



پیک سنجش

تجدد میثاق دانشگاهیان با آرمان‌های امام خمینی (ره)

در آستانه چهل و پنجمین سالگرد پیروزی انقلاب اسلامی ایران، روز یکشنبه ۱۵ بهمن ماه، دکتر عبدالرسول پورعباس، معاون وزیر علوم و رئیس سازمان سنجش آموزش کشور، با همراهی رئیس نهاد نمایندگی رهبر، معظم انقلاب در دانشگاه‌های کشور، رئیسی دانشگاه‌ها و مراکز آموزش عالی و جمعی از استادان و همچنین مدیران و کارکنان سازمان سنجش، با نشارگل، با آماده‌های بنیانگذار کبیر انقلاب اسلامی در ایام الله دهه فجر تجدید میثاق کردند.

یادداشت هفته

مقاطع تحصیلی تکمیلی
مسیری هدفمند
به سوی آینده

۲

در این شماره ...

شرط ارزشیابی و
تحویل مدارک برای
دانش آموختگان غایب و
بدون معافیت تحصیلی اعلام شد

۳

اختلال
حساسیت اضطرابی و
ویژگی‌های آن

۴

گذران
اوقات فراغت
در دوران تحصیل

۱۰

فراخوان اولویت‌های
پژوهشی و فناوری سال
۱۴۰۲ سازمان سنجش آموزش کشور

۱۲



مشاور رئیس سازمان سنجش آموزش کشور خبر داد

تا ۱۸ بهمن ماه ادامه دارد

ثبت‌نام بیش از ۹۰ هزار نفر در تکمیل ظرفیت رشته‌های بدون آزمون

مشاور رئیس سازمان سنجش آموزش کشور، از ثبت‌نام و انتخاب رشته بیش از ۹۰ هزار نفر در مرحله تکمیل ظرفیت پذیرش با سوابق تحصیلی سراسری بهمن ماه سال ۱۴۰۲ نسبت به ثبت‌نام و انتخاب رشته اقدام کرده‌اند. مشاور رئیس سازمان سنجش آموزش کشور، افزود: پذیرش در این مرحله برای ظرفیت‌های خالی مانده رشته محل‌هایی که در مرحله پذیرش با سوابق تحصیلی سراسری سال ۱۴۰۲ دانشگاه‌ها تکمیل نشده است، براساس سوابق تحصیلی (معدل دیپلم) برای نوبت بهمن ماه صورت می‌پذیرد. مهلت در روز ۱۰ بهمن ماه به پایان رسید.

پذیرش دوره‌های
مهندسی فناوری
و کارشناسی
حرفه‌ای ناپیوسته
علمی - کاربردی

بهمن ۱۴۰۲

صفحه ۵

برنامه زمانی تاریخ ثبت‌نام و برگزاری آزمون‌های سراسری سال ۱۴۰۳

ردیف	شرح فرآیند	زمان ثبت‌نام	نوبت اول	نوبت دوم	سراسری	
					کارشناسی ارشد	دکتری
۱	به پایان رسید	۱۴۰۳/۱/۱۷	۱۴۰۳/۱/۷	۱۴۰۳/۱/۱۲	تاریخ ثبت‌نام	به پایان رسید
۲	پنجشنبه و جمعه ۱۴۰۳/۲/۷ و ۶	۱۴۰۳/۶/۲	۱۴۰۳/۶/۲	۱۴۰۳/۴/۸	صبح و عصر جمعه ۱۴۰۴/۱۲/۴	اجرای آزمون



یادداشت هفته

مقاطع تحصیلی تکمیلی مسیری هدفمند به سوی آینده

مدیر اجرایی

سلام! سلامی چو بُوی خوش آشناي!

از آنجايی که در اوایل ماه آينده، آزمون های دكتري و کارشناسي ارشد سال ۱۴۰۳ در سراسر کشور برگزار می شود، بهتر ديديم که در اين مجال محدود، اندکي فراتر از بيان شرایط و ضوابط اجرائي اين دو آزمون مهم، به مبحث ورود آگاهانه به مقاطع تحصيلی تكميلي به مثابه مسيري هدفمند به سوی آينده، پردازيم و در شماره های بعد، مفاد اين ستون را به موارد اجرائي آزمون های يادشده اختصاص دهيم.

همان گونه که در تمام دانشگاه های دنيا (از جمله ايران) متداول است، هدف از ايجاد دوره های عالي تحصيلات تكميلي (کارشناسي ارشد و دكتري)، صرفاً به منظور پذيرش دانشجو برای ارائه يك مدرک بي حاصل نیست؛ بلکه هدف اصلی از تشکيل اين مقاطع و شاخه شاخه كردن رشته های علمي در آنها، بيشتر بر اين اساس است که با پذيرش دانشجو در اين دوره ها بتوان به تربیت متخصص در ريزترین و بنیادی ترین شاخه های دانش بشری پرداخت.

به ديگر سخن، بشر، پس از کسب تجربه های بسيار در طی قرن های طولاني که از آغاز زندگي اش در اين کره خاکي گذشته، به اين نتيجه رسيده است که باید برای انجام هر کاري، اعم از ساده ترین امور تا پيچيده ترین آنها، به اهل آن مراجعه کند، و نباید بدون تربیت متخصصان برای انجام ريزترین و جزئي ترین کارها، نسبت به حل امور اقدام کرد؛ چرا که حاصل آن، چيزی جز پشيماني و صرف هزينه های زياد مادي و معنوی و هدر دادن منابع انساني نخواهد بود.

حاصل سخن آنکه، بيشتر از اينکه بخواهيم دانشجويان رشته های مختلف مقطع کارشناسي را به شركت در آزمون کارشناسي ارشد و پذيرفته شدن در اين مقطع تشویق کنیم، یا بخواهيم دانشجويان رشته های متعدد کارشناسي ارشد را به شركت در آزمون دكتري و پذيرفته شدن در اين مقطع عالي تحصيلی برانگیخته نماییم، بهتر است اين نگرش را در دل و جان و ذهن اين عزيزان پرورش دهیم که بداند اصولاً هدف آنها از تحصیل در اين دو مقطع مهم عالي و پژوهشی، پيش از آنکه در جهت کسب يك مدرک دانشگاهي باشد، باید در جهت پيدا کردن مسيري هدفمند به سوی آينده و در راستاي اعتلای علمي سرزمين عزيzman ايران و پويایي آن در تمام عرصه ها و شاخه های دانش های بنديان باشد تا بتوانيم از اين رهگذر، به سربلندی آن در دوران زندگي مان افتخار کنیم و تعهد و وظيفه خودمان را در قبال مام ميهن ايفا نماییم.

