



وزارت علوم تحقیقات و فن‌آوری
دفتر مرکزی مشاوره



معنویت دانشجویی و فرهنگی
مرکز مشاوره دانشجویی

اسلام علیک یا ابا عبدالمحسین



بنام خدا

بیا آشنا شو

شماره ۳۸ - سال چهارم - بهمن ۱۳۸۴

نشریه مشترک
دفتر مرکزی مشاوره وزارت علوم
و مرکز مشاوره دانشگاه تهران

فهرست:

- ۶۶ دلایل درست و نادرست ازدواج |
- ۶۶ افسانه‌هایی درباره عشق |
- ۶۶ برقراری ارتباط مؤثر با استاد |

دلایل درست و نادرست ازدواج



برای ازدواج کردن دلایل بسیاری وجود دارد، اما برای ازدواج نکردن دلیل آوردن اغلب سخت و مشکل است. در این قسمت دلایل درست ازدواج را که می‌تواند به ازدواج موفق منتهی شود، فهرست می‌کنیم و در آخر دلایل منفی و استدلالهایی که می‌تواند به یک ازدواج نافرجام منتهی شود را خواهیم آورد.

دلایل درست ازدواج

۱- مصاحبت و همراهی: شریک شدن با دیگری در زندگی دلیل رایج و مناسبی برای ازدواج است. مصاحبت و همراهی به این معنی است، که در سفر زندگی شریک و همراهی داشته باشیم. هر چند برخی از مردم به اشتباه تصور می‌کنند که ازدواج به تنهایی آنها خاتمه خواهد داد. مطلب مهم اینجاست که چه کسی پیشقراول این سفر خواهد بود. آیا هر دو در یک راه می‌خواهند بروند، یا این که یکی از طرفین (معمولاً آقایان) دیگری را در سفر خود شریک می‌کند. اگر زن برای خود مقصدی نداشته باشد، شاید بتوان او را به همراهی فرا خواند. اما همراهی با فردی که قصد معینی ندارد، چندان رضایت بخش نیست و اگر دیگری را با اجبار همراه خود کنیم، باز هم سفر، دلنشین نخواهد بود و تعارض و دلزدگی را در خود نهفته دارد.

۲- عشق و صمیمیت: نیاز به عشق و صمیمیت، با نیاز به مصاحبت و همراهی رابطه دارد. محبت اصیل و حقیقی برای فرد آدمیان هدیه‌ای فوق العاده است.

۳- شریک حمایت کننده: دلیل مناسب دیگر، فرصتی است که ازدواج برای رشد فرد به عنوان یک انسان فراهم می‌کند. اگر یکی از دو نفر فقط به فکر رشد خود و علایق حرفه‌ای و نیاز خود به شهرت و موفقیت باشد، ازدواج نمی‌تواند بقا داشته باشد؛ یا حداقل بقای رضایت بخشی نخواهد داشت. اما شریک شدن در موفقیت‌های یکدیگر و حمایت اصیل و صمیمانه می‌تواند ارتباط را تقویت کند و به آن ثبات بدهد. ازدواج مناسب می‌تواند بهترین فرصت برای موفقیت هر دو نفر باشد.

۴- شریک جنسی: ازدواج منبع باثباتی برای ارضای جنسی هر دو نفر است و راهی است مشروع و مجاز برای بروز هیجان‌ات و رفتارهای جنسی. اما اگر

ارتباط جنسی دلیل ازدواج باشد، معمولاً با ازدواج موفق‌تری روبرو نخواهیم شد. ۵- والد شدن: دلیل رایج دیگر جهت ازدواج صاحب فرزند شدن است. والد شدن البته موهبتی آمیخته با تضاد است. از یکسو تربیت فرزند وظیفه‌ای سخت و اغلب حتی دلسردکننده است اما از طرف دیگر کاری بسیار رضایت آور است. وقتی فرزندان بزرگ می‌شوند و به حد کافی مستقل می‌شوند، اکثر والدین بیان می‌کنند که این تجربه برای همه‌ی عمر آنها کافی بوده است و دیگر نمی‌خواهند که صاحب فرزند شوند؛ اما اغلب خواهند گفت، که اگر یکبار دیگر به دنیا بیایند باز هم تصمیم به داشتن فرزند خواهند گرفت. هر فردی نمی‌تواند پدر یا مادر خوبی باشد و این البته وظیفه‌ای دشوار است. آمدن فرزند می‌تواند بر ازدواج تأثیر مثبت و یا به عکس تأثیر منفی و مخرب داشته باشد. زوج‌هایی که با موفقیت فرزندان خود را بزرگ کرده‌اند، انسجام خوبی بین خود ایجاد می‌کنند و از آنچه که با هم انجام داده‌اند، احساس افتخار و غرور می‌کنند.

