



استاد گرامی

با سلام و ادب

ضمن تشکر از ارسال نظرات خود پیرامون اولین شماره گاهنامه اینترنتی معلم مهر، خواهشمند است با ارسال بازخوردهای خود در مورد دومین شماره گاهنامه، گروه مشاوران این مرکز را از نظرات مدبرانه خود بهره مند سازید.

مرکز مشاوره دانشگاه تهران
مهر ماه ۱۳۹۰

۲۳ الی ۳۰ مهر
هفته بهداشت روان



ورود به دانشگاه

تحصیل در دانشگاه یکی از مهم‌ترین آرزوهای جوانان و یکی از بی‌همتای‌ترین تجربه‌هایی است که گروهی از جوانان آن را سپری می‌کنند. شور و شوق دانشجویان جوان، بهار آموختن را در هیاهوی هر پائیز طنین انداز می‌کند و ما نیز در هر خزان با جوانه‌های نو رسیده و اندیشه پرورش آنها احساس جوانی می‌کنیم.

اما این جوانه‌ها و شکوفه‌ها به همان اندازه‌ای که طراوت و تازگی دارند، آسیب‌پذیر نیز هستند و برای به ثمر نشستن به باغبانانی دلسوز نیازمندند. اگر چه تجربه ورود به دانشگاه در سال‌هایی تحقق می‌یابد که ظرفیت‌ها و قابلیت‌های فراوانی در فرد تجلی یافته است، یافته‌های پژوهشی حاکی از آن است که آغاز تحصیل در دانشگاه و همسازي با شرایط جدید زندگی دانشجویی دلمشغولی‌های فراوانی را برای جوانان به همراه دارد.

مطالعات روانشناختی بیانگر این نکته هستند که به طور کلی هر تجربه جدید را می‌توان منبعی برای ایجاد استرس در نظر گرفت و اگرچه بعضی تجارب به عنوان چارچوب‌های مثبت تلقی می‌گردند، استرس‌های مثبت نیز تأثیرات قابل توجهی بر جای می‌گذارند که نیازمند تعادل جوئی‌های عمیق است. پذیرش این ادعا چندان دشوار نیست که در کشور ما شرایط خاصی برای ورود به دانشگاه حاکم است که پیچیدگی این همسازي را بیش از حد معمول ساخته است.

تب تحصیل در دانشگاه، ترغیب و فشار بیش از حد خانواده برای موفقیت و پشت سر گذاشتن رقابتی دشوار از يك سو و آشنایی اندک جوانان با فضای دانشگاه در دوران دبیرستان و متفاوت بودن فضای مدرسه و دانشگاه از سوی دیگر، زمینه‌ساز طرحواره‌های ذهنی خاصی در جوانان دانشجو است که تجارب حاصل از ورود به دانشگاه و برخورد با واقعیت‌های موجود آن در بسیاری از موارد با طرحواره‌های شکل گرفته ناهم‌سویی دارد.

اغلب جوانان دانشجو با بلند پروازی‌ها به دنیای دانشگاه پا می‌گذارند؛ باوری که در ذهن آنها شکل گرفته دال بر این است که شروع زندگی

دانشجویی پایانی است برای بی‌ثباتی‌ها، ناهمواری‌ها و معماهایی که در مسیر شکل‌گیری هویت با آن روبرو بوده‌اند. ناهمواری‌ها و معماهایی در زمینه هویت جنسی، برقراری روابط اجتماعی، شأن و منزلت شخصیتی و آینده‌شغلی.

این شور و اشتیاق و این برج بلند انتظاراتی که در ذهن دانشجویان بنا شده است، گاهی چنان فرو ریخته و با ناکامی‌ها مواجه می‌گردد که از همان ماه‌های نخستین زمینه‌های افسردگی و تألمات روان‌شناختی فراهم می‌شود. دشواریها و تلاشهایی که بسیاری از جوانان دانشجو برای پذیرش در دانشگاه متحمل شده‌اند، غالباً فضایی آرمانی از دانشگاه در اندیشه آنها ترسیم می‌نماید که فاصله زیادی با واقعیت دارد. این ناهماهنگی شناختی بسیاری از دانشجویان را در تعارضی قرار می‌دهد که به تنهایی از عهده حل آن بر نمی‌آیند.

اگرچه گروهی از جوانان به تدریج توقعات و بلند پروازی‌های خود را تعدیل می‌نمایند و بر زخمهای ناشی از ناهماهنگی واقعیات و انتظارات مرهمی می‌یابند، تعدادی نیز در نهایت تعارض دچار عدم تعادل شده و آسیب‌های جدی آنان را تهدید می‌کند. کم‌رنگ شدن انگیزه پیشرفت (و در شکل نهایی آن انصراف از تحصیل)، واکنشهای مختلف روانشناختی و گرایش به آسیب‌های اجتماعی از جمله سوء مصرف دارویی، بارزترین مشکلات در این زمینه هستند.

بدیهی است که این تعارضها و فشارها در شرایطی برای دانشجو فراهم می‌گردد که منابع مقابله و رویارویی بسیار محدودی در اختیار دارد. هنوز شبکه ارتباطی و دوستی‌های وی چندان استحکام نیافته، دوستی‌هایی که می‌توانند وی را در طی کردن این فراز و نشیب یاریگر باشند، آشنایی با نهادهایی که می‌توانند وی را در این مسیر راهنمایی کنند؛ بسیار ناچیز است و بدون تردید مهم‌ترین مرجعی که دانشجو می‌تواند در این شرایط دشوار به آن اتکاء نماید استاد است.

و بالاخره شاید مهم‌ترین نکته قرارگرفتن در چارچوبی است که از جهت مؤلفه‌های فرهنگی همچون ارزشها و هنجارها تفاوت‌های قابل توجهی با فرهنگ و ساختار بومی زندگی جوان دانشجو دارد. این گستره متفاوت هنجاری و ارزشی متأسفانه در برخی از موارد زمینه‌ساز گرایش جوان دانشجو به ناهنجاری‌های رفتاری و آسیب‌های اجتماعی را در پی دارد؛ اما در این زمینه‌ها نیز مهم‌ترین و نخستین نقش نگاه‌دارنده، از سوی معلم و استاد تحقق می‌یابد.

یافته‌های روان‌شناختی مؤید این نکته هستند که مناسب‌ترین التیام برای دوری از منابع وابستگی عاطفی، سرمایه‌گذاری‌های جدید عاطفی می‌باشند و تصریح این نکته بی‌فایده نیست که پذیرش معلم و فراهم کردن فضای سرمایه‌گذاری عاطفی برای دانشجویان، ضمن برطرف کردن دغدغه‌های عاطفی، کانونی مطمئن و قابل اتکاء برای تمامی تعارض‌های روانشناختی، اجتماعی، هنجاری و ارزشی است.

معلم و استاد یکی از معتبرترین منابع همانند سازی برای دانشجو است. متأسفانه گاهی این نقش با ارزش به فراموشی می‌گراید و استاد تنها انتقال دانش را به عرضه می‌گذارد، اما این نکته محرز است که برقراری ارتباطی صمیمی (به خصوص در روزهای آغازین زندگی دانشجویی) از سوی استاد، بسیاری از ابهامات و سوء تعبیرهای دانشجو را به سادگی برطرف می‌سازد. شاید یادآوری این نکته سودمند باشد که یکی از نقش‌های انکارناپذیر استاد هدایت و راه‌گشایی است و این راه‌گشایی بسیار فراتر از چارچوب محدود آموزش قرار دارد.

همانگونه که اشاره شد فرو ریختن کاخ انتظارات دانشجو، یأس و ناکامی قابل توجهی را موجب می‌گردد که برخورد پذیرای استاد، نشان دادن روزه‌های امید، ترغیب به کوشش، تشویق به حرکت و همسازي با شرایط، اعجازی است که تنها از يك معلم دلسوز بر می‌آید. برقراری این ارتباط برای دانشجو یکی از منابع مهم حمایت اجتماعی تلقی می‌گردد که گذار وی را از این مقاطع بحرانی تسهیل می‌نماید.