سخن‌بزرگان

پیام حضرت امام خمینی^(*) برای تبریک چهارمین سالگرد پیروزی انقلاب اسلامی:

۲۲ بهمن سرآغاز پیروزی ملت ايران بر مستکبران و غارتگران، ۲۲ بهمن سرآغاز برچیده شدن دستگاه ستمگري طاغوتيان و ۲۲ بهمن سرآغاز حکومت الله بر جهان، ۲۲ بهمن سرآغاز برافراشته شدن پرچم عدالت اسلامي و بيداري مستضعفان، بر کشور و ملت بزرگ ايران و بر جمیع مسلمانان و مستضعفان و محروميان مبارک باد.

روح الله الموسوي الخميني - (صحیفه امام، ج ۱۷، ص ۲۹۸)

مقام معظم رهبري:

بيست و دوم بهمن، عيد حقيقى برای ملت ما است؛ بيست و دوم بهمن برای ملت ما در حکم عيد فطرى است که ملت در آن از يك دوران روزه سخت خارج شد، دورانی که محرومیت از تغذیه معنوی و مادی را بر ملت ما تحمیل کرده بودند؛ بيست و دوم بهمن در حکم عيد قربان است زира در آن روز و به آن مناسبت بود که ملت ما اسماعيل های خودش را قربانی کرد؛ بيست و دوم بهمن در حکم عيد غدیر است [زيرا] در آن روز بود که نعمت ولایت - اتمام نعمت و تکمیل نعمت الهی - برای ملت ايران صورت عملی و تحقق خارجي گرفت...

بيانات در دیدار اقشار مختلف مردم - يوم الله ۲۲ بهمن - ۱۴۰۲/۱۱/۰۴

مناسبات های هفته



۲۲ بهمن ماه، فرخنده سالروز

پیروزی انقلاب اسلامی

بر ملت قهرمان ايران تهنیت باد



۲۷ ربیع الاول، خجسته سالروز

بعث حضرت رسول اکرم^(ص)

بر اهالی زمین و آسمان تهنیت باد



۲۵ ربیع الاول، سالروز

شهادت باب الحوائج

حضرت امام موسى کاظم^(ع)

بر تمام مسلمانان تسلیت باد



تصویب رشته کارشناسی حقوقی بازار سرمایه در دانشگاه جامع علمی - کاربردی

کاربردی، تصریح کرد: دانشآموختگان این رشته‌ها با گذراندن دروسی چون: حقوق بازارهای مالی بین‌المللی، حقوق مدنی، حقوق بورس اوراق بهادار و تخلفات و مجازات‌های انضباطی در بازار سرمایه و کسب قابلیت‌هایی چون: شناخت و بهره‌برداری قوانین بازار سرمایه، برخورداری از فن مذاکره و دفاع در امور حقوقی بازار سرمایه و برخورداری از ظرفیت‌های مدیریتی در اداره مؤسسات و شرکت‌های مرتبط با بازار سرمایه می‌توانند مشاغل مدیر و مشاور حقوقی بازار سرمایه یا کارشناس حقوقی بازار سرمایه در مؤسسات حقوقی و سازمان‌های دولتی را احرار کنند.

مدیر کل دفتر برنامه‌ریزی درسی دانشگاه جامع علمی - کاربردی، در خاتمه، اظهار داشت: علاقه‌مندان به تحصیل در این رشته، می‌توانند، ضمن مشاهده سرفصل دروس رشته مذکور در بخش سرفصل برنامه‌های مصوب در پرتال اطلاع‌رسانی دانشگاه جامع علمی - کاربردی به نشانی: www.uast.ac.ir در پذیرش جدید دوره‌های کارشناسی ناپیوسته این دانشگاه در بهمن ماه ثبت‌نام کنند.



صاحب نظران، با هدایت مستقیم دانشگاه جامع علمی - کاربردی، در ذیل گروه مدیریت و خدمات اجتماعی تدوین، تصویب و مقرر شد تا در مراکزی که شرایط، تجهیزات و امکانات مورد نظر را دارند، تحت نظارت این دانشگاه اجرا شود.

دبیر شورای برنامه‌ریزی آموزشی و درسی علمی -

با تصویب شورای برنامه‌ریزی آموزشی و درسی علمی - کاربردی، دوره کارشناسی حقوقی بازار سرمایه در دانشگاه جامع علمی - کاربردی برگزار می‌شود.

دکتر علیرضا جمالزاده، مدیر کل دفتر برنامه‌ریزی درسی دانشگاه جامع علمی - کاربردی، با اعلام این خبر، اظهار داشت: بخش مهمی از اقتصاد هر کشور را بازار سرمایه آن تشکیل می‌دهد و بر همین اساس نیز همواره طیف گسترده‌ای از سرمایه گذاران حقیقی و حقوقی به امید افزایش سرمایه و دریافت سودهای چشمگیر به این بازار قدم می‌گذارند؛ اما سرمایه‌گذاری صحیح و بازدهی بالا در هر سرمایه‌گذاری، مستلزم کسب شناخت کافی از قواعد حقوقی حاکم بر این بازار است.

دکتر جمالزاده افود: در همین راستا، دانشگاه جامع علمی - کاربردی، ضمن شناسایی نیازهای فعلی بازار سرمایه از منظر حقوقی، همواره در صدد تربیت افرادی با تخصص‌های کاربردی برای تأمین نیازهای حقوقی این بازار بوده است؛ لذا رشته کارشناسی حقوقی از حقوق بازار سرمایه، با مشارکت تیمی از متخصصان و

