



په نامه د بخش نده مه رېان



WWW.EC.NAHAD.IR



جلسه چهارم

زندگی دانشجویی و ابعاد آن

زندگی دانشجویی شامل ۴ قسمت است:

۱- بعد جسمی:

بخوریم! چه چیزی بخوریم؟ بخوابیم! به چه صورت استراحت کنیم، ورزش کنیم! چه ورزش‌هایی را انجام دهیم، لباس بپوشیم! چه پوششی داشته باشیم؟ هر چه ارزش قسمت زندگی دانشجویی بالا می‌رود فرصتی که برای آن می‌گذاریم بیشتر می‌شود، سرمایه‌گذاری که برای آن می‌کنیم افزایش می‌یابد، ارزش، فرصت، سرمایه‌گذاری قسمت‌های دیگر کاهش پیدا می‌کند مانند بخش روان‌شناختی زندگی دانشجویی.

۲- بعد روان‌شناختی:

چه چیزهای تازه‌ای یاد می‌گیریم؟ چه مهارت‌های جدیدی را به زندگی خود می‌افزاییم؟ چقدر در فکر کردن ماهرتر می‌شویم؟ چقدر در برنامه‌ریزی کردن دقیق‌تر می‌شویم؟ چقدر توانایی کنترل خشم پیدا می‌کنیم؟ چقدر برای زندگی آینده برای مرد شدن، زن شدن، فرهیخته شدن، باسواد شدن تلاش می‌کنیم؟ چقدر سواد فکری ما بالا می‌رود؟



سبک زندگی دانشجویی

۳- بعد اجتماعی:

پاچه کسانی می گردیم؟ چه علایق و سلیقه‌هایی دارند؟ چقدر با خدا ارتباط برقرار می کنند؟ چقدر از بودن با خدا لذت می برند؟ دوستان ما دوستانی هستند که خدا آن‌ها را دوست داشته باشد؟ دوستان ما دوستانی هستند که از بودن با آن‌ها یاد خدا بیافتیم؟ دوستان ما دوستانی هستند که در روابط با آن‌ها احساس امنیت بیشتری به ما دست بدهد؟ یا دوستانی هستند که می گویند وقت ما را هدر می دهند؟ این دوستان نمی توانند برای ما یک تأثیر روشن و یک اثر عمیق و یک تحول مناسبی را به وجود آورند. در حقیقت در این بخش، خیلی مهم است که وقت خود را چگونه مدیریت کنیم و وقتی که برای دوستان خود می گذاریم اگر بیش از حد اعتدال باشد دیگر وقتی برای تحصیل و خودسازی خود نداریم، اگر دوستانی را که داریم از وقت ما برای خوش گذرانی خود و غنی سازی اوقات فراغت خویش استفاده می کنند ما نمی توانیم به عنوان یک عنصر مهم در آینده کشور دیدگاه جدید تفکر نو پیدا کنیم باعث تحول و دگرگونی شویم، همین موضوع به تدریج ما را در یک فضای بسته نامناسب قرار می دهد، فضایی که کم کم در آن تخیلات بر واقعیات غلبه می کند، به تدریج عوارض اجتماعی بر کارکردهای اجتماعی غلبه پیدا می کند، به تدریج سستی، رخوت جای حرکت، پویایی کوشش و تلاش و خلاقیت و ابتکار را می گیرد.

۴- بعد معنوی:

مهم ترین بعد زندگی دانشجویی است که پایه و اساس دیگر ابعاد است، آیا برای خدا زمان می گذارید؟ آن قدری که به ظاهر خود اهمیت می دهید به خدای مهربان می رسید؟ آن قدری که برای پوشش مناسب و صورت خود تلاش می کنید برای پاکیزگی درون خود تلاش می کنید؟ آیا



