

سبک یادگیری



زمانه‌های جوان

پاسخی متفاوت برای یک پرسش قدیمی

علم بهتر است یا ثروت؟

■ مرزیه بامیری

همیشه یکی از موضوعات داغ و جنجالی انشای دوران دانش آموزی جالش علم یا ثروت بود. نمی‌دانم ربط اینها چه بود، ولی بچه‌ها هر کدام در طول زندگی شان باید به این موضوع فکر کنند که علم برایشان مهم تر است یا ثروت. شاید کمی قدیم تر بچه‌ها علم را انتخاب می کردند. دوست داشتمند تا آخرین درجه علمی پیش بروند و گذشتن از سد بزرگ کنکور برایشان یک آرام محسوب می شد، بچه‌های درسخوان و نابغه همگی دوست داشتمند تا جایی که ممکن است ادامه تحصیل دهند. بعد هم برای به دست آوردن میز ادارات دولتی و شرکت‌های خصوصی معتبر رقابت کنند. شاید چیزی که برای خیلی از سازمان ها در جذب نیروی انسانی مهم بود، میزان علم و دانش فرد بود و تخصص علمی او ملاک برتری اش بود. به همین دلیل مدبرانی سر کار آمدند که دانش بالایی داشتند، ولی قدرت انتقال این دانش را نداشتند. مهندس خوبی بودند، ولی در مدیریت یک مجموعه عملکرد قابل قبولی نداشتند یا پز شک حاذقی بودند، ولی هرگز نتوانستند مدیر بیمارستان شوند. حالا با وجود همه این حرف‌ها من از مخاطبانم پرسیدم علم بهتر است یا ثروت؟ بسیاری از آنها پاسخ متفاوتی دادند و یک گزینه سوم را انتخاب کردند. به نظر آنان علم بدون مهارت هیچ ثروتی برای فرد و جامعه تولید نمی‌کند. حرف های تعدادی از آنها را در ادامه می‌خوانید.

■ ■ ■

فرزند من کلاسی قالیبافی می‌رود و به امید پشت میز نشینی نیست

– رضا حق شناس / کارمند/ دارای ۲ فرزند

علم باید فایده و خروجی داشته باشد و ثروت هم باید با علم و مهارت مدیریت شود تا به درد بخورد. دوره و زمانه عوض شده و نگرش بچه‌ها هم نسبت به شغل و آینده تغییر کرده است. حالا بچه‌ها نمی‌توانند منتظر بمانند تا سال‌ها درس در مدرسه و دانشگاه تمام شود و آنها به استقلال مالی و کاری دست یابند. الان بچه‌ها از همان سنین دبیرستان به استقلال مالی فکر می‌کنند. دختر من کلاس قالیبافی می‌رود و در کنار تحصیلش با جدیت حرفه‌قالیبافی را ادامه می‌دهد. او خیلی باهوش است و به این درک رسیده که چند سال دیگر همه ادارات هوشمند می‌شود و با این شتاب تکنولوژی شاید خیلی نیروی انسانی لازم نباشد. یا حتی اگر لازم باشد، مگر قرار است چند مهندس و کارمند میزها و پست‌های چارت سازمانی را تصاحب کنند؟ ولی هنر هیچ وقت کهنه نمی‌شود. اگر کارمند بنفوسد که خب انتفاقی نیتقاده و مهارتی کسب کرده است. اگر نه می‌تواند با هنرش پول دربیاورد یا اقتدر پیش برود که خودش در این زمینه کار آفرین باشد. من برخلاف بسیاری از پدر و مادرها که تمام انرژی‌شان را روی رقابت‌های کنکور و چشم و هم‌چشمی‌ها می‌گذارند، پسر نوجوانم را تشویق می‌کنم تا از این موقعیت تعطیلی مدارس استفاده کرده و مهارتی را کسب کند. او امروز شاگرد یک اتومکانیک بزرگ است، ولی فردایی دیگه می‌تواند در خلق کردن است، هرگز در پیروی کردن نیست. من خودم کارمند هستم و معتقدم آدم کارمند فقط وسیله رسیدن صاحبان قدرت و پول به اهدافشان هستند، ولی کسی که یک مهارت بلد است و برای خودش کار می‌کند، همه جا خواهان دارد و هیچ وقت چنین شخصی بیگار نمی‌ماند.