برای نیمسال دوم ۱۴۰۲ - ۱۴۰۳

زمان انتخاب واحد دانشگاه جامع علمی - کاربردی اعلام شد

جدول تقویم آموزشی نیمسال دوم تحصیلی ۱۴۰۲ - ۱۴۰۳
دانشگاه جامع علمی - کاربردی

حدفاوض	تاریخ انتخاب واحد	نیمسال ورود	مقطع
۱۴۰۲/۱۱/۲۱			کاردانی و کارشناسی
۱۴۰۲/۱۱/۲۲	۱۴۰۲/۱۱/۱۴	۱۴۰۱-۱	
۱۴۰۲/۱۱/۲۳	۱۴۰۲/۱۱/۱۵	و مقابل	
۱۴۰۲/۱۱/۲۴	۱۴۰۲/۱۱/۱۶	۱۴۰۱-۲	کاردانی و کارشناسی
۱۴۰۲/۱۱/۲۵	۱۴۰۲/۱۱/۱۷	۱۴۰۲-۱	کاردانی و کارشناسی
۱۴۰۲/۱۱/۲۶	۱۴۰۲/۱۱/۱۸	تام ورودی ها	کاردانی و کارشناسی
۱۴۰۲/۱۱/۲۷	۱۴۰۲/۱۱/۱۹		
		۱۴۰۲/۱۱/۲۰	

معاون آموزشی دانشگاه جامع علمی - کاربردی، زمان انتخاب واحد نیمسال دوم تحصیلی ۱۴۰۲ - ۱۴۰۳ را اعلام کرد.

دکتر اصغر کشتکار، قائم مقام رئیس و معاون آموزشی دانشگاه جامع علمی - کاربردی، با اعلام این خبر، گفت: واحدهای استانی، مؤسسات آموزش عالی علمی - کاربردی و مراکز آموزشی تحت نظارت دانشگاه، باید تمهیدات لازم را برای اجرای مناسب تقویم آموزشی نیمسال دوم تحصیلی ۱۴۰۲ - ۱۴۰۳ دانشگاه اتخاذ کنند. وی، اتخاذ تمهیدات لازم را از سوی مراکز آموزش علمی - کاربردی برای رعایت قوانین و مقررات آموزشی، اطلاع‌رسانی مناسب، اطمینان از ثبت صحیح انتخاب واحد و نهایی شدن آن در بازه زمانی مناسب و طبق جدول اعلامی، ضروری دانست و نظارت و برنامه‌ریزی لازم در بازه‌های زمانی طبق جدول اعلام شده را خواستار شد.

قابل توجه داوطلبان آزمون‌های سازمان سنجش

به اطلاع داوطلبان گرامی می‌رساند که حفاظت آزمون‌های سازمان سنجش آموزش کشور از طریق پست الکترونیکی (ایمیل) ذیل آمده دریافت هرگونه اطلاعات و اخبار در موارد مرتبط با حفاظت آزمون‌های است.

نشانی پست الکترونیکی: hefazatazmon@sanjesh.org

سازمان سنجش آموزش کشور سازمان سنجش آموزش کشور سازمان سنجش آموزش کشور سازمان سنجش آموزش کشور



ثبت نام و انتخاب رشته مرحله پذیرش ظرفیت خالی مانده در رشته های تحصیلی دوره های مهندسی فناوری و کارشناسی حرفه ای «نایپوسته» نظام آموزش علمی - کاربردی بهمن ماه سال ۱۴۰۲

شاغل، شرایط اختصاصی و امکانات رفاهی مربوط به مراکز آموزشی مندرج در جدول شماره (۵) دفترچه راهنمای پذیرش مذکور مندرج در درگاه اطلاع رسانی این سازمان و همچنین تغییرات و جداول جدید مربوط به آن در ذیل این اطلاعیه را (که در سایت سازمان سنجش آمده است)، به دقت مطالعه کنند.

تذکر مهم ۲: داوطلبان متقاضی ظرفیت تعهد اشتغال رشته محله اها، برای اطلاع از ظرفیت اختصاص یافته و نوع تعهد مرکز آموزشی (حین تحصیل یا پس از آن) در رشته محل انتخابی، لازم است که به جدول شماره (۱۰) مندرج در قسمت اصلاحات ذیل این اطلاعیه (که در سایت سازمان سنجش آمده است)، مراجعه کنند.

۷- در صورت انجام صحیح ثبت نام و تکمیل فرم تقاضانامه ثبت نام اینترنتی، کد رهگیری از طریق درگاه اطلاع رسانی این سازمان در اختیار داوطلبان قرار می گیرد که نشانگر تأیید مراحل طی شده برای دریافت اطلاعات وارد شده از سوی آنهاست و متقاضیان باید کد مذکور را یادداشت و در جایی محفوظ نگهداری کنند. پیشنهاد می شود که از فرم تکمیل شده خود نیز که دارای کد رهگیری است، نسخه چاپی (پرینت) تهیه کنند.

۸- داوطلبان ضرورت دارد که به شرایط و ضوابط اختصاصی رشته های تحصیلی و سایر موارد مندرج در دفترچه راهنمای پذیرش و اطلاعیه بعدی این سازمان در دوره های مهندسی فناوری و کارشناسی حرفه ای «نایپوسته» نظام آموزش علمی - کاربردی مهر ماه سال ۱۴۰۲ «مندرج در درگاه اطلاع رسانی این سازمان» و همچنین تغییرات و جداول جدید مربوط به آن در ذیل این اطلاعیه (که در سایت سازمان سنجش آمده است)، توجه کنند.

موارد لازم برای شروع فرآیند ثبت نام:

۱- مطالعه دفترچه راهنمای پذیرش و اطلاعیه بعدی این سازمان در دوره های مهندسی فناوری و کارشناسی حرفه ای «نایپوسته» نظام آموزش علمی - کاربردی مهر ماه سال ۱۴۰۲ مندرج در درگاه اطلاع رسانی این سازمان (به منظور اطلاع از سایر شرایط و ضوابط و جداول مورد نیاز) و همچنین اصلاحات مربوط به دفترچه راهنمای مذکور و جداول رشته محل های مندرج در ذیل این اطلاعیه (که در سایت سازمان سنجش آمده است).

۲-

تکمیل پیش نویس تقاضانامه ثبت نام.

۳- ورود به درگاه اطلاع رسانی سازمان سنجش و خرید کارت اعتباری ثبت نام.

توجه: هرگونه تغییری از طریق درگاه اطلاع رسانی این سازمان اعلام خواهد شد.

روابط عمومی سازمان سنجش آموزش کشور

مبلغ ۱/۴۰۰۰۰ (یک میلیون و چهارصد هزار) ریال به عنوان وجه ثبت نام و مبلغ ۳۰/۰۰۰ (سی هزار) ریال هزینه استفاده از خدمات پیام کوتاه، نسبت به دریافت کارت اعتباری اقدام کنند.

