



وزارت علوم، تحقیقات و فناوری
دفتر مشاوره و سلامت



معاونت دانشجویی
مرکز مشاوره دانشگاه صنعتی شریف

دفتر مشاوره و سلامت و مرکز مشاوره دانشگاه صنعتی شریف

تعامل اساتد و دانشجو

(ویژه مطالعه اساتید)



دانشجویان به دلیل قرار گرفتن در مرحله انتقالی زندگی، ممکن است با آسیب‌هایی مواجه شوند. توجه به سلامت روان دانشجویان یکی از برنامه‌های است که رسالت و وظیفه مهم دانشگاه است و استفاده مناسب از مهارت‌های ارتباطی به عنوان یکی از مهم‌ترین عوامل تأثیرگذار بر ارتقای سلامت روان و کیفیت یادگیری دانشجویان مطرح است و در این رابطه، استاد یکی از اصلی‌ترین نقش‌ها را برعهده دارد. بستر ارتباطی مناسب، زمینه را برای انتقال بهتر مفاهیم و اطلاعات به دانشجویان فراهم می‌کند.

انواع مهارت‌های ارتباطی در عبارتند از:

مهارت‌های محتوایی (Content Skills)

مهارت‌های فرآیندی (Process skills)

مهارت‌های ادراکی (Perceptual Skills)

مهارت‌های محتوایی و فرآیندی جنبه بین فردی بیشتری دارند. در برنامه‌های آموزش مهارت‌های ارتباطی، امروزه اغلب مهارت فرآیندی تدریس می‌شود. مدارک و شواهد موجود نشان می‌دهد که بین ارتباط مؤثر و میزان تولید یا بازدهی افراد رابطه مستقیم وجود دارد یکی از مهم‌ترین جنبه‌های فراموش شده آموزش اساتید کسب آمادگی کامل در مهارت‌های ارتباطی مختلف است که آنها را قادر می‌سازد با یک اساس و پایه تئوری قوی و با دانش کامل با دانشجویان خود ارتباط برقرار کنند. در جوامع با فرهنگ‌ها و زبان‌های مختلف بالابردن سطح مهارت ارتباطی بین فردی در اساتید برای برقراری ارتباط، توانایی تشخیص نیازهای آموزشی و پاسخ مناسب به سؤالات دانشجویان لازم است. علاوه بر آن، مهارت‌های بلاغت و فصاحت در سخنوری برای سازمان‌دهی بیان مطلب و مهارت‌های خاص در پویانگه داشتن بحث گروهی باید مدنظر قرار گیرد برگزاری دوره‌ای کارگاه‌های مهارت ارتباطی برای اساتید از جمله کارآمدترین روش‌ها جهت بهبود ارتباط مؤثر آنان با یکدیگر و نیز با دانشجویان است.

اعتماد به نفس و انگیزه یادگیری دانشجویان را بالا می برد:

دانشجویانی که اضطراب اجتماعی بالا دارند معمولاً از روبرو شدن و رجوع به اساتید در زمان لازم خودداری می کنند، بخصوص در ایام انجام پایان نامه و رساله های خود علاوه بر اضطراب انجام کارهای مربوطه، اضطراب رویارو شدن با استاد راهنما و توضیح دادن برایشان بسیار مشکل خواهد بود و یکی از معضلات برخی دانشجویان این است که اعتماد بنفس پایین دارند یا کمال گرا و دچار اضطراب نیز هستند و اساتیدی که از مهارت های ارتباط موثر استفاده می کنند و به ویژگی ها و تفاوت های فردی دانشجویان در برخورد با آنها اهمیت می دهند و طبق ویژگی های فردی آنها برخورد مناسب را انجام می دهند می توانند این مسیر را برای تسریع دانشجویان در انجام کارهای درسی و افزایش اعتماد به نفس آنها در ارائه کارهای درسی و کمک خواستن در مشکلات درسی را فراهم آورند، که منجر به عقب نشینی دانشجو و اهمالکاری، اضطراب و اجتناب بیشتر آنها نگردد.

باورهای خودکارآمدی را در دانشجویان ایجاد می کند:

یکی از مهمترین منابعی که می تواند نقش مهمی در بالانگه داشتن خودکارآمدی دانشجویان داشته باشد ارتباط موثر و مهارت های ارتباطی اساتید و کیفیت ارائه آن است، زیرا دانشجویی که مقاطع تحصیلی را پشت سر گذاشته است و به محیط دانشگاه راه پیدا کرده سطح مناسبی از توانمندی را دارا می باشد و در این محیط باورهای خودکارآمدی و سطح تلاش اوست که تعیین کننده موفقیت بیشتر دانشجویان است و اساتید با شناسایی نقاط قوت و ضعف دانشجویان خود و تاکید بر جنبه های مثبت آنها می توانند به احساس خودکارآمدی یا همان باور به توانمندی را تقویت کنند و انگیزه لازم را برای دانشجو جهت پوشش نقاط ضعف و ارتقای آن را فراهم سازند.