مهندس کشاورزی اسم چند درخت را می‌داند؟

– محمد خالقسی / صاحب یک تعمیرگاه
متأسفانه دانشگاه‌ها فقط روی جنبه تئوری علوم تأکید دارند. این شیوه

آموزش ظلمی بزرگ در حق دانشجویهاست. آنها چهار سال و شاید بیشتر درس می‌خوانند تا مهندس معماری یا مکانیک شوند، ولی شاید یک‌بار هم دل روده یک ماشین را باز نکرده باشند. آقای خالقی ادامه می‌دهد: خیلی از دانشجویها بعد از مدرک گرفتن تازه سراغ من می‌آیند تا اصول اولیه مکانیک را یاد بگیرند. خب همین‌ها می‌روند مرتبط با رشته تحصیلی‌شان در شرکت‌های خودروسازی مشغول به خدمت می‌شوند و نتیجه می‌شود خودروهایی که در ساره‌اش چیزی نگوییم بهتر است. یا یک مهندس کشاورزی که همه واحدهای عملی را پول داده و پاس کرده حالا می‌شود مسئول فضای سبز جایی. اسمش می‌شود مدیر فضای سبز، ولی حتی برای یک صاحب ساده نمی‌تواند اسم چند درخت را بگوید.

من مخالف تئوری نیستم، ولی می‌گویم همه این علوم تخصصی باید عینیت پیدا کند و بچه‌ها بتوانند تجربه عملی داشته باشند. اگر قرار است مثل نقل و نبات مهندس تحویل بدهیم، حداقل مهارت‌های لازم را یادش بدهیم که بعداً عده‌ای را گرفتار این ندانستن‌های خودش نکند. که نگویند فلان مدیر نمی‌داند بیل چیست، آن وقت می‌خواهد برای کشاورزها تصمیم بگیرد!

همه فن حریف بودم، ولی مدرک نداشتم

– عباس شایسته / دانشجو
به نظر من مدرک دانشگاهی مهم است، چون جامعه این را طلب می‌کند. نه اینکه خودم به این موضوع معتقد باشم، نه. متأسفانه این باور را جامعه تحمیل کرده است. قبل از دانشجویی برای استخدام در یک اداره دولتی اقدام کردم. همه مهارت‌ها را داشتم و به خوبی می‌توانستم در آن سمت موفق باشم، ولی به محض اینکه مدرک تحصیلی‌ام را فهمیدند، منایر با این شرایط استخدام نداشتند و جواب رد دادند. در حالی که دانش من کاملاً تخصصی بود و یک روانشناس یا دانش‌آموخته



مدیریت بازرگانی هرگز نمی‌توانست کار من را انجام دهد. حالا من هر چقدر بگویم مهارت و کلی سابقه دارم، باز چیزی که تعیین‌کننده است برای انتخاب، مدرک تحصیلی است. پس من نمی‌توانم بی‌خیال دنبال حرفه‌های مختلف بروم و مهارت کسب کنم به امید روزی که شاید به کار آید. مهارت خوب است، ولی حتی اگر کاملاً مطابق میل و سلیقه فرد باشد باید برای محکم کاری یک مدرک تحصیلی بگیرد و این واقعیت تلخ یعنی اینکه ما الکی شعار می‌دهیم و بیش از آنکه مهارت و توانایی فرد برای سازمان مهم باشد، مدرک مهم است، حتی اگر از پیش یافته‌تر این دانشگاه‌ها گرفته شود.

