسی مهم‌ترین عاملی است که می‌تواند به موفقیت شما در انتخاب رشته کمک کند. پس پاسخ به این سؤال را جدی بگیرید.

در نهایت باید گفت شما با پاسخ به سؤالات بالا قدم‌به‌قدم به خودشناسی و شناخت مهارت‌های خود در جهت انتخاب بهتر رشته نزدیک می‌شوید که این شناخت در طول تحصیل و آینده شغلی شما تأثیر زیادی دارد.

در نگاه نخست من این‌گونه هستم (ثبت نتایج حاصل از پرسش‌نامه ۴).  
حداکثر ۳ مورد ( بالا، یا بالای متوسط) را یادداشت کنید.

توانایی‌های برتر	رغبت‌های حرفه‌ای بیشتر	خصوصیت‌های شخصی بارز	موفقیت‌های تحصیلی بالاتر
..... (۱)	..... (۱)	..... (۱)	..... (۱)
..... (۲)	..... (۲)	..... (۲)	..... (۲)
..... (۳)	..... (۳)	..... (۳)	..... (۳)

۵) سه تیپ شخصیتی که در جدول بیشترین فراوانی را در آن داشتید، به ترتیب فراوانی بنویسید (ثبت نتایج حاصل از پرسش‌نامه ۵).

..... (۱)	..... (۲)	..... (۳)
-----------	-----------	-----------



## ◎ خانواده و خود اظهاری

▪ توجه: پرسش‌نامه‌های ۶ تا ۱۲ را با مشارکت والدین انجام دهید.

### ◀ پرسش‌نامه شماره ۶: درک مهارت‌های فردی

با خود صادق باشید و با تعمق و توجه به نمرات درسی، فعالیت‌های فوق‌برنامه و سایر تجارب و شناخت خود به پرسش‌های زیر پاسخ دهید.


مهارت	رفتار تشخیصی برای هر مهارت	کمتر از متوسط (قابل رشد)	متوسط	بیش از متوسط	عالی
خواندن	آیا سریع می‌خوانید؟ آیا به خوبی دانش‌آموزان دیگر می‌فهمید؟				
دست‌افزاری	می‌توانید چیزهایی را تعمیر کنید؟ می‌توانید با دست‌هایتان کار کنید؟				

مهارت	رفتار تشخیصی برای هر مهارت	کمتر از متوسط (قابل رشد)	متوسط	بیش از متوسط	عالی
علمی پژوهشی	آیا درباره چرایی و علت امور به شیوه‌ای که هستند مطالبی می‌خوانید یا تحقیق می‌کنید؟				
نوشتن و ثبت گزارش	آیا می‌توانید به‌طور کتبی، نظر خود را به‌خوبی ابراز کنید؟ مقاله، نامه یا گزارش بنویسید؟				
گفت‌وگو و ارتباط کلامی	آیا مسائل را برای دیگران توضیح می‌دهید؟ سعی می‌کنید آن‌ها را تشویق کنید؟ با آن‌ها بحث می‌کنید؟				
درک موسیقی	آیا در سرود خواندن یا نواختن یک وسیله موسیقی مهارت دارید؟				
درک هنری‌های زیبا و تجسمی	آیا نقاشی یا طراحی می‌کنید؟				
مهارت ریاضی و عددی	آیا در ریاضی نسبتاً خوب هستید؟ می‌توانید با اعداد و ارقام کار کنید؟				
مهارت مستندسازی و بایگانی اطلاعات	می‌توانید غلط‌های تایپی را مشخص کنید یا پرونده‌ها را بایگانی کنید؟				

مهارت	رفتار تشخیصی برای هر مهارت	کمتر از متوسط (قابل رشد)	متوسط	بیش از متوسط	عالی
هماهنگی حسی حرکتی	آیا در ورزشی که دوست دارید نسبتاً چابکید؟ اعضای بدنتان را به راحتی به کار می گیرید؟				
مهارت در سرعت تصمیم گیری	اگر مجبور باشید می توانید کارها را سریع انجام دهید؟				
مهارت در سرعت انجام کار	در انجام کارهای فردی و اجتماعی سرعت مناسبی دارید؟				
مهارت درک کافی از احساسات خود و دیگران	به احساسات و هیجانات خود و دیگران آگاه هستید؟				
	جمع بندی				

با توجه به جدول بالا، موارد زیر را تکمیل کنید.

چه توانایی‌های دیگری را دوست دارید در شغل خود به کار بگیرید؟ یا با گذراندن دوره‌هایی توانایی‌های جدیدی در خود ایجاد کنید؟ چند مورد را نام ببرید:

..... 

.....

.....

۲۲- توانایی جسمی: کاری که به دقت، سرعت و چابکی نیاز داشته باشد

۲۳- رفاه: امکانات فرهنگی و تفریحی

۲۴- زمان: ساعات انجام کار

۲۵- اخلاق: رفتارها و برخوردهای اخلاقی مناسب

آن دسته از ارزش‌هایی را که به‌عنوان خیلی مهم علامت زده‌اید در نظر بگیرید و از میان آن‌ها شش ارزش خیلی مهم را انتخاب و به ترتیب اولویت یادداشت کنید.

۱- \_\_\_\_\_ ۲- \_\_\_\_\_ ۳- \_\_\_\_\_  
۴- \_\_\_\_\_ ۵- \_\_\_\_\_ ۶- \_\_\_\_\_



## ◀ پرسش‌نامه شماره ۱۰: خودآگاهی رغبت شغلی با توجه به ویژگی

### محل کار

در این تمرین به آزمون کوچکی دست می‌زنید که به شما در شناخت بیشتر مقاصد و هدف‌های محل‌های کاری مختلف کمک خواهد کرد.

در جدول صفحه بعد ۵ ستون وجود دارد و هر ستون شامل ۱۰ محیط کاری است. هر ستون را به دقت مطالعه کنید و سپس سعی کنید بر اساس اولویت‌های خود، اگر مجبور باشید این محیط‌های کاری را انتخاب کنید، به آن‌ها نمره بدهید. به اولین انتخاب مطلوب خود نمره ۱۰ بدهید، به انتخاب دوم نمره ۹ و... و به آخرین انتخاب خود نمره ۱ بدهید. برای هر یک از ۵ ستون این کار را انجام دهید (به‌عبارت‌دیگر اول هر ستون را به ترتیب علاقه‌مندی از ۱ تا ۱۰- در سمت چپ نام محل کار - نمره‌دهی کنید).

پس از نمره‌گذاری همه ستون‌ها، حالا نمره‌هایتان را به‌صورت افقی جمع بزنید؛ یعنی جمع ردیف A، جمع ردیف B و... جمع هر ردیف افقی را در ستون جمع نمره قرار دهید (به‌عبارت‌دیگر نمرات هر سطر را جمع‌بندی و در جمع نمرات - سمت راست جدول ثبت کنید).

ویژگی های محل کار		۱	۲	۳	۴	۵	جمع نمرات
آزمایشگاهی پژوهشی	A	واحد تحقیق	مرکز هواشناسی	آزمایشگاه	پارک علوم طبیعی	رصدخانه	
هنری - تفریحی - ورزشی	B	مرکز ورزشی	تئاتر	هتل - رستوران	مرکز تفریحی	آلبیه هنری	
علمی - پژوهشی	C	آزمایشگاه	مدرسه	موزه	مرکز مشاوره	دانشگاه	
درمانی - بهداشتی	D	بیمارستان	عینک سازی	شیرخوارگاه	کلینیک دندان پزشکی	کلینیک بهداشتی	
مالی - تجاری	E	فروشگاه زنجیره‌ای	بنگاه معاملات املاک	عتیقه فروشی	بازار	فروشگاه اتومبیل	
اداری - بازرگانی	F	بانک	اداره دولتی	شرکت بیمه	دفترخانه اسناد رسمی	شرکت ساختمانی	
تولیدی - صنعتی	G	شرکت مهندسی	کارگاه صنعتی	آشپزخانه	محل ساختمانی	کارگاه کشتی سازی	
حمل و نقل و جابه جایی	H	فروگاه	بندر کشتیرانی	ایستگاه راه آهن	دفتر حمل و نقل	ترمینال مسافری	
زیست محیطی	I	جنگل	پارک طبیعی	مزرعه	شرکت نما و منظر سازی	باغ وحش	
امنیتی - انتظامی	J	جایگاه گارد ساحلی	ایستگاه آتش نشانی	زندان	سازمان امنیت	اداره پلیس	

میزان نمره بالاتر اولویت محل شغلی شما و نمره کمتر اولویت پایانی شماست.

د) ارتباط رشته با سایر شاخه‌های شغلی دیگر

ه) مشخصات برنامه درسی و نحوه ادامه تحصیل

و) راهنمایی و توصیه‌هایی برای انتخاب رشته

۱- میزان علاقه‌مندی

۲- چگونگی آشنایی با محتوای آموزشی رشته

۳- احراز پیش‌نیازهای اولیه برای انتخاب رشته

ز) نحوه اشتغال و ورود به بازار کار

۱- آشنایی با نمونه‌هایی از مشاغل مرتبط با رشته

۲- بازار کار (خوداشتغالی، خصوصی، تعاونی، دولتی و بین‌المللی)

۳- خدماتی که دانش‌آموخته می‌تواند به جامعه ارائه دهد.

برای دریافت اطلاعات کامل‌تر در خصوص رشته‌های شاخه فنی‌وحرفه‌ای می‌توانید به سایت مراجعه کنید. همچنین اطلاعات مختصری از برخی رشته‌های فنی‌وحرفه‌ای در لینک ضمیمه این کتاب وجود دارد. می‌توانید آن‌ها را در پوشه معرفی برخی از رشته‌های فنی‌وحرفه‌ای مطالعه فرمایید.

◀ اگر برای ورود به هنرستان تصمیم شما جدی است!



#### ♦ پیشنهاد

۱- برای اطلاع از روند پیشرفت تحصیلی تا سطح عالی ابتدا نمودار صفحه ۲۳۳ (یا در لینک پیوست) را مطالعه کنید.

۲- پس از مطالعه اطلاعات مربوط به هر رشته فنی‌وحرفه‌ای (در لینک ضمیمه کتاب پوشه آشنایی با رشته‌های فنی‌وحرفه‌ای) جدول زیر را پر کنید.



برای به دست آوردن نتیجه مطلوب و دلخواه در انتخاب رشته هنرستان، به شما پیشنهاد می‌شود پس از مطالعه اطلاعات مربوط به هر رشته، نمونه برگ خودارزیابی را با دقت (با مداد) پُر کنید و سپس به خود امتیاز بدهید، لذا به منظور اطمینان از صحت و دقت در انتخاب رشته، تأکید می‌کنیم این مسئله را رعایت کنید، زیرا در صورت اشتباه پر کردن نمونه برگ خودارزیابی، ممکن است در انتخاب رشته با اشکال و خطا مواجه شوید.

### ♦ پرسش‌نامه خودارزیابی برای رشته‌های فنی و حرفه‌ای<sup>۱</sup>

#### ♦ راهنمای پر کردن (نمونه برگ پرسش‌نامه خودارزیابی)

۱- نمونه برگ ارزیابی را زمانی پر کنید که محتوای لینک ضمیمه کتاب در مورد رشته‌های فنی و حرفه‌ای را به طور کامل مطالعه کرده‌اید و نسبت به شناخت رشته‌ها، اطلاعات جامع دارید.

۲- بدون توجه به امتیازات تعیین شده پس از مشورت با پدر و مادر و با صداقت صددرصد در مقابل هر سؤال با توجه به معیارهای تعیین شده (کم، متوسط، زیاد، خیلی زیاد) در هر مربع سفید علامت ✓ بزنید و خود را ارزیابی کنید.

۳- امتیاز هریک از مربع‌هایی را که علامت ✓ زده‌اید با هم جمع کنید و امتیاز کل «خودارزیابی» را به دست آورید در صورتی که:

۳-۱- امتیازات به دست آمده بین ۷۵ تا ۱۰۰ باشد، تصمیم موقت شما در انتخاب رشته کاملاً درست و منطقی است.

۳-۲- امتیازات به دست آمده بین ۵۰ تا ۷۵ باشد، باید نسبت به انتخاب موقت رشته خویش بیشتر فکر کنید و از والدین و مشاور برای تصمیم‌گیری کمک بگیرید.

۳-۳- امتیازات به دست آمده بین ۳۰ تا ۵۰ باشد توصیه می‌شود با مطالعه شرایط سایر رشته‌ها برای انتخاب موقت رشته فنی و حرفه‌ای خود، (با توجه به رشته‌های معرفی شده در لینک ضمیمه کتاب)، حتماً تجدیدنظر کنید.

۱- برگرفته و با اندکی تغییر از کتاب راهنمای انتخاب رشته فنی و حرفه‌ای، تهران: انتشارات مدرسه (۱۳۹۱).

\* این پرسش‌نامه را می‌توانید برای هریک از رشته‌های تحصیلی پس از آنکه با محتوای درسی، شغلی و آینده کاری آن آشنا می‌شوید، پر کنید.

