



پرسما+ (فرهنگی، اجتماعی، دانشجویی)

دوره جدید - شماره ۱ - نیمه آبان ۹۹

لعنت به کرونا!؟

نکاتی برای یک دانشجوی مجازی ورودی جدید

در این شماره از نشریه می خوانید :

- خواهش‌هایم فقط از توست !
- آب کم جو، تشنگی آور به دست ...
- دلی که دست از سر ما بر نمی دارد
- چه نیازی ست به اعجاز، نگاهت کافی ست
- بَلَوَاتِ صَلْد
- کوله پشتی سال اولی ها
- لعنت به کرونا!؟
- اشتباهات رایج دوران دانشجویی

خواهش‌هایم فقط از توست !

چقدر آدم دیده‌ام که خواستند سربلند شوند، رفتند پیش یکی غیر تو و کوچک و خوار برگشتند.

چقدر آدم دیده‌ام که خواستند ثروتمند شوند، رفتند پیش یکی غیر تو و فقیر برگشتند.

چقدر آدم دیده‌ام که خواستند به مقام برسند، رفتند پیش یکی غیر تو و پست و زبردست برگشتند.

آدم اگر عاقل باشد، اینها را که می‌بیند، راه خودش را درست می‌کند؛ از این رفت و آمدها پند می‌گیرد و این درس عبرت‌ها، او را می‌برد به راه راست.

خدایا! من از کسی غیر تو، خواهش نمی‌کنم. هر آرزویی دارم، می‌آورم پیش خودت.

قبل این که دیگران را صدا کنم، تو را صدا می‌کنم.

امیدم فقط به توست و کسی را شریک نمی‌کنم.

خواهش‌هایم فقط از توست و کسی را همراهت نمی‌کنم. تو و کس دیگری را با هم صدا نمی‌زنم.

یکی بودن مال توست و قدرت و بی‌نیازی و توانایی و بالایی.

چرا بروم پیش دیگری؟ دیگران خودشان در زندگی به مهربانی تو نیاز دارند. رحمت تو نباشد،

از پس کارهای خودشان بر نمی‌آیند؛ در امورات روزمره‌شان هم شکست می‌خورند.

دیگران، یک روز خوبند، یک روز بد. خلقشان روز به روز فرق می‌کند؛ ولی تو بالاتری از این

شبهه‌ها و مخالف‌ها؛ بالاتری از این همتایان کوچک. پاکی و خدایی جز تو نیست.

صحیفه سجادیه، دعای بیست و هشتم، ترجمه فاطمه شهیدی

آب کم جو، تشنگی آور به دست ...

می‌شود با تو گفت و گوها داشت
در نگاه تو جست و جوها داشت
می‌توان در حضور آبی تو
نظری هم به آرزوها داشت

جامعه جوان ما، نسل شاداب و پرنشاطی است که همواره در پی زندگی زیباست و در پرتو نگاه و اندیشه‌ای نو، روش بهتر زیستن را جست و جو می‌کند. این نسل که با انبوهی از پرسش‌ها روبه روست، دست‌یابی به خواست‌ها و آرزوهای خویش را در گرو یافتن پاسخی نو، جذاب و قانع کننده می‌داند.

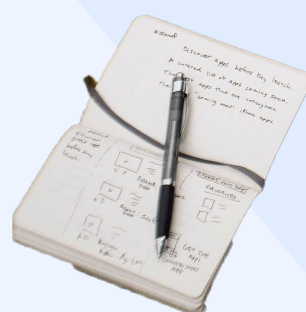
نشریه مجازی «پرسمان+»، پاسخی است به این نیاز و تلاش برای ادامه حرکت در مسیری است که دو دهه پیش، توسط نشریه چاپی «پرسمان»، آغاز گردید؛ تلاشی که می‌توان آن را ترجمان این سخن یکی از اندیشمندان بزرگ این سرزمین، دانست:

«ما باید در جوانان، حس پرسش و تحقیق را پرورش دهیم که برای کشف هر چیزی، پرسش کنند و با تعمق و تحقیق، در پی کشف آن باشند. کسی که سؤال ندارد، یعنی در پی معرفت نیست؛ و الا برای او حقیقتی مطرح نشده است که بپرسد. کسی که در پی حقیقت و معرفت باشد، می‌پرسد و جست و جو می‌کند و بالاخره به سمت کمال راه می‌پوید.»

«پرسمان +» بر آن است تا برای مخاطبانش:

- در فضای بی پایان مجازی، با طرح مسائل نو و تازه، همواره «**برخط**» باشد؛
- به سان «**آئینه**»ی تمیز و صیقلی، مشاوره‌ی امین برای مشکلات آنان باشد؛
- همچون یک «**ره‌نما**»، «**راه و رسم**» بهتر زیستن را برایشان نمایان سازد؛
- با ارائه پاسخ‌های جامع و «**چندخطی**»، پاسخ‌گوی پرسش‌هایشان باشد؛
- جدیدترین و مفیدترین کتاب‌ها را در مقابل «**پیشخوان**» فکر و اندیشه آنان، نمایان سازد؛
- با به «**چالش**» کشیدن «**دیدگاه**»های مختلف، آنان را به سوی بهترین اندیشه‌ها، رهنمون سازد؛
- با عبور از کوچه پس کوچه‌های ادبیات فارسی، لختی در «**سایه**» این درخت پربار، خستگی‌شان را بزدايد؛
- با عبور از «**دوربرگردان**» گذشته، به مرور خاطرات زیبای دوران دانشجویی آنان بپردازد؛
- گاه و بی‌گاه، با مطالبی نغز و شیرین، «**غمچین**» لحظه‌های آنان باشد؛
- «**شناسه**»ای برای مجموعه‌های علمی، استادان و دانشجویان موفق باشد؛
- نظرات و دیدگاه‌های آنان را به صورت «**زیرنویس**»، به نمایش بگذارد.
- خداوندا! در این مسیر تازه، همواره به «**نگاهی از تو**» نیازمندیم؛ پس ما را در رسیدن به مقصد، یاری فرما.