بارها شنیده‌ام که به اطرافیانم می‌گویند دانشگاه برو و یک مدرک بگیر، مهم نیست چه باشد، ولی حتماً بگیر چون روی نگاه جامعه نسبت به تو تأثیر دارد. حتی اگر مجبور باشی تمام نمره‌هایت را بخری یا درس‌ها را در خانه به صورت غیر حضوری بخوانی. حالا باین شرایط خودتان را بگذرانید جای جوان

سبک زندگی

سبک زندگی ۸۸۹۸۴۷۱



یک زمانی در نظام آموزشی فقط روی دانسته‌ها تأکید می‌شد و نسبت به بچه‌های فنی و حرفه‌ای دید خوبی وجود نداشت. انگار بچه‌های جامانده از هدایت تحصیلی در شاخه نظری و تجربی می‌آمدند فنی و حرفه‌ای، ولی کم‌کم این دیدگاه فرق کرده است. حالا کسانی وارد هنرستان می‌شوند که برای آینده خود برنامه دارند

باشد. بتواند یک کار گروهی را به درستی مدیریت کند. تفکر انتقادی داشته باشد و انتقاد را بخشی از لازمه موفقیت بداند، نه اینکه با اولین منتقد از کوره در برود. آنان باید بتوانند وقت‌شناس باشند. کارمند نیستند. کار مال خودشان است، ولی باید وقت‌شناس باشند. باید بتوانند یک مجموعه را با احوالات مختلف مدیریت کنند. چیزی که این روزها بیش از درس خواندن و مدرک مهم است آموزش مهارت‌های نرم است تا بتوانند از مهارت‌های سخت و تخصصی خود استفاده کنند. چیزی که باید در مدارس یاد داده شود، فقط مرور تاریخ و چند مسئله ریاضی نیست. آنها باید مهارت‌های زندگی را یاد بگیرند. باید تفکر کارآفرین شدن را یاد بگیرند. باید عزت‌نفس و اعتمادبه‌نفس را در خودشان پیدا کنند تا اول از همه خودشان به باور توانستن برسند. اگر این اتفاق افتاد بچه‌ها نصف راه را رفته‌اند.

باید بتواند یک کار گروهی را به درستی مدیریت کند. تفکر انتقادی داشته باشد و انتقاد را بخشی از لازمه موفقیت بداند، نه اینکه با اولین منتقد از کوره در برود. آنان باید بتوانند وقت‌شناس باشند. کارمند نیستند. کار مال خودشان است، ولی باید وقت‌شناس باشند. باید بتوانند یک مجموعه را با احوالات مختلف مدیریت کنند. چیزی که این روزها بیش از درس خواندن و مدرک مهم است آموزش مهارت‌های نرم است تا بتوانند از مهارت‌های سخت و تخصصی خود استفاده کنند. چیزی که باید در مدارس یاد داده شود، فقط مرور تاریخ و چند مسئله ریاضی نیست. آنها باید مهارت‌های زندگی را یاد بگیرند. باید تفکر کارآفرین شدن را یاد بگیرند. باید عزت‌نفس و اعتمادبه‌نفس را در خودشان پیدا کنند تا اول از همه خودشان به باور توانستن برسند. اگر این اتفاق افتاد بچه‌ها نصف راه را رفته‌اند.

کوثر ۱۶ سال دارد و مادرش صاحب یک آرایشگاه است. دختردایی‌اش هم مینبیا ۱۶ سال دارد. آنها برای اوقات فراغت خود در روزهای کرونایی که مدارس هم آنلاین بود دنبال یک علاقه مشترک رفتند آنها بعد از کلی تحقیق سراغ رزین کاری رفتند. در قدم اول با پول تجویبی و پس اندازشان و البته حمایت خانواده‌ها دستگاه‌ها و ابزار لازم را خریدند و یک میز در گوشه‌ای از آرایشگاه شد محل کارشان.

آنها با اشتیاق فراوان کارشان را ادامه می‌دهند و افر روشنی در مسیر کاری خود ترسیم کرده‌اند. آنها می‌خواهند به یکی از بهترین رزین‌کارهای ایران تبدیل شوند و قلعاً خواهند شد. هم علاقه هم پشتکارشان نشان می‌هد آنها به زودی به رفقای سر سخت این بازار جذاب تبدیل می‌شوند. آنها در حال حاضر علاوه بر اجاری طرح‌ها مشغول آموزش‌های مختلف هستند تا دانش خود را تقویت کنند.