نمون برگ پرسش‌نامه خودارزیابی برای انتخاب رشته هنرستانی						
ردیف	پرسش‌ها	خیلی زیاد	زیاد	متوسط	کم	
۱	خصوصیات فردی شما تا چه حد برای ورود به این رشته انطباق دارد؟	۱۰	۸	۵	۳	
۲	میزان خلاقیت، ابتکار و نوآوری شما تا چه حد با محتوای رشته متناسب است؟	۵	۴	۳	۱	
۳	راهنمایی و توصیه‌هایی که برای انتخاب رشته به شما شده است تا چه حد در تصمیم شما تأثیر دارد؟	۵	۴	۳	۱	
۴	تاکنون چه میزان به موضوعات این رشته پرداخته‌اید؟	۱۰	۸	۵	۳	
۵	تا چه اندازه به توانایی‌ها و حداقل مهارت‌های کسب شده در این رشته برای اشتغال اعتماد دارید؟	۵	۴	۳	۱	
۶	میزان شناخت و علاقه‌مندی شما به دروس اصلی و تخصصی دوره سه‌ساله تا چه حدی است؟	۵	۴	۳	۱	
۷	آیا با یکی از فارغ‌التحصیلان این رشته مشورت کرده‌اید؟	۵	۴	۳	۱	
۸	آیا هنرستان موفق در رشته موردنظر، در محل و شهر شما وجود دارد؟	۱۰	۸	۵	۳	
۹	تا چه حد حمایت خانوادگی برای تحصیل در این رشته برای شما فراهم است؟	۵	۴	۳	۱	

ردیف	پرسش‌ها	خیلی زیاد	زیاد	متوسط	کم
۱۰	تا چه حد فرصت کار عملی در این زمینه برای شما فراهم است؟	۵	۴	۳	۱
۱۱	تا چه حد حمایت اجتماعی برای تحصیل در این رشته برای شما فراهم است؟	۵	۴	۳	۱
۱۲	آیا ادامه تحصیل در مقطع کاردانی و کارشناسی را برای خودتان هدف قرار داده‌اید؟	۵	۴	۳	۱
۱۳	نمونه‌های مشاغل مرتبط با رشته تا چه حد مورد علاقه و رضایت شما است؟	۱۰	۸	۵	۳
۱۴	برای ورود به بازار کار تا چه حد به شغل‌های دولتی متکی هستید؟	۵	۴	۳	۱
۱۵	برای ورود به بازار کار تا چه حد به خوداشتغالی علاقه دارید؟	۵	۴	۳	۱
۱۶	برای ورود به بازار کار تا چه اندازه به بازار بخش خصوصی متکی هستید؟	۵	۴	۳	۱
	جمع هر ستون	.....	.....	.....	.....

### مخاطب این متن:

- دانش‌آموز
- والدین
- والدین و دانش‌آموز
- مشاور
- باید بدانیم
- بیشتر بدانیم

## رشته علوم تجربی

### ♦ علوم تجربی به چه علومی اطلاق می‌شود؟

علم تجربی حاصل کوشش انسان برای درک واقعیت‌های هستی و کشف فعل خداوند است. آموزش علوم تجربی از یک سو، در ایجاد بصیرت و بینش عمیق نسبت به درک دنیای اطراف و زمینه‌سازی برای تعظیم خالق متعال از طریق عظمت خلقت ضرورت دارد، و از سوی دیگر با عنایت به وابستگی روزافزون ابعاد گوناگون زندگی انسان به یافته‌ها و فرآورده‌های علمی فناوریانه ضروری می‌نماید. علوم تجربی شامل گستره‌ای از علوم است که بر مبنای مشاهدات انسان‌ها تجربه، آزمایش و شکل می‌گیرد. این شاخه همانند علوم ریاضی دارای اندازه‌گیری و محاسبات است که این محاسبات در کنار آزمایش‌ها و تحلیل‌های تجربی‌اند. در این بخش شاخه‌های مختلف علوم تجربی را توضیح می‌دهیم.

علوم تجربی همان علوم طبیعی و دانش‌هایی هستند که موضوع آن‌ها بررسی ویژگی‌های مادی طبیعت است. به این معنا علوم طبیعی از علوم انسانی متمایز است. در علوم طبیعی دانشمندان می‌کوشند تا پدیده‌های طبیعی را با روش علمی و بر اساس فرایندهای طبیعی توضیح دهند.

علوم تجربی معمولاً بر اساس تجربه و مشاهده و از راه آزمون به دست می‌آید. آزمون این علوم در هر مکان و زمان مشابه، باید قابل تجربه و تکرار باشد و نتیجه مشابه و مشخص حاصل شود؛ چراکه در غیر این صورت یافته‌ها ابطال می‌شود (ابطال‌پذیری از خواص این علم است). آزمون‌ها به دنبال فرضیه‌هایی که شخص در ذهن دارد، صورت می‌گیرند و برای آن است که معلوم شود فرضیه درست است یا نه؟

### ♦ شاخه‌های اصلی علوم تجربی

علوم تجربی از شاخه‌های اصلی مانند شیمی، فیزیک، زمین‌شناسی، زیست‌شناسی و نجوم تشکیل شده است. گاهی ریاضیات نیز در حوزه علوم تجربی قرار می‌گیرد، چراکه در این علم در تجزیه و تحلیل نقش مؤثری ایفا می‌کند.

#### ▪ فیزیک

هدف اصلی علم فیزیک بررسی و تحلیل طبیعت است. فیزیک همواره در پی آن است که رفتار طبیعت را در شرایط گوناگون درک و پیش‌بینی کند.

### ▪ شیمی

در گذشته این علم را کیمیاگری می‌نامیدند، زیرا از مخلوط چند ماده به ماده دیگری می‌رسیدند. شیمی علم مطالعه ساختار، خواص، ترکیبات و تغییر شکل مواد است. این علم مربوط به عناصر شیمیایی و ترکیبات شیمیایی است که شامل اتم‌ها، مولکول‌ها و برهم‌کنش میان آن‌ها می‌شود.

### ▪ زمین‌شناسی

زمین‌شناسی دانشی است که ماهیت سیاره زمین، تاریخ آن، ساختمان پوسته آن، اجزای درون، انواع سنگ‌ها و فسیل‌ها را بررسی می‌کند. این علم درباره مواد سازنده زمین، نیروهای مؤثر بر مواد مزبور، پراکندگی سنگ‌های پوسته سیاره، سرگذشت آن و همچنین گیاهان و جانورانی که در دوره‌های گوناگون زمین‌شناسی وجود داشته‌اند گفت‌وگو می‌کند.

### ▪ زیست‌شناسی

زیست‌شناسی از علوم طبیعی و دانش مربوط به مطالعه جاندار زنده است. این دانش به بررسی ویژگی‌ها و رفتار جانداران، چگونگی پیدایش گونه‌ها و نیز برهم‌کنش جانداران با یکدیگر و با محیط پیرامونشان می‌پردازد. زیست‌شناسی شامل موضوعات وسیعی است که دارای تقسیم‌بندی بسیاری از مباحث و رشته‌های مختلف است.

## ♦ معرفی رشته علوم تجربی

رشته تحصیلی علوم تجربی یکی از شاخه‌های نظری در دوره متوسطه دوم است که دانش‌آموزان در سال نهم و برای ورود به سال دهم می‌توانند آن را انتخاب کنند. این رشته یکی از پرطرفدارترین رشته‌های شاخه نظری در دبیرستان (متوسطه دوم) است.

این رشته درباره علوم طبیعی و تجربی صحبت می‌کند. افراد علاقه‌مند به کشف اصول و قوانین حاکم بر جهان هستی می‌توانند این رشته را انتخاب کنند. دانش‌آموزان این رشته می‌توانند پس از اخذ مدرک دیپلم با شرکت در یکی از گروه‌های آزمایشی در مقاطع بالاتر (دانشگاهی) نیز به تحصیلات خود ادامه دهند.

## ♦ ویژگی و ضرورت‌های مورد نیاز دانش‌آموزان علاقه‌مند به تحصیل در رشته «علوم تجربی»

### ▪ علاقه‌مند به کسب و کشف دانستنی‌های عالم هستی

علاقه به یادگیری درباره هر مفهوم و موضوع جدید در زمینه دانش بشری، که مستلزم داشتن پاره‌ای از اطلاعات درباره اصول و قوانین ریاضی و چهار زمینه اصلی علوم تجربی یعنی فیزیک، شیمی، زیست‌شناسی و زمین‌شناسی است. برای کسی که می‌خواهد در این رشته تحصیل کند دانستن اصول و

قوانین بنیادی فیزیک، شیمی، زیست‌شناسی و زمین‌شناسی و روش اکتشافی لازم و ضروری است. علوم تجربی را می‌توان به صورت زیر نیز تقسیم‌بندی کرد:

**علوم فیزیکی** که شامل فیزیک و شیمی است، بیشتر به بحث دربارهٔ ماده، انرژی، تغییرات مواد و برهم‌کنش‌های ماده و انرژی می‌پردازد.

**علوم زیستی** موجودات زنده را مورد بحث قرار می‌دهد.

**علوم زمین** به بررسی محیط غیرزنده، علوم نجوم و... اختصاص دارد.

#### • از جمله مهارت‌های ضروری برای دانش‌آموزان عبارت‌اند از:

مشاهده کردن، اندازه‌گیری، جمع‌آوری اطلاعات، تفسیر یافته‌ها، فرضیه‌سازی، برقراری ارتباط، پیش‌بینی کردن، کاربرد ابزار و طراحی تحقیق. البته هر یک از این مهارت‌ها را می‌توان به مهارت‌های کوچک‌تر تقسیم کرد. مثلاً، «مهارت مشاهده» را می‌توان به مهارت‌هایی چون: مقایسه، طبقه‌بندی و جمع‌آوری اطلاعات تجزیه کرد.

#### ▪ ویژگی‌های فردی و نگرش‌های ضروری برای دانش‌آموزان

علاقه و تمایل به همکاری گروهی، صبر، حوصله، مسئولیت‌پذیری، درستکاری و راست‌گویی، تصمیم‌گیری مسئولانه، احترام به عقاید دیگران، اعتمادبه‌نفس، انعطاف‌پذیری در اندیشیدن، دوری از تعصب نابجا، تمایل به یادگیری، کنجکاوی، علاقه‌مندی به کار و تلاش، حساسیت نسبت به حفظ بهداشت جسم و حفظ محیط‌زیست، میل به صرفه‌جویی در مصرف ماده و انرژی و دارا بودن تفکر نقاد و خلاق، هدف‌های مهم نگرشی برای موفقیت در رشتهٔ علوم تجربی را تشکیل می‌دهند.

\* گفتنی است افراد علاقه‌مند به این شاخه دارای ذهنی پر جنب‌وجوش و فعال، شخصیتی ریسک‌پذیر و با هیجان و با قابلیت ارائهٔ کارهای گروهی هستند.

#### ▪ چه دانش‌آموزانی بهتر است وارد رشتهٔ علوم تجربی شوند؟

یک سری ویژگی‌ها و توانایی‌ها به‌طور عمده ممکن است در دانش‌آموزان متوسطهٔ اول باشد که از طریق درس علوم در پایه‌های هفتم، هشتم و نهم به وجود آمده باشد.

این ویژگی‌ها و توانایی‌ها (که بعضی ممکن است در دانش‌آموز پایهٔ نهم پنهان هم باشند) را می‌توانیم در سه هدف دانشی، مهارتی و نگرشی طبقه‌بندی کنیم.

### ▪ ویژگی‌ها و توانایی‌های کسب شده به صورت دانشی

- ۱- قوانین اصلی و ضروری علوم، در زمینه‌های چهارگانه علوم تجربی (فیزیک، شیمی، زمین‌شناسی و زیست‌شناسی) را می‌داند؛
- ۲- با بعضی کاربردهای مهم علم در زندگی آشنا است؛
- ۳- چشم‌اندازی به آینده و گذشته علم دارد؛
- ۴- درک نسبتاً صحیحی از مفاهیم اصلی علوم، همچون ماده، انرژی، موجودات زنده، زمین، پدیده‌های طبیعی و... دارد.

### ▪ ویژگی‌ها و توانایی‌های کسب شده به صورت مهارتی

- ۱- با دقت نظر در محیط اطراف خود می‌تواند تعدادی مسئله را که حل آن‌ها نیازمند به کارگیری علم است، تشخیص دهد و شناسایی کند؛
- ۲- می‌تواند هنگام مواجه شدن با یک مسئله، فکر کند و راه حل ارائه دهد؛
- ۳- می‌تواند موضوعی را از نظر علمی تجزیه و تحلیل کند؛
- ۴- می‌تواند به کمک شواهد علمی، نتایج بعضی پدیده‌ها را پیش‌بینی کند؛
- ۵- می‌تواند مقصود خود را به خوبی بیان کند؛
- ۶- با آمار و ارقام و نمودار و این قبیل علائم و چگونگی تفسیر آن‌ها آشنا است؛
- ۷- از طریق به کارگیری مهارت‌های یادگیری (مشاهده، اندازه‌گیری و...) می‌تواند پاره‌ای از مفاهیم علمی را خودش کشف کند یا در فرایند تولید و شکل‌دهی آن مفهوم‌ها، مشارکت فعال داشته باشد؛
- ۸- ضمن توانایی به کارگیری مهارت‌های تفکر منطقی، علمی و نقاد، به ویژه با لزوم و چگونگی کنترل متغیرها، هنگام انجام آزمایش‌های علمی و نتیجه‌گیری‌های مربوط به آن‌ها آشنا است.