دلایل نادرست ازدواج

دلایلی هست که فرد به خاطر آنها ازدواج می‌کند، ولی همان دلایل می‌تواند ازدواج را با مشکلات و تضادهای قابل توجهی روبروی کند. دلایل نادرست ازدواج در زیر فهرست شده‌اند.

۱- شورش بر علیه والدین: برای بسیاری از ما راحت نیست، اقرار کنیم که با والدین خود تعارض داریم. تعارض با والدین، می‌تواند یکی از دلایلی باشد که فرد جوان را به سوی ازدواج سوق دهد. وقتی فردی در خانواده‌ی زندگی می‌کند که والدین او اهانت کننده و تحقیر کننده هستند، به نظر می‌رسد که ازدواج انتخاب موجهی باشد. آنهایی که در آتش تعارضهای طولانی مدت والدین سوخته‌اند، آنهایی که قربانی پدر و مادری معتاد بوده‌اند و آنهایی که قربانی آزارهای جسمانی، هیجانی و جنسی در خانواده بوده‌اند، دلایل موجهی دارند تا از خانواده به نحوی بگریزند و از آن دور شوند. اما آیا داشتن دلیل موجه برای «ترک خانواده» ضرورتاً دلیل موجهی برای «ازدواج» است؟ در اینگونه موارد بهتر است که افراد استقلال شخصی خود را بسط دهند و با خانواده‌ی خود رو در رو شوند، به روابط خود و خانواده‌ی خود بیاندیشند و برای مشکلات و مسایل راه حلی بیابند، تا این که درگیر ازدواج شوند و یا به فکر ازدواج باشند. با ازدواج می‌توان از یک شرایط فاجعه بار گریخت اما با چه بهایی؟ آیا به بهای وارد شدن در یک شرایط فجیع دیگر؟ تحقیقات نشان می‌دهد که بسیاری از افراد که از آزار والدین به ازدواج پناه برده‌اند، ازدواج آنها



نیز آزار دهنده بوده است.

۲- **جستجوی استقلال:** جوانان به این که روی پای خود بایستند و کارهایشان را خودشان انجام دهند و یا مستقل باشند، کشش و علاقه زیادی دارند. اما استقلال امری است که فرد، فقط به تنهایی می تواند به آن برسد. با اتکالی به همسر، فرد به استقلال نخواهد رسید. بسیاری هستند که ازدواج می کنند تا مستقل شوند، اما مستقل شدن سالها وقت می برد و امری است وابسته به خود فرد تا هر چه بیشتر، روی پای خود بایستند.

۳- **التیام یک ارتباط شکست خورده:** التیام رنجها و دردهای یک ارتباط شکست خورده ی اخیر، دلیل منفی دیگری برای ازدواج است. این مورد، از موضوعاتی است که شناسایی آن در دیگران راحت تر از شناسایی آن در خودمان است. پاسخ رایج به هشدارهای دیگران معمولاً این است که "نه! من می فهمم که شما چه می گوئید، اما این مورد فرق دارد". ما تمایل داریم که ارتباط جدید و آمیخته با عشق را تنها از منظر وجوه مثبت بنگریم و از این که ممکن است این ارتباط واکنش به یک ارتباط قبلی باشد می پرهیزیم و غفلت می کنیم. فردی که در موقعیت التیام است، ممکن است برای حمایت هیجانی نیاز به یک ارتباط دیگر داشته باشد. ازدواج زمانی موفق تر خواهد بود که دو نفر «بخوانند» ازدواج کنند؛ تا این که «نیاز» به ازدواج داشته باشند. ارتباطی که بر اساس التیام یکی از دو نفر شکل گیرد، از همان آغاز در معرض خطر است، چراکه عاطفه ی بین آن دو نه تنها به دلیل دوستی و عشق، نیست بلکه به خاطر شفابخشی و التیام زخمها و جراحات ارتباط دیگری است که قبلاً رخ داده است.

