



جهت دهی به مرحله گذار از زندگی تحصیلی به محیط کار

رحمان مهدی نژاد قوشچی (کارشناس ارشد مشاوره شغلی)

مقدمه:

انتخاب یک حرفه (انتخاب شغل) متناسب با علایق و تواناییهای فرد، یکی از مهمترین مراحل زندگی برای همه افراد است. در حقیقت همه ما نه تنها از حرفه انتخابی خود کسب درآمد می‌کنیم، بلکه با این انتخاب پایگاه اجتماعی خود را نیز تعیین می‌کنیم. انتخاب شغل تنها مساله جوانان نیست، بسیاری از افراد در دهه‌های سوم و چهارم عمرشان حرفه خود را تغییر داده و یا آن را گسترش می‌دهند. حتی در بسیاری از موارد افراد پس از بازنشستگی شغل جدیدی را انتخاب می‌کنند. طبیعی است که همه افراد مایل هستند از این مرحله مهم زندگی خویش با موفقیت عبور کرده و به طور موفقیت آمیزی از تحصیلات خود در راستای آغاز زندگی شغلی خود سود ببرند. دانش‌آموختگان دانشگاهها و افراد جویای کار، برای تصاحب فرصتهای استخدامی و ورود به بازار کار در قرن حاضر نیاز به برنامه‌ریزی دقیق‌تر دارند و این برنامه‌ریزی بهتر است در دوران تحصیلات پذیرد. دانشجوی عصر حاضر بلافاصله بعد از ورود به دانشگاه باید خود را از نظر مهارتهای مورد نیاز بازار کار مجهز نماید و در این کار خود می‌تواند تجربیاتی جدای رشته تحصیلی خود را نیز کسب نماید، به عبارت دیگر فرد نباید خود را فقط مقید به رشته تحصیلی خود نماید و از مهارتهای اساسی مورد نیاز بازار کار غافل بماند، کما اینکه همین مهارتهایی که در فعالیتهای فوق‌برنامه دانشگاه کسب کرده، بیشتر از مدرک تحصیلیش در بازار کار خریدار داشته باشد! در ادامه به شرح مرحله دشوار گذار از زندگی تحصیلی به محیط کار می‌پردازیم. مرحله گذار از زندگی تحصیلی به محیط کار هر ساله صدها هزار نفر دانشجویان از دانشگاهها و مراکز آموزش عالی فارغ‌التحصیل می‌شوند و معمولاً اولین موقعیت شغلی خود را شروع می‌کنند و یکبار بعد از چندین سال در سر کلاس نشستن و مطالعه کردن و برای آزمون‌های مختلف آماده شدن، نگرانی درباره تکالیف داده شده، مقاله نوشتن، رتبه کلاسی و کارآموزی، وارد شدن به زندگی اجتماعی و شغلی مانند یک تردستی دشوار می‌باشد و احساسی تازه و ترس‌آور از نائل شدن به پیشرفت در زندگی شخصی در فرد شکل می‌گیرد. دانشجویانی که در آستانه دانش‌آموختگی قرار گرفته‌اند، در این مرحله از زندگی‌شان ممکن است احساس کنند که دوست دارند خود ساخته و مستقل شوند. در واقع آیا آنها آمادگی مواجهه با بزرگترین چالش پیش روی خود، برای یک فرد حرفه‌ای شدن را در دانشگاه آموخته‌اند. حرفه‌ای شدن (شاغل شدن) مانند سفری است که در کشتی بنشینید و به سمت پایگاه شغلی خویش حرکت کنید. به طور کلی این سفر همراه با دانش‌آموخته شدن و سفر به محیطی جدید و مقصدی متفاوت در مقایسه با آنچه که در دانشگاه انجام می‌دادید و به آن عادت کرده بودید. در مقصد جدید و یا در زندگی شغلی خود بایستی نشان دهید که کدام طرح‌ها، مهارت‌ها و جهت‌یابی‌های جدید را برای موفقیت در کار جدید و محیط زندگی نیازمند است.