### ▪ ویژگی‌ها و توانایی‌های کسب شده به صورت نگرشی

- \* ایجاد این نگرش که علم تجربی حاصل کوشش انسان برای درک واقعیت‌های هستی و کشف فعل خداوند است.
- ۱- در مورد پدیده‌هایی که در محیط اطراف او وجود دارد و علت بروز آن‌ها، از خود کنجکاوی نشان می‌دهد و با جست‌وجو و تفکر، زمینه‌های کسب اطلاعات علمی را فراهم می‌آورد؛
  - ۲- از مشاهده نظام‌مندی موجود در پدیده‌های طبیعت، به وجود ناظم آن پی برد؛
  - ۳- سعی می‌کند برای آنچه خوانده است، کاربردهای علمی بیابد؛

- ۴- به مطالعه نشریه‌های علمی، تماشای فیلم‌های علمی و استفاده از رسانه‌های گوناگون در زمینه‌های علمی علاقه نشان می‌دهد؛
- ۵- به مسائلی از قبیل صرفه‌جویی، استفاده بهینه از ماده و انرژی و هدر ندادن وقت و منابع مالی توجه دارد؛
- ۶- به ضرورت تلاش و کوشش در جهت کسب علم و فناوری به‌منظور فراهم آوردن زمینه‌های یک زندگی بهتر برای خود و جامعه‌ای که در آن زندگی می‌کند، اعتقاد پیدا کرده است؛
- ۷- به انجام بعضی فعالیت‌های ذوقی، هنری و مهارتی، مانند ساخت ابزار و وسایل موردنیاز برای زندگی یا انجام آزمایش‌های علمی و پرورش گل و سبزی (در باغچه یا گل‌دان) و... از خود علاقه نشان می‌دهد؛
- ۸- به بهداشت فردی و عمومی و همچنین، مسائل زیست‌محیطی توجه پیدا کرده و در حفظ آن می‌کوشد.

#### ♦ دیدگاه به دروس رشته تجربی

برای رسیدن به ایده‌آل‌هایتان در رشته تجربی باید در دروس زیست‌شناسی، فیزیک، زمین‌شناسی، شیمی و ریاضی دارای دید نسبتاً مناسبی باشید. اکثر رشته‌های دانشگاهی رشته تجربی در ارتباط مستقیم یا غیرمستقیم با این دروس هستند. برای مثال رشته‌های علوم پایه مانند ژنتیک به درک مناسبی از ریاضی، زیست و شیمی نیاز دارند. نمی‌توان رشته تجربی را رشته حفظیات نامید، اما از نظر درک ریاضی و مفاهیم نسبت به رشته ریاضی مهارت کمتری را می‌طلبید، درحالی‌که از نظر درک پدیده‌های طبیعی و کنجاوی نسبت به پدیده‌ها نسبت به رشته ریاضی کنجاوی بیشتری را نیاز دارد.

#### ♦ شرایط ورودی و دروس این رشته در طول تحصیل در دبیرستان

حد نصاب نمره لازم برای دروس تخصصی، جدول دروس این رشته، نمون برگ‌ها و برخی اطلاعات مفید دیگر برای والدین و دانش‌آموزان عزیز در لینک پیوست و داخل پوشه «راهنمای هدایت تحصیلی و ثبت‌نام پایه دهم» (در صفحات ۴ تا ۱۱ و صفحه ۱۹) ارائه شده است.

#### ♦ ادامه تحصیل در دانشگاه

دانش‌آموزان باید به این نکته توجه کافی داشته باشند که اکثر افرادی که این رشته را انتخاب می‌کنند به پزشکی علاقه‌مند هستند، اما باید توجه داشت که ظرفیت دانشگاه‌ها در این زمینه محدود است. بسیاری از فارغ‌التحصیلان دانشگاهی این گروه نیز در مراکز درمانی و بهداشتی مشغول به کار می‌شوند. همچنین اگر علاقه‌مند به گرایش‌های خوبی همچون دبیری، علوم تغذیه، پرستاری، مامایی و... هستید، باید در رشته تجربی تحصیل کنید، کنکور تجربی بدهید و از این طریق وارد این رشته شوید. بیشتر دانشمندان جهان در یکی از چهار گرایش علوم تجربی شاخص هستند. رشته تجربی پایه و اساس



تحصیل در رشته‌های ارزشمند دیگری همچون: زیست‌شناسی، شیمی، زمین‌شناسی، فیزیک و گرایش‌های زیرمجموعه این علوم است.

دانش‌آموزان شرکت‌کننده در این گروه آزمایشی پس از قبولی در کنکور می‌توانند در رشته‌های مهندسی همچون: شیمی، پزشکی، کشاورزی، منابع طبیعی و... تحصیل کنند.

#### تمام رشته‌های تجربی مربوط به حوزه پزشکی نیستند.

با توجه به اینکه هر ساله نوع سؤالات این رشته دستخوش تغییرات فراوانی می‌شود و بیشتر به سمت مفهومی شدن می‌رود، بهتر است برای قبولی در این رشته با نوع سؤالات و تعداد آن در جلسه کنکور آشنا شوید تا بتوانید برنامه مناسبی برای موفقیت داشته باشید.

از آنجایی که استقبال از رشته تجربی در سال‌های اخیر به شدت زیاد شده است، بنابراین دانش‌آموزان این رشته رقابت بیشتری را در کنکور سراسری شاهد خواهند بود.

### ♦ بازار کار رشته تجربی

باید آشنایی کاملی از شغل‌های مربوط به رشته انتخابی خود در دبیرستان داشته باشید، چراکه قرار است با این رشته شغل آینده خود را انتخاب کنید و جذب بازار کار شوید.

رشته تجربی نیز مانند رشته‌های ریاضی و فیزیک، علوم انسانی و رشته‌های فنی و حرفه‌ای، رشته‌های دانشگاهی متنوعی دارد ولی تصویری که اغلب در بین خانواده‌ها از رشته تجربی ایجاد شده این است که عاقبت تحصیل در رشته تجربی حتماً به دکتر شدن (پزشکی، داروسازی و...) ختم می‌شود!

درست است که الان بازار کار پزشکی عالی است و جزو پردرآمدترین رشته‌ها محسوب می‌شود، اما نباید صرفاً به این دلیل در انتخاب رشته سال نهم، رشته تجربی را انتخاب کنید، چراکه اگر علاقه به این رشته نداشته باشید مطمئناً در این رشته موفق نخواهید بود.

با توجه به اینکه پزشکی جزو پرطرفدارترین رشته‌ها در کنکور سراسری قبولی در رشته پزشکی است، اصلاً آسان نیست و باید قدم در مسیر سختی بگذارید چراکه رقابت زیادی دارید. پس برای موفقیت و داشتن رضایت از زندگی باید رشته انتخابی خود را با دقت و تحقیق کافی انتخاب کنید.

حدود ۵ یا ۶ سال پیش رشته ریاضی از محبوبیت بالایی برخوردار بود و تمامی دانش‌آموزان باهوش و درس‌خوان مدارس به سمت این رشته سوق پیدا می‌کردند، این روزها هم تب رشته تجربی بالا گرفته است و اغلب دانش‌آموزان تمایل دارند در این رشته درس بخوانند.

این اتفاق به دلیل آگاهی ناکافی خانواده‌ها از فرایند استعدادیابی و انتخاب رشته صورت می‌گیرد. اگر فردی در آشنایان نزدیک یا دور نتوانسته به موفقیت برسد، دلیل بر این نیست که شما نیز در آن حوزه نمی‌توانید موفق شوید.

نوابغ دنیا معمولاً از حوزه و گرایش‌های گوناگونی بوده‌اند. به‌عنوان مثال، مریم میرزاخانی، دکتر حسابی، ارسطو، ابوعلی‌سینا، سعدی، شکسپیر، پیکاسو و بتهوون، که هرکدام در علم مخصوص به خود نابغه بوده‌اند.

موفقیت زمانی رخ می‌دهد که شما خودتان و علایقتان را بشناسید، به‌درستی تصمیم بگیرید، به‌درستی انتخاب کنید و مسیر درست را پیش بگیرید.

باید بدانید برای قبولی و تحصیل در این رشته شما باید از علاقه کافی و مهم‌تر از همه استعداد و توانایی لازم برای مقابله با مسائل و مشکلات پیش‌رو برخوردار باشید، در غیر این صورت نه‌تنها موفق نخواهید شد، بلکه ممکن است در نیمه راه از انتخاب خود پشیمان شوید.

#### ♦ پیشنهاد

در صورتی که از اکنون قصد برنامه‌ریزی برای ادامه تحصیل در دانشگاه‌ها و مؤسسات آموزش عالی را دارید می‌توانید به لینک پیوست در ضمیمه کتاب مراجعه کرده و محتویات دو فایل PDF زیر را مطالعه و بررسی کنید (دو فایل زیر فقط به‌عنوان نمونه و مربوط به سال تحصیلی ۱۳۹۸ است).

۱- راهنمای ثبت‌نام و شرکت در آزمون سراسری ورود به دانشگاه‌ها؛

۲- دفترچه انتخاب رشته.



### ♦ انواع تیپ‌های شخصیت‌شناسی هالند

در تست هالند افراد در تیپ شخصیتی واقع‌گرا، جست‌وجوگر، هنری، اجتماعی، متهور و قراردادی قرار می‌گیرند. با توجه به نظریه هالند افراد در تعامل با محیط زندگی خود و با توجه به ویژگی‌های شخصیتی خود برخی از مشاغل را ترجیح می‌دهند. در تست هالند هر تیپ شخصیتی ویژگی‌های خاصی دارد و به دنبال آن‌ها مشاغل خاصی نیز به او پیشنهاد می‌شود.



#### ۱- تیپ جست‌وجوگر

تیپ من بر اساس نظریه هالند

تیپ من جست‌وجوگر است. اگر مایل هستی با تیپ جست‌وجوگر بیشتر آشنا شوی محتوای جدول زیر را دقیق مطالعه کن.

#### ▪ خصوصیات بارز تیپ جست‌وجوگر

از خصوصیات بارز افرادی که در این طبقه قرار می‌گیرند می‌توان تفکر، سازمان‌دهی و قدرت استدلال را نام برد. این طبقه از افراد روابط اجتماعی را زیاد دوست ندارند، کمتر به تغییر رشته تحصیلی در دانشگاه می‌پردازند، گاه به رؤیاپردازی در مورد پیشرفت‌های آینده خود مبادرت می‌ورزند و از انجام مشاغل پیچیده که نیاز به تفکر دارد لذت می‌برند. این افراد خلاق، مستقل، پیشرونده، کم‌رو و محتاط هستند.