۴- **فشار خانواده و یا اجتماع:** برخی از خانواده ها مطابق آداب، فرهنگ و عرف خود برای ازدواج به جوانان فشار می آورند. در یک جامعه ی شهری و تحصیل کرده، این فشار می تواند نامحسوس و ظریف باشد. اما در جامعه ای دیگر با صراحت و به طور مستقیم از جوان می خواهند که ازدواج کند. خانمها بیشتر در معرض این استرس هستند. بسیاری از دانشجویان وقتی که شهر خود را ترک می کنند و به دانشگاه می روند، پس از مدتی شاهد ازدواج هم کلاسی های دوره ی دبیرستان خود خواهند بود؛ که حتی بچه دار نیز شده اند و همین می تواند بر آنها فشار روانی و استرس وارد کند. در ازدواج نباید عجله کرد. معمولاً، شتاب در ازدواج به ارتباط شاد و سالمی منجر نمی شود. افرادی که با دلایل درست سعی در انتخاب همسر دارند نباید تسلیم این فشارها شوند.

۵- **ازدواج اجباری:** برخی افراد تحت فشار خانواده یا دوستان به یک ازدواج از قبل ترتیب داده شده، تن می دهند. گاهی اوقات از زمان کودکی در مورد ازدواج دو نفر صحبت شده است. همه ی خانواده بر این اعتقاد بوده اند، که این دو نفر با هم ازدواج خواهند کرد و حالا که این افراد بزرگ شده اند، احساس فشار و اجبار می کنند که باید با هم ازدواج کنند. ازدواج اجباری در ایران با بالاترین آمار طلاق و مشکلات بعدی همراه است.

۶- **نیاز جنسی:** ازدواج، تنها به دلیل رفع نیاز جنسی، احتمالاً نمی تواند به ازدواج موفق منجر شود. چراکه دیگر عوامل مرتبط با ازدواج، معمولاً از چشم دور می ماند. در این گونه ازدواج، زیبایی های ظاهری همسر بیشتر مدنظر قرار می گیرد و شتاب و تعجیل نیز عامل تأثیرگذار منفی دیگری است. در فرهنگ عامه، به اشتباه، باور بر این است که عدم ارضای نیاز جنسی سبب برخی بیماری های روانی می شود. مثلاً برای بهبود حال بیماران روانی، برخی توصیه به ازدواج می کنند که نه تنها حال بیمار را بهبود نخواهد بخشید، بلکه استرس و فشار روانی بیشتری را ایجاد خواهد کرد؛ امری که می تواند بیماری را تشدید کند.

۷- **دلایل اقتصادی:** امنیت اقتصادی و نیز تغییر طبقه ی اجتماعی که با وضعیت اقتصادی ارتباط دارد، همواره یکی از دلایل سنتی ازدواج بوده است. البته در دوره هایی که امنیت اقتصادی کم است، طبیعتاً در نظر گرفتن اقتصاد و مسایل حاشیه ای آن دلیل موجهی برای مردم به نظر می رسد و در بسیاری از ازدواجها این مسأله پررنگ تر می شود. به نظر می رسد در خانمها این مسأله رایج تر باشد. تکیه بر وضعیت مالی شوهر یا وضعیت مالی خانواده ی او برای آنها ایجاد امنیت می کند. هر چند که در آقایان نیز این تمایل وجود دارد، اما آنها سعی می کنند که این تمایل را صراحتاً ابراز نکنند. یکی از موارد دیگری که ایجاد امنیت اقتصادی می کند، شاغل بودن هر دو نفر است چراکه در صورتی که یکی از آنها بیکار شود، دیگری درآمد خواهد داشت و دوره ی بیکاری با امنیت بیشتری سپری خواهد شد. البته ازدواج، خود به خود امنیت اقتصادی ایجاد نمی کند اما در اکثر فرهنگها این امر از اهمیت زیادی برخوردار است. در بسیاری از کشورها رایج ترین مشکل همسران، مشکل اقتصادی و مالی است.

