

موفقیت فقط از مسیر دانشگاه است؟

انتشار پست‌هایی از میزان تحصیلات چند بازیگر، یک بار دیگر این سوال را در ذهن نوجوانان و جوانان برانگیخته است که مدرک تحصیلی چقدر در موفق شدن تاثیر دارد؟

دکتر مهدی سوداوری | روان شناس و مدرس دانشگاه

شبکه های اجتماعی

هنگامی که در خصوص میزان اهمیت مدرک تحصیلی در موفقیت سوال می‌شود، با پاسخ‌های متفاوتی از سمت جوانان وبه خصوص نوجوان‌ها روبه‌رو می‌شویم که حتی با یکدیگر در تضاد هستند اما چرا تا این حد گفته‌ها در این باره متفاوت است؟ در قدم اول، باید گفت کلا سوال مطرح شده اشتباه است! قاعدتا با سوال اشتباه نمی‌توان به جواب درست دست یافت. در این بین و به تازگی، پستی در شبکه‌های اجتماعی دست به دست می‌شود که در کنار عکس و نام چند بازیگر معروف، مدرک تحصیلی آن‌ها را هم جمع‌آوری کرده‌و در توضیح آن نوشته: «من هی گفتم فایده نداره! باز گفتن نه، برو درس بخون!» در این مطلب به ابعاد مختلف این موضوع می‌پردازیم.

● معنای متفاوت موفقیت برای هر فرد

برای پاسخ دادن به سوالی که در ابتدای مطلب مطرح‌شد، اولین چیزی که باید برر سی شود این است که اصلا موفقیت به چه معناست؟ از آن جا که این مفهوم برای هر شخص معنای متفاوتی دارد، پس صدور یک حکم کلی هم غیر ممکن است. حال بحث را به موفقیت شغلی محدود می‌کنیم، اگر چه برخی افراد مدرک تحصیلی را حتی لازم مه موفقیت در زندگی مشترک هم قلمداد می‌کنند که در بیشتر موارد تفکری اشتباه است چون مدرک تحصیلی به معنای افزایش مهارت‌های زندگی مشترک نیست اما در این مطلب صرفا به مقوله موفقیت شغلی پر داختمه می‌شود. در زمینه شغلی نیز با مشکل تعریف موفقیت روبه‌رو می‌شویم. آیا صرفا پیدا کردن شغل به معنای موفقیت است یا

داشتن درآمد بالا نشانی از موفقیت شغلی است یا پیشرفت و توسعه مهارت‌ها و ...؟ پس تازمانی که هیچ تعریف واحدی از موفقیت وجود ندارد سوال در خصوص عوامل موفقیت بی‌معناست.

● مدرک تحصیلی، تسهیل کننده موفقیت است نه تعیین کننده

موضوع بعدی رابطه بین دو متغیر است، وقتی صحبت از عوامل موفقیت می‌شود گویا یک رابطه خطی و قطعی باید بین یک موضوع مانند مدرک تحصیلی و موفقیت متصور شد که معمولا این گونه نیست و فقط این عوامل می‌توانند نقش تسهیل کننده را داشته باشند و شرایط نیز همان قدر مهم می‌شود. در این جا باید یک تفکیک مهم بین مدرک تحصیلی و مهارت شغلی قائل شویم زیرا

نگاهی جامعه‌شناختی به ساخت خانه‌های رنگی در رشت که مزایای روانی بسیاری دارد

بارسلون در گیلان!

دکتر امیر محمدیان خراسانی | جامعه شناس شهری

سوزه روز

عکس‌هایی از مسکن مهر رشت که رنگ‌های شاد و گرم در آن موج می‌زند، در چند روز اخیر با عنوانی مانند: «شهرکی اروپایی شبیه به بارسلون در دل گیلان» در سایت‌ها و شبکه‌های اجتماعی دست به دست می‌شود. در این باره باید دانست که محیط زندگی انسانی دارای دو وجه است: ۱- طبیعی و ۲-انسان ساز. وجه طبیعی آن، همانی است که طبیعت در اختیارمان گذاشته است و محیط زیست نام دارد؛ از درختان و گل‌ها گرفته تا پرندگان و جویبارها و غیره. بخش انسان ساز آن مصنوع و ساخته دست بشر است. این بخش به دو عنصر نیاز دارد: ۱- خلاقیت و ۲- هماهنگی با محیط زیست و روحیه سازگاران آن منطقه.