توانایی‌های من	توانایی علمی و پژوهشی
مهارت‌های قابل‌رشد من	مهارت‌های تحلیل‌گرایانه، تکنیکال و تخصصی، علوم و فن بیان
آرمان‌ها و رؤیاهای من	پایداری و بی‌طرفی در حل معضلات، ثبت علم جدید، فهم یا حل مسائل
مهارت‌های فردی و سبک خودکارآمدی من	فعالیت‌های فکری یا تحلیل‌گرایانه برای چاره‌اندیشی یا ابتکار و استفاده از علم
دغدغه‌های من	رشد، توسعه یا کسب علم
نظر دیگران در مورد من	کناره‌گیر، متفکر
اجتناب‌های من	متقاعد کردن دیگران با فعالیت‌های بازاریابی
ارزیابی من از خودم	تحلیل‌گر، باهوش، دیرباور، درگیر با ابهامات و دارای قابلیت‌های پژوهشی، ضعف در روابط میان‌فردی

توانایی‌های من	توانایی علمی و پژوهشی
به این فعالیت‌ها علاقه دارم	کاووشگری، فهم و پیش‌بینی یا کنترل پدیده‌های طبیعی و اجتماعی
<ul style="list-style-type: none"> <li>• نمونه‌هایی از مشاغل مرتبط با تیپ <b>جست‌وجوگر</b></li> <li>• شاخه و رشته‌های تحصیلی پیشنهادی برای این تیپ</li> </ul>	<p>پزشک، فیزیکی‌دان، جراح، شیمی‌دان، دندان‌پزشک، ریاضی‌دان، داروساز، علوم و فنون هسته‌ای، مهندسی هوافضا، اقتصاددان، مهندس طراح سیستم، دام‌پزشک، زمین‌شناس، زیست‌شناس، نویسنده مقالات علمی، جامعه‌شناس، ستاره‌شناس، مهندس نرم‌افزار کامپیوتر، جامعه‌شناس، مهندس (عمران، الکترونیک، ژنتیک و...)، مهندس و برنامه‌ریز کامپیوتر، پژوهشگر آزاد، روان‌پزشک، روان‌شناس، استاد دانشگاه، بیولوژیست، میکروبیولوژی، بیوشیمی، علم جغرافیا، مهندس برق قدرت</p> <p><b>خلاصه:</b> هر نوع رشته تحصیلی و شغلی که به داده‌ها پردازد و مستلزم پژوهش و تحقیق مداوم باشد.</p> <p>صنعتی، کشاورزی، دانشجوی افسری ارتش، تربیت‌بدنی و فنی‌وحرفه‌ای</p>
<p>تجربیات و وراثت خاص یک فرد جست‌وجوگر به ترجیح فعالیت‌هایی منجر می‌شود که پیامد آن بررسی خلاق مشاهده‌ای، نمادی و منظم پدیده‌های فیزیکی، زیست‌شناختی و فرهنگی به‌منظور فهم و کنترل این پدیده‌ها، و اجتناب از فعالیت‌های ترغیبی، اجتماعی و تکراری است. این تمایلات رفتاری به نوبه خود منتهی به اکتساب صلاحیت‌های علمی و محاسباتی و کمبودی در قابلیت‌های ترغیب‌کننده می‌شود. رشد این الگوی فعالیت‌ها، صلاحیت‌ها و علایق جست‌وجوگرانه فردی را به وجود می‌آورد که رفتارهای زیر را از خود نشان می‌دهد:</p> <p>۱- مشاغل یا موقعیت‌های جست‌وجوگرانه را ترجیح می‌دهد تا در آن موقعیت‌ها بتواند به فعالیت‌های مرجح مبادرت ورزد و از فعالیت‌هایی که مقتضی مشاغل متهورانه است دوری کند؛</p> <p>۲- برای حل مشکلاتی که در کار و محیط‌های دیگر وجود دارد از صلاحیت‌های جست‌وجوگرانه استفاده می‌کند؛</p> <p>۳- خود را فردی محقق، روشنفکر، دارای توانایی‌های علمی و ریاضی و فاقد توانایی رهبری می‌پندارد؛</p> <p>۴- برای علم ارزش قائل می‌شود.</p> <p>از آنجاکه شخص جست‌وجوگر دارای این ترجیح‌ها، صلاحیت‌ها، خودادراکی‌ها و ارزش‌هاست، مستعد ویژگی‌های زیر است:</p> <p>تحلیل‌گر، مستقل، منطقی، هشیار، روشنفکر، خوددار، منتقد، درون‌نگر، کناره‌گیر، پیچیده، بدبین، فروتن، کنجکاو، دقیق و غیرمحبوب</p>	<p>در مورد تیپ <b>جست‌وجوگر</b> بیشتر بدانیم</p>

طبق نظریه‌ی مایرز-بریگز (MBTI) تیپ شخصیتی من کدام است؟

همان‌طور که قبلاً اشاره شد این نظریه متشکل از چهار تیپ شخصیتی است که عبارت‌اند از:

۱- درون‌گرا / برون‌گرا      ۳- فکری، منطقی / احساسی، عاطفی

۲- شمی، شهودی / حسی، تجربی      ۴- در پذیرش، فرایندگرا / قضاوت‌گر، اتمام‌گر

من «درون‌گرا» هستم یا «برون‌گرا»؟

### ویژگی افراد برون‌گرا / درون‌گرا

#### «الف»

به دنیای ذهنی افراد اشاره می‌کند: دوست دارید به مسائل دنیای بیرونی بپردازید و بیندیشید (همانند تعامل با مردم، حوادث) یا به دنیای درونی و ذهنی خودتان (همانند عقاید و عواطف خود)؟

در جدول زیر، کنار تمام جملاتی که فکر می‌کنید در مورد خود می‌توانید بگویید علامت (✓) بگذارید.

E برون‌گرا	I درون‌گرا
<p>معاشرتی</p> <p>پرانرژی</p> <p>افکار خویش را بلند بر زبان می‌آورید.</p> <p>معاشرت گروهی را دوست دارید.</p> <p>رک و بی‌پروا صحبت می‌کنید.</p> <p>از تعامل با دیگران لذت می‌برید.</p>	<p>خوددار</p> <p>پرهیز از جاهای شلوغ</p> <p>علاقه‌مند به ملاقات‌های تک‌به‌تک</p> <p>اشتیاق و احساسات خود را کمتر بروز می‌دهید.</p> <p>افکارتان را برای خود نگه می‌دارید.</p> <p>سرگرم کردن دوستان صمیمی در مکان‌های دنج</p>
<p>به نظر خودتان و نظر پدر و مادرتان، آیا شما درون‌گرا (I) هستید یا برون‌گرا (E)؟ .....</p>	

## من «حسی، تجربی» هستم یا «شمی، شهودی»؟

## ویژگی افراد حسی، تجربی / شمی، شهودی

«ب»

به نحوه توجه افراد به رویدادها، خبرها و تجربه‌های زندگی شخصی اشاره می‌کند: دوست دارید بیشتر به شواهد عینی، جزئیات و واقعیات توجه کنید یا مایلید بر مفاهیم کلی و غیرعینی، احتمالات و روابط میان ایده‌ها، رویدادها و مردم متمرکز شوید؟

در جدول زیر، کنار تمام جملاتی که فکر می‌کنید در مورد خود می‌توانید بگویید علامت (✓) بگذارید.

S حسی، تجربی	N شمی، شهودی
مبتنی بر واقعیات هستید.	عقلانه می‌اندیشید.
از روی تجارب کار می‌کنید.	به دنبال کاری بزرگ هستید.
اهل عمل هستید.	نوآور هستید.
بدون تظاهر کار می‌کنید.	گزینه‌ها را بررسی می‌کنید.
به جزئیات اهمیت می‌دهید.	از ایده‌های جدید لذت می‌برید.
کم اشتباه می‌کنید.	آینده‌گرا هستید.
به نظر خودتان و نظر پدر و مادرتان، آیا شما شمی، شهودی (N) هستید یا حسی، تجربی (S)؟ .....	

من «فکری، منطقی» هستم یا «احساسی، عاطفی»؟

ویژگی افراد فکری، منطقی / احساسی، عاطفی

«ج»

به روش تصمیم‌گیری افراد اشاره می‌کند: دوست دارید تصمیمات خود را مبتنی بر تحلیل‌های غیرشخصی بگیرید، یا مایلید تصمیمات شما بر اساس نظرات، عواطف و احساسات شخصی باشد؟

در جدول زیر، کنار تمام جملاتی که فکر می‌کنید در مورد خود می‌توانید بگویید علامت (✓) بگذارید.

T فکری، منطقی	F احساسی، عاطفی
منطقی	شریف
معقول	رابطه‌مدار
هدفمند	سازگار و هماهنگ
تحلیل‌گر	مبنای تصمیم‌گیری بر اساس ارزش‌های فردی
منصف	دلسوز
در جست‌وجوی دانش	وفادار و حامی

به نظر خودتان و نظر پدر و مادرتان، آیا شما احساسی، عاطفی (F) هستید یا فکری، منطقی (T)؟ .....



من «در پذیرش، فرایندگرا» هستم یا «قضاوت‌گرا، اتمام‌گر»؟

ویژگی افراد در پذیرش، فرایندگرا / قضاوت‌گرا، اتمام‌گر

«د»

به شیوه و سبک انجام امور و کارها اشاره می‌کند: دوست دارید مطابق یک چارچوب مشخص، با برنامه و زمان‌بندی شده کار کنید، یا ترجیح می‌دهید اول گزینه‌های مختلف را (تا آنجایی که می‌توانید) بررسی کنید و بعد به انجام امور خود بپردازید؟

در جدول زیر، کنار تمام جملاتی که فکر می‌کنید در مورد خود می‌توانید بگویید علامت (✓) بگذارید.

J. قضاوت‌گرا، اتمام‌گر	P در پذیرش، فرایندگرا
مصمم	انعطاف‌پذیر
با برنامه	خودانگیخته
سازمان‌یافته	تمام گزینه‌ها را بررسی می‌کنید.
هدفمند	تطبیق‌پذیر
دارای مقاصد مشخص	لذت از تنوع
عجول	دوست دارید گزینه‌ها (موارد، مسائل) را آزاد بگذارید.
<p>به نظر خودتان و نظر پدر و مادرتان، آیا شما در پذیرش، فرایندگرا (P) هستید یا قضاوت‌گرا، اتمام‌گر (J)؟ .....</p>	

اکنون آنچه در جدول‌های الف، ب، ج و د، یادداشت کردید، در قسمت زیر مجدد علامت بزنید.

(J) قضاوت‌گرا، اتمام‌گرا <input type="checkbox"/>	(F) احساسی، عاطفی <input type="checkbox"/>	(N) شمی، شهودی <input type="checkbox"/>	(E) برون‌گرا <input type="checkbox"/>
(P) در پذیرش، فرایندگرا <input type="checkbox"/>	(T) فکری، منطقی <input type="checkbox"/>	(S) حسی، تجربی <input type="checkbox"/>	(I) درون‌گرا <input type="checkbox"/>

مثال: فرضاً اگر شما E و S و F و J را علامت گذاشته باشید، تیپ شما «ESFJ» خواهد بود.

به‌طور کلی شما یکی از ۱۶ تیپ شخصیتی زیر را خواهید داشت.

4) INTP	3) INFP	2) ISFP	1) ISTP
۱- درون‌گرا	۱- درون‌گرا	۱- درون‌گرا	۱- درون‌گرا
۲- شمی، شهودی	۲- شمی، شهودی	۲- حسی، تجربی	۲- حسی، تجربی
۳- فکری، منطقی	۳- احساسی، عاطفی	۳- احساسی، عاطفی	۳- فکری، منطقی
۴- در پذیرش، فرایندگرا	۴- در پذیرش، فرایندگرا	۴- در پذیرش، فرایندگرا	۴- در پذیرش، فرایندگرا

8) ENTJ	7) ENFJ	6) ESFJ	5) ESTJ
۱- برون‌گرا	۱- برون‌گرا	۱- برون‌گرا	۱- برون‌گرا
۲- شمی، شهودی	۲- شمی، شهودی	۲- حسی، تجربی	۲- حسی، تجربی
۳- فکری، منطقی	۳- احساسی، عاطفی	۳- احساسی، عاطفی	۳- فکری، منطقی
۴- قضاوت‌گرا، اتمام‌گر	۴- قضاوت‌گرا، اتمام‌گر	۴- قضاوت‌گرا، اتمام‌گر	۴- قضاوت‌گرا، اتمام‌گر

12) INTJ	11) INFJ	10) ISFJ	9) ISTJ
۱- درون‌گرا	۱- درون‌گرا	۱- درون‌گرا	۱- درون‌گرا
۲- حسی، تجربی	۲- حسی، تجربی	۲- حسی، تجربی	۲- حسی، تجربی
۳- فکری، منطقی	۳- فکری، منطقی	۳- فکری، منطقی	۳- فکری، منطقی
۴- قضاوت‌گرا، اتمام‌گر	۴- قضاوت‌گرا، اتمام‌گر	۴- قضاوت‌گرا، اتمام‌گر	۴- قضاوت‌گرا، اتمام‌گر

16) ENTP	15) ENFP	14) ESFP	13) ESTP
۱- برون‌گرا	۱- برون‌گرا	۱- برون‌گرا	۱- برون‌گرا
۲- شمی، شهودی	۲- شمی، شهودی	۲- حسی، تجربی	۲- حسی، تجربی
۳- فکری، منطقی	۳- احساسی، عاطفی	۳- احساسی، عاطفی	۳- فکری، منطقی
۴- در پذیرش، فرایندگرا	۴- در پذیرش، فرایندگرا	۴- در پذیرش، فرایندگرا	۴- در پذیرش، فرایندگرا

تجربیات دانشگاه تولیدو <sup>۱</sup> افرادی با تیپ شخصیتی ISTP افرادی عمل‌گرا و نامنظم که عاشق کارهای سخت و پیچیده هستند، همین موضوع می‌تواند نشان دهد که چرا چنین افرادی عاشق رشته اقتصاد می‌شوند. از جمله رشته‌های معرفی شده «دانشگاه تولیدو» برای این نوع تیپ شخصیتی: بیولوژی، مدیریت مالی، قانون و اجتماع، اندیشه، زمین‌شناسی، اقتصاد، تئاتر و ریاضیات	۱- اگر تیپ شخصیتی شما ISTP است، محیط کار ترجیحی شما ویژگی‌های زیر را خواهد داشت: • محیط کاری شامل افراد عمل‌گرا که از فرصت‌ها استفاده می‌کنند. • محیطی که گرایش به کار پروژه‌ای دارند. • محیطی بدون قوانین دست و پاگیر، محیط مروج استقلال. • محیطی که در آن مشکلات آنی برای حل کردن وجود داشته باشد. • محیطی که امکان دستیابی به تجربیات مختلف را ایجاد کند.
---	---

۱- دانشگاه تولیدو (که در اوهایو ایالت متحده آمریکا واقع شده است)، رشته‌های ارائه شده‌اش را براساس تیپ‌های شخصیتی (MBTI) دانشجویان دسته‌بندی کرده است که در ادامه به معرفی این لیست از دانشگاه تولیدو می‌پردازیم.