۸- **تنهایی و استیصال:** همه ما گاهی در زندگی احساس تنهایی می کنیم. اما ازدواج به این دلیل که احساس تنهایی می کنیم و برای فرار از تنهایی، یک دلیل نادرست است. بهتر است تنهایی خود را از راههای دیگری برطرف کنیم، تا این که بخواهیم با ازدواج آن را رفع کنیم.

۹- **احساس گناه:** گاهی در رابطه با یک نفر احساس گناه می کنیم و به دلیل احساس گناه یا احساس ترحم با او ازدواج می کنیم. احساس گناه یا احساس ترحم به هر دلیلی که ایجاد شده باشد، یک دلیل نادرست برای ازدواج است.

۱۰- **احساس کمبود و تهی بودن:** گاهی افرادی که هدفی را در زندگی دنبال نمی کنند، نمی دانند که از زندگی چه می خواهند، احساس ناکامی می کنند و از زندگی خود راضی نیستند، برای حل این مشکلات به ازدواج روی می آورند، که قطعاً دلیل نادرستی برای ازدواج است.

مشکلات ذکر شده باید از راههایی غیر از ازدواج حل شود. ازدواج یک رابطه ی درمانی نیست، بلکه یک رابطه صمیمانه است. اغلب ازدواجها با دلایل درست و نادرست آمیخته با هم شکل می گیرند. هر چه دلایل درست ازدواج بیشتر باشد، احتمال موفقیت و پایداری ازدواج افزایش می یابد.

افسانه هایی درباره عشق



آیا برای حفظ و تداوم یک رابطه، عشق به تنهایی کافی است؟ پاسخ این سؤال هم پیچیده است و هم کاملاً ساده، دو نفر که عاشق یکدیگر هستند، هر کدام دیگری را ایده آل می داند. مانند دو نوازنده که هر کدام از دید دیگری بسیار زیبا و دلنشین می نوازند. اما بعد از ازدواج این دو نفر باید با هم، یک آهنگ و یک موسیقی را ارایه کنند و این غیر از هنر نوازندگی به تنهایی، نیاز به هماهنگی دارد و عنصر هماهنگی آن چیزی است که فراتر از عشق است. ما معتقدیم که هماهنگی در زندگی مشترک، تا حد زیادی قابل یاد گرفتن است و با آموختن مهارتهای ارتباطی، موفقیت ازدواج افزایش می یابد. ارتباط نزدیک و صمیمانه در ازدواج مانند قایق رانی در میان امواج خروشان است، که تنها با عشق به قایق رانی نمی توان از خطرات آن به سلامت گذشت. ما نیاز به لنگری از عشق داریم، تا پیوندمان را محکم کند نیاز به سازگاری و توافق داریم تا جلیقه ی نجات ما باشد و نیاز به یک قطب نما داریم، تا بدانیم که دو نفری به چه سمتی باید پارو بزنیم، تا از حوادث، به سلامت عبور کنیم. پس بهتر است درباره عشق و ازدواج بیشتر بدانیم و از

خیال و تصورات غیر واقع بینانه‌ی خود بیرون بیاییم.
در اینجا شما را با افسانه‌هایی درباره عشق آشنا می‌سازیم:

عشق بر همه‌ی مشکلات غلبه خواهد کرد

همگی ما در اعماق وجود خود به طور اسرارآمیزی این افسانه را باور داریم که: اگر واقعاً عاشق باشیم، خوشبخت خواهیم شد و بر تمامی مشکلات غلبه خواهیم کرد. مثلاً باور داریم که اگر عاشق باشیم، دیگر اهمیتی ندارد که:

- او مشروبات الکلی می‌نوشد.
- تمام وقت از من انتقاد می‌کند.
- شغلی ندارد و دو سال اخیر هم بیکار بوده است.
- خلق و خوی بدی دارد و یک دفعه منفجر می‌شود.
- مدام به زنهای دیگر نگاه می‌کند.
- مشکل می‌تواند احساسات و عواطف خود را بیان کند.
- خانواده‌اش مرا قبول ندارند.
- هنوز به معشوق قبلی خود فکر می‌کند.
- معتاد است.
- تفاوت سنی ما زیاد است.
- دور از یکدیگر زندگی می‌کنیم.