آب کم جو، تشنگی آور به دست
تا بجوشد آبت از بالا و پست
رو بدین بالا و پستی‌ها بدو
تا شوی تشنه و حرارت را گرو





دلی که دست از سرها بر نمی‌دارد

ابراهیم اخوی

حرف اول

روزها به سرعت سپری شدند. تب و تاب سال آخر دبیرستان، کنکور طاقت فرسا، شوق رسیدن به دنیای بزرگ‌تری به نام دانشگاه و تغییر نام از دبیرستانی به دانشجوی، در یک چشم به هم زدن، اتفاق افتاد و الان سر کلاس دانشگاه نشست‌اید و باورتان نمی‌شود که روزهای سختتان به نتیجه رسیده باشد. این حکایت همچنان باقی است؛ منظورم، هم روزهای سختی است که پیش رو دارید و هم مدلی که طراحی کرده‌اید. هر چه قرار است بشوید، اول تصمیم، بعد اقدام و بعد نتیجه. این مسیری است که برای موفقیت، پیموده می‌شود. تلاش از شما و توفیق از پروردگار، پیوست کارت‌تان می‌شود و زندگی را به سطوح بالاتر آن می‌کشانید.

دانشگاه امن

آیا محیط دانشجویی امن است؟ تا منظورتان از امنیت چه باشد و تا شما از چه جنسی باشید؛ دنبال تحصیل و تحول یا دنبال تفریح و تجربه‌های عاطفی. بستگی به خودتان دارد که صندوقچه دل‌بستگی را باز کنید یا همچنان با قفل محکمی از سرمایه احساسی، شخصیتی و معنوی خودتان، مراقبت نمایید. دانشگاه برای آنهایی که هدف‌های بزرگی دارند و زندگی عاقلانه را بر زندگی عاشقانه-البته از نوع دست‌گرمی آن- ترجیح می‌دهند، بهترین جای دنیاست و ماندگارترین خاطرات عمرشان را رقم می‌زند. بسیاری از افراد موفق که اطراف خودمان می‌بینیم، هنوز خاطرات خوش و سخت کوشی‌های دوره دانشجویی، مثل حبه قندی در ذائقه‌شان بعد از خوردن یک لیوان چای ایرانی خوش طعم، مزه مزه می‌شود. باورتان نمی‌شود؛ می‌توانید از خودشان بپرسید!

من و دل‌گیجه

دل‌گیجه، اصطلاح جدید و من‌درآوردی است. بعضی‌ها به جای سرگیجه و دل‌پیچه، دچار حالتی بین این دو می‌شوند که نامش را دل‌گیجه می‌گذاریم. یعنی اول به سرشان می‌زند که اینجا دبیرستان نیست که پسر و دختر جدا باشند و یک عده اُمَل‌بازی و آنتن بازی دریاورند و تند تند پُپا شوند برای کارهایی که می‌کنیم. بعد از سرشان خارج می‌شوند و دنبال دلشان را می‌گیرند و می‌گردند توی کلاس تا ببینند چه کسانی مثل خودشان و همین وضعیت را تجربه کرده‌اند. آن وقت از اضطراب این کار، دچار دل‌پیچه می‌شوند. به نظرشان، این کار بخشی از اعتماد به نفس اجتماعی آنها را تشکیل می‌دهد؛ ولی از سویی، کلی سفارش دریافت کرده‌اند که وقتی می‌روی دانشگاه، سرت به کار خودت گرم باشد؛ نه به اینکه دیگران کجایند، چه می‌کنند، چه پوشیده‌اند، چرا این طور برخورد کرده‌اند، درباره شما چه فکری می‌کنند و... از همین جا درگیری‌ها شروع می‌شود که روان‌شناسان، اسم آنها را

تعارض‌های درونی اغتشاش‌آمیز می‌گذارند. به مرور و هر چه که جلوتر می‌روند، دیگر خودشان هم نمی‌دانند در چه دنیایی قدم می‌زنند و این دنیای

جدید، چه شباهتی با هدفی که به خاطر آن وارد دانشگاه شده‌اند، دارد. اینجاست که به مقام دل‌گیجه رسیده‌اند.