ناگفته نماند که آنها هر دو درس‌های‌شان عالی است و این کار کردن قرار نیست مانعی برای پیشرفت تحصیلی‌شان باشد. به قول خودشان یک هنرمند تحصیلکرده، بهتر از یک بی‌سواد هنرمند است.

نظر شما چیست؟ چقدر به آموزش مهارت‌های سخت و نرم اعتقاد دارید؟ اگر مدیر یک شرکت باشید، در هنگام استخدام، شخصی با روابط اجتماعی بالا را انتخاب می‌کنید یا کسی که صرفاً تخصص موردنیاز شما را داراست؟ شما به‌عنوان یک جوان، همسری برمی‌گزینید که تحصیلات عالیه و تمکن مالی دارد یا دنبال کسی هستید که انسان تمام عیار باشد و روابط اجتماعی درستی داشته باشد؟ چقدر مهارت‌های فردی برایتان مهم است؟ چقدر مهم است بدانید او پیش از ازدواج چه دانشی در باب زندگی مشترک کسب کرده است؟ چقدر تفکرش در مورد زندگی مشترک و نوع تربیت خانوادگی‌اش برایتان مهم است؟ به یک فرد شاغل بله می‌گویید که در یک جایی مشغول کار است و می‌داند و هیچوقت نگران بیکار شدن یا تعدیلش نیستید؟ شما فردزنی تربیت می‌کنید که متکی به مدرک دانشگاهی باشد و دنبال شغل متناسب با آن منتظر بماند یا اقتدر خودکفا باشد و مهارت‌های دیگری بداند که هر وقت اراده کرد، صاحب شغل شود و به استقلال مالی برسد؟

اینکه فردی متکی به یک سیستم و سازمان باشد و یا اینکه تفکری مستقل‌گرا داشته باشد و بخواهد کارآفرین باشد، بستگی به تفکر والدین دارد. اگر علم یا مهارت توأم باشد، اسمش می‌شود کارآفرینی و کسی که کارآفرین است؛ یعنی برای خودش و دیگران خلق ثروت می‌کند، پس مهارت را جدی بگیریم.

تحقیقات جدید روانشناختی فهم‌ماز از اهمال‌کاری را به‌مثابه رفتاری کاملاً رایج در میان انسان‌ها، به‌طور بنیادین تغییر داده‌اند. امروز می‌دانیم که اهمال‌کاری پدیده‌ای بسیار پیچیده و چندجانبه است که بخش‌های مختلفی از کارکردهای ذهنی ما را درگیر می‌کند. در واقع، فهم ما از خودمان، از آینده، از لذت‌ها و وسوسه‌ها، از ماهیت وظایفمان، خلق و خواها یسان و تجربه‌هایمان همه در اهمال‌کاری‌های ما مؤثرند.

باور کنید یا نه، اهمال‌کاری را اینترنت به وجود نیاورده است. مردم از دوران تمدن‌های باستانی به‌طور روزه‌مره با تردید دست و پنجه نرم کرده‌اند. هر یود، شاعر یونانی، حدود ۸۰۰ سال پیش از میلاد هشدار می‌دهد که «مبادا کار خود را به فردا و پس‌فردا موکول کنید.» سیسرو، کنسول رومی، اهمال‌کاری در انجام کارها را «فترت‌انگیزی» می‌داند و اینها فقط چند مثال از تاریخ مکتوب است. تا آنجا که ما می‌دانیم، دانیاسوراها هم دیدند که شهاب‌سنگ دارد می‌آید، ولی دوباره سرگرم شکار و بخور بخور شدند.

از روزگار سیسرو تاکنون بر ما کاملاً روشن شده است که اهمال‌کاری صرفاً نفرت‌انگیز نیست، بلکه کاملاً رایج‌بار است. در آزمایشات تحقیقاتی، کسانی که اهمال‌کاری می‌کنند، دارای سطح استرس بالاتر و احساس خوشبختی کمتری هستند. در جهان واقعی، اهمال‌کاری و نامطلوب‌اغلب با پس‌انداز بازنشستگی تا‌کاری و از دست‌دادن نوبت‌های پزشکی همراه است.