۳- به داوطلبان توصیه می شود که اطلاعات ثبت نامی و همچنین کدرشتہ محل های انتخابی خود را که یک عدد پنج رقمی است، به ترتیب علاقه در فرم پیش نویس (نمونه مندرج در ذیل این اطلاعیه که در سایت این سازمان آمده است)، درج و سپس به درگاه اطلاع رسانی این سازمان مراجعه تا در مدت زمان کوتاه تر و بدون خطأ، نسبت به تکمیل فرم انتخاب رشته های تحصیلی خود اقدام کنند.

۴- چنانچه داوطلبان قبلاً در ردیف پذیرفته شد گان نهایی مرحله پذیرش دوره های مهندسی فناوری و کارشناسی

حرفه ای «نایپوسته» نظام آموزش علمی - کاربردی مهر ماه سال ۱۴۰۲ در درگاه اطلاع رسانی این سازمان (منتشر شده ۱۴۰۲/۰۶/۰۵) و توضیحات، تغییرات و جداول جدید مربوط به آن در ذیل این اطلاعیه (که در سایت سازمان سنجش آمده است)، با در نظر داشتن شرایط و ضوابط پذیرش، نسبت به ثبت نام و انتخاب کدرشتہ محل های مورد علاقه (حداکثر ۲۰ کدرشتہ محل) از روز شنبه ۱۴۰۲/۱۱/۱۸ تا روز چهارشنبه ۱۴۰۲/۱۱/۱۴ منحصر از طریق درگاه اطلاع رسانی این سازمان اقدام کنند.

شرایط و ضوابط پذیرش دانشجو:

۱- داشتن مدرک دانش آموختگی مقطع کارданی (فوق دیپلم) اعم از پیوسته / نایپوسته دانشگاه ها و مؤسسه های آموزش عالی مورد تأیید شورای عالی انقلاب فرهنگی، وزارت علوم، تحقیقات و فناوری، وزارت بهداشت، درمان و آموزش پژوهشی و وزارت آموزش و پرورش یا دریافت آن حداکثر تا پایان بهمن ماه سال جاری (۱۴۰۲/۱۱/۳۰).

تبصره: دانشجویان سال آخر دوره کاردانی، که حداکثر تا تاریخ ۱۴۰۲/۱۱/۳۰ موفق به اخذ مدرک کاردانی خواهند شد، مجاز به انتخاب کدرشتہ محل های این پذیرش هستند و برای ثبت معدل کل خود لازم است که میانگین نمرات واحد های درسی گذرانده شده خود تا زمان ثبت نام اینترنتی در درگاه اطلاع رسانی سازمان سنجش آموزش کشور را وارد کنند. این داوطلبان لازم است که کاربرگ شماره ۱۰۳ «کاربرگ تأیید معدل» مندرج در انتهای دفترچه راهنمای پذیرش دوره های مهندسی فناوری کارشناسی حرفه ای (نایپوسته) نظام آموزش علمی - کاربردی مهر ماه سال ۱۴۰۲ را تکمیل و در صورت قبولی به مرکز آموزشی محل قبولی ارائه کنند.

۲- با توجه به اینکه پرداخت هزینه ثبت نام به صورت اینترنتی انجام می شود، داوطلبان لازم است که با استفاده از کارت های بانکی عضو شبکه شتاب که پرداخت الکترونیکی آنها فعال است، با مراجعه به درگاه اطلاع رسانی سازمان سنجش آموزش کشور و پرداخت

۶- هر داوطلب، براساس میزان علاقه مندی خود به رشته های تحصیلی و با توجه به شرایط اختصاصی هر یک از مراکز آموزشی و رشته های تحصیلی که به ترتیب در جداول شماره ۳، ۵ و ۲ دفترچه راهنمای پذیرش و اصلاحات مربوط در این اطلاعیه دوره های مهندسی فناوری و کارشناسی حرفه ای (نایپوسته) نظام آموزش علمی - کاربردی مهر ماه سال ۱۴۰۲ مندرج در درگاه اطلاع رسانی این سازمان و همچنین تغییرات و جداول مربوط به آن در ذیل این اطلاعیه (که در سایت سازمان سنجش آمده است)، منحصراً می تواند در یکی از چهار گروه آموزشی اصلی، شامل: صنعت، کشاورزی، مدیریت و خدمات اجتماعی و فرهنگ و هنر، برابر ضوابط شرکت کند.

تذکر مهم ۱: داوطلبان لازم است که در زمان انتخاب رشته، شرایط اختصاصی مربوط به رشته های تحصیلی مندرج در جدول شماره (۲) و موارد مربوط به تعریف



اعلام اسامی نهایی پذیرفته شدگان تکمیل ظرفیت آزمون استخدامی وزارت آموزش و پرورش ویژه رشته های شغلی دبیری و هنرآموز سال ۱۴۰۲

«برای بوم خدمت» خواهد بود که به صورت استانی صورت می‌پذیرد؛ بنابراین، بعد از طی فرآیند آزمون و مراحل استخدام، خارج شدن نیرو (فرد قبول شده) از بوم خدمت استانی، به منزله قطع رابطه استخدامی و ابقای ردیف برای بوم استان خواهد بود؛ بنابراین، درخواست تغییر سهمیه خدمتی، تحت هر شرایطی، فاقد موضوعیت خواهد بود.

۴-۲ شرکت در دوره مهارت آموزی :

- براساس برنامه ریزی های انجام گرفته و زمان بندی پیش‌بینی شده، مقرر است که دوره مهارت آموزی پذیرفته شدگان آزمون مذکور، همزمان با انجام سایر مراحل استخدامی، از طریق دانشگاه تربیت دبیر شهیدرجایی و دانشگاه فرهنگیان مجری دوره صورت گیرد؛ لذا شایسته است که داوطلبان پذیرفته شده در این مرحله، به منظور ثبت‌نام و حضور در دوره مزبور، مطابق ضوابط و مقررات دانشگاه مجری اقدام کنند.

دانشگاه تربیت دبیر شهیدرجایی	دانشگاه فرهنگیان
رشته های شغلی هنرآموز - دبیرکار و فناوری	رشته های شغلی دبیری (به جز کار و فناوری)

- به منظور اطلاع از نحوه ثبت‌نام و شرکت در دوره مهارت آموزی، پذیرفته شدگان براساس رشته شغلی مکلفند که پنج (۵) روز بعد از اعلام نهایی آزمون به درگاه اطلاع رسانی دانشگاه های به شرح جدول ذیل مراجعه کنند.