وقتی همه‌بله

همنویایی، یک اصطلاح در روان‌شناسی اجتماعی است. وقتی همنویایی شما مثبت باشد، درصد برمی‌آید که خودتان را همرنگ جماعت کنید و آن وقت برای شما فقط همرنگی مهم است؛ نه هیچ چیز دیگری. این واژه به قدری افسونگر است که ممکن است داشته‌های چند ساله خودتان را یک جا بپرانید و ردی از آن بر جا نگذارید. ناراحت نشوید؛ ولی واقعیت این است که آدم‌های کوچک و دارای اعتماد به نفس پایین، سریع اهل همنویایی می‌شوند؛ ولی دوستان موفق زیادی هستند که با این قانون زندگی می‌کنند: «دیگران مجبور نیستند مثل من باشند؛ من هم آن قدر حقیر نیستم که خودم را شبیه دیگران کنم.» قانونی جذاب با اجرایی دشوار! این

گروه، واقع‌بین هستند و به خوبی می‌دانند که محیط‌هایی مثل محل کار یا دانشگاه، حتماً با سایت‌های دوست‌یابی و پارتی‌های آن‌چنانی، متفاوت هستند؛ هر چند که خیلی‌ها با جوگیری المپیکی خود، تفاوتی بین این دو قائل نباشند.

دیروز، امروز، فردا

ارزیابی از خود بر خلاف ارزیابی‌هایی که دیگران از ما در قالب آزمون و کنکور دارند، هم آرام‌بخش است و هم سرشار از لذت. زمانی که بتوانم درباره خودم فکر کنم، بهترین لحظه زندگی من است؛ چون می‌توانم مسیر درست را بیابم و اگر اشتباهی داشته‌ام، آن را ادامه ندهم. دیروز، هدف‌ها و آرزوهای زیادی داشتم. به خاطر آنها زحمت کشیدم و الان مزد زحمت‌های خودم را گرفتم و در رشته مورد علاقه و دانشگاه خوب، پذیرفته شدم و امروز، دانشجویی هستم با امکانات ویژه دانشجویی. مهم‌تر حسابی باشیم و با احترامی که برای شخصیت اینک وقت از خانواده‌ام درباره من می‌پرسند، سرشان را بالا می‌گیرند و می‌گویند فرزندشان دانشجو است. شعله‌های کم‌جان احساسات دیگران نشویم.

یک فرصت محدودی هم برای یادگرفتن و مهارت‌آموزی دارم. این فرصت، تقریباً در عمرم تکرار نخواهد شد. احتمالاً سال‌های مهمی از زندگی من باشند و بخشی از سرنوشت مرا رقم بزنند. فردا هم قرار است بر اساس تخصصی که کسب کرده‌ام، یعنی ترکیبی از دانش و مهارت، کارهایی را به من بسپارند. اگر این تخصص را به خوبی برای خودم کرده باشم، امکان داشتن یک شغل مناسب و جذاب، بیشتر از زمانی است که من آماده پذیرش آن نباشم. شعار نمی‌دهیم که به ازای هر تخصص، یک شغل؛ ولی واقعیت را هم بین افکار منفی گم نمی‌کنیم که خیلی از افراد، امروزه در تخصص خودشان مشغول کارند و کسانی در شغلشان موفق‌ترند که توان و علم کافی را به دست آورده‌اند. پس نمودار دیروز و تصور فردا، به من می‌گوید که بیشتر مراقب امروزم باشم و آن را با سرگرمی‌های بیهوده و حتی زیان‌آور، هدر ندهم.

لذت‌های زمان‌دار

بعضی‌ها کلاس پنجم که بودند، خیلی دوست داشتند رانندگی کنند. یعنی رسماً فرمان خودرو را به دست بگیرند و مثل قالیچه پرنده و بدون هیچ محدودیتی، راهی دنیای دوست‌داشتنی خودشان شوند. فقط یک مشکل وجود داشت؛ کلاس پنجم، سن قانونی رانندگی نبود؛ یعنی اگر مهارتش را هم داشتند، اجازه‌اش را نداشتند. به همین خاطر، تصمیم می‌گرفتند به همان دوچرخه بسنده کنند و لذت رانندگی را به سن خودش واگذار کنند. این آدم‌ها الان هم دور و بر ما نشست‌اند؛ آرام و مشغول کار خودشان. چرا؟ چون به خودشان یاد داده‌اند که هر لذتی، زمان خودش را دارد. الان لذت یادگیری و کسب هویت، بالاتر از هر چیزی است. وقتی از مرحله تحصیل عبور کنم، می‌توانم به موضوعات دیگری علاقه‌مند شوم، مثل تشکیل خانواده و عشق پاک و ماندگاری که لذت آن، تمامی نخواهد داشت. به نظرم این آدم‌ها خیلی حسابی‌اند. همه می‌توانیم آدم حسابی باشیم و با احترامی که برای شخصیت دانشجویی خودمان در نظر می‌گیریم، ویتترین شعله‌های کم‌جان احساسات دیگران نشویم.

چه نیازی ست به اعجاز، نگاهت کافی ست

حمیدرضا برقی

شعر اگر از تو نگوید همه عصیان باشد
 زنده در گور غزلهای فراوان باشد
 نظم افلاک سراسیمه به هم خواهد ریخت
 نکند زلف تو یک وقت پریشان باشد
 سایه ی ابر پی توست دلش را مشکن
 مگذار این همه خورشید هراسان باشد
 مگر اعجاز جز این است که باران بهشت
 زادگاهش برهوت عربستان باشد
 چه نیازی ست به اعجاز، نگاهت کافی ست
 تا مسلمان شود انسان اگر انسان باشد
 فکر کن فلسفه ی خلقت عالم تنها
 راز خندیدن یک کودک چوپان باشد

یک بلوات صلند!