<p><b>تجربیات دانشگاه تولیدو</b>  <b>افرادى با تیپ شخصیتی ISFP</b>  افرادى آرام، مهربان و بسیار حساس هستند که باعث مى‌شود روان‌شناس و پرستار خوبی شوند. اما ویژگی بد این افراد این است که اغلب تک‌رو هستند و علاقه‌ای به عضویت در یک تیم خاص ندارند.  <b>از جمله رشته‌های معرفی شده «دانشگاه تولیدو» برای این نوع تیپ شخصیتی:</b>  هنر، روان‌شناسی، تربیت‌بدنی، قانون و اجتماع، اندیشه، زبان‌های خارجی و پرستاری</p>	<p><b>۲- اگر تیپ شخصیتی شما ISFP است، محیط کار ترجیحی شما ویژگی‌های زیر را خواهد داشت:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• محیطی شامل افراد با روحیه که از کار لذت می‌برند.</li> <li>• محیطی که امکان ایجاد فضای خصوصی داشته باشد.</li> <li>• محیطی دارای افراد سازگار</li> <li>• محیطی که از نظر هنری جذاب باشد.</li> <li>• محیطی شامل همکاران مؤدب</li> <li>• محیطی مردمی</li> </ul>
<p><b>تجربیات دانشگاه تولیدو</b>  <b>افرادى با تیپ شخصیتی INFP</b>  افرادى آرمان‌گرا که به شدت روی ارزش‌ها و باورهای خود متعصب هستند. علاقه‌مند درک و کمک به دیگران هستند. افراد بسیار وفادار هستند و از کمک به دیگران لذت می‌برند.  <b>از جمله رشته‌های معرفی شده دانشگاه تولیدو برای این نوع تیپ شخصیتی:</b>  مدیریت، تاریخ، مهندسی پزشکی، زبان‌های خارجی، موسیقی، روان‌شناسی، مذهب و مددکاری اجتماعی</p>	<p><b>۳- اگر تیپ شخصیتی شما INFP است، محیط کار ترجیحی شما ویژگی‌های زیر را خواهد داشت:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• محیطی شامل افراد متعهد که به ارزش‌های دیگران احترام می‌گذارند.</li> <li>• فضای سرشار از همکاری</li> <li>• محیطی انعطاف‌پذیر</li> <li>• محیطی غیربوروکراتیک</li> <li>• محیطی آرام و ساکت</li> <li>• محیطی که ایجادکننده زمانی برای تفکر است.</li> </ul>
<p><b>تجربیات دانشگاه تولیدو</b>  <b>افرادى با تیپ شخصیتی INTP</b>  افرادى با این تیپ شخصیتی که اغلب با عنوان متفکران نیز شناخته می‌شوند، عاشق تنهایی، ایده‌ها و تئوری‌های جدید هستند. آن‌ها معمولاً افرادی ساکت، متفکر و محافظه‌کار هستند که تمایل دارند، بیشتر زمان خود را به تجزیه و تحلیل و حل مشکلات اختصاص دهند.  <b>از جمله رشته‌های معرفی شده دانشگاه تولیدو برای این نوع تیپ شخصیتی:</b>  آینده‌پژوهی، شیمی، سیستم‌های اطلاعاتی، حقوق کیفری، اقتصاد، مدیریت مالی، تاریخ و فیزیک</p>	<p><b>۴- اگر تیپ شخصیتی شما INTP است، محیط کار ترجیحی شما ویژگی‌های زیر را خواهد داشت:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• محیطی شامل افراد علاقه‌مند به حل مسائل پیچیده</li> <li>• محیطی خلوت</li> <li>• محیط پرورش‌دهنده استقلال</li> <li>• محیطی انعطاف‌پذیر</li> <li>• محیطی آرام</li> <li>• محیطی غیرتشکیلاتی</li> <li>• محیطی که تصمیمات شخصی را ارج می‌نهد.</li> </ul>

<p><b>تجربیات دانشگاه تولیدو</b>  <b>ESTJ</b> افرادی با تیپ شخصیتی          تیپ شخصیتی ESTJ افرادی مسئولیت‌پذیر، وفادار و سخت‌کوش هستند که به سنت‌ها پایبند هستند و علاقهٔ بسیاری به ایجاد نظم در سیستم‌ها دارند.  <b>از جمله رشته‌های معرفی شدهٔ دانشگاه تولیدو برای این نوع تیپ شخصیتی:</b>          مهندسی مکانیک، روابط عمومی، موسیقی، حسابداری، مدیریت مالی، علوم سیاسی و دندان‌پزشکی</p>	<p><b>۵- اگر تیپ شخصیتی شما ESTJ است، محیط کار ترجیحی شما ویژگی‌های زیر را خواهد داشت:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• محیطی متشکل از افراد سخت‌کوش و حساس به انجام صحیح کارها</li> <li>• محیطی وظیفه‌گرا</li> <li>• محیطی سازمان‌یافته</li> <li>• محیطی که قابل‌پیش‌بینی است.</li> <li>• محیطی متمرکز بر کارایی</li> <li>• محیطی که رسیدن به اهداف را ارج می‌نهد.</li> </ul>
<p><b>تجربیات دانشگاه تولیدو</b>  <b>ESFJ</b> افرادی با تیپ شخصیتی          افرادی مهربان، خونگرم، اجتماعی و محبوب هستند که این ویژگی‌های شخصیتی، آن‌ها را به سمت رشته‌هایی همچون پرستاری و روان‌شناسی سوق می‌دهد.  <b>از جمله رشته‌های معرفی شدهٔ دانشگاه تولیدو برای این نوع تیپ شخصیتی:</b>          روان‌شناسی، بازاریابی، پرستاری، فیزیک، مذهب، مددکاری اجتماعی، زبان‌شناسی و پاتولوژی</p>	<p><b>۶- اگر تیپ شخصیتی شما ESFJ است، محیط کار ترجیحی شما ویژگی‌های زیر را خواهد داشت:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• محیطی شامل افراد وظیفه‌شناس، یاور و مردمی که به دیگران کمک می‌کنند.</li> <li>• محیطی شامل افراد و سیستم‌های هدفمند</li> <li>• محیطی سازمان‌یافته</li> <li>• محیطی دوستانه</li> <li>• محیطی دارای افراد قدردان</li> <li>• محیطی دارای افراد باحساس</li> <li>• محیطی که بر اساس شواهد عینی عمل می‌کند.</li> </ul>
<p><b>تجربیات دانشگاه تولیدو</b>  <b>ENFJ</b> افرادی با تیپ شخصیتی          افرادی که تیپ شخصیتی آن‌ها را با عنوان قهرمانان نیز می‌شناسیم، رهبرانی هستند که به تمایلات و خواسته‌های زیردستان خود بسیار اهمیت می‌دهند و خود نیز به رهبرانی محبوب تبدیل می‌شوند.  <b>از جمله رشته‌های معرفی شدهٔ دانشگاه تولیدو برای این نوع تیپ شخصیتی:</b>          ارتباطات، روان‌شناسی، مدیریت، بازاریابی، روابط عمومی، شهرسازی و زبان‌های خارجی</p>	<p><b>۷- اگر تیپ شخصیتی شما ENFJ است، محیط کار ترجیحی شما ویژگی‌های زیر را خواهد داشت:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• محیطی شامل افرادی که به تغییرات برای بهبود دیگران توجه دارند.</li> <li>• محیطی مردم‌گرا</li> <li>• محیطی حمایت‌کننده و اجتماعی</li> <li>• محیطی دارای روحیهٔ هماهنگی</li> <li>• محیطی مشوق در جهت خودابرازی</li> <li>• محیطی جافتاده</li> <li>• محیطی مرتب و منظم</li> </ul>

<p><b>تجربیات دانشگاه تولیدو</b></p> <p>افرادی با تیپ شخصیتی ENTJ افراد با اراده‌ای که توانایی عجیبی در رهبری و مدیریت دارند. این افراد مدیران قدرتمندی می‌شوند، چراکه توانایی آن‌ها در کنترل و هدایت مردم بسیار بالاست.</p> <p><b>از جمله رشته‌های معرفی شده دانشگاه تولیدو برای این نوع تیپ شخصیتی:</b></p> <p>اقتصاد، دبیری، مدیریت، کسب‌وکارهای بین‌المللی، علوم سیاسی، انسان‌شناسی و جامعه‌شناسی</p>	<p>۸- اگر تیپ شخصیتی شما ENTJ است، محیط کار ترجیحی شما ویژگی‌های زیر را خواهد داشت:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• محیطی شامل افراد نتیجه‌گرا و علاقه‌مند به حل مسائل پیچیده</li> <li>• محیطی هدف‌گرا</li> <li>• محیطی دارای سیستم و افراد کارآمد</li> <li>• محیطی مساعد برای دست‌وپنجه نرم کردن</li> <li>• محیطی مشوق قاطعیت</li> <li>• محیطی دارای افرادی با افکار قاطع</li> <li>• محیطی ساختاریافته</li> </ul>
<p><b>تجربیات دانشگاه تولیدو</b></p> <p>افرادی با تیپ شخصیتی ISTJ این تیپ شخصیتی که با عنوان تدارکات‌چی نیز خوانده می‌شود، نمایانگر افرادی مسئولیت‌پذیر و قابل‌اعتماد است که باعث می‌شود این افراد در حوزه مالی فوق‌العاده باشند. همچنین این افراد بسیار قانون‌محور هستند و از خارج شدن از چارچوب‌ها خوششان نمی‌آید و همین امر نیز از آن‌ها بهترین حقوق‌دان‌ها را به بار می‌آورد.</p> <p><b>از جمله رشته‌های معرفی شده دانشگاه تولیدو برای این نوع تیپ شخصیتی:</b></p> <p>حسابداری، بیولوژی، حقوق کیفری، مدیریت مالی، تربیت‌بدنی، زمین‌شناسی، مهندسی پزشکی و مهندسی عمران</p>	<p>۹- اگر تیپ شخصیتی شما ISTJ است، محیط کار ترجیحی شما ویژگی‌های زیر را خواهد داشت:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• محیطی شامل افرادی سخت‌کوش</li> <li>• محیط کاری متمرکز بر شواهد عینی</li> <li>• محیط کاری که افراد ثابت‌قدم را ارج می‌نهد.</li> <li>• محیط ساختاریافته (سازمانی)</li> <li>• محیط منظم</li> <li>• کاری پیوسته با فضایی آرام و اختصاصی</li> </ul>
<p><b>تجربیات دانشگاه تولیدو</b></p> <p>افراد با تیپ شخصیتی ISFJ اغلب، افرادی احساساتی هستند که برای نیازها و خواسته‌های دیگران اهمیت بسیاری قائل هستند، از همین رو، بهترین گزینه برای رشته‌های روان‌شناسی و مددکاری اجتماعی محسوب می‌شوند.</p> <p><b>از جمله رشته‌های معرفی شده دانشگاه تولیدو برای این نوع تیپ شخصیتی:</b></p> <p>حقوق کیفری، روان‌شناسی، مدیریت مالی، تاریخ، مهندسی پزشکی، دین و مذهب و مددکاری اجتماعی</p>	<p>۱۰- اگر تیپ شخصیتی شما ISFJ است، محیط کار ترجیحی شما ویژگی‌های زیر را خواهد داشت:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• محیطی شامل افراد وظیفه‌شناس که کارهایی با ساختار مناسب انجام می‌دهند.</li> <li>• محیطی کاملاً ساختاریافته</li> <li>• محیطی آرام و ساکت</li> <li>• محیطی کارآمد</li> <li>• محیطی که امکان تنهایی و آرامش را فراهم می‌آورد.</li> <li>• محیطی وظیفه‌گرا</li> </ul>