دانشگاه تربیت دبیر شهیدرجایی	دانشگاه فرهنگیان
https://efu.ac.ir	https://www.sru.ac.ir

- بخشی از هزینه های برگزاری دوره یکساله مهارت آموزی (خدمات آموزشی و رفاهی) بر عهده داوطلب خواهد بود. همچنین چنانچه هر یک از پذیرفته شدگان در طول برگزاری دوره یکساله مهارت آموزی، از ادامه تحصیل و اشتغال منصرف شوند، وزارت آموزش و پرورش، به تشخیص خود، نسبت به محاسبه و اخذ هزینه های مربوط اقدام خواهد کرد.

- محل آموزش دوره مهارت آموزی، براساس شغل محل از سوی دانشگاه مجری دوره مهارت آموزی تعیین خواهد شد و مهارت آموز مکلف است که وفق ضوابط دانشگاه اقدام کند؛ در غیر این صورت، قبولی وی لغو خواهد شد.

(۵) چنانچه به هر دلیلی صلاحیت های عمومی فرد پذیرفته شده در این مرحله از سوی هسته گزینش مورد تأیید قرار نگیرد، انجام معاینات پزشکی، ارائه گواهی سوء پیشینه و همچنین شرکت در دوره مهارت آموزی و

وزن شصت (۶۰) درصد آزمون کتبی و چهل (۴۰) درصد ارزیابی تکمیلی و با در نظر گرفتن سهمیه های قانونی به تعداد یک برابر ظرفیت به شرط کسب حد نصاب های مقرر در مفاد دفترچه ازمون مزبور پذیرش صورت گرفته است.

$$\text{نمره کل} = \frac{\text{امتیاز کتبی}}{\text{امتیاز ارزیابی تکمیلی}} + \text{آزمون های شغلی دبیری و هنرآموز}$$

۴- پذیرفته شدگان برای پی گیری امور مربوط به ادامه فرآیند استخدام (تشکیل پرونده استخدامی و شرکت در دوره مهارت آموزی)، باید اقدامات ذیل انجام دهنده: یادآوری: عدم مراجعه برای پی گیری هر یک از مراحل مزبور، به منزله انصراف از استخدام در آموزش و پرورش تلقی خواهد شد.

۱- تشکیل پرونده استخدامی: پذیرفته شدگان نهایی برای تشکیل پرونده استخدامی، انجام معاینات پزشکی (تکمیلی) آزمایش های پاراکلینیکی و اخذ معرفی نامه برای گواهی عدم سوء پیشینه و اطلاع از سایر مراحل و مدارک لازم (دو روز بعد از اعلام نتیجه)، به اداره کل آموزش و پرورش استان سهمیه خدمتی مراجعه و راهنمایی های لازم را دریافت کنند. ضمناً پذیرفته شدگان لازم است که برای کسب اطلاعات بیشتر، به سامانه اطلاع رسانی اداره کل آموزش و پرورش استان مربوط مراجعه کنند.

- صدور حکم استخدام پیمانی، به شرط صدور تأییدیه انفرادی گزینش برای داوطلب، داشتن ابلاغ تدریس و با رعایت سایر ضوابط و مقررات استخدامی مربوط امکان پذیر خواهد بود.

- با توجه به اینکه پذیرفته شدگان، همزمان با اشتغال و تدریس در مدارس، باید دوره مهارت آموزی را در دانشگاه فرهنگیان نیز طی کنند. صدور حکم استخدام پیمانی به صورت موقت تا انتهای سال ۱۴۰۲ خواهد بود. بدیهی است که تمدید استخدام پیمانی در سال ۱۴۰۳ و بهره مندی از امتیازات نظام رتبه بندی معلمان، مشروط به موفقیت در گذراندن دوره مهارت آموزی و اخذ گواهینامه صلاحیت معلمی و سایر ضوابط خواهد بود.

- با توجه به مصوبه جلسه ۹۶۵ تاریخ ۱۳۹۸/۰۴/۱۷ شورای عالی انقلاب فرهنگی و همچنین تبصره ۴ ماده واحده «نحوه جذب منابع انسانی در مشاغل آموزشی و تربیتی وزارت آموزش و پرورش» مصوب جلسه ۸۳۳ تاریخ ۰۸/۲۷ شورای عالی انقلاب فرهنگی، هر گونه گزینش و استخدام در مشاغل آموزشی و تربیتی در آموزش و پرورش، بر اساس نیاز

به اطلاع شرکت کنندگان در مراحل بررسی مدارک و مستندات خود اظهاری و ارزیابی تکمیلی مرحله تکمیل ظرفیت آزمون استخدامی وزارت آموزش و پرورش رشته های شغلی دبیری و هنرآموز سال ۱۴۰۲، موضوع مجوز شماره ۹۹۶۵ تاریخ ۱۴۰۲/۰۳/۲۰ و شماره ۲۴۴۳۷ تاریخ ۱۴۰۱/۱۲/۰۳ سازمان اداری و استخدامی کشور می رساند که نتایج نهایی تکمیل ظرفیت آزمون مذکور، از طریق درگاه اطلاع رسانی سازمان سنجش www.sanjesh.org قابل مشاهده است. مقاضیان، ضمن مراجعه به درگاه مذکور، چنانچه در ردیف پذیرفته شدگان نهایی آزمون قرار گرفته اند، به منظور طی سایر مراحل استخدام (گواهی عدم سوء پیشینه، آزمایش ها و معاینات پزشکی، تشکیل پرونده استخدامی و آمادگی برای شرکت در دوره های مهارت آموزی) به شرح ذیل اقدام کنند:

۱- داوطلبانی که در ردیف پذیرفته شدگان نهایی در این مرحله از آزمون قرار نگرفته اند، به دلیل عدم تأیید گزینش، انصراف، غیبت عدم تأیید پزشکی، عدم کسب حد نصاب های لازم در آزمون مذکور بوده است و در صورت نیاز به پی گیری نسبت به عدم قبولی خود در آموزش و پرورش، می توانند بعد از ۷۲ ساعت از اعلام نتایج از سوی سازمان سنجش آموزش کشور، به اداره کل آموزش و پرورش استان ارزیابی شده خود مراجعه کنند.