شروع کردن این سفر بسیار متأثر از گام‌های محتاطانه و حرکتی است که در اولین سال کاری در مسیر موفقیت شغلی برداشته می‌شود. سال اول کاری زمان بسیار با مهمی می‌باشد. در هر حرفه و شغل جدیدی، دانش‌آموختگان برای اینکه موفق نشان بدهند، نیاز دارند تا یک سری مهارت‌های شخصی و سازمانی را از خود بروز دهند. این دوره زمانی است که فرد با تغییرات و آموخته‌های متعددی که در جای خود می‌تواند تجربیات هیجانی و پراسترسی را در برداشته باشد مواجه شده که هنوز چالش برانگیز و مهیج می‌باشد. تعدادی از دانش‌آموختگان در مسیر زندگی خود به یک دوره نامشخصی و نامعینی می‌رسند که در بین ایفای نقش یک دانشجو و یک فرد شاغل سردرگم می‌شوند. این دوره اغلب یک مرحله گذار می‌باشد و یکی از مراحل چالش‌انگیزی است که افراد تجربه می‌کنند. این واقعیت که در حدود ۵۰ تا ۸۰ درصد از دانش‌آموختگان تازه دانشگاهی اولین شغل خود را در همان سه سال اول ترک می‌کنند و این ممکن است ناشی از مشکل ذاتی باشد که در مرحله گذار از دانشگاه به محل کار وجود دارد و مخصوصاً بیشتر در مورد کسانی صدق می‌کند که در دوران تحصیل در دانشگاه تجربه کارورزی و کارآموزی اندکی داشته‌اند. این بسیار مهم است که دانشجویان متوجه شوند در فعالیتهای خلاقیتی و خدماتی که در زمینه شغلی مورد علاقتان، در ایام فراغت انجام می‌دهند می‌تواند نقش ارزنده‌ای را در گذر از این مرحله انتقال - دانشگاه به محل کار - ایفا کند. دو مرحله اصلی شبیه به هم وجود دارند که در دوره انتقال رخ می‌دهند. مرحله اول: انتقال حرفه‌ای داوطلبانه از طریق یاد گرفتن رشته فعالیت‌هایی که مرتبط با کار جدید می‌باشد. مرحله دوم: انتقال شخصی داوطلبانه از طریق سازگاری با زندگی بعد از دانشگاه در جامعه جدید و بدست آوردن استقلال مالی و اجتماعی. گذراندن دوره‌های آمادگی شغلی و گذار از زندگی تحصیلی به محیط کار مطالبات و درخواست‌ها بر اساس خلاقیت مدیران، ناظران، مدیران اجرایی محیط‌های کاری و مدیران و برنامه‌ریزان اشتغال پیوسته در حال تغییر بوده و این با توجه به ویژگی‌های بازار کار است که در نوسان بوده و حالت پایداری برای آن نمی‌توان تصور کرد در این میان مجموعه‌ای از برنامه‌های آمادگی‌های شغلی و حرفه‌ای می‌تواند مرحله گذار از زندگی دوران دانشجویی را به دوره اشتغال هموار کند و تجربه نشان داده است که هر چقدر فرد در دوران تحصیلات از دوره‌های آمادگی شغلی متنوع بهره برده باشد و از مهارت‌های مورد نیاز بازار کار آگاهی یافته باشد، در مرحله گذار از زندگی تحصیلی به محیط کار متحمل استرس کمتری می‌شود. همچنین این دوره‌ها به کاهش استرس‌های تجربه شده کمک کرده و امیدوارانه فرد را یاری می‌کند تا احساس خوبی از نحوه کنترل بر زندگی شخصی و حرفه‌ای را کسب کند. تجربه نشان داده است هر چقدر فردی از نظر مهارتی غنی باشد در اجرای آن مهارت دچار دردسر کمتری شده و به تبع آن استرس کمتری را متحمل می‌شود. تفاوت گذار از زندگی تحصیلی به محیط کار به تفکیک جنسیت شاید همه ما این نکته را هزاران بار شنیده ایم که انسانها از نظر جنسیت از حیث بسیاری از مؤلفه‌های روحی و روانی و مشخصه‌های جسمی دارای تفاوتها و مشابهتهایی می‌باشند و این تفاوتها را به کرات در بیشتر جنبه‌ها و مهارت‌های زندگی و به کارگیری این مهارتها شاهد هستیم. بررسی‌های انجام گرفته و نتایج حاکی از آنها همبستگی