واقعیت عشق با افسانه، بسیار فرق دارد. عشق پایه و اساس یک ازدواج خوب است، اما اگر قرار باشد که رابطه زنده بماند و رشد کند، به چیزی به مراتب بیشتر از عشق احتیاج هست، رابطه به جز عشق به «تفاهم» و «تعهد» نیاز دارد.

عشق همه نیازهای ما را درک و برآورده می‌سازد

بسیاری از ما فکر می‌کنیم که وقتی بین دو نفر عشق وجود دارد، به این معنی است که در سکوت و به طور خودجوش بسیاری از نیازهای طرفین درک و برآورده می‌شود. مثلاً معتقدیم که اگر عشق وجود داشته باشد:

- ◆ او می‌فهمد که من چه می‌خواهم.
- ◆ می‌تواند ذهن مرا بخواند.
- ◆ توقعات پنهانی مرا درمی‌یابد.
- ◆ زمانی که غمگین هستم، مرا شاد می‌کند.
- ◆ زمانی که بیمارم، باعث بهبود و سلامتی من می‌شود.
- ◆ زمانی که اعتماد به نفسم را از دست داده‌ام، کاری می‌کند که احساس بهتری نسبت به خودم پیدا کنم.
- ◆ مشکلات زندگی مرا حل می‌کند.
- ◆ در همه‌ی کارها و علایق با من یار است و مرا همراهی می‌کند.
- ◆ نیازی به گفتن نیست، او خودش می‌فهمد.
- ◆ در سکوت همه چیز بیان می‌شود.

حقیقت این است که بسیاری از ما به طور ناخودآگاه باور داریم که در عشق حقیقی موارد بالا باید وجود داشته باشد و اگر همسر ما یا معشوق ما برخلاف موارد بالا عمل کند، احساس می‌کنیم که عشق او به ما حقیقی و کامل نیست و از او عصبانی و دلخور می‌شویم. این افسانه باعث می‌شود که ما از همسرمان «توقع» داشته باشیم، کارهایی را انجام دهد که باید خودمان انجام دهیم. چرا که فکر می‌کنیم عشق ما یک عشق حقیقی است. مثلاً فردی که اعتماد به

نفس پایینی دارد، به جای درمان خودش به یک عشق فکر می‌کند و می‌پندارد که این تنها راه نجات اوست. عشق، بسیاری از نیازهای ما را برآورده می‌سازد، اما نه همه‌ی آنها را. بسیاری از نیازهای ما با تلاش فردی خودمان برآورده می‌شوند. اما این افسانه بیانگر این مطلب است که در عشق حقیقی همه‌ی نیازها برآورده می‌شود، از جمله، نیازهایی که لازم است برای برآورده ساختن آنها خود ما به تنهایی تلاش کنیم.

جذابیت جنسی همان عشق است

بسیاری از افرادی که درگیر روابط جنسی نامشروع می‌شوند به این افسانه باور دارند که جذابیت جنسی، همان عشق است. عملکرد این افسانه به این صورت است:

- ۱- ابتدا جاذبه‌ی جنسی زیادی نسبت به یک فرد پیدا می‌کنید.
 - ۲- سپس براساس آن میل عمل کرده و با او مبادرت به رابطه نامشروع می‌کنید.
 - ۳- از این رابطه احساس گناه می‌کنید.
 - ۴- سعی می‌کنید که خود را توجیه کرده و تصور کنید که عاشق او هستید و به رابطه ادامه می‌دهید.
- در این گونه روابط عنصر «تفاهم» حضور ندارد و به آن اهمیت چندانی داده نمی‌شود. در این رابطه افراد، بدون تفاهم، زندگی جنسی و سپس زندگی مشترک خود را آغاز می‌کنند. طبیعی است که پس از مدتی واقعیتهای زندگی مشترک ظاهر می‌شود و زندگی را با مشکل روبرو می‌سازد. ازدواج و زندگی مشترک، به جز جذابیت جنسی، به تفاهم و تعهد، نیاز دارد و تفاهم مطلبی نیست که تنها به دنبال جذابیت بیاید. تفاهم نیاز به شناخت و زمان دارد.

افزایش دانش درباره «ارتباط»، «خانواده» و «ازدواج» به ما کمک می‌کند تا انتخاب بهتری داشته باشیم و کیفیت ارتباط با شریک زندگی خود را بهبود بخشیم. کیفیت ارتباط در زمان نامزدی و قبل از ازدواج معیار بسیار مناسبی است برای آنچه که بعد از ازدواج پیش خواهد آمد. بنابراین اگر بتوانیم کیفیت ارتباط را در زمان نامزدی و قبل از ازدواج بهبود بخشیم می‌توانیم کیفیت ارتباط را بعد از ازدواج نیز ارتقاء دهیم.

برقراری ارتباط مؤثر با استاد

حمید با دیدن یکی از اساتید خود که از اساتید محبوب دانشکده بود به او نزدیک شد تا سؤالی پرسد. او متوجه شد که استاد در اثر بالا آمدن از پله خسته به نظر می‌رسد. برای این که باب صحبت را به شوخی باز کند، با خنده گفت «استاد چی شده؟ نکند پیر شده‌اید؟» حمید متوجه نشد چرا، ناگهان یکی دیگر از اساتیدش که بسیار به استاد مذکور احترام می‌گذاشت، با عصبانیت شدیدی با او برخورد کرد و از لحن و کلام او انتقاد کرد. بهناز یکی از دانشجویان فعال کلاس، برای کار عملی خود به یکی از مراکز رفته و در آنجا با مشکلات متعددی برخورد کرده بود. او قصد داشت تا مشکلات مرکز را با استاد مربوطه مطرح کند تا استاد در جریان باشد ولی همچنان که در مورد مشکلات صحبت می‌کرد، لحنش تندتر و تندتر می‌شد به



طوری که حالت پرخاش به خود گرفته بود، گویی از استاد ناراضی است و از او انتقاد می‌کند. استاد نیز که احساس می‌کرد کسی بی دلیل از او انتقاد می‌کند و با لحن بدی با او صحبت می‌کند عصبانی شد و صحبت‌های او را ناتمام گذاشت و رفت.

هر محیط سازمان یافته از جمله محیط‌های دانشگاهی نوعی ارتباط سالم و روابط صحیح انسانی را می‌طلبد، در واقع موفقیت این گونه سازمان‌ها به شیوه ارتباطی افراد باز می‌گردد.

یکی از مهم‌ترین و سالم‌ترین روابط در محیط دانشگاه، ارتباط استاد و دانشجو است. فرهنگ جامعه و فرهنگ علمی و دانشگاهی، همیشه و در همه حالی احترام و شأن و مقام خاصی برای اساتید

قائل است و ضرورت دارد که دانشجویان به آن توجه نموده، برای آن اهمیت قائل شوند.

چنین ارتباط‌هایی کمک بزرگی برای دانشجویان است، زیرا برقراری ارتباط با اساتید:

◀ نشان دهنده علاقمند بودن دانشجو به مطالب تحصیلی و انگیزه تحصیلی بالایی او است و موجب می‌شود استاد نگرش مثبتی نسبت به دانشجو پیدا کند.

◀ به دانشجو کمک می‌کند تا بتواند الگوگیری مناسبی از استاد داشته باشد.

◀ به دانشجو کمک می‌کند تا مطالب علمی و تخصصی را بهتر بیاموزد و از او راهنمایی بگیرد.

◀ به دانشجو کمک می‌کند تا انگیزه استاد را افزایش داده و انتقال مطالب را بالا ببرد.

نه تنها دانشجو می‌تواند از این نوع ارتباطات برای رشد توانایی‌های شخصی، علمی و تخصصی خود استفاده کند، بلکه برای اساتید نیز این رابطه از اهمیت خاصی برخوردار است. رشد و پرورش نسل جوان به خصوص جمعیت جوان مستعد و علاقمند به تحصیل، یکی از مهم‌ترین ویژگی‌های رشد و تحول در دوران میانسالی است. علاوه بر این، حضور در محیط جوانان و شاهد رشد و تحول آنان بودن، انگیزه‌های بسیاری برای رشد و پیشرفت ایجاد می‌کند.

نکته مهمی که باید به آن توجه داشت آن است که اگرچه ارتباط استاد و دانشجو مهم و سالم است ولی این ارتباط یک ارتباط موازی و برابر نیست، مانند ارتباط با همسالان، دوستان و آشنایان. فرهنگ علمی و دانشگاهی همیشه و در همه حالی احترام و شأن و مقام خاصی برای اساتید قائل است. در ارتباطات معمول دوستانه، ارتباط هم سطح است یعنی افراد می‌توانند با یکدیگر همیشه و در همه حال بگو و بخند داشته باشند، «سربه سر» یکدیگر بگذارند و با یکدیگر شوخی کنند. ولی ارتباط استاد و دانشجو یک ارتباط رسمی است و اساس این ارتباط مبتنی بر احترام است. مسلم است که این احترام دو جانبه است یعنی احترام گذاشتن به یکدیگر هم از سوی استاد

و هم از سوی دانشجو ضروری است. به همین دلیل، ضروری است که این احترام هم در کلمات (نه مانند حمید) و هم در نحوه ادای کلمات (نه مانند بهناز) رعایت شود. عدم رعایت نکات بالا معمولاً منجر به اشکال در برقراری ارتباط و سوء تفاهم می‌شود. این سوء تفاهمات باعث می‌شود که کوشش‌های استاد در انتقال مطالب و کوشش‌های دانشجو در فراگیری، نقد و انتقاد کردن در مورد علم منجر به جنگ میان استاد و دانشجو گردد، جنگی که برنده‌ای ندارد.

◀ بنابراین هنگام برقراری این ارتباط، سعی کنید محترمانه برخورد نمایید. ◀ از کلمات عامیانه و مصطلح بین خودتان هرگز استفاده نکنید.

◀ نه تنها مهم است که گفتار و کلام شما محترمانه باشد، بلکه مهم است که نحوه بیان شما نیز نشان دهنده احترام باشد. به همین دلیل مهم است که لحن صحبت شما آرام و متناسب با مطلبی باشد که به کار می‌برید. اگر بسیار هیجان زده هستید چه هیجان‌های مثبت و چه منفی، بهتر است زمان دیگری را برای صحبت انتخاب کنید.

◀ حالات غیرکلامی نیز در ارتباط بسیار اهمیت دارد. بنابراین بسیار مهم است که رفتار شما نیز محترمانه باشد. صحبت کردن در کلاس، جر و بحث کردن، استفاده از موبایل، انجام فعالیت‌های درس دیگر و... ممکن است از نظر دانشجو، بی‌اهمیت باشد ولی معنی تلویحی آن احترام نگذاشتن به استاد است.

◀ نکته آخر آن که اساتید برای انتقال علم، دانش، مهارت و تخصص به نسل جدید و کمک به آنها در رشد و گسترش علم می‌کوشند. دانشجویان نیز برای رشد و پیشرفت در علم، دانش و فن تلاش می‌کنند. هر چه این ارتباط مبتنی بر احترام متقابل باشد این دو هدف بهتر محقق خواهد شد، پس در رسیدن به این هدف ثابت قدم باشید.

خیلی نوکر تیم ... استاد !!



پیام‌رسانا



نشریه مشترک دفتر مرکزی مشاوره
وزارت علوم و مرکز مشاوره دانشگاه تهران
شماره ۳۸ - سال چهارم - بهمن ۱۳۸۴

صاحب امتیاز: مرکز مشاوره دانشگاه تهران
مدیر مسئول: دکتر حمید پورشریفی
سردبیر: حمید پیروی
همکاران این شماره:

دکتر ربابه نوری، مهدی میرمحمدصادقی، مریم نوری زاده
امور اجرایی: علی صیدی، طاهره مهدیزاده

تنظیم مطالب: مریم نوری زاده
گرافیکست: حمیدرضا منتظری

تیراژ: ۸۰۰۰۰ نسخه

نشانی: تهران - خیابان آذر ۱۶ - خیابان ادوارد براون پلاک ۲۱

مرکز مشاوره دانشجویی

فکس: ۶۶۴۱۶۱۳۰

تلفن: ۶۶۴۱۹۵۰۴

وب سایت مرکز مشاوره دانشگاه تهران:
<http://counseling.ut.ac.ir>

وب سایت دفتر مرکزی مشاوره وزارت علوم:
www.iransco.org