۲- در خصوص داوطلبانی که صلاحیت های عمومی (گزینش) آنان مورد تأیید قرار نگرفته و در ستون وضعیت قبولی کارنامه اعلام نتایج نهایی با کد ۱۹ مشخص شده، ضروری است که از تاریخ ۱۴۰۲/۱۱/۲۳ لغایت ۱۴۰۳/۰۱/۲۳ ضمن مراجعة حضوری به هسته گزینش استان محل ارزیابی شده خود، نسبت به ارائه درخواست کتبی تجدیدنظر اقدام کنند و مراحل بررسی پرونده خود در فرآیند تجدید نظر را از هسته مزبور پی گیری کنند. بدیهی است که عدم ارائه درخواست تجدید نظر در مهلت زمانی مذکور، به منزله انصراف تلقی می شود و به مراجعات و درخواست های پس از تاریخ ۱۴۰۳/۰۱/۲۳ ترتیب اثر داده نخواهد شد. همچنین هسته های گزینش از پذیرش اعتراضات داوطلبان قبل از تاریخ ۱۴۰۲/۱۱/۲۳ معذور هستند. ۳- مطابق بند (د) بخش ششم صفحه (۲۹) دفترچه آزمون مزبور، اعلام نتایج نهایی آزمون براساس مجموع نمره کل نهایی داوطلبان معرفی شده واجد شرایط با



ناقص در زمان بررسی مدارک، ارزیابی تکمیلی، بررسی صلاحیت‌های عمومی گزینش یا دوره مهارت‌آموزی، بر عهده داوطلب خواهد بود، و چنانچه در هر مرحله از جذب و استخدام، محجز شود که داوطلب به اشتباہ یا به عمد، اطلاعات خلاف واقع داده یا فاقد شرایط مندرج در دفترچه راهنمای ثبت‌نام آزمون استخدامی است، از انجام مراحل بعدی محروم می‌شود و در صورت صدور حکم استخدامی، حکم مزبور لغو و بلاز خواهد شد.
(۹) مدارک مورد نیاز برای ثبت‌نام در دوره مهارت‌آموزی و تشکیل پرونده استخدامی، به ترتیب، از طریق دانشگاه مجری دوره مزبور و اداره کل آموزش و پرورش استان سهمیه خدمتی اعلام خواهد شد:
- اصل و تصویر مدارک سجلی و هویتی داوطلب (کارت ملی / شناسنامه و شناسنامه فرزندان).
- اصل و تصویر مدارک تحصیلی (گواهینامه موقت یا دانشنامه).
- اصل کارنامه نتایج نهایی آزمون.
- اصل و تصویر مدارک مربوط به ایثارگری.
- اصل و تصویر کارت پایان خدمت و معافیت دائم برای افراد ذکور.
- سایر مدارک مورد نیاز طبق مرجع مربوط.

به کمیسیون شورای دانشگاه علوم پزشکی استان ارجاع و پاسخ لازم مطابق بند (ز) ماده ۴۲ قانون مدیریت خدمات کشوری و آینین‌نامه اجرایی ماده مزبور، داده شده است، ترتیب اثر داده نمی‌شود.

۷-۲ به مدارک و مستنداتی که بعد از مهلت مقرر برای انجام ارزیابی تکمیلی ارائه شود، ترتیب اثر داده خواهد شد.

۷-۳ با توجه به قانون اصلاح ماده ۴۴ قانون مدیریت خدمات کشوری مصوب جلسه مورخ ۱۳۹۹/۰۶/۱۶ مجلس شورای اسلامی، در زمان ثبت‌نام از طریق دفترچه آزمون استخدامی وزارت آموزش و پرورش ویژه رشته‌های شغلی دبیری و هنرآموز سال ۱۴۰۲ موضوع بهره‌مندی از مزایای بومی بودن به اطلاع داوطلبان رسیده است؛ بنابراین، به درخواست‌های تغییر وضعیت بومی بودن، ترتیب اثر داده خواهد شد و مسؤولیت عدم اقدام مقتضی در مهلت تعیین شده، بر عهده داوطلب است.

۸ مطابق بند ۱۳ بخش تذکرات مهم مندرج در صفحه ۳۲ دفترچه آزمون، مسؤولیت ناشی از عدم رعایت دقیق ضوابط و شرایط اعلام شده در دفترچه راهنمای ثبت‌نام آزمون استخدامی یا ارائه مدارک به صورت

موفقیت در دوره مزبور، هیچ‌گونه حقی برای استخدام وی در آموزش و پرورش ایجاد نخواهد کرد و از ادامه فرآیند انجام کار جلوگیری خواهد شد.

۶ مطابق بند (۶) بخش هشتم "تذکرات مهم" صفحه ۳۰ دفترچه آزمون مزبور، پذیرفته‌شدگان نهایی در زمان ثبت‌نام در مراکز مجری دوره یکساله مهارت‌آموزی، ملزم به ارائه مدرک روحانی و روان‌خوانی قرآن کریم و مدرک کسب مهارت‌های هفتگانه **ICDL** هستند؛ در غیر این صورت، باید تعهد کنند که قبل از اتمام دوره یکساله مهارت‌آموزی، مدارک مزبور را ارائه کنند.

۷ مراحل ارزیابی تکمیلی فرآیند قانونی برای ارزیابی صلاحیت‌های تخصصی و حرفه‌ای در ویژگی‌های شخصی، انگیزه، علاقه و میزان شناخت و انتظارات داوطلبان حرفه معلمی به منظور انتخاب و پذیرش افراد اصلاح است که براساس معیارهای تعیین شده در وقت مقرر، در چارچوب شرایط و ضوابط اعلام شده در دفترچه آزمون و دستورالعمل ارزیابی تکمیلی اجرا می‌شود. رعایت موارد ذیل درخصوص اعتراض به نتیجه ارزیابی تکمیلی لازم است:

۷-۱- به موارد پزشکی که در فرآیند ارزیابی تکمیلی

اطلاعیه سازمان سنجش آموزش کشور درباره:

اعلام رشته محل‌های جدید مربوط به مرحله پذیرش دانشجو صرفاً با سوابق تحصیلی «معدل کل دیپلم» مقطع کاردانی، ویژه دانشگاه فنی و حرفه‌ای و مؤسسات آموزش عالی غیردولتی – غیرانتفاعی بهمن ماه ۱۴۰۲ و تمدید مهلت ثبت‌نام

در ضمن، آن دسته از داوطلبانی که قبل‌نسبت به انتخاب کدرشته محل‌های تحصیلی اقدام کرده‌اند، می‌توانند، در صورت تمایل، تا تاریخ فوق، نسبت به مشاهده یا ویرایش کدرشته محل‌های انتخابی خود اقدام کنند.