سبک زندگی دانشجویی

شما یک انسان صورت گرا هستید یا سیرت گرا؟ اگر سیرت گرا هستید، در زندگی دانشجویی انسان موفق هستید زیرا ابعاد زندگی خود را بر مبنای سیرت می گذارید، زیرا اگر به جسم خود می اندیشید به سلامتی جسم بیشتر از ظاهر جسم اهمیت می دهید، به پاکیزه بودن لباس بیشتر از مدل بودن لباس خود اهمیت می دهید، به ساده بودن پوشش بیشتر از جلب توجه کننده بودن پوشش خود فکر می کنید و همین مسأله در بحث روان شناختی شما هم تأثیر دارد و در بخش روان شناختی نیز مهم است که توجهی که دیگران به ما دارند برای کدام ویژگی ما است؟ اگر کسانی برای ظاهر شما، به شما توجه می کنند یعنی درون شما ارزش کمتری از بیرون شما دارد، پس آن ها ظاهر شما را به باطن شما ترجیح داده اند، اگر کسانی به ما برای فکر و عواطف و اعتقادات ما توجه می کنند نشان می دهد درون ما غنی تر از بیرون ما باعث تأثیر بر دیگران می شود بنابراین آن ها به باطن ما توجه می کنند، اگر برای پول و مقام به ما توجه می کنند نشان می دهد روابط اجتماعی ما از خود ما مهم تر است، آن ها دارند به حاشیه های ما فکر می کنند و چون از این حاشیه های لذت می برند فکر می کند از طریق بودن با ما می توانند آن ها را داشته باشند در حالی که انتهای این روابط چیزی جز یک مدت در کنار هم بودن، بی خاصیت باهم بودن، بی نتیجه از هم جدا شدن نیست.

بنابراین مهم است که در زندگی دانشجویی، زمان هایمان به چه صورتی تقسیم می شود؟ زمانی که برای بُعد جسمی و روح خود می گذاریم، زمانی را که برای روابط اجتماعی و بُعد اجتماعی خود می گذاریم، زمانی را که برای بُعد معنوی و کارکردهای معنوی خود می گذاریم. اگر این ها را درست تنظیم نکنیم یک زندگی دانشجویی به هم ریخته ای خواهیم داشت.



سبک زندگی دانشجویی

بعضی از دانشجویان خیلی به پوشش خود اهمیت می‌دهند، با چه کسانی رابطه دارند، مدل موهایشان چطوری است؟ اسم این‌ها را نمی‌توان دانشجوی گذاشت، درحالی‌که بعضی از دانشجویان به این فکر می‌کنند که با چه ابزاری سر کلاس حضور پیدا کنند که بیشترین اطلاعات را از کلاس درسی خود دریافت کنند، چگونگی ارتباط با استاد برای کسب عمیق‌ترین اطلاعات از استاد، چگونگی مطالعه دقیق، چگونگی برخورد برای تغییر زندگی خود برای آن‌ها مهم است.

تفاوت دانشگاه‌ها و اهمیت چگونگی دانشجو در آن‌ها:

در بدترین دانشگاه دنیا اگر یک دانشجوی مسئول، با پشتکار داشته باشد فضای دانشگاه را عوض می‌کند و به شکل مثبتی باعث تغییر و توسعه و تکامل می‌شود و در بهترین دانشگاه دنیا اگر دانشجوی منفعل داشته باشد باز هم فضای آن را تغییر می‌دهد.

فضاهای رابطه‌های سطحی، خنده‌های سطحی، رابطه‌های غیر عمیق، تفکرات مبهم و نامشخص، شعرهای به هم ریخته، خواننده‌هایی که نمی‌توانند تفکرات ما را متحول کنند، رسانه‌هایی که فقط با هدف به هم ریخته شدن افکار ما ایجاد شده‌اند، و... باعث می‌شوند متوجه نشویم که در کجای دنیا قرار گرفته‌ایم و همان فضای خوب را هم به یک فضای بد تبدیل می‌کنیم این انسان‌ها هستند که به فضاها ارزش می‌دهند؛ دانشگاه‌ها فضای علمی هستند که اگر شما دانشجویان خوب در آنجا ظاهر شوید حتی تفکر استاد خود را هم تحت تأثیر قرار می‌دهید.



سبک زندگی دانشجویی

با سؤال کردن دقیق، عمیق اندیشیدن استادهای متوجه می‌شوند که با اطلاعات معمولی نمی‌توانند دانشجویان را قانع کنند، باید اطلاعات غنی‌تر داشته باشند و اطلاعات بیشتری کسب کنند. پس شما هستید که با زندگی دانشجویی خوب خود به دانشگاه یک هویت مثبت می‌دهید و با زندگی دانشجویی بد خویش به دانشگاه هویت منفی می‌دهید، بخشی از زندگی دانشجویی، حیات علمی، تفکر، رشد و دانایی، ریسش و یافتن مطالب جدید است، یک بخش آن نیز حیات اجتماعی است؛ چه بسا دانشجویان خوبی که در دوران دانشجویی خود یک ازدواج دانشجویی موفق و ساده و خلاق دارند و در بهترین عرصه زندگی و بهترین فرصت‌هایی که داشتند یک انتخاب بهترین را انجام داده‌اند.