بودند. استاد هم خیلی سعی می کرد داشت خود را کنترل کند؛ اما لبخندی ملیح بر لبانش نقش بسته بود. کلاس از کنترل خارج شده بود؛ اما من هنوز مقاومت می کردم و در حالی که صدایم می لرزید، می خواستم به شیوه سخنرانان، با دستور ختم یک صلوات، بر کلاس مسلط شوم. به همین جهت گفتم: برای سلامتی ارواح پاک شهدا، یک بلوات صلند [صلوات بلند] ختم کنید! باز هم شلیک خنده بود که به گوشم رسید. من که دیگر عصبانی شده بودم، خشمگینانه به بچه ها گفتم: چرا این قدر می خندید؟ فکر می کنید سخنرانی کردن کار ساده ای است؟ خیر، این طور نیست. حتی من شنیده ام یک آقای می خواست سخنرانی کند، وقتی نگاهش به جمعیت افتاد، همان جا غش کرد.

این تندی، نه تنها خنده بچه ها را کنترل نکرد، بلکه بر شدت آن افزود. در میان این همه و خنده، یکی از بچه ها گفت: پس تو هم تا غش نکردی، برو سر جایت بنشین! من هم بلافاصله سخن او را پذیرفتم و با سرعت به جای خود برگشتم.

در این وانفسا که دوست داشتم زمین دهان باز کند و مرا ببلعد، استاد به فریادم رسید و با ظرافت خاصی، کلاس را ساکت کرد و ضمن تعریف از شهادت من و یادآوری این که هیچ یک از دانشجویان داوطلب سخنرانی نشده بود و شاید اگر یکی از آنها به جای من بود، افتضاح بیشتری به بار می آورد، شروع به بازسازی من کرد و راهکارهایی را برای تسلط بر خود در چنین مواقعی بیان کرد.

صحبت های استاد چنان موثر افتاد که من در پایان کلاس، از او خواستم اجازه دهد تا هفته دیگر، بحث خود را پیگیری کنم. هفته بعد، با به کار بستن نکات استاد، برای نخستین بار در عمرم، توانستم کنفرانس موفقی داشته باشم و شیرینی آن، چنان در دهانم مزه کرد که بعدها در بیشتر کلاس ها داوطلب این کار می شدم و چنان شد که در سال های بعد، به یکی از موفق ترین سخنرانان دانشکده و دانشگاه تبدیل شدم و هم اکنون یکی از موفق ترین استادان همان دانشکده با شیوه درسی عالی هستم.

در یکی از نخستین روزهای ورودم به دانشگاه، استاد درس معارف، از دانشجویان خواست تا هر یک کنفرانسی را در کلاس ارائه کنند.

من هم بلافاصله اعلام آمادگی کردم و استاد نام مرا در دفترش ثبت کرد و بحث فطرت را برای ارائه در هفته آینده به عهده من گذاشت.

پس از پایان کلاس، تا چهار روز با تلاش فراوان در جمع کردن مطالب برآمدم و آن را دسته بندی کردم تا به خیال خود جالب ترین کنفرانس روی زمین را ارائه دهم؛ دو سه روز باقی مانده به روز ارائه را هم به تمرین سخنرانی اختصاص دادم. بدین منظور یک آینه ۲۰ سانتی تهیه کردم و وقتی هم اتاقی هایم در اتاق نبودند، با شور و هیجان، در برابر آن به ایراد سخنرانی می پرداختم؛ بدون آن که کوچک ترین توجهی به اطرافم داشته باشم.

صبح روز کنفرانس، وقتی استاد به کلاس آمد، پس از چند دقیقه صحبت های مقدماتی، از من خواست تا صحبت خود را شروع کنم. من هم با گام های استوار، پیش رفته، در مقابل بچه ها قرار گرفتم؛ اما وقتی سرم را بلند کردم و خواستم صحبتم را شروع کنم، ناگاه متوجه سی چهل جفت چشم ذکور و اناث شدم که به من زل زده بودند و از سر تا پایم را به دقت و رانداز می کردند. من هم که تا حال با چنین صحنه ای روبه رو نشده بودم، هول شدم؛ اما هر طور بود بر خود مسلط شدم و چنین آغاز سخن کردم: «بسم الله الرحیم». حس می کردم چیزی کم دارد؛ اما نمی دانستم چه چیز. دوباره تکرار کردم؛ باز هم همان صورت بود. این جا بود که نیش های بچه ها شل شد. برای بار سوم تکرار کردم؛ باز هم نفهمیدم چه چیزی را جا می گذارم. صدای شلیک خنده بچه ها به گوشم رسید؛ دست و پایم را گم کردم؛ اما استاد به فریادم رسید و گفت: «بسم الله الرحمن الرحیم».