رشته محل‌های جدید:

۱۲ - کاردانی پیوسته الکترونیک (کاردانی پیوسته)

مرد	-	-	۱۰۰	موسسه غیرانتفاعی غزالی - قزوین	۱۵۵۴	غیرانتفاعی	قزوین
-----	---	---	-----	--------------------------------	------	------------	-------

۱۴ - کاردانی پیوسته کامپیوتر نرم‌افزار (کاردانی پیوسته)

مرد	زن	-	۱۰۰	موسسه غیرانتفاعی غزالی - قزوین	۲۲۳۰	غیرانتفاعی	قزوین
-----	----	---	-----	--------------------------------	------	------------	-------

۱۵ - کاردانی پیوسته نقشه‌کشی صنعتی (کاردانی پیوسته)

مرد	زن	-	۱۰۰	موسسه غیرانتفاعی غزالی - قزوین	۲۹۶۷	غیرانتفاعی	قزوین
-----	----	---	-----	--------------------------------	------	------------	-------

۲۲ - کاردانی پیوسته عمران (کاردانی پیوسته)

مرد	-	-	۱۰۰	موسسه غیرانتفاعی غزالی - قزوین	۳۸۹۵	غیرانتفاعی	قزوین
-----	---	---	-----	--------------------------------	------	------------	-------

۲۳ - کاردانی پیوسته معماری (کاردانی پیوسته)

مرد	زن	-	۱۰۰	موسسه غیرانتفاعی غزالی - قزوین	۴۳۴۷	غیرانتفاعی	قزوین
-----	----	---	-----	--------------------------------	------	------------	-------

۳۳ - کاردانی پیوسته حسابداری (کاردانی پیوسته)

مرد	زن	-	۱۰۰	موسسه غیرانتفاعی غزالی - قزوین	۵۲۷۹	غیرانتفاعی	قزوین
-----	----	---	-----	--------------------------------	------	------------	-------

۳۴ - کاردانی پیوسته امور اداری (کاردانی پیوسته)

مرد	زن	-	۱۰۰	موسسه غیرانتفاعی غزالی - قزوین	۵۶۶۸	غیرانتفاعی	قزوین
-----	----	---	-----	--------------------------------	------	------------	-------

۳۹ - کاردانی پیوسته فتو گرافیک گرافیک (کاردانی پیوسته)

مرد	زن	-	۱۰۰	موسسه غیرانتفاعی غزالی - قزوین	۶۵۷۱	غیرانتفاعی	قزوین
-----	----	---	-----	--------------------------------	------	------------	-------

پیرو انتشار اطلاعیه ثبت‌نام و انتخاب رشته مرحله پذیرش با سوابق تحصیلی «معدل کل دیپلم» مقطع کاردانی، ویژه دانشگاه فنی و حرفه‌ای و مؤسسات آموزش عالی غیردولتی - غیرانتفاعی بهمن ماه سال ۱۴۰۲ در تاریخ ۱۱/۰۹/۱۴، ضمن اعلام رشته محل‌های جدید به شرح زیر مربوط به اطلاع داوطلبان این مرحله از پذیرش می‌رساند که به منظور فراهم کردن تسهیلات بیشتر برای آن دسته از متقاضیانی که تا تاریخ ۱۱/۱۴/۱۴ برای ثبت‌نام و انتخاب رشته این مرحله از پذیرش اقدام نکرده‌اند، ترتیبی اتخاذ شده است که بتوانند تا پایان روز دوشنبه ۱۱/۱۶/۱۴ (امروز) به درگاه اطلاع‌رسانی این سازمان مراجعه و در مهلت مقرر، پس از مطالعه دقیق اطلاعیه ثبت‌نام و انتخاب رشته مذکور و مندرجات این اطلاعیه، نسبت به ثبت‌نام و انتخاب رشته در این مرحله از پذیرش اقدام کنند.



در این گفتار، به اختلال حساسیت اضطرابی پرداخته می‌شود. مطالعه این گفتار به داوطلبان کمک می‌کند تا ریشه اضطراب و اختلال اضطرابی را درک و آن را مدیریت کنند.

● مهدی اکبری

اختلال حساسیت اضطرابی و ویژگی‌های آن

از خود نشان دهنده و همین امر نیز منجر می‌شود که شدت علائم اضطراب در آنها افزایش یابد؛ به این ترتیب، فرد در یک دور معیوب قرار می‌گیرد (ویتون^۱، دیکون، مک گرات^۲، برمن^۳ و آبراموویتز^۴، ۲۰۱۲). شواهد فرآیندها نشان می‌دهند که حساسیت اضطرابی، نقش بسیار مهمی را در اختلالات بالینی، بهویژه اختلالات اضطرابی، ایفا می‌کند (تیلور^۵، زاوولنسکی^۶، کاکس^۷، دیکون، همیمبرگ^۸ و لدلی^۹، ۲۰۰۷). به هر کدام از حالت‌های زیر، اختلالات اضطرابی می‌گویند.

وقتی فرد به تهدید غیرواقعی و ذهنی پاسخ هیجانی می‌دهد.

وقتی فرد پیش‌بینی تهدید آینده را دارد. برآورد بیش از حد خطر و عدم تناسب ترس فرد با سن و دوره رشدی وی. در تعریفی که رجبی (۱۳۹۷) بیان کرده است، حساسیت اضطرابی، به نگرانی دائم فرد از احساسات

برای حداقل یکی از اختلالات اضطرابی است. زنان در این باره از مردان مستعدتر هستند، اما به نظر می‌رسد که شیوع این اختلالات، با بالاتر رفتن سطح اقتصادی اجتماعی افراد کاهش می‌یابد (تلو بمبایا، سانزکوستا، دلکورا، دسانتیگو، جارادو، فرناندز و همکاران^{۱۰}، ۲۰۱۱). حساسیت اضطرابی، ترس از احساسات پیکری (همچون: افزایش ضربان قلب، تنگی نفس، تعریق کردن و ...) است که به هنگام برانگیختگی اضطراب پدیدار می‌شود و از این عقیده ناشی می‌شود که این علائم به پیامدهای بالقوه آسیب‌زای اجتماعی، شناختی و بدنی منجر می‌شود (دیکن^{۱۱} و همکاران، ۲۰۰۳). افراد با حساسیت اضطرابی بالا، گرایش دارند که این‌گونه احساسات و علائم را فاجعه‌سازی کنند. یکی از ویژگی‌های افراد با حساسیت اضطرابی بالا، ارزیابی منفی و ترس زیاد از همگی نشانه‌های عادی اضطراب است. این امر باعث می‌شود که آنها به این علائم عادی واکنش شدیدتری