کیفیت تدریس را افزایش می دهد:

مهارت های ارتباطی اساتید در سر کلاس درس می تواند این جو را برای دانشجویان ایجاد کند که با علاقه و تمرکز بالاتری به مطالب گوش فرا دهند و از گفته ها و بیانات استاد بالاترین استفاده را ببرند و این خودش نقش بسزایی در افزایش کیفیت تدریس و یادگیری مطالب تدریس شده خواهد داشت.

سلامت روان دانشجویان را افزایش می دهد:

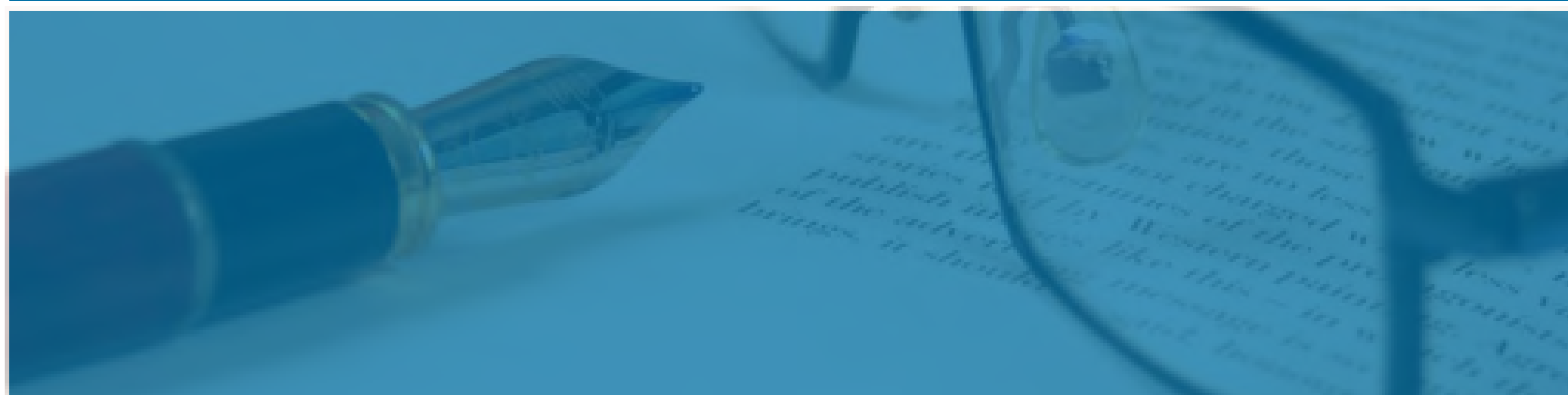
برخی از دانشجویان که مشکلات فردی، بین فردی یا خانوادگی دارند و نمی توانند با خانواده و اطرافیان خود مشکلاتشان را مطرح کنند می توانند با اساتید قابل اعتماد خود در میان بگذارند و این وسیله ای برای ارجاع مناسب دانشجویان مشکل دار به مرکز مشاوره و کمک گرفتن تخصصی و حرفه ای می باشد و از این طریق می توانند به ارتقای سلامت روان دانشجویان و پیشگیری از مشکلات بزرگ تر و کاهش آسیب های اجتماعی کمک شایانی بکنند.

بی انگیزگی و عدم اطمینان از آینده را کاهش می دهد:

بیشترین عامل ابتلا به برخی از اختلالات روان شناختی مانند افسردگی و رفتن به سمت رفتارهای مخرب و حتی اعتیاد، نگرانی و عدم اطمینان نسبت به آینده ی تحصیلی و شغلی است که اساتید با استفاده از برقراری ارتباط مناسب و سازنده و الگو سازی مثبت و هدایت کردن دانشجویان در مسیر درست می توانند در کاهش بی انگیزگی و عدم اطمینان از آینده دانشجویان نقش بسزایی داشته باشند که دانشجویان تحت تاثیر جو منفی اطرافیان در خصوص رشته انتخابی خود و آینده قرار نگیرند.

گردآوری مطالب:

دکتر گلاویژ محمدی (روانشناس بالینی مرکز مشاوره دانشگاه صنعتی شریف)





اینستاگرام مرکز مشاوره دانشگاه شریف:

SHARIF_UNI_COUNSELING



تلگرام مرکز مشاوره دانشگاه شریف:

@SH_COUNSELING



وبسایت دفتر مشاوره و سلامت:

HTTP://CH.SAORG.IR