● ایجاد حال خوب در مردم با تزئین شهر

اگر خلاقیت به کار گرفته شود، محیط زندگی انسانی چه شهر باشد و چه روستا، کیفیت زیستی خود را بالاتر می‌برد و این فراتر و مهم‌تر از مدرن شدن و نوسازی است. خلاقیت باعث می‌شود روحیه انسانی در آن محیط بهتر شود، هم از بعد شنیداری و هم دیداری و بویایی. از بعد هماهنگی باید



مصنوعات دست بشر طوری باشند که نه تنها باعث تخریب محیط زیست و صدمه به آن نشوند بلکه در نوعی موافقت و هماهنگی با آن یا ملهم از آن شکل بگیرند. اگر طبیعت صداهايش گوش نواز و مناظرش چشم نواز است که هست، مصنوعات دست انسان نیز باید در راستای این هماهنگی باشد. صداها، اشیا و سازه‌ها باید باعث شکل گیری حس آرامش و آسایش (روحي و جسمی) در انسان شود و به بیان ساده حال او را خوب و حس ایمنی را در او تقویت کند.

● تاثیرات طراحی خانه‌ها بر ساکنان

علاوه بر آن، طراحی فضای زیستی باید به طور کلی انعکاس دهنده روحیات، باور ها و نظام شخصیتی ساکنان آن ناحیه باشد و نه بر عکس، بدین معنا که نباید فضایی را طراحی

داشتن مدرک الزاما به معنای داشتن مهارت کافی نیست. متأسفانه در کشور ما به خاطر تجربه سال‌های انتهایی دهه ۶۰ که با کمبود شدید نیروی انسانی متخصص روبه‌رو بودیم و فرصت‌های زیادی برای دانش آموختگان دانشگاهی وجود داشت، یک نوع سوء برداشت ایجاد شده که هر فردی مدرک دانشگاهی داشته باشد، می‌تواند به مشاغل سطح بالا برسد، این شرایط با توسعه دانشگاه‌ها در سال‌های بعد از دفاع مقدس از بین رفت اما ذهنیت جامعه متأسفانه تغییر نکرد و بیشتر جوانان صرفا داشتن مدرک دانشگاهی را شرط کافی برای شغل یابی و موفقیت قلمداد کردند. بنابراین و متأسفانه بخش بزرگی از دانش آموختگان دانشگاه‌ها کمترین مهارتی در زمینه تحصیلی خود به دست نیاوردند البته در این میان سیستم اشتباه توسعه آموزش عالی هم مقصر است. برای بسیاری از مشاغل تخصصی، مدرک دانشگاهی شرط لازم محسوب می‌شود اما مهم‌ترین عامل موفقیت، داشتن مهارت شغلی برای آن کار است. به عنوان مثال کسی که دکترای رشته فیلم‌سازی را دریافت کند اما مهارت و سلیقه کافی برای ساخت فیلم نداشته باشد، هیچ گاه رنگ موفقیت را در خواب هم نخواهد دید!

● نداشتن مدرک تحصیلی باعث ناکامی نمی‌شود

طبق دیدگاه‌های رایج، عوامل مهم موفقیت شغلی شامل دانش، مهارت، منش و شرایط است. دانش به معنای دانستن چرایی یک موضوع، مهارت به معنای دانستن چگونه انجام دادن آن کار و منش به معنای استعداد و شخصیت ذاتی فرد است. در انتها حتی با داشتن هر سه این موارد، عملکرد شغلی سطح بالا، مستلزم وجود شرایط مناسب است. در همین باره می‌توان به اطلاعات منتشر شده از میزان تحصیلات دانشگاهی افراد معروف اشاره کرد. نداشتن مدرک دانشگاهی باعث موفقیت آن‌ها نشده بلکه کسب مهارت در زمینه مورد علاقه‌شان باعث موفقیت آن‌ها شده و قاعدتا دانشگاه فقط یک راه کسب دانش و مهارت است. در میان این بحث‌ها، متأسفانه مفهوم بسیار مهم- «کارا هه» مغفول مانده است. کارا هه یا مسیر شغلی، مسیری است که هر فرد دوست دارد در کل عمر کاری خود

طی کند. کارا هه کل ۳۰-۴۰ سال عمر کاری فرد را در بر می‌گیرد که می‌تواند از مشاغل مختلفی تشکیل شده باشد. چون مسیر شغلی افراد متفاوت است پس قاعدتا مسیر رسیدن به موفقیت هم برای آن‌ها متفاوت خواهد بود. اگر فردی مسیر کاری خود را در حیطه فیلم و سینما انتخاب کرده است، قاعدتا به مهارت‌ها و شرایط متفاوتی از فردی محتاج است که مسیر شغلی فنی مهندسی یا پزشکی را در پیش گرفته است. برای یک پزشک یا مهندس، اولین فاکتور مهم داشتن مدرک دانشگاهی مرتبط است در غیر این صورت اجازه فعالیت حرفه‌ای نخواهد داشت اما برای یک هنرپیشه یا فوتبالیست قاعدتا مهارت عملی مهم است.