اختلالات اضطرابی، شایع‌ترین اختلالات روانی در سطح جامعه هستند؛ به طوری که در ایالات متحده آمریکا سالانه بیش از ۴۰ میلیون نفر به آن مبتلا می‌شوند و از هر چهار نفر، یک نفر با این اختلالات درگیر است (مورگان و هاف، ۲۰۱۱). اختلالات اضطرابی، اختلالاتی را شامل می‌شوند که در ویژگی‌های ترس و اضطراب بیش از حد و اختلالات رفتاری مربوط، سهیم هستند. ترس، پاسخ‌های هیجانی به تهدید واقعی یا تصور تهدید قریب‌الوقوع است، در حالی که اضطراب، پیش‌بینی تهدید آینده است (انجمن روان پزشکی آمریکا، ۱۳۹۴). این اختلالات، آثار فراوانی بر فرد و زندگی روزمره اوی بر جای می‌گذارند و به استفاده مفرط از خدمات مراقبت سلامت و اختلال عملکرد منجر می‌شوند. اختلالات اضطرابی مزمن می‌توانند میزان مرگ و میر به علل قلبی-عروقی را افزایش دهند. یک نفر از هر چهار نفر، واجد معیارهای تشخیصی لازم



نشان دهنده یک انتظار محرك و پیامد است که منعکس‌کننده تفاوت‌های فردی در گرایش به تجربه ترس، هنگام پاسخ دادن به نشانه‌های انگیختگی خود فرد است (پترسون و رایس، ۱۹۹۲^{۱۴}، نقل از زولنسکی^{۱۵}، آریندل^{۱۶}، تایلر^{۱۷}، بووارد^{۱۸}، کوکس، استیوارد^{۱۹} و همکاران، ۲۰۰۳). حساسیت اضطرابی، منجر به سوگیری‌هایی در بازیابی و پردازش اطلاعات مربوط به محرك‌های فراخوان اضطراب می‌شود که این خود زمینه را برای ابتلای فرد به اختلالات روانی، از جمله اضطراب اجتماعی، فراهم می‌سازد (مک‌کابی، ۱۹۹۹). حساسیت اضطرابی، به مثابه یک عامل خطر برای گسترش اختلالات اضطرابی در نظر گرفته شده است، اما با این وجود، مطالعات نشان می‌دهد که این سازه، با چندین اختلال اضطرابی دیگر در ارتباط است (مشهدی، قاسم پور، اکبری، ایل‌بیگی و حسن‌زاده، ۱۳۹۲).

1- Morgan & Hof

2- Tello-Bernabe, E, Sanz-Cuesta, T., Del Cura-Gonzalez, I., de Santiago-Hernando M, L., Jurado-Sueiro M, Fernandez- Giron M, et al

3-DeaconB

5-Mcgrath P

7- Abramowitz J, Z

9- Zvolensky MJ

11- Heimberg RG

13- McNally RJ

15- Reiss S. & McNally R, J

17- Arindel

19- Bovard

4- Wheaton M

6- Berman N

8- Taylor S

10- Cox BJ

12- Ledley DR

14- Wheaton

16- Zalenski

18- Tyler

20- twardow

در حالی که افراد با سطح حساسیت اضطرابی پایین، این احساسات را تنها به عنوان ناراحتی تلقی می‌کنند. حساسیت اضطرابی، از سه بعد نگرانی‌های شناختی، بدنی و اجتماعی تشکیل شده است. نگرانی شناختی، اشاره به ترس از عدم کنترل شناختی دارد، نگرانی بدنی، بیانگر ترس از احساسات بدنی همراه با اضطراب است، و نهایتاً، بعد نگرانی اجتماعی، نشانگر ترس از واکنش‌های اضطراب قابل مشاهده است که به طرد اجتماعی منجر می‌شود. (ویتون^{۱۴} و همکاران، ۲۰۱۲).

رایس و مک‌نالی^{۱۵} (۱۹۸۵) بیان می‌کنند افرادی که حساسیت اضطرابی بالای دارند، ممکن است که اضطراب فرآیندهای را در پاسخ‌هایی که مخالف واکنش اضطرابی آنهاست، تجربه کنند و این مسئله به شیوه بازخورد افزایشی منجر می‌شود که ممکن است که حملات وحشت‌زدگی را به وجود آورد و به گسترش اختلال هراس یا سایر اختلالات اضطرابی بینجامد؛ در واقع، تحقیقات موجود نشان می‌دهد که حساسیت اضطرابی، ممکن است که به مثابه یک ریسک فاکتور برای مشکلات اضطرابی مطرح باشد (زولنسکی، اشمیت، برنشتاين و کیاف، ۲۰۰۶).

دیکان و آبراموویز (۲۰۰۶) در مطالعه‌ای که حساسیت اضطرابی را در افراد مبتلا به اختلالات اضطرابی (اضطراب اجتماعی، وسواس فکری - عملی، اضطراب فraigیر و وحشت‌زدگی) و افراد بهنجار بررسی کردند، اظهار داشتند که افراد مبتلا به اختلالات اضطرابی، حساسیت اضطراب بالاتری را نسبت به افراد بهنجار، گزارش می‌کنند و در این میان، افراد مبتلا به وحشت‌زدگی و اضطراب اجتماعی، بیشترین حساسیت اضطرابی را گزارش کرده‌اند. حساسیت اضطرابی،

اضطرابی اطلاق می‌شود که به باور فرد، این احساسات مرتبط با اضطراب، تهدیدآمیز است و موجب می‌شود که وی انتظار پیامدهای آزاردهنده و خطرناک جسمانی و غیرجسمانی را داشته باشد. فرد دارای حساسیت بالا، نه تنها رویدادهای تندیگی‌زا، بلکه وقایع به نسبت عادی را نیز فاجعه‌آمیز تلقی می‌کند؛ در حالی که فرد دارای حساسیت اضطرابی پایین، این رویