

۲۰۷۸۴۴

ما شاء الله

مشاوره و برنامه‌ریزی آموزشی

دستنامه مدیران و مشاوران در دبیرستان

نویسنده:

سیداحمد میربلند

سرشناسه	:	میربلند، احمد، ۱۳۴۵-
عنوان و نام پدیدآور	:	مدارس یادگیرنده مرآت، مشاوره و برنامه‌ریزی آموزشی دستنامه مدیران و مشاوران در دبیرستان / نویسنده سیداحمد میربلند.
مشخصات نشر	:	تهران: موسسه مدارس یادگیرنده مرآت، ۱۳۹۸.
مشخصات ظاهری	:	۱۰۴ ص.
شابک	:	978-622-95500-2-1
وضعیت فهرست‌نویسی	:	فیا
موضوع	:	برنامه‌ریزی آموزشی
موضوع	:	Educational planning
موضوع	:	مشاوره آموزشی
رده‌بند: کنگره	:	LB۲۸۰۶/۱۵/م۴ ۱۳۹۸
ردی - دی. دی.	:	۳۷۵/۰۰۱
شمارهٔ چاپشناسی ملی	:	۵۶۳۹۸۷۸

مدارس یادگیرنده مرآت		مشاوره و برنامه‌ریزی آموزشی
ناشر	:	مدارس یادگیرنده مرآت
مؤلف	:	سیداحمد میربلند
تایپ و صفحه‌آرایی	:	نرگس گودی
طراحی جلد	:	سمانه
لیتوگرافی	:	اندیشه برتر
چاپ و صحافی	:	اندیشه برتر
نوبت چاپ	:	اول، ۱۳۹۸
تیراژ	:	۵۰۰
قیمت	:	۳۵۰،۰۰۰ ریال

نشانی: تهران، خیابان قائم مقام فراهانی، کوچه گلریز، پلاک ۲، واحد ۱.	پایگاه اینترنتی: www.yau.andeh.ir	تلفن: ۰۲۱-۸۸۳۴۸۵۳۴
---	---	--------------------

نشانی: هفت تیر، خیابان کریمخان زند، خیابان خردمند شمالی، پلاک ۸۰.	تلفن: ۰۲۱-۸۵۶۷۰
---	-----------------

حقوق چاپ و نشر، محفوظ و مخصوص ناشر است و هرگونه کپی‌برداری یا نقل مطالب و نیز نمونه‌سازی براساس الگوی ارائه شده در کتاب، بدون اجازهٔ کتبی ناشر پیگرد قانونی دارد.

۵	مقدمه ناشر
۷	کتاب دوره (دوره آموزش الکترونیک این کتاب)
۹	مقدمه مؤلف
۱۳	فصل ۱: چگونه برنامه ریزی کنیم؟
۲۰	مشاوره (م-ش-ا-و-ر-ه)
۲۰	شرح وظایف مشاوران
۲۲	نقش مشاور در دبیرستان
۳۰	برنامه ریزی آموزشی برای دانش آموزان
۳۱	فواید برنامه ریزی
۳۲	الزامات اجرایی شدن یک برنامه
۳۵	مدیریت زمان چیست؟
۳۵	تکنیک های مدیریت زمان
۳۸	توصیه های ویژه
۴۲	برنامه ریزی هفتگی
۴۳	نحوه پر کردن جدول های برنامه ریزی
۵۱	تدوین یک برنامه مطالعه هفتگی آزمایشی
۵۱	استخراج ساعت در اختیار
۵۷	فصل ۲: چگونه برنامه خود را اجرا کنیم؟
۵۸	روش اجرای برنامه
۶۱	شیوه مطالعه تخصصی هر درس
۷۲	شیوه مطالعه دروس متنی
۷۳	شیوه حل یک مسئله ریاضی
۷۷	مدل مطالعه دروس متنی (حفظی)
۸۲	برای کمک به سازماندهی ذهن چه کار کنیم؟
۸۳	آموزش خلاصه نویسی و یادداشت برداری
۸۹	مرور و یادآوری
۹۵	خودتنظیمی



۹۸

یادگیری در کلاس درس

۹۹

چه تصویری از خود دارید؟

۱۰۳

مجموعه کتاب‌های مدارس یادگیرنده برای مدارس یادگیرنده

www.ketab.ir



● مقدمه مؤلف

نگرش گسترده به نقش آموزش و پرورش به عنوان عاملی مؤثر در فعلیت بخشیدن به توانایی‌های بالقوه و ذاتی افراد، انتقال اندوخته تجارب گذشتگان، ارائه ارزش‌های مطلوب، افزایش معلومات و ایجاد مهارت‌های لازم در افراد برای زندگی و سرانجام تسهیل سیر حرکت وجودی آدمی به سوی کمال، اهمیت امروزه این نهاد را بیش از پیش نشان می‌دهد. گسترش کمی آموزش و پرورش نشانگر گرایش و استقبال همه به اثربخشی این نهاد و گسترش کیفی آن ناشی از توسعه معرف، علم و رشد بی‌وقفه تکنولوژی است که این دو بر پیچیدگی و ظرافت جریان آموزشی و پرورش افزوده است. بنابراین برای تحقق اهداف تعلیم و تربیت و رشد شخصیت کودکان، نوجوانان باید از خدمات راهنمایی و مشاوره به خوبی استفاده کرد. نقش راهنمایی و مشاوره در آموزش و پرورش افراد، به حدی است که عده‌ای از دانشمندان آن را مترادف تعلیم و تربیت گفته‌اند و بعدی راهنمایی و مشاوره را تسهیل‌کننده جریان تعلیم و تربیت می‌دانند.

اهداف آموزش و پرورش زمانی تحقق خواهند یافت که برنامه‌ها و محتوای آموزشی با توجه به نیازها و امکانات دانش‌آموزان تهیه و اجرا گردند. این طریق «خدمات راهنمایی و مشاوره» می‌توان توانایی‌ها و نیز محدودیت‌های دانش‌آموزان را شناسایی و از امکانات موجود حداکثر استفاده را به عمل آورد. مشکلات دانش‌آموزان، زنجیره‌ای از عوامل فردی و اجتماعی است که نیازمند دیدی جامع‌نگر و نظام‌مند به استعدادها و توانایی‌ها و علائق شخصیت، ساختار و وضعیت خانواده و سایر متغیرهای محیطی است. مشاور مدرسه می‌تواند با آگاهی از ارتباط تنگاتنگ، مشکلات تحصیلی یا زمینه‌های روانی-اجتماعی دانش‌آموزان را، با استفاده از متون و روش‌های راهنمایی و مشاوره از طریق شیوه‌های مختلف فردی، گروهی و خانوادگی شناسایی کند تا با بررسی‌های همه‌جانبه مشکل، بتواند راه‌حل یا راه‌حل‌های مناسب را انتخاب و برای اجرای آنها برنامه‌ریزی نماید و در نهایت عملکرد دانش‌آموزان را در ابعاد مختلف بهبود بخشد.

دانش‌آموزان در دوران تحصیل با مشکلات زیادی مواجه می‌شوند که به طور کلی به دو بخش «رفتاری» و «تحصیلی» تقسیم می‌شود. هر چند این دو بخش از هم جدا نیستند و مشکلات



رفتاری از عوامل اصلی افت تحصیلی دانش‌آموزان است. انتقال از دورهٔ کودکی و نوجوانی به سن جوانی و بلوغ جنسی ناشی از آن، مشکلات زیادی در روح و روان یک دانش‌آموز ایجاد می‌کند که افسردگی، انزواطلبی، پرخاشگری، یاس و ناامیدی، بی‌انگیزه شدن نسبت به امور تحصیلی و ... از آثار منفی این شرایط سنی است. در این مورد یک مشاور آگاه و دلسوز بهتر از هر کسی می‌تواند با راهنمایی و هدایت و روشنگری ذهن و روح دانش‌آموز، او را به سمت تعادل و آرامش هدایت کند.

کسب ادب آرامش و حل معضلات روانی دانش‌آموز، زمینه را برای فعالیت‌های آموزشی هدفمند وی آماده می‌کند.

البته افت تحصیلی به واسطه بیرونی مثل مدرسه، خانواده، جامعه و ... نیز بستگی دارد و نقش یک مشاور خوب ایجاد می‌شود تا با همکاری و تعالی بخش بین مدرسه (معلم)، خانواده و دانش‌آموز است.

در یک مشاوره تحصیلی مطابق با رویکرد «روش مطالعه» صرف درسی که از سال‌های قبل باقی مانده است، مورد ارزیابی قرار می‌گیرد و در هر مورد، اهدافی اصلاحی و تقویت‌کننده ارائه می‌گردد.

مشاور تحصیلی با شناخت دانش‌آموزان در زمینه‌های گوناگون می‌تواند آنان را به رشته‌های تحصیلی مناسب راهنمایی کند و آنان را در حل مشکلات یاری دهد. گرچه آشنایی معلم با فنون راهنمایی تدریس، عملکرد او را مؤثر و پربراری می‌سازد، ولی معلم به تنهایی نه می‌تواند و نه فرصت دارد به تمام مسائل و مشکلات روانی و خانوادگی و تحصیلی دانش‌آموزان رسیدگی کند و برای هر کدام راه حل ارائه دهد.

از این رو، مشاور تحصیلی با همکاری معلم و خانواده و مسئولان مدرسه می‌تواند دانش‌آموزان را به منظور رفع مشکلات تحصیلی و خانوادگی و روانی و تأمین ثبات عاطفی یاری دهد و سرانجام نیل به اهداف آموزش و پرورش را ممکن سازد.

این کتاب به دو مجموعه پرسش پرتکرار دانش‌آموزان در مدرسه می‌پردازد: چگونه برنامه‌ریزی کنیم؟ و چگونه برنامهٔ ساخته شدهٔ خود را اجرا یا مطالعه کنیم؟ این دو سؤال از مجموعه سؤالات اساسی است که دائماً در طول سال تحصیلی از طرف دانش‌آموزان، اولیا و مسئولان مدرسه بدان پرداخته می‌شود. اگرچه کتاب‌های زیادی در حوزهٔ دانشگاهی دربارهٔ روش مطالعه و برنامه‌ریزی آموزشی برای دانش‌آموزان وجود دارد ولی جمع‌آوری و ارائه دانش ضمنی این تجربه کار پراهمیتی به نظر می‌رسد؛ چرا که تبدیل دانش ضمنی، که به آن تجربهٔ زیسته گفته



می‌شود، به دانش مصرّح، که به صورت مکتوب نوشته می‌شود، کار دشواری می‌باشد؛ زیرا تبدیل تجربیات زیسته به واژه و کلمه در چارچوب قواعد دانشگاهی بسیار کار سختی می‌باشد. با این روش تجربه زیسته در محک نقد و بررسی دیگران قرار می‌گیرد. باری با توجه به همه مشکلات مکتوب‌سازی دانش ضمنی، این کتاب گامی به جهت مستندسازی دانش مشاوره یک مشاور در طول سالیان مشاوره در مدارس موفق کشور می‌باشد.

لازم می‌دانم تأکید نمایم این یک کتاب دانشگاهی با چارچوب‌های دانشگاهی همراه با منابع و مأخذ مستند نمی‌باشد بلکه یک تجربه زیسته و دانش ضمنی یک مشاور باتجربه در حین کار است که همراه ادبیات نگارشی یک مشاور بدون قید آکادمیک تهیه شده است. امید است دیگر همکاران مشاوران علم تجربیات زیسته خود را به منظور استفاده مشاوران نسل جدید در اختیار آنان قرار دهد.

از مدیران و مشاوران محترم مدارس درخواست می‌کنم که نظر و پیشنهاد خود را در راستای تقویت و ارتقاء این مجموعه از طریق دفتر موسسه مدارس یادگیرنده مرآت ارائه نمایند. پیشاپیش از حسن توجه همه سپاسگزارم.

بر خود واجب می‌دانم که از تمام عزیزانی که در تهیه و تدوین این مجموعه، حقیر را همراهی و مساعدت کردند، تقدیر و تشکر کنم. از آقایانهندس نادشکوری و دکتر سیدبابک موسویان که از مشاوران برجسته کشور هستند و آقای علی‌اکبر محمدصادق که از مدیران برجسته آموزشی تهران بوده و با قلم خود این مجموعه را پر بارتر کرد و آقای مهدی محدث و از مشاوران همکار، خانم‌ها اسمعیلی‌نژاد، الهام ظهرا بنیا، سالومه ریپر، معصومه عباسی و الناز فیض‌الهی بسیار سپاسگزارم.

از دوست عزیزم آقای محرم نقی‌زاده، مدیرعامل موسسه مدارس یادگیرنده مرآت، که خود از مشاوران آموزشی برجسته کشور هستند- که بنده را در چاپ و آماده‌سازی این مجموعه یاری کردند، کمال تشکر و امتنان را دارم.

در خاتمه امیدوارم که این مجموعه برای مشاوران محترم مفید باشد.