● درآمد، عامل سنجش موفقیت؟

اما چرا چنین مقایسه‌هایی این قدر در شبکه‌های اجتماعی رایج است و برای مثال فردی که شغلی تخصصی مانند مهندسی دارد، خود را با فردی که شغلی مهارت محور مانند ورزش حرفه‌ای دارد، مقایسه می‌کند؟ زیرا متأسفانه در سال‌های اخیر تنها عامل مد نظر جامعه و گویا تنها عامل سنجش موفقیت، میزان در آمد مالی افراد شده است و بیشتر افراد به دنبال در آمد بالا با زحمت کم هستند! از سوی دیگر نادیده گرفته شدن سختی مشاغل و مراحل پیشرفت در آن‌ها هم مزید بر علت است. برای مثال، بیشتر افراد جامعه اطلاعی از سختی‌های آموزش و کسب مهارت در رشته‌های هنری مانند بازیگری ندارند و فکر می‌کنند افراد یک دفعه و بدون زحمت به این شرایط رسیده‌اند. در این میان سوگیری موار د قابل مشاهده نیز دخیل است یعنی افراد جامعه علاقه‌مندان شکست خورده بازیگری یا فوتبالی را نمی‌بینند و نمی‌شناسند. هزاران نفری که سال‌ها زحمت کشیده‌و تمرین کرده‌اند اما به هر دلیلی به هدف خود نرسیده‌اند، جایی در فضای مجازی یا صحبت‌های مردم ندارند پس این گونه دیده می‌شود که هر فردی که به جای دانشگاه به دنبال بازیگری یا ورزش حرفه‌ای رفته به آسانی و بدون زحمت به موفقیت و در آمد بالا رسیده است! در آخر باید گفت سوال در باره میزان اهمیت تحصیلات دانشگاهی در موفقیت به صورت کلی هیچ پاسخی ندارد و کاملا بستگی به اهداف و علایق شخصی هر فردی دارد.

فوتسالیست هستیم و استرس باعث می‌شود زیاد توپ را لو بدهیم!

پسری ۱۶ ساله و فوتسالیست هستیم. مشکل من این است وقتی در بازی توپ را به من پاس می‌دهند، نمی‌دانم چرا استرس می‌گیرم و زیاد توپ را لو می‌دهم در حالی که به اندازه کافی قدرت در بیل زدن یا کنترل توپ را دارم. می‌شود چند راهکار برای افزایش اعتماد به نفس هنگام بازی به من بگویید؟



رضا زبیبی | روان شناس عمومی

پاسخ به سوال مدنظر شما دووجه دارد. یکی توصیه‌های تکنیکی و تجربی مربی ورزش‌تان است که بی‌تردید به واسطه کار با نوجوانان در ورزش فوتسال از تجربه زیادی برخوردار بوده و تمرینات عملی و ذهنی‌وی در افزایش کارایی شما در زمین موثر خواهد بود. وجه دیگر آن موضوع عزت نفس به طور کلی است که اگر مشابه همین رفتار را در دیگر امور زندگی نیز دارید، باید ادعا کنم بلکه شما در ابراز وجود و طرح توانایی‌ها و قابلیت‌های خود نیاز به کمک حرفه‌ای دارید، در ادامه چند توصیه به شما داریم.

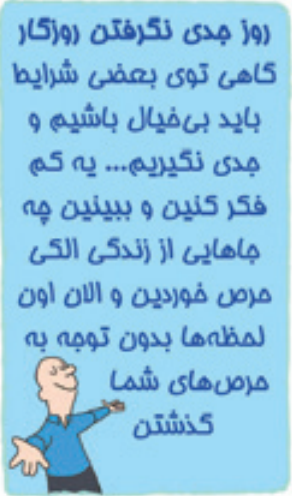
● تغییر نگرش غلط درباره خودتان

اولین مسئله در عزت نفس، وجود تصویری غلط یا ناقص از خود است، این‌که من آدم ناتوانی هستم و نسبت به دیگران کارآمد و با استعداد نیستم و تفاوت‌های زیادی با بقیه دارم که محوریت آن ضعف و ناتوانی است. اولین گام، تغییر این نگرش غلط درباره خود است که بخش زیادی از انرژی شما را مدام هدر می‌دهد و شما را بی‌انگیزه می‌کند. رویارویی با ترس‌ها و شکستن آن‌ها البته به روش مرحله به مرحله و از سبک به سنگین، یکی از کارآمدترین روش‌های تمریم ابراز وجود است.