چه بسا در همین عرصه‌ها یک کارآفرینی جدید را انجام دهید، تغییری را در اجتماع به وجود آورید، تغییری را در روش‌های تربیتی وارد کنید، تغییری را در نظام بهداشتی و درمانی کشور ایجاد کنید، و از خلاق اندیشی و نوآوری خویش شادمان باشید زیرا باعث توسعه جامعه شده‌اید، گیرنده خوبی باشید تا در میانه‌های حرکتی خویش بتوانید زمینه‌های حرکت مثبت برای پیشرفت خود را فراهم کنید، در انتهای حرکت خود جمع‌بندی کنید، در ابتدای حرکت خود برنامه‌ریزی کنید.

نه اینکه اگر یک دانشجویی با تفکرات اشتباه نزد شما آمد که شما سبک زندگی او را نمی‌پسندید چون نمی‌توانید به او نه بگویید تحت تاثیر او قرار بگیرید و روش و سبک زندگی غلط او در زندگی شما وارد شود.



سبک زندگی دانشجویی

شما هستید که باید تصمیم بگیرید شما هستید که باید در زندگی دانشجویی خود آن چنان خوب به یک مدیریت مناسب زندگی دانشجویی خوب برسید، به یک برنامه ریزی مناسب زندگی دانشجویی خوب برسید، به یک هدف گذاری مناسب زندگی دانشجویی برسید، که شما باعث تغییر دانشگاه خود بشوید، با نوشتن مقاله، تشکیل کارگاه، یک سخنرانی، برخوردهای مدافعه گرانه و محققانه شما باعث پیشرفت شوید.

کسانی که در اطراف شما هستند باید بیاموزند که زندگی شما به عنوان یک دانشجو اساس زندگی اجتماع است، شما قرار است مشکلات جامعه را حل و فصل کنید، اگر شما یک زندگی خوب نداشته باشید و خود یک قسمتی از مشکلات جامعه باشید چگونه می توانید مشکلات جامعه را حل کنید، والدین شما را با امید به دانشگاه فرستاده اند، اگر شما نتوانید سبک زندگی خود را تغییر دهید، زندگی شما دانشجویی نبوده است منتهی به جای اینکه در فضای خانواده تان شکل بگیرد در محیط دانشگاه شکل گرفته است.

زندگی دانشجویی است که به فضای دانشگاه، حیات دانشگاهی می دهد فرهنگ و پویایی دانشجویی می دهد زیرا شما هستید که مصرف کننده اصلی محصولات فکری، فرهنگی، اعتقادی، نگرشی اساتیدی که می خواهند با شما در ارتباط باشند هستید. بنابراین شما نمی توانید به هر صورتی زندگی خود را بگذرانید.

وقتی یک استاد می بیند یک دانشجو برای ۵ سال آینده خود برنامه ریزی دارد و دانشجوی دیگری برای ۵ دقیقه بعد خود برنامه ای ندارد مطمئن می شود دانشجویی که برای آینده



خود برنامه‌ریزی دارد انسان مؤثرتری است، خلاقیت دارد و امکان ایده‌پردازی و اختراع او بیشتر است تا دانشجویی که برای خود برنامه ندارد و باید برای او یک واحد مشاوره هم بگذاریم، یک واحد تنظیم برنامه و سازماندهی هم لازم است برایش بگذاریم. دانشجو قرار است انگیزه جامعه باشد و انسانی باشد که مصالح فکری او مصلحت‌های فکری جامعه اسلامی ما را پیگیری کند و باعث تحلیل رو به رشد جامعه بشود. تحلیل رو به رشد و رو به ترقی نه تحلیل رو به افت و رکود.

اگر یک انسان کارگر یک ساختمان باشد، از یک دانشجویی که در یک دانشگاه کار می‌کند ادب بیشتری داشته باشد، هنوز آن دانشگاه نتوانسته است یک انسان را بسازد، سعی کنید زندگی دانشجویی خود را با هدف، برنامه‌ریزی، مدیریت، آمیخته کنید تا زندگی شما هدفمند شود، آن زمان است که شما زندگی دانشجویی مدبرانه و محققانه و خلاقانه دارید که برای همه می‌تواند الگو باشد و همه دوست دارند با شما ارتباط برقرار کنند و هر خانواده‌ای دوست دارد که با این پسر یا دختر در ارتباط باشد و وصلت صورت بدهد.

دانشجو چیزهایی دارد که هیچ استادی ندارد، آینده‌ای دارد که هیچ‌کس نمی‌تواند داشته باشد، به شرط آن‌که باور داشته باشید و از آن مراقبت کنید.