هنوز از رو نرفته بودم. خواستم به سبک و سیاق سخنرانی های آن زمان و نیز خود استاد، سخنرانی را با حمد و ثنای خداوند شروع کنم. از این رو، ادامه دادم: «الحمد لله رب العالمین»؛ اما چشمتان روز بد نبیند؛ وقتی به خود آمدم که دیدم دارم می خوانم: «صراط الذین انعمت علیهم...». بله، به جای حمد و ثنا، داشتم سوره حمد را می خواندم! بچه ها از خنده روده بر شده

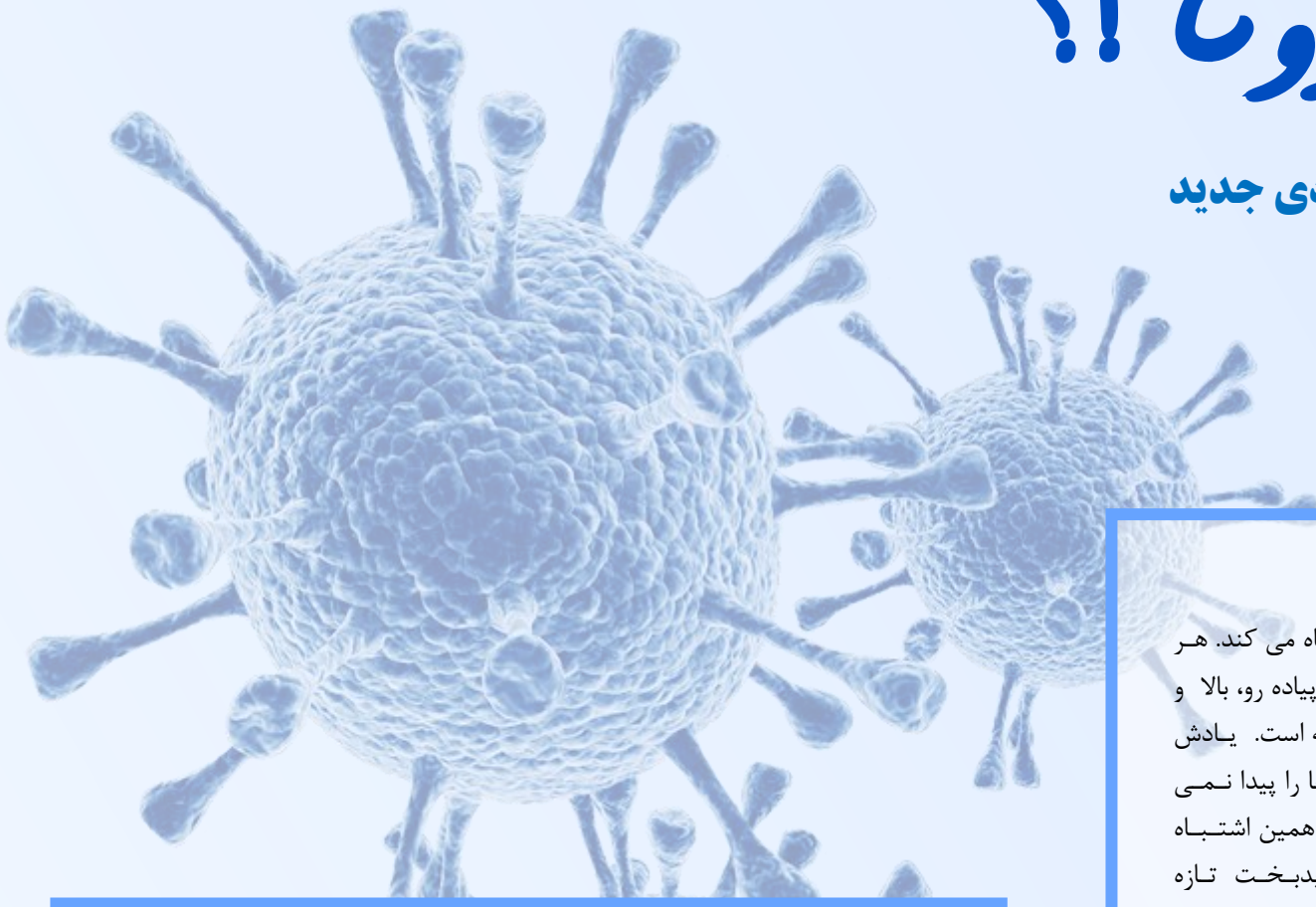
هر کسی شهریه را آزاد داد...

محمد حسین مهدویان

می کشد دائم سرم استاد داد
 درس او عمر مرا بر باد داد
 جز تقلب درس و دانشگاه گاه
 چیزهای دیگری هم یاد داد
 بر سر یک عده چون مجنون جنون
 دست برخی تیشه فرهاد داد
 عده ای را در تخیل ها رها
 مابقی را هر چه بادا باد داد
 دختران را کرده نامحسوس لوس
 بر حراست قدرت ارشاد داد
 البته بر عده ای ناچیز نیز
 فرصت ابراز استعداد داد
 همچنین استاد پارتی باز باز
 نمره ی خوبی به آن افراد داد
 عاقبت هم بعد کلی بال بال
 مدرکی پر نقص و پر ایراد داد
 فکر کردی اول مرداد داد
 خیر آن را آخر خرداد داد
 می کشد از دست دانشگاه آه
 هر کسی شهریه را آزاد داد
 بس که شاعر حرف های مفت گفت
 عمر خود را بی جهت بر باد داد!