● با دوستان تان تمرین پر فشار کنید

در مرحله اول که سبک‌تر است، شما باید با یکی از دوستان صمیمی و حرفه‌ای خود در زمینه فوتسال به تنهایی شروع به تمرین کنید و از وی بخواهید به مرور فشارش را برای در بیل زدن و گرفتن توپ از شما بیشتر کند و این قدر به این کار ادامه دهید تا ترس تان از بازی در مقابل وی کاملا بریزد و احساس خوبی از بازی

قرار و مدار



خطرات یک مشاور

نون خامه‌ای که بدجور چشمک‌زد!

دکتر المیرا لایق

روان پزشک

از مراجعان سابق من است. ۸۰ سالی دارد. به قول خودش کلکسیون‌ای از بیماری‌هاست، چربی، فشار خون، قند، سنگ کلیه، مشکلات قلبی و ... خانمش فکر کنم پانزده سالی از او کوچک‌تر باشد. همیشه با هم می‌آیند. به طور معمول خانم صحبت می‌کند و سواس عجیبی روی داروهای شوهرش دارد. با دقت گوش می‌دهد و همیشه هم نگران است که نکند دارویی از قلم بیفتد. امروز سر اسیمه وارد شد و مثل مادری که شکایت بچه‌اش را نزد پدر می‌برد، و به من می‌گوید: «خانم دکترا دست رفت، کار خودش رو کرد، من این همه غذای رژیمی در دست کنم، قرص‌ها رو سر موقع بدم، اون وقت امروز همه رو نابود کرد. رفته قنادی نیم کیلو نون خامه‌ای خریده و نشسته اون جا همه‌اش رو خورده ...» به پیر مرد نگاه می‌کنم، به چهره راضی و لیخند کم رنگش. می‌گوید: «نون خامه‌ای‌ها به من چشمک زدند».

هر دو منتظر واکنش من هستند! سینه‌ام ا صاف می‌کنم: «خب از نظر علمی کار شما واقعا بر اتون ضرر داشته. خوردن این حجم از چربی و شیرینی و ... زن مسن لیخند می‌زند و من ادامه می‌دهم: «ولی از اونجایی که علم هنوز به درک درستی از چشمک‌زدن نون خامه‌ای نرسیده، این دفعه قابل چشم پوشیه. لطفا دیگه تکرار نشه ...» یک نون خامه‌ای‌هایی در زندگی هستند که گاهی بدجور چشمک می‌زنند. بخوری یک جور تورا می‌کشند و نخوری یک جور دیگر. علم کی می‌خواهد این چیزها را بفهمد!؟

ما و شما

راه ارتباطی با زندگی‌سلام: پیامک ۰۹۹۹۲۰۰۰
وتلگرام ۰۹۳۵۴۳۹۴۵۷۶

❖ نکات کمتر شنیده‌شده درباره آلودگی صوتی به خصوص این موضوع را که تن صدای مردم نسبت به گذشته بیشتر شده من به عنوان یک راننده تاکسی تایید می‌کنم! فکر کنم هر روز هم این تن صدای مردم بیشتر می‌شود! ❖ کاش عکس خلافت مسئولان فرودگاهی را که به فکر مردم ساکن در اطراف این مکان پر سرو صدا بودند، برای مسئولان فرودگاه مشهد هم بفرستید. **کریمزاده، ساکن خیابان فرودگاه مشهد** ❖ می‌خواستم حرکت سومی را که در صفحه سلامت برای کاهش استرس معرفی کردید، انجام بدهم که کمرم کلا گرفت و یک درد دیگر هم به مجموعه در دهمیم اضافه شد.

باقرزاده، پیر مردی ۶۸ ساله ❖ درباره مطلب «ترتیب پسر ها سخت تر است یا دخترها؟»، جمع بندی اش این بود که ترتیب پسر ها سخت تر است اما من که دو دختر دارم و یک پسر، باید بگویم که ترتیب هر دو جنس در کنار سختی‌ها، شیرینی‌هایی دارد که باید به آن‌ها هم اشاره می‌کردید. ❖ افشانی، آدمی نیست که نوجوانان از او الگو برداری کنند. شما نگران نباشید.