<p><b>تجربیات دانشگاه تولیدو</b>  <b>افرادى با تیپ شخصیتی INFJ</b>          افراد این تیپ شخصیتی که با عنوان حامی نیز شناخته می‌شوند، افرادی ایده‌آل‌گرا، نظم‌دوست و هدفمند هستند. این افراد اغلب به دنبال برقراری ارتباطات سالم و مؤثر در زندگی خود هستند و در هر کاری به دنبال هدف و غایت آن کار می‌گردند.  <b>از جمله رشته‌های معرفی شده دانشگاه تولیدو برای این نوع تیپ شخصیتی:</b>          هنر، ارتباطات، روان‌شناسی، زبان، بازاریابی، پرستاری، فیزیک، جامعه‌شناسی و شهرسازی</p>	<p><b>۱۱- اگر تیپ شخصیتی شما INFJ است، محیط کار ترجیحی شما ویژگی‌های زیر را خواهد داشت:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• محیطی شامل افرادی که بر کمال مطلوب انسانی متمرکزند.</li> <li>• محیطی به وجود آورنده خلاقیت</li> <li>• محیطی هماهنگ</li> <li>• محیطی آرام</li> <li>• محیطی دارای احساسات شخصی</li> <li>• محیطی که فضایی برای تفکر داشته باشد.</li> <li>• محیطی سازمان‌یافته</li> </ul>
<p><b>تجربیات دانشگاه تولیدو</b>  <b>افرادى با تیپ شخصیتی INTJ</b>          این تیپ شخصیتی عاشق تجزیه و تحلیل هستند و به دلیل توانایی قدرتمندی که در طراحی استراتژی‌های خوب دارند، می‌توانند بهترین گزینه برای مدیریت کسب‌وکار باشند. همچنین قدرت تحلیل بالا آن‌ها را به ریاضیدانانی قوی و مدیران مالی مؤثر تبدیل می‌کند.  <b>از جمله رشته‌های معرفی شده دانشگاه تولیدو برای این نوع تیپ شخصیتی:</b>          بیوشیمی، روان‌شناسی، مدیریت مالی، ریاضیات، جامعه‌شناسی، شهرسازی، محیط زیست و مدیریت کسب‌وکار</p>	<p><b>۱۲- اگر تیپ شخصیتی شما INTJ است، محیط کار ترجیحی شما ویژگی‌های زیر را خواهد داشت:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• محیطی شامل افراد قاطع که به چشم‌اندازهای دور توجه دارند.</li> <li>• محیطی دارای فضایی برای تفکر</li> <li>• محیطی کارآمد و کارا</li> <li>• محیطی با افراد پربار و کاری</li> <li>• محیطی مشوق خودمختاری</li> <li>• محیطی دارای فضایی برای نوآوری</li> <li>• محیطی وظیفه‌گرا</li> </ul>
<p><b>تجربیات دانشگاه تولیدو</b>  <b>افرادى با تیپ شخصیتی ESTP</b>          این‌ها افرادی عجول، ریسک‌پذیر و مبتکر هستند، قوانین و چارچوب‌ها را زیر پا می‌گذارند و تلاش می‌کنند سریعاً تغییرات لازم را در زندگی خود ایفا کنند، به همین دلیل است که کاملاً انعطاف‌پذیر هستند و سریعاً خود را در مسیر درست قرار می‌دهند.  <b>از جمله رشته‌های معرفی شده دانشگاه تولیدو برای این نوع تیپ شخصیتی:</b>          هنر، بیولوژی، سیستم‌های اطلاعاتی، مهندسی پزشکی، محیط زیست و تئاتر</p>	<p><b>۱۳- اگر تیپ شخصیتی شما ESTP است، محیط کار ترجیحی شما ویژگی‌های زیر را خواهد داشت:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• محیطی شامل افراد سرزنده و نتیجه‌گرا که تجربیات جدید را ارج می‌نهند.</li> <li>• محیطی فاقد بوروکراسی</li> <li>• محیطی که زمانی برای تفریح دارد.</li> <li>• محیطی که انعطاف‌پذیری در کار ایجاد می‌کند.</li> <li>• محیطی مبتنی بر فنون</li> <li>• محیطی با ظاهری جذاب</li> <li>• محیطی که برآورنده نیازهای آنی است.</li> </ul>

<p><b>تجربیات دانشگاه تولیدو</b>  <b>افرادى با تیپ شخصیتی ESFP</b>  معمولاً افرادی هستند که تفریح، سرگرمی و شادی مهم‌ترین هدف زندگی آن‌هاست. این افراد واقع‌بین هستند و به دنبال تجربه‌های جدید در زندگی خود هستند. مهارت‌های ارتباطی و حس همدلی آن‌ها را به بهترین گزینه برای رشته‌های مددکاری اجتماعی و پرستاری تبدیل می‌کند.  <b>از جمله رشته‌های معرفی شده دانشگاه تولیدو برای این نوع تیپ شخصیتی:</b>  روانشناسی، تربیت بدنی، زمین‌شناسی، پرستاری، زبان‌شناسی و مددکاری اجتماعی</p>	<p><b>۱۴- اگر تیپ شخصیتی شما ESFP است، محیط کار ترجیحی شما ویژگی‌های زیر را خواهد داشت:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• محیطی متشکل از افراد پرنرژی و آسان‌گیر که بر واقعیت متمرکز هستند.</li> <li>• محیطی سرزنده</li> <li>• محیطی عمل‌گرا</li> <li>• محیطی شامل افراد انعطاف‌پذیر</li> <li>• محیطی با هماهنگی</li> <li>• محیطی جذاب</li> </ul>
<p><b>تجربیات دانشگاه تولیدو</b>  <b>افرادى با تیپ شخصیتی ENFP</b>  افرادى که دارای این تیپ شخصیتی هستند، اغلب به ایده‌پردازی علاقه دارند و همین باعث می‌شود که در رشته‌هایی همچون هنر و بازاریابی موفق‌تر عمل کنند. خوش‌مشربی از استعدادهای برجسته آن‌هاست که باعث می‌شود به رشته‌هایی همچون ارتباطات علاقه وافری داشته باشند.  <b>از جمله رشته‌های معرفی شده دانشگاه تولیدو برای این نوع تیپ شخصیتی:</b>  انسان‌شناسی، هنر، شیمی، آموزش ابتدایی، بازاریابی، زبان‌های خارجی، ارتباطات و جامعه‌شناسی</p>	<p><b>۱۵- اگر تیپ شخصیتی شما ENFP است، محیط کار ترجیحی شما ویژگی‌های زیر را خواهد داشت:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• محیطی شامل افراد خلاقى که به امکانات انسانی توجه دارند.</li> <li>• محیطی رنگارنگ</li> <li>• محیطی که دارای فضایی مشارکتی باشد.</li> <li>• محیطی که دارای تنوع و رقابت باشد.</li> <li>• محیطی ایده‌گرا</li> <li>• محیطی دور از فشار و تحمیل</li> </ul>
<p><b>تجربیات دانشگاه تولیدو</b>  <b>افرادى با تیپ شخصیتی ENTP</b>  افرادى خلاق و مبتکر که استثناً به عمل و اجرا نیز علاقه دارند. گستره کارهایی که توانایی انجام آن را دارند، بسیار زیاد است. از کارهای روتین و تکراری متنفر هستند و همین باعث می‌شود که عاشق تکنولوژی‌های جدید و رشته‌های جدید شوند.  <b>از جمله رشته‌های معرفی شده دانشگاه تولیدو برای این نوع تیپ شخصیتی:</b>  فناوری اطلاعات، ارتباطات، حقوق کیفری، مدیریت مالی، مهندسی مکانیک، تکنولوژی، بازاریابی و تاریخ</p>	<p><b>۱۶- اگر تیپ شخصیتی شما ENTP است، محیط کار ترجیحی شما ویژگی‌های زیر را خواهد داشت:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• محیطی که برای حل مسائل پیچیده روی نمونه‌ها کار می‌کند.</li> <li>• محیطی انعطاف‌پذیر که با مشکلات مبارزه می‌کند.</li> <li>• محیطی علاقه‌مند به تغییر</li> <li>• شامل افراد لایق و شایسته</li> <li>• محیطی که ریسک‌پذیری را ارج می‌نهد.</li> <li>• محیطی مشوق خودمختاری</li> <li>• محیطی بدون بوروکراسی</li> </ul>



## مخاطب این متن:

- مشاور     والدین و دانش‌آموز     والدین     دانش‌آموز  
 باید بدانیم     بیشتر بدانیم

## ◎ خودآزمایی و تحلیل نهایی توسط مشاور در چهار گام زیر

خودآزمایی نسبی اولیه بر اساس نتایج ۱۲ پرسش‌نامه و اخذ تصمیم نهایی من و خانواده‌ام.

<p>چک‌لیست‌های تهیه شده ۱ و ۲ را به رؤیت مشاور برسانید.</p> <p>نظر مشاور را یادداشت کنید.</p> <p>.....</p> <p>.....</p> <p>.....</p> <p>.....</p>	گام اول
<p>با مشاور در خصوص آشنایی بیشتر با رشته‌ها گفت‌وگو کنید.</p> <p>نتیجه گفت‌وگو با مشاور را یادداشت کنید.</p> <p>.....</p> <p>.....</p> <p>.....</p> <p>.....</p>	گام دوم
<p>تست‌های: هالند، MBTI و هوش گاردنر را مجدداً و زیر نظر و با حضور مشاور انجام دهید.</p> <p>نتیجه تست‌های فوق را اینجا یادداشت کنید.</p> <p>.....</p> <p>.....</p> <p>.....</p> <p>.....</p>	گام سوم

«تصمیم نهایی خود» مبتنی بر توصیه‌های مشاور را یادداشت کنید.

تصمیم نهایی من و خانواده‌ام در مورد شاخه و رشته تحصیلی:



گام چهارم

## مخاطب این متن:

- دانش‌آموز  
 والدین  
 والدین و دانش‌آموز  
 مشاور  
 باید بدانیم  
 بیشتر بدانیم

◎ اعلام و ثبت تصمیم نهایی داوطلب در برگه (تصمیم نهایی)

به نام خدا

اینجانب ..... فرزند ..... اعلام می‌کنم که با مطالعه کتاب و منابع در دسترس، همراهی و مساعدت پدر و مادرم و مشورت و برگزاری آزمون‌های شخصیت و استعداد تحصیلی توسط مشاور مجرب به مرحله بلوغ و خودکارآمدی تصمیم‌گیری مسیر تحصیلی در مقطع متوسطه دوم دست یافته‌ام و شاخه ..... و رشته ..... را برای تحصیل برگزیده‌ام و زین پس تمام تلاش خویش را برای کسب حداکثر موفقیت در این مسیر تا فتح سکوی قهرمانی و آفرینش بهترین خویش فراهم خواهم کرد.

نام: .....

نام خانوادگی: .....

امضا و تاریخ:

### مخاطب این متن:

- دانش‌آموز
- والدین
- والدین و دانش‌آموز
- مشاور
- باید بدانیم
- بیشتر بدانیم

## ◎ معیارهای انتخاب مدرسه خوب در مقطع متوسطه دوم

مدرسه باید متناسب با شاخه تحصیلی و رشته انتخابی داوطلب انتخاب شود، پس در آغاز باید شاخه و رشته تحصیلی فرزندان را با انجام موارد ذکر شده در بخش‌های قبل و انجام تست‌های متناسب‌سازی شاخه و رشته تحصیلی با تیپ شخصیتی فرزند انتخاب کرده باشیم.

سپس متناسب با شاخه و رشته موردنظر اقدام به بررسی فاکتورهای ذیل در بین دبیرستان‌ها یا هنرستان‌هایی کنیم که ارائه‌دهنده شاخه و رشته موردنظر ما هستند.

**الف) احراز بیشترین موفقیت علمی توسط فراگیران در سال‌های اخیر.** بدیهی است ملاک تعیین میزان موفقیت ارزشیابی امتحانات هماهنگ، نهایی و کنکور خواهد بود.

**ب) کسب حداکثری رشد تربیتی دانش‌آموزان و فارغ‌التحصیلان.** ملاک تشخیص این بخش مشاهده میدانی و گزارش مردمی والدین دانش‌آموزان سال‌های قبل است.

**ج) ارائه فوق‌برنامه شایسته و هدفمند با محوریت تقویت نظام شناختی، احساسی، عاطفی و اجتماعی دانش‌آموزان در طول سال تحصیلی، توجه به مهارت‌های فردی دانش‌آموز و والدین، تقویت مهارت‌های نوع‌دوستی، محیط‌زیست، همزیستی اجتماعی، احساسی مسئولیت، مهارت خودکارآمدی و خودمدیریتی که با اخذ تأیید و گزارش فارغ‌التحصیلان سنوات قبل احراز خواهد شد.**

**د) بالا بودن معدل یا میانگین سطح سواد دانشگاهی همه عوامل اجرایی و آموزشی از مدیر تا نیروهای خدماتی.** موفقیت یا بالا بودن موردی سطح سواد یا مهارت تخصصی عوامل مطلوب نبوده و معدل یا میانگین قابل قبول همه عوامل از صدر تا ذیل، بسیار مفیدتر خواهد بود. این یکپارچگی موجب پایداری نظام اجرایی مدرسه خواهد بود.

**ه) حاکمیت فضای آرامش، پایداری و امنیت روانی دانش‌آموزان در سایه رقابت سالم و کسب موفقیت‌های تحصیلی و مهارتی.** پرهیز از رقابت‌های فردمحور، مسابقه‌های رتبه‌محور و تحلیل نگرش برنده - بازنده به نوجوانان در فضای رقابتی بسیار مهم و قابل تأمل خواهد بود.