لعنت به کرونا!؟

نکاتی برای یک دانشجوی مجازی ورودی جدید



چهارشنبه، عصر، داخلی

روبه روی پنجره ایستاده و به پیاده روی خالی از جمعیت، نگاه می‌کند. هر سال در چنین روزهایی، دانشجویهای زیادی از سراسری این پیاده روی، بالا و پایین می‌رفتند؛ اما امسال، کرونا همه چیز را از نفس انداخته است. یادش آمد دانشجویان تازه واردی را که ساختمان مجموعه کلاس‌ها را پیدا نمی‌کردند و یک کوچه پایین تر، وارد ساختمان آنها می‌شدند و همین اشتباه مهلک، بهترین سوژه برای آزار و اذیت سال بالایی‌ها بود. به بدبخت تازه وارد می‌گفتند کلاس همین جا برگزار می‌شود و در راهرو بنشینند تا استاد بیاید. طرف، نیم ساعت که می‌نشست، می‌گفتند استاد بیمار شده و زنگ زده که کلاس تا دو هفته تعطیل است. یا به جای آدرس سلف، آدرس موتورخانه آن طرف دانشگاه را می‌دادند. یا برای ثبت نام و تکمیل مدارک، دانشجوی از همه جا بی‌خبر را به سراغ ستاد دانشجویان با نیازهای خاص می‌فرستادند. دلش برای دانشجویها و کارهایشان تنگ شده بود. آهی کشید و زیر لب زمزمه کرد: لعنت به کرونا!

یادش آمد که قرار است برای دانشجویان ورودی جدید، چیزی بنویسد. هر سال می‌نوشت مراقب باشید بابت دوری از خانواده، گرفتار افسردگی نشوید و جوری می‌نوشت که بدانند منظورش بیشتر با دخترهاست. می‌نوشت چه کار کنند که غذاهای سلف و فست فود و گرسنگی، پدر معده شان را درنیابند که گفته اند: دانشجوی، هرچه باشد و هر چقدر باشد و هر وقت باشد را می‌خورد! می‌نوشت مراقب سندرمد جغدهای ترم یک باشید؛ دانشجویی که کسی بالای سرش نیست تا سر ساعت بخوابد و کلاس ساعت هشت از دستش نرود. اشاره ای هم به سندرمد ترم یک می‌کرد و می‌گفت اگر عاشق

هم کلاسی شدی، مراقب باش توی دیگ نیفتی! نشانی دفتر نهاد رهبری را هم به عزیزان عاشق پیشه می‌داد؛ اما نمی‌دانست این بار برای دانشجوی ترم یک که قرار است حضورش مجازی باشد، چه بنویسد. دوباره زیر لب زمزمه کرد: لعنت به کرونا!

پنج شنبه، صبح، خارجی

نزدیک ظهر بود که کارمند نشریه، دوباره پیام داد که ویراستار منتظر است و دست طراح وسواسی، کند است و نشریه ای که سر وقت نرسد، بیات می‌شود. نمی‌توانست دوباره پیام را نادیده بگیرد. جواب داد که چیزهایی به ذهنش رسیده، ولی کامل نیست. وعده فردا را داد و بعد از زدن دکمه ارسال، زیر لب زمزمه کرد: لعنت به کرونا! دروغ می‌گفت؛ هیچ چیزی به ذهنش نرسیده بود.

جمعه، صبح، داخلی

به کاغذی که سیاه کرده بود، نگاه کرد. از صبح، به نظرش رسید درباره بعضی چیزهای مشترک میان ترم حضوری و مجازی، مطلب بنویسد. نوشته بود: فارغ التحصیلان دانشگاه، از بی‌کار ماندن می‌نالند؛ در حالی که کار هست؛ اما برای «کاربلد». نوشته بود کتاب و تئوری، دانشجو را «کاردان» می‌کند؛ ولی «کاربلد» نه! با فونت بی‌زر بُلد توصیه کرده بود: **از همین ترم یک، به فکر اشتغال باشید.** نوشته بود: **آدمی باید مدت زیادی تقریباً رایگان کار کند تا بتواند وارد بازار کار شود و چه بهتر که این مدت، در دوران کم هزینه دانشجویی باشد؛** اما در نوشته، چیزی کم بود. همان طور که مطالب را خط خطی می‌کرد، زیر لب زمزمه کرد: لعنت به کرونا!

جمعه، عصر، داخلی

جلوی تلویزیون نشسته بود که ناگهان از جا پرید. به ذهنش رسید درباره درس خواندن مجازی، مطلب بنویسد. مثل اینکه عادت به درست درس خواندن، از همین ترم اول شروع می‌شود و اگر عادت کردی گوشی را روشن کنی و بروی دنبال کارت، حضوری می‌خوری؛ ولی دانشجو نمی‌شوی. یا مثل اینکه به نِت برداشتن از درس‌ها

یا انجام تکالیف، عادت کن. تصمیم گرفت یکی دو کتاب مثل «کوله پشتی» یا «دخترانه های درگوشی» را هم برای آداب درس خواندن معرفی کند. هرچند خودش هم می‌دانست دانشجوی خوبی بودن در دوران مجازی، خیلی سخت تر از خوب بودن سر کلاس است و باز هم زمزمه کرد: لعنت به کرونا!

شنبه، صبح، داخلی

کامپیوتر را روشن کرد تا متن را برای نشریه، ارسال کند. یادش آمد شکل‌ها و کانون‌های دانشجویی در دوران کرونایی، تعطیل نشده اند و در فضای مجازی، فعالیت‌های خوبی دارند. فکر کرد بد نیست تبلیغ آنها را هم بکند. برای همین، چند خط دیگر هم به نوشته اضافه کرد:

زمان حضورتان در دنیای مجازی را مدیریت کنید؛ از ما گفتن بود. این دوران، بهترین زمان برای کارهایی است که همیشه دلتان می‌خواسته انجام دهید؛ ولی فرصتش نبوده. یاد گرفتن یک مهارت یا هنر، فرا گرفتن یک زبان، خواندن کتاب‌های قطور. در یک کلام، از قرنطینه استفاده کنید و بر آنچه هستید، بیفزایید.

این بار دلش نیامد بگوید لعنت به کرونا! دست آخر، با بی‌نازنین بُلد نوشت:

ماییم و نوای بی‌نوایی

بسم الله اگر حریف مایی



کوله پشتی سال اولی ها

دانشجوی سال اولی، چه چیزهایی را باید در همان سال اول بداند تا در مسیر خود به عنوان یک دانشجوی تازه‌کار، پراگیزه، فعال و موفق، بتواند برنامه‌ریزی دقیق، مؤثر و خوبی داشته باشد؟ چه اطلاعاتی هست که اگر دانشجوی سال اولی، آنها را به دست بیاورد، می‌تواند در طول تحصیل، از آنها استفاده کند و زندگی اش را تحت تأثیر قرار دهد؟

هر دانشجو، باید اطلاعات خوبی در این زمینه‌ها پیدا کند:

این کتاب، تلاشی است در جهت شناساندن هرچه بهتر محیط دانشگاه به دانشجویان ورودی جدید و آشنایی آنها با فرصت‌ها و تهدیدهای دوران دانشجویی. ویژگی‌های دانشگاه، روش معاشرت با اساتید، دوستی و دوست‌یابی، مهارت‌های مطالعه، خوابگاه و مسائل آن و روابط با جنس مخالف، از جمله فصول بیست‌گانه این کتاب است.

این کتاب توسط «دفتر نشر معارف» تهیه و تولید شده و در چاپ جدید خود، با قیمت ۱۷۰۰۰ تومان در اختیار دانشجویان قرار گرفته است.

- در چه دانشگاهی درس می‌خواند؟
- توانمندی‌های این دانشگاه، در چه قسمت‌هایی بیشتر است و استادان آن، چه توانمندی‌هایی دارند؟
- نقاط ضعف این دانشگاه چیست و چه آسیب‌هایی در این دانشگاه هست که باید از آنها پرهیز کند؟
- چه فرصت‌هایی در دانشگاه هست که می‌تواند از آنها بهره‌مند شود؟
- روش‌های انتخاب دوستان خوب در دانشگاه چیست و چگونه می‌توان گروه دوستی خوبی تشکیل داد؟
- چه نهادها و سازمان‌هایی در دانشگاه هست که او می‌تواند در اوقات فراغت خود، با آنها مشارکت، همفکری و همکاری کند؟
- چه زمینه‌ها و فرصت‌های فرهنگی، تفریحی، اجتماعی، تربیتی و سیاسی در دانشگاه هست که می‌تواند از آنها بهره‌مند شود و برای توانمندسازی خود، از آنها استفاده کند؟
- بهترین روش‌ها برای درس خواندن، چه روش‌هایی است که او با استفاده از آن روش‌ها، می‌تواند با کمترین زمان، بیشترین اطلاعات را به دست آورد؟

اگر دانشجوی سال اولی، اطلاعات مناسبی در این زمینه‌ها داشته باشد، با انتخاب الگو و سبب فرهنگی، اجتماعی و اعتقادی مناسبی، می‌تواند برنامه‌ریزی منسجم و مفیدی برای خود داشته

نویسنده کتاب: حسن قدوسی زاده



اشتباهات رایج دوران دانشجویی

برخی اشتباهات در شروع دانشگاه، قابل حل و قابل گذشت است؛ اما برخی اشتباهات، مشکلاتی جدی به همراه دارند. بنابراین، لازم است از آنها خودداری شود. در این جا برخی اشتباهات رایج و راه‌های پرهیز از آنها، توصیه شده است



غیبت از کلاس‌ها

هیچ کس شما برای رفتن به دانشگاه و درس خواندن، مجبور نکرده است. پس بهتر است مسئولیت انتخاب خود را بر عهده بگیرید و حتماً سر کلاس‌ها حاضر شوید؛ زیرا در پایان ترم، خودتان باید پاسخگو باشید. این نکته، در مورد کلاس‌های مجازی که امکان فرار کردن از آنها بیشتر برایتان فراهم است بیشتر صدق می‌کند. باز کردن صفحه آموزش مجازی و رفتن به سراغ کارهای دیگر، بیشتر و بیشتر از اینکه کلاه گذاشتن بر سر استاد باشد، گول زدن خودتان است.

عدم مطالعه کافی

در دانشگاه بر خلاف دبیرستان، منابع زیادی برای مطالعه بیشتر به شما توصیه می‌شود و برای هر کلاس، ساعت‌ها مطالعه و آموزش خارج از کلاس لازم است؛ در حالی که برخی دانشجویان، این موضوع را جدی نمی‌گیرند. بنابراین، مطالعه عمیق و پی‌گیری داشته باشید و منابع اصلی و اضافی را به موقع مطالعه کنید. فعالیت‌ها و تکالیف دانشگاهی، در مقایسه با دبیرستان، متنوع‌تر و بیشترند. انجام پروژه‌های علمی و تحقیقاتی، ارتباط با مراکز مختلف تحقیقاتی و کاربردی، ارتباط با افراد در رشته‌ها و حرفه‌های مختلف و... قسمتی از این وظایف هستند. علاوه بر این، مصاحبه، مشاهده، کارورزی و همچنین ایراد سخنرانی، سمینار، کنفرانس و... نمونه‌های دیگری از فعالیت‌های متنوع آموزشی هستند که از دانشجویان انتظار می‌رود آنها را انجام دهد.

عادات بد غذایی

عادت کردن به خوردن غذاهای پرکالری و ناسالم، به چاق شدن بسیاری از دانشجویان در سال‌های اول دانشگاه منجر می‌شود. خوردن غذاهایی مانند ساندویچ‌های پرچرب، سیب‌زمینی سرخ کرده و پیتزا، به طور دائمی، سلامت شما را به خطر می‌اندازد. خوردن چنین غذاهایی را به روزها یا ساعات خاصی محدود کنید و ورزش و فعالیت بدنی را جزء برنامه روزانه خود قرار دهید. در شرایط کنونی که کلاس‌ها به صورت مجازی برگزار می‌شوند و شما بیشتر زمان روز را در خانه هستید، طبیعتاً تحرکتان هم بسیار کم می‌شود؛ پس بیشتر مراقب غذا خوردن خود باشید و ورزش را فراموش نکنید.

عدم تقابل برای کمک خواستن از دیگران

اگر چه باید یاد بگیرید که مستقل باشید، اما کمک خواستن در مواقع لزوم، بخشی از مستقل بودن است. اگر در مورد درسی مشکلی دارید، با استاد مربوط، در ساعات مقرر، ملاقات کنید. در شرایط کنونی، می‌توانید این ملاقات را به صورت مجازی انجام دهید. اگر در مسائل مربوط به آموزش مجازی مشکل دارید، حتماً از کارشناسان مربوط، کمک بخواهید. منابع حمایتی در دسترس در زمینه‌های مختلف را بشناسید و از آنها استفاده کنید.

عدم برنامه ریزی مالی

دانشجویان در سال‌های آغازین دانشگاه، یک باره احساس استقلال می‌کنند و این احساس، اگر با مهارت‌های خاصی در حیطه مدیریت مالی همراه نباشد، مشکلات زیادی را برای آنها فراهم می‌کند. پس همواره متناسب با وضع مالی خود برنامه‌ریزی کنید و بیش از آن، هزینه نکنید؛ حتی اگر کسانی را دارید که از آنها قرض بگیرید، این کار را نکنید؛ زیرا سرانجام مجبور به پرداخت آن هستید و ممکن است تحت فشار قرار بگیرید. سعی کنید هزینه‌های غیر ضروری را تا حد ممکن، حذف کنید.

حضور شما با دیگر دانشجویان، کمتر و یا حتی نزدیک به صفر شده است، اما دقت داشته باشید که درگیر شدن در این مسائل، در فضای مجازی، بیشتر و خطرناک‌تر است و ممکن است کل زندگی شما را تحت تاثیر خود قرار دهد.

فشار گروه

دانشجویان کاری را انجام می‌دهند که بر مبنای فشار گروه، انتظارات والدین و رسانه‌ها، خود را مجبور به آن می‌بینند. دانشگاه، این فرصت را به شما می‌دهد که تجربه‌های بسیار خوبی بیندوید و دوستان خوب زیادی داشته باشید؛ پس جست‌وجو کنید و بر اساس فشار اطرافیان و نیازهای دیگران، حرکت نکنید؛ بلکه خودتان باشید و بر اساس نیازهای خودتان، عمل کنید.

منعصب بودن

در محیط دانشگاه، با عقاید، فرهنگ‌ها و باورهای بسیار متفاوتی آشنا می‌شوید و با انسان‌هایی که هرگز ندیده‌اید، مجبور به گفت‌وگو و معاشرت هستید. اگر چه این موضوع مشکل است، اما به همین دلیل، دوران دانشجویی، تجربه بسیار بزرگی برای یادگیری است. پس برای برای گوش کردن و یادگیری، آماده باشید و از تعصب و پیش‌داوری، دست بردارید.



درگیر شدن با مسائل عاطفی و شخصی دیگران

زندگی دانشگاهی، مسائل خاص خود را برای هر فرد به همراه دارد. شما نباید خود را درگیر مسائل دیگران کنید و بخواهید بدانید چه کسانی با هم بحث کرده‌اند؛ چه کسی پشت سر دیگری حرف زده است و از این قبیل مسائل، پرهیز کنید. اگر چه در دوران کرونایی حاضر، ارتباط