شدیدی بین گذراندن دوره‌های آمادگی شغلی و عبور موفق از زندگی تحصیلی به محیط کار نشان داده است، ولی میزان این همبستگی در بین زنان و مردان متفاوت است، به این صورت که زنان و مردان در این مرحله از عملکرد متفاوتی برخوردارند و زنان عملکرد خوبی نسبت به مردان دارند و این با توجه به ویژگیهای جسمانی و روانی آنان تا حدی قابل پیش‌بینی بوده است در ادامه به ذکر دلایل این تفاوتها می‌پردازیم: همانطور که قبلاً هم اشاره شد انسانها بر حسب جنسیت دارای تفاوتهایی از نظر فیزیولوژیکی و روانی هستند و جنس مؤنث در کنار آمدن با استرس‌های ناشی از کارهایی موفقی عمل نموده و در اجرای مهارتهای آموخته شده در دوره‌های متنوع آمادگی شغلی موفق‌ترند، از سویی دیگر بنا بر فرهنگ ایرانی، مردان را مسئول اداره و تأمین مالی زندگی می‌دانند و زمانی که آنها در فرایند کارهایی و جستجوی شغلی بارها دچار شکست می‌شوند از نظر روانی بیشتر دچار یأس و اضطراب شده و این شکستهای پی در پی و اضطراب آنها را دچار درماندگی و افسردگی می‌نماید. همچنین دختران در یافتن کارهای نیمه وقت و تمام وقت زودتر از پسران به نتیجه می‌رسند و معمولاً با آرامش بیشتری در فرایند جستجوی شغل درگیر می‌شوند و از همه مهمتر بین زندگی تحصیلی و شروع یک زندگی شغلی موفق زمان کمتری را از پسران تحمل می‌کنند و در دوران دانشجویی نیز از تجربه کاری مفیدی برخوردار می‌شوند و دلیل این امر را بیشتر می‌توان به محدودیتهای نظام وظیفه پسران ربط داد زیرا بعد از اتمام دوره طولانی تحصیل، دوره خدمت مقدس سربازی شکافی را در بین اتمام زندگی تحصیلی و آغاز زندگی شغلی ایجاد می‌نماید و امیدواریم این خلاء نیز با برنامه‌ریزی‌های مسئولان مربوطه مرتفع شود. از سوی دیگر بررسیهای متعدد در طول سالیان متمادی نشان دهنده کمبود زمینه‌های شغلی برای برخی از رشته‌های دانشگاهی بوده و این پژوهشها و مطالعات انجام گرفته حاکی از عدم وجود بازار کار برای رشته‌های متعددی است، حال با توجه به این نکته که هر جوان دانشگاهی که مسیر تحصیلات را برای تصاحب شغلی مناسب انتخاب می‌نماید با تحمل مشقات و اضطراب فراوان وارد دانشگاه شده و پس از گذراندن پرنشاطترین لحظات زندگی خویش در دانشگاه و صرف هزینه‌های زیاد به عنوان دانش‌آموخته فارغ‌التحصیل می‌شود، این سؤال پیش می‌آید که آیا به تخصصی که این فرد در دانشگاه کسب کرده در سطح جامعه نیازی هست یا نه؟ اگر نیاز هست که بسیار خوب، ولی اگر نیازی نیست پس خیل دانشجویانی که از این رشته‌ها فارغ‌التحصیل می‌شوند، در این جامعه چه کاره‌اند؟ آیا اینها باید به دنبال کاری غیر از تخصص دانشگاهی خود بگردند؟ تمامی این سؤالات و مشکلات عدیده‌ای که برخی از فارغ‌التحصیلان دانشگاهها با آن مواجه‌اند، اینان را در فرایند کارهایی با اضطراب و درماندگی شغلی مواجه می‌نماید که شاید بیشتر فارغ‌التحصیلان رشته‌های دیگر این دغدغه را نداشته باشند. پرداختن به مسأله به این گسترده‌گی نیاز به مطالعات و بررسیهای کارشناسی دارد که از حوصله این مبحث خارج است.



. References

- Amrine, C, & Bullis, M. (1985). The job club approach to job placement: A viable tool? *Journal of Rehabilitation of the Deaf*, 19(1-2), 18-23.
- Azrin, N. H, & Besalel, V. (1980). *Job club course lor's manual: A behavioral approach to vocational counseling*. Baltimore: University Park . . .
- Alexandria(2003) *Career counseling for human development , an international perspective the career development.jun.vol.51,Iss.4;pg 306.* •
- Bolles, R. N. (1995). *Wh at color is your parachute?, A practical manual for job hunters and career changers*. Berkeley, CA: Ten Speed . . .
- carny & wells(1995). *discover the career within you* .California:Brook/ cole publication company.
- Emmett, Judith D; minor. Carol W: *CAREER DECISION-Making Factors In Gifted Young Adults, Careee Development Quarterly >08894019.jun93,vol.41.* •
- Seligman.martin,E.P.(1984). *Attributional atyle and depressive symptoms among children,journal of psychology 93:252-238.* •
- Sterrett, Emily (1998). *A Use of a Job Club to Increase Self-Efficacy: A Case Study of Return to Work*, *Journal of Employment Counseling*, 00220787, Jun98, Vol. 35, Issue .2. •
- Stidham, H. H., & Remley. T. P, Jr. (1992). *Job club methodology applied in a workfare setting*. *Journal of Employment Counseling*, 29, 69-76. •
- Trotter,Robbert.j(1987). *stop blaming yourself yourself, psychologytoday. 3139*
- Coon, Dennis(1986) *psychology,we.*

منابع فارسی

- اردبیلی، یوسف (۱۳۷۴). راهنمایی و مشاوره حرفه‌ای و روشهای کسب و کاربرد اطلاعات شغلی، تهران: نشر ویرایش با همکاری انتشارات فهیم. انجمن روانپزشکی آمریکا (۱۳۸۳). چکیده DSM-IV-TR اختلال‌های روانی. ترجمه، محمدرضا نیکخو و هامایاک آوادیس یانس. تهران: انتشارات سخن. شفیع آبادی، عبدالله (1381). راهنمایی و مشاوره حرفه‌ای و نظریه‌های انتخاب شغل. تهران: انتشارات رشد. شفیع آبادی، عبدالله (۱۳۸۳). راهنمایی تحصیلی و شغلی. تهران: انتشارات دانشگاه پیام نور. فلاح شهیدی، عطیه وترابی، مهدی (۱۳۸۵). راهنمای جویندگان کار. تهران: دفتر طرح و توسعه سازمان همیاری اشتغال فارغ‌التحصیلان جهاد دانشگاهی. کرمی، ابوالفضل (۱۳۷۳). راهنمای انتخاب کار و شغل. شیراز: انتشارات راهگشا. سلیمی، حسین (۱۳۷۵). تأثیر راهنمایی و مشاوره شغلی گروهی بر رغبت‌های شغلی و اولویتهای تحصیلی و شغلی دانش‌آموزان. پایان نامه کارشناسی ارشد، دانشگاه علامه



Archive of SID

ستاد کارآفرینی شهر تهران

جشنواره راهنمایی و مشاوره شغلی



واحد الزهرا (س)

طباطبائی. صمدآقایی، جلیل (۱۳۸۴). انتخاب زندگی شغلی. تهران: نشریه کار و جامعه، شماره ۶۶، مؤسسه کار و تأمین اجتماعی. فرحبخش، کیومرث؛ شفیع آبادی، عبدالله و نادری زاده اصفهانی، ویدا (۱۳۸۵). بررسی میزان نگرانی، اضطراب و درماندگی انتخاب شغل در دانشجویان مراحل مختلف تحصیلی و تأثیر مشاوره شغلی به شیوه آموزش مهارت‌های کاریابی بر کاهش آن. (زیر چاپ)، علوم پزشکی اصفهان. هاشمی، حمید (۱۳۸۳). رویکردهای نوین در راهنمایی و مشاوره شغلی. مجموعه مقالات همایش نقش راهنمایی و مشاوره شغلی در بازار کار، تهران: انتشارات استاد ملبولی.