در ۲۰ سال گذشته، رفتار عجیب اهمال‌کاری با موجی از پژوهش‌های تجربی مورد بررسی قرار گرفته است. پژوهشگران روانشناسی اکنون دریافته‌اند که اهمال‌کاری بسیار بیش از آن است که صرفاً چیزی را تا فردا به تعویق بیندازد. اهمال‌کاری حقیقی نقضی پیچیده در خودنظم‌دهی است؛ طبق تعریف متخصصان، اهمال‌کاری یعنی تعویق ارادی کاری مهم که قصد انجامش را داریم، با وجود آنکه می‌دانیم نتیجه این تعویق زیان‌خواهیم دید. درکی ضعیف از زمان می‌تواند مسئله را تشدید کند، اما به نظر می‌رسد ناتوانی در تسلط بر احساسات دقیقاً اساس فراقتنی باشد.

جوزف فراری، پژوهشگر و استاد روانشناسی می‌گوید: «من دریافته‌ام که اگر چه همه ممکن است اهمال‌کاری کنند، اما همه اهمال‌کار نیستند.» او یکی از پیشگامان پژوهش‌های مدرن درباره این موضوع است و پژوهش‌های او نشان می‌دهد که حدود ۲۰ درصد مردم ممکن است اهمال‌کاران همیشگی باشند. او می‌گوید: «این موضوع واقعاً میچ ربطی به مدیریت زمان ندارد. من همیشه به مردم می‌گویم که وقتی به کسی که اهمال‌کار است سؤودمند است. مدافعان اهمال‌کاری اغلب می‌گویند مادامی که کاری نهایتاً انجام می‌شود، مهم نیست چه زمانی انجام می‌شود. جان پری، فیلسوف دانشگاه استنفورد و نویسنده کتاب «هنر اهمال‌کاری» استدلال می‌کند که مردم می‌توانند به‌نحوی سودمند دست‌دست کنند و با تغییر آرایش فهرست کارهایی که باید انجام دهند، همیشه در حال انجام چیزی باارزش باشند. روانشناسان با این دیدگاه مشکلی جدی ندارند. طبق استدلال آنها، این دیدگاه رفتارهای سودمند و پیشگیرانه نظیر تأمل کردن (که می‌کوشد مسئله‌ای را حل کند) یا اولویت‌بندی (که مجموعه‌ای از مسائل را سازماندهی می‌کند) با عادت زیان‌بار و محکوم به شکست اهمال‌کاری واقعی در هم می‌آمیزد. اگر پیشرفت در انجام کاری بتواند اشکال مختلفی داشته باشد، اهمال‌کاری نبود پیشرفت است.

فراری می‌گوید: «اگر من یک دوچین کار برای انجام داشته باشم، واضح است که شماره‌های ۱۱۰۱ و ۱۲ باید منتظر بمانند. اهمال‌کار یا دو تا از آنها را انجام می‌دهد، سپس فهرست

سبک رفتار



کاری که اهمال‌کارها با ارزشمندترین منبع جهان می‌کنند

آنان زمان را ایرحمانه می‌کنند!

رازنویسی می‌کند، بعد آن را در جایی دیگر می‌گذارد، سپس کپی دیگری از آن می‌گیرد. این اهمال‌کاری است. این چیز متفاوتی است.»

اهمال‌کاران فقط یک نوع خاص نیستند، بلکه در طول سال‌ها تحقیق، چندین تصور کلی درباره آنها پدیدار شده است. اهمال‌کاران همیشه، همواره برای انجام کارهایشان مشکل دارند، درحالی‌که اهمال‌کاران موضعی براساس خود کارها آنها را به تأخیر می‌اندازند. فردی که تسلط کمی روی خودش دارد و دست‌خوش گرایش شدیدی برای پیروی از امیال آنی است، وقتی با کاری ناخوشایند روبه‌رو می‌شود، توفان کامل اهمال‌کاری رخ می‌دهد. اغلب اهمال‌کاران گرایشی به تپاه‌کردن گوشش‌هایشان بروز می‌دهند، اما ممکن است از حالتی منفی (برای مثال، ترس از شکست یا کمال‌گرایی) یا از حالتی مثبت (لذت‌وسوسه) به این نقطه برسند. روی‌هم‌رفته، این ویژگی‌ها موجب شده است تا پژوهشگران اهمال‌کاری را نوعی شکست «ساسی» در تسلط بر نفس بنامند.