و) بالا بودن ضریب نفوذ ایده‌ها و نظرات والدین از طریق انجمن اولیا و مربیان و هیئت امنای مدرسه

ز) دسترسی آسان و ارزان دانش‌آموز به مدرسه بدون نیاز به سرویس ویژه و با اولویت استفاده از وسایل نقلیه عمومی به منظور تقویت نظام شناختی و اجتماعی

ح) تناسب میزان هزینه فوق‌برنامه یا شهریه مصوب با اقتصاد خانواده. بالا بودن این هزینه و ایجاد فشار به والدین موجب احساس گناه در فرزندان و تخریب رابطه فرزندپروری در بستر رابطه طلبکار (والدین تأمین‌کننده هزینه کُزاف) و بدهکار (دانش‌آموز) می‌شود. یادمان نرود که رابطه هیچ طلبکار و بدهکاری در جهان با یکدیگر خوب نیست. میزان سهم هزینه آموزشی فرزندان باید سهم معقولی از سبد اقتصاد خانواده باشد تا احساس گناه و بدهکار به نوجوان تحمیل نکند.

دبیرستان‌های موفق و خوب در بین تمام انواع دبیرستان دولتی، غیردولتی، هیئت‌امنایی و شاهد یافت می‌شود، اما در شرایط برابر اولویت با مدارس با جامعه آماری بالاتر است تا فرصت تجربه یک محیط تربیتی مشابه و هم‌تراز با جامعه به نوجوان داده شود.

\* البته در مورد هنرستان‌های فنی و حرفه‌ای و کاردانش به جهت هزینه بالای تأمین تجهیزات کارگاهی و فنی احتمال یافتن هنرستان‌های غیردولتی بسیار محدود و معدود خواهد بود، لذا باید در بین هنرستان‌های دولتی اقدام به بررسی و انتخاب بهترین گزینه کنید.

بنابراین با شناخت موارد فوق و به‌اختصار می‌توان گفت که به کمک جدول ذیل می‌توان موارد ضروری و لازم برای احراز شرایط قابل‌قبول یک دبیرستان یا هنرستان خوب را بررسی و تحلیل کرد و سپس انتخابی شایسته داشت!

### ♦ معیارهای انتخاب محل تحصیل برای فرزندان

به ۱۰ معیار زیر در انتخاب محل تحصیل فرزند خود اهمیت دهید.

معیارها	هنرستان	دبیرستان	شیوه سنجش شما والدین
۱- مدیریت مدرسه	دارای تحصیلات مرتبط - سابقه تدریس و معاونت - آشنا به فلسفه تعلیم و تربیت	تحصیلات مرتبط - سابقه تدریس - سابقه معاونت و آشنا به فلسفه تعلیم و تربیت	میدانی سایت مدرسه
۲- معلمان	میزان تخصص و مهارت	میزان تخصص و مهارت	پرس‌وجو از دانش‌آموزان

معیارها	هنرستان	دبیرستان	شیوه سنجش شما والدین
۳- فضا و امکانات آموزشی	کارگاه‌ها و آزمایشگاه‌های تخصصی - فضای ورزشی	آزمایشگاه و فضای ورزشی	بررسی سایت مدرسه
۴- سیستم ارزشیابی	توجه به رشد فردی دانش‌آموز	متمرکز به رشد فردی دانش‌آموز	پرس‌وجوی میدانی
۵- زمان آموزشی و فعالیت‌های فوق برنامه	توجه به آموزش‌های غیررسمی	توجه به آموزش‌های غیررسمی	بررسی برنامه مدرسه
۶- مشاور خوب و سطح انتظارات مدرسه	استفاده از دانش و مهارت مشاور خوب	استفاده از دانش و مهارت مشاور خوب	بررسی و مطالعه میدانی
۷- توجه به آموزش مهارت‌های فردی و اجتماعی	آیا به مهارت‌های فردی و اجتماعی می‌پردازد؟	آیا به مهارت‌ها فردی و اجتماعی می‌پردازد؟	مصاحبه با دانش‌آموزان
۸- نزدیکی به محل سکونت	دسترسی وسایل نقلیه امن و عمومی به مدرسه	دسترسی وسایل نقلیه امن و عمومی به مدرسه	بررسی حضوری و میدانی
۹- شهریه مدرسه	توان پرداخت هزینه‌های هنرستان	توان پرداخت هزینه‌های دبیرستان	گفت‌وگو با مسئولان مدرسه
۱۰- مطالعه میثاق‌نامه مدرسه	تمرکز میثاق‌نامه بر انسان و کمال انسانی	تمرکز میثاق‌نامه بر انسان و کمال انسانی	مطالعه در سایت مدرسه

# در جستجوی مشق



ضمائم



## منابع اطلاع رسانی برای کسب اطلاعات بیشتر

<a href="https://hamkelasi.ir/">https://hamkelasi.ir/</a>	هم‌کلاسی
<a href="https://karafarini.mcls.gov.ir/">https://karafarini.mcls.gov.ir/</a>	اطلاعات کارآفرینی وزارت کار
<a href="https://foundationed.ir/">https://foundationed.ir/</a>	بنیاد توسعه کارآفرینی
<a href="https://karafarini.mcls.gov.ir/fa/karafarinan/etelaatkarafarini">https://karafarini.mcls.gov.ir/fa/karafarinan/etelaatkarafarini</a>	اطلاعات کارآفرینی
<a href="https://www.karafariniomid.ir/">https://www.karafariniomid.ir/</a>	صندوق کارآفرینی امید
<a href="https://www.mcls.gov.ir/">https://www.mcls.gov.ir/</a>	وزارت تعاون
<a href="https://www.mcls.gov.ir/">https://www.mcls.gov.ir/</a>	وزارت کار و امور اجتماعی
<a href="http://www.pnu.ac.ir">http://www.pnu.ac.ir</a>	دانشگاه پیام نور
<a href="https://www.msrt.ir/fa">https://www.msrt.ir/fa</a>	وزارت علوم و تحقیقات
<a href="http://ysepr.blogfa.com/">http://ysepr.blogfa.com/</a>	باشگاه دانش‌پژوهان جوان
<a href="http://irost.org/">http://irost.org/</a>	پژوهش‌های علمی و صنعتی ایران
<a href="http://tvoccd.oerp.ir/">http://tvoccd.oerp.ir/</a>	دفتر تألیف فنی حرفه‌ای
<a href="http://www.irceo.net/">http://www.irceo.net/</a>	سازمان نظام مهندسی
<a href="https://pa.m.wikipedia.org">https://pa.m.wikipedia.org</a>	مؤسسه مطالعات ریاضی و فیزیک
<a href="https://irandoc.ac.ir">https://irandoc.ac.ir</a>	مرکز اطلاعات و مدارک علمی نظری
<a href="WWW.roshd.ac.ir">WWW.roshd.ac.ir</a>	شبکه اطلاع‌رسانی رشد
<a href="WWW.nodet.net">WWW.nodet.net</a>	سازمان ملی پرورش استعدادهای درخشان
<a href="https://www.uost.ac.ir">https://www.uost.ac.ir</a>	مرکز آموزش فیزیک
<a href="http://www.iies.org/Default.aspx?sr=1440">http://www.iies.org/Default.aspx?sr=1440</a>	مؤسسه مطالعات بین‌المللی انرژی



<a href="https://www.ict.gov.ir/">https://www.ict.gov.ir/</a>	وزارت ارتباطات و فناوری اطلاعات
<a href="http://WWW.magiran.com">WWW.magiran.com</a>	بانک اطلاعات نشریات ایران
<a href="http://WWW.fehrest.com">WWW.fehrest.com</a>	فهرست (لیست دسته‌بندی مشاغل)
<a href="https://www.epd.ir/">https://www.epd.ir/</a>	شبکهٔ پیوند رسانی اطلاع
<a href="http://www.mcth.ir/">http://www.mcth.ir/</a>	سازمان میراث فرهنگی
<a href="http://irannationalmuseum.ir/fa/">http://irannationalmuseum.ir/fa/</a>	موزه ملی ایران
<a href="http://WWW.nli.ir">WWW.nli.ir</a>	کتابخانه ملی جمهوری اسلامی
<a href="https://www.ical.ir/">https://www.ical.ir/</a>	کتابخانه موزه و مرکز اسناد مجلس
<a href="http://WWW.iranweblis.com">WWW.iranweblis.com</a>	لیست وبسایت‌های ایران
<a href="http://www.pcoiran.com">http://www.pcoiran.com</a>	سازمان نظام روان‌شناسی و مشاوره جمهوری اسلامی ایران
<a href="http://www.iranpa.org">http://www.iranpa.org</a>	انجمن روان‌شناسان ایران
<a href="http://www.irancounseling.ir">http://www.irancounseling.ir</a>	انجمن مشاوره ایران
<a href="http://www.iranpa.org">http://www.iranpa.org</a>	انجمن روان‌شناسی اجتماعی و شخصیت
<a href="https://www.uast.ac.ir">https://www.uast.ac.ir</a>	وبگاه اینترنتی دانشگاه علمی کاربردی
<a href="https://www.amar.org.ir">https://www.amar.org.ir</a>	وبگاه اینترنتی مرکز آمار ایران
<a href="http://www.sanjesh.org">www.sanjesh.org</a>	وبگاه اینترنتی سازمان سنجش
<a href="http://tvoccd.oerp.ir">tvoccd.oerp.ir</a>	وبگاه اینترنتی دفتر برنامه‌ریزی و تألیف آموزشی‌های فنی و حرفه‌ای و کاردانش
<a href="https://msrt.ir">https://msrt.ir</a>	وبگاه اینترنتی وزارت علوم، تحقیقات و فناوری
<a href="https://www.medu.ir">https://www.medu.ir</a>	وبگاه اینترنتی وزارتخانه آموزش و پرورش
<a href="https://www.aftabir.com">https://www.aftabir.com</a>	وبگاه اینترنتی دفتر برنامه‌ریزی و تألیف کتاب درسی
<a href="http://chap.sch.ir">chap.sch.ir</a>	وبگاه اینترنتی دفتر چاپ و توزیع

# منابع و مآخذ

## ♦ کتاب‌ها و مقاله‌ها

- احمدی، محمد (۱۳۹۶). *مجموعه مقالات همایش ملی توسعه متوازن رشته‌های تحصیلی آموزش متوسطه*، قم: یاس بخشایش.
- اسکندری، حسین و مقصودی، حامد (۱۳۸۴). *راهنمای کامل رشته‌های دانشگاهی و زمینه‌های شغلی*، تهران: عابد.
- اصغری‌پور، حمید (۱۳۸۹). *کلیات راهنمایی و مشاوره*، مشهد: تمرین.
- ایزدی، صمد (۱۳۸۳). «*ضرورت هدایت و راهنمایی تحصیلی، حرفه‌ای و شغلی*»، مهارت، شماره سی‌ودو، صص ۲۵-۱۸.
- آرمسترانگ، توماس (۱۳۹۰). *هوش‌های چندگانه در کلاس‌های درس*، ترجمه مهشید صفری، تهران: مدرسه.
- بابلی، عزیزالله (۱۳۹۲). *منبع‌شناسی کدام تیپ شخصی، کدام رشته و کدام شغل*، تهران: یادواره کتاب.
- بانک اطلاعاتی هنرستان‌های فنی و حرفه‌ای شهر تهران - سال تحصیلی ۹۸ - ۹۹*  
سازمان آموزش و پرورش شهر تهران
- برنامه درسی ملی جمهوری اسلامی ایران - اسفند ۱۳۹۱*
- تیگر، پال و بارون تیگر، باربارا (۱۳۸۴). *شغل مناسب شما، کاری که برای آن ساخته شده‌اید، انجام دهید*، ترجمه مهدی قراچه‌داغی و حسین رحیم منفرد، تهران: نقش و نگار.
- حسینی، سیدمهدی (۱۳۹۱). *مبانی راهنمایی و مشاوره شغلی*، مرکز انتشارات علمی دانشگاه آزاد اسلامی.
- زندپی‌پور، طیبه (۱۳۹۰). *برنامه‌ریزی تحصیلی و شغلی*، تهران: چاپ و نشر کتاب‌های درسی ایران.
- سرمدی، غلامعلی (۱۳۸۵). «*عوامل مؤثر در انتخاب رشته تحصیلی*»، تربیت، سال بیست‌ویکم، شماره نهم، صص ۱۱-۱۴.
- سوکی نیک، دایان و همکاران (۱۳۸۳). *برنامه آمادگی شغلی*، ترجمه مرجان فرجی، چاپ دوم، تهران: رشد.
- شفیع‌آبادی، عبدالله (۱۳۸۸). *راهنمایی و مشاوره شغلی و حرفه‌ای و نظریه‌های انتخاب شغل*، تهران: رشد.

- شفیع آبادی، عبدالله (۱۳۹۰). *راهنمایی و مشاوره تحصیلی و شغلی (مفاهیم و کاربردها)*، تهران: سمت.
- شفیع آبادی، عبدالله (۱۳۷۱). *راهنمایی و مشاوره شغلی و حرفه‌ای و نظریه‌های انتخاب شغل*، تهران: رشد.
- شفیع آبادی، عبدالله (۱۳۸۴). *راهنمایی و مشاوره شغلی و حرفه‌ای و نظریه‌های انتخاب شغل*، چاپ چهاردهم، تهران: رشد.
- صافی، احمد (۱۳۸۱). «*راهنمایی و مشاوره در دوره متوسطه ایران و نقش مشاوران در این دوره*»، فصلنامه تعلیم و تربیت، شماره چهارم.
- طالع‌زاری، ملیحه (۱۳۹۵). *بررسی عوامل مؤثر بر هدایت شخصی و شغلی دانش‌آموزان نظام جدید متوسطه آموزش و پرورش*، پایان‌نامه کارشناسی ارشد، گرمسار: دانشگاه آزاد اسلامی.
- عابدی تجریشی، شیده (۱۳۹۰). *انتخاب آگاهانه رشته تحصیلی و شغل*، تهران: نقش و نگار.
- غلامرضایی، حمیدرضا و دیگران (۱۳۹۱). *راهنمایی انتخاب رشته فنی و حرفه‌ای (با رشته مورد علاقه خود در شاخه فنی و حرفه‌ای آشنا شوید)*، تهران: مدرسه.
- فلیتهم، مایک (۱۳۹۱). *هوش‌های چندگانه*، ترجمه بهرام قاسمی‌نژاد، تهران: فراروان.
- کرم‌دوست، نوروزعلی (۱۳۸۵). «*طراحی الگوهای مناسب برای هدایت تحصیلی دانش‌آموزان دوره متوسطه*»، فصلنامه روان‌شناسی و علوم تربیتی، سال سی‌وششم، شماره دوم، صص ۹۹-۱۲۲.
- کریم‌هرش، ساندرا و کومرو، جین. م (۱۳۸۴). *راهنمایی جیبی شخصیت‌شناسی (بر اساس الگوی شخصیت‌شناسی مایرز-بریگز)*، ترجمه و تلخیص گروه نوبانگ اندیشه، تهران: نوبانگ اندیشه.
- کریمی، ابوبکر (۱۳۹۵). «*بررسی میزان تأثیر هدایت شغلی و مشاوره تحصیلی در انتخاب رشته*»، پنجمین همایش ملی مهارآموزی و اشتغال.
- کلیات و اصول حاکم بر دوره تحصیلی دوم متوسطه - دفتر برنامه‌ریزی و تألیف کتب درسی.*
- مرادی، انسیه و اخوان تفتی، مهناز (۱۳۹۲). «*بررسی رضایت دانش‌آموزان دوره متوسطه نظری از انتخاب رشته خویش و عوامل مؤثر بر آن*»، فصلنامه روان‌شناسی تربیتی، سال نهم، شماره بیست‌وسوم، صص ۱۲۱-۱۳۸.
- مطهری، مرتضی (۱۳۸۳). *فلسفه اخلاق*، چاپ بیست و ششم، تهران: صدرا.
- نوبینی، ژاله و غلامرضایی، حمیدرضا (۱۳۹۰). *دوست داری چه کاره شوی؟* تهران: نسل نواندیش.
- ویژه‌نامه آموزش علوم - رشته آموزش راهنمایی تحصیلی - سال هفتم - ۱۳۷۹.*

هاشمی، ویدا؛ بهرامی، هادی و کریمی، یوسف (۱۳۸۵). «بررسی رابطه هوش هشت‌گانه گاردنر با انتخاب رشته تحصیلی و پیشرفت تحصیلی دانش‌آموزان»، روان‌شناسی، سال دهم، شماره سوم، صص ۲۷۵-۲۸۷.

هاکر، کارول. آ (۱۳۸۰). شکار کار در قرن بیست و یکم، ترجمه الهه رضوی و آزاده بیداربخت، تهران: مدیریت صنعتی.

هالند، جان. ال (۱۳۷۶). حرفه مناسب شما چیست؟ ترجمه سیمین حسینیان و سیده منور یزدی، تهران: کمال تربیت با همکاری نشر تابان.

#### ♦ سایت‌ها

سایت‌های داخلی که مطالبی (عیناً یا با تغییراتی) از محتویات آن‌ها استخراج و اقتباس شده است:

سایت شورای کتاب کودک.

[www.ion.ir](http://www.ion.ir)

[www.iribnews.ir](http://www.iribnews.ir)

[www.hamon.ir](http://www.hamon.ir)

[www.profile.center](http://www.profile.center)

[www.maktabiran.com](http://www.maktabiran.com)

[www.tebyan.net](http://www.tebyan.net)

[www.masirtalabe.ir](http://www.masirtalabe.ir)

[www.aminamesh.ir](http://www.aminamesh.ir)

برای معرفی نظریه‌ها و تیپ‌های شخصیتی همچنین برای پرسش‌نامه‌ها (که بعضاً اندکی تغییر یافته‌اند)، از منابع زیر استفاده شده است.

مشخصات کامل این منابع قبل‌تر اشاره شده است:

\* پرسش‌نامه‌های شماره: ۱-۲-۴-۶-۷-۱۰-۱۱-۱۲

از کتاب **برنامه‌ریزی تحصیلی و شغلی** (خانم طیبه زندی‌پور)

\* پرسش‌نامه‌های شماره: ۵-۸-۹ از کتاب **انتخاب آگاهانه رشته تحصیلی و شغلی** (خانم شیده عابدی تجریشی)

## منبع شناسی

### (فهرست برخی از کتاب‌های برای مطالعه بیشتر)

• مهندسی شخصیت (نگاهی کاربردی و آسان به "MBTI")

محمد حسن نوری (انتشارات نسل نواندیش)

• دانشگاه و انتخاب آگاهانه

تدوین جمعی از اساتید آستان قدس رضوی

• رشته‌های دانشگاهی و زمینه‌های شغلی

نویسندگان حسین اسکندری و حامد مقصودی (انتشارات عابد)

• اطلس آموزش عالی

معرفی همه رشته‌های دانشگاهی در ایران (وزارت علوم و کتابخانه‌های دانشگاه‌ها)

• کانون و هفته‌نامه فارغ‌التحصیلان دانشگاه آزاد اسلامی

دانشگاه آزاد اسلامی

• فرهنگ مشاغل

تألیف دکتر طیبه زندی‌پور (انتشارات ساوالان)

• طرح طبقه‌بندی و ارزشیابی مشاغل

تدوین علی‌اکبر ابن‌علی (انتشارات معین)

• سه گام آسان به سوی شغل دلخواه

ترجمه مسعود فاضل (انتشارات کتاب درمانی)

• برنامه آمادگی شغلی

ترجمه مرجان فرجی (انتشارات رشد)

• چگونه در اولین شغل خود موفق شویم؟ توصیه‌هایی برای فارغ‌التحصیلان جدید

ترجمه مهندس نرگس مینا (انتشارات ماندانا مینا)

• چه کسی با چه نوع شخصیتی کدام شغل را انتخاب می‌کند؟

دکتر احمد به پژوه (انتشارات جیحون)

• شغل مناسب شما، کاری که برای آن ساخته شده‌اید انجام دهید

ترجمه مهدی قراچه‌داغی و دکتر حسین رحیم منفرد (انتشارات نقش و نگار)

• ۱۰۱ شغل اینترنتی در منزل

ترجمه دکتر علیرضا مهاجری، مریم فتاح‌زاده و همکاران (انتشارات سازمان جهاد دانشگاهی)

• روان‌شناسی نوجوانان و جوانان

سید احمد احمدی، (مؤسسه انتشاراتی مشعل / اصفهان)

• بررسی و برنامه‌ریزی زندگی تحصیلی و شغلی

ترجمه زندی پور (انتشارات فردوس)

• دنیای نوجوان

محمد رضا شرفی (انتشارات تربیت)

• مشاوره حرفه‌ای برای معلمان و مشاوران

ترجمه طیبه زندی پور (نشر نادى - كرج)

• راهنمای معلم (کتاب آشنایی با برنامه‌ریزی تحصیلی - شغلی)

طیبه زندی پور (وزارت آموزش و پرورش)

# فهرست محتویات لینک پیوست

## ◆ پوشه راهنمای هدایت تحصیلی

نکات مهم و آیین‌نامه‌ای در فرایند هدایت تحصیلی و ثبت‌نام

- ۵- کلیات هدایت تحصیلی .....
- ۵- هدایت تحصیلی .....
- ۶- ملاک‌ها و عوامل هدایت تحصیلی .....
- ..... سوابق تحصیلی .....
- ..... بررسی‌های مشاوره‌ای .....
- ۷- جدول حدنصاب نمره لازم برای دروس تخصصی مرتبط با شاخه، زمینه و رشته تحصیلی .....
- ۷- شرایط ورود به هریک از شاخه‌ها و رشته‌های تحصیلی .....
- ۸- نمونه برگ جمع‌بندی بررسی‌های مشاوره‌ای - شماره ۵ .....

\* این نمونه برگ توسط مشاور واحد آموزشی با توجه به وضعیت تحصیلی دانش‌آموز در سه سال دوره اول متوسطه و نظر سایر اعضای ذی‌نفع (دبیران دروس، دانش‌آموز و والدین) و نتایج آزمون مشاوره‌ای تکمیل خواهد شد.

- ۹- نمونه برگ هدایت تحصیلی - شماره ۶ .....
- ۱۰- توضیحات نمونه برگ .....
- ۱۱- نمونه برگ اولویت ثبت‌نام - شماره ۷ .....
- جدول مواد درسی و ساعت تدریس هفتگی دوره دوم متوسطه (شاخه نظری - رشته ریاضی و فیزیک) .....
- ۱۸- .....
- جدول مواد درسی و ساعت تدریس هفتگی دوره دوم متوسطه (شاخه نظری - رشته تجربی) .....
- ۱۹- جدول مواد درسی و ساعت تدریس هفتگی دوره دوم متوسطه (شاخه نظری - رشته ادبیات و علوم انسانی) .....
- ۲۰- .....
- جدول مواد درسی و ساعت تدریس هفتگی دوره دوم متوسطه (شاخه نظری - رشته علوم و معارف اسلامی) .....
- ۲۱- .....
- جدول مواد درسی و ساعت تدریس هفتگی دوره دوم متوسطه (شاخه فنی و حرفه‌ای و کاردانش) .....
- ۲۲- .....
- ۲۳ تا ۲۴- آشنایی با انواع مدارس دوره دوم متوسطه .....

### ◆ محتویات پوشه آیین‌نامه آموزشی دوره دوم متوسطه

مصوب جلسه ۹۳۲ شورای عالی آموزش و پرورش

- فصل اول: هدف‌ها، اصول و ساختار
- فصل دوم: واحدهای درسی و طول مدت تحصیل
- فصل سوم: مقررات ثبت‌نام و انتقال دانش‌آموزان
- فصل چهارم: شرایط ثبت‌نام و تحصیل دانش‌آموزان مشمول نظام عمومی
- فصل پنجم: ضوابط سنجش و ارزشیابی پیشرفت تحصیلی
- فصل ششم: تغییر شاخه یا رشته

### ◆ محتوای پوشه معرفی برخی از رشته‌های شاخه فنی و حرفه‌ای و کاردانش

در این پوشه ۲۵ رشته در شاخه فنی و حرفه‌ای و کاردانش در تیتراهای زیر معرفی شده است:

- اهداف دوره و شاخه تحصیلی
- اهمیت و ضرورت گروه تحصیلی مربوطه
- اهمیت و ضرورت رشته موردنظر
- ویژگی دانش‌آموزان ورودی به رشته موردنظر
- جدول دروس رشته تحصیلی موردنظر

\* برخی از رشته‌های معرفی شده در شاخه فنی و حرفه‌ای (در لینک پیوست) عبارت‌اند از:

- حسابداری
- الکترونیک
- الکتروتکنیک
- شبکه و نرم‌افزار رایانه‌ای
- تربیت بدنی
- تربیت کودک
- حمل و نقل
- امور زراعی
- امور باغی
- امور دامی
- صنایع غذایی
- ساختمان
- فناوری تأسیسات سرمایش گرمایش
- فناوری چوب و کاغذ
- فناوری فلزی
- فناوری ماشین‌های افزار
- مکاترونیک
- فناوری خودرو
- سرامیک
- معدن
- فتوگرافیک
- صنایع دستی
- طراحی الگو و لباس (طراحی و دوخت)
- طراحی دکوراسیون داخل (معماری داخلی)

### ◆ محتوای پوشه راهنمایی شرکت در دانشگاه‌ها

- راهنمایی ثبت‌نام
- دفترچه انتخاب رشته‌های: انسانی، تجربی، ریاضی، هنر و زبان

### ◆ جدول فرصت‌ها و چالش‌های هدایت تحصیلی