مردم از اشتباهات خود می‌آموزند و رویکردشان به مسائل به خصوصی از بازنگری می‌کنند. برای اهمال‌کاران همیشگی، به نظر می‌رسد این حلقه بازخورد هیچ‌گاه کار نمی‌کند. آسیب‌حاصل از تأخیر به آنها نمی‌آموزد که دفعه بعد زودتر دست به کار شوند. به نظر می‌رسد تبیین این پارادوکس رفتاری در مؤلفه احساسی اهمال‌کاری نهفته است. به‌طسری طنزآمیز، همان میل به رهایی از استرس در لحظه ممکن است اهمال‌کاران را در درک این امر یازدرد که چگونه در درازمدت از استرس رهایی یابند. به‌تازگی پژوهش‌های رفتاری درباره اهمال‌کاری از شناخت، عواطف و شخصیت فراتر رفته و به قلمرو عصب روانشناسی گام نهاده است. می‌دانیم که سیستم‌های لب‌قدامی مغز در شماری از فرایندها درگیرند که با خودنظم‌دهی هم‌پوشانی دارد. این رفتارها، یعنی حل مسئله، برنامه‌ریزی، تسلط بر نفس و مانند آنها، در حوزه کارکرد اجرایی قرار می‌گیرند.

در نتیجه پیشرفت فهم بنیادی‌ماز اهمال‌کاری، بسیاری از پژوهشگران امیدوارند که شاهد مداخلات بهتری برای رفع آن باشیم. پژوهش رابین دربار کارکرد اجرایی شماری از درمان‌ها را برای تأخیر ناخواسته پیشنهاد می‌کند. اهمال‌کاران می‌توانند کارها را به بخش‌های کوچک‌تر تقسیم کنند، به‌نحوی‌که بتوانند روی مجموعه‌ای از وظایف کار کنند که راحت‌تر اداره شوند. مشاوره می‌تواند به آنها کمک کند تا دریابند که دارنده‌اهداف بلندمدت را برای لحظات زودگذر لذت به خطر می‌اندازند.

جنبه‌های عاطفی اهمال‌کاری مسئله‌ای دشوارتر از پیش می‌کشد. راهبردهای مستقیم برای مقابله با وسوسه، مثل ممانعت از دسترسی به حواس برتی، مطلوب است، اما این کوشش تا حدود زیادی مستلزم نوعی خودنظم‌دهی است که اهمال‌کاران در وهله نخست فاقد آن هستند.

فراری در کتاب سال ۲۰۱۰ خود با عنوان «هنوز اهمال‌کاری می‌کنید؟ راهنمای انجام کارها بدون پشیمانی» شماری از مداخلات را پیشنهاد می‌کند، خواهان نوعی دگرگونی فرهنگی کلی است که به‌جای تنبیه تأخیر به انجام زودهنگام کارها پیاداش بدهد. یکی از پیشنهادهای او این است که دولت اظهارنامه مالیاتی را تشویق کند، بدین طریق که اگر هر کس مثلاً تا ۱۵ فوریه یا مارس اظهارنامه‌اش را تکمیل کند، معافیت مالیاتی کوچکی به او تعلق بگیرد. او همچنین پیشنهاد می‌کند که ما در دیدگاه‌ها، مطالعات به‌ما یادآوری می‌کند که اهمال‌کاری در واقع خودزنی است که به‌تدریج از ارزشمندترین منبع جهان می‌کاهد: زمان.

می‌گوید: «اهمال‌کاری از نظر وجودی مسئله‌ای مهم است، زیرا پیش‌رفتن با خود زندگی است. شما فقط سال‌های مشخصی عمر خواهید کرد. پس دارید چه کار می‌کنید؟»

نقل از: ترجمان / نوشته: اربک جفی

/ ترجمه: علی بزرگ / تلخیص: سیمین جم / مرجع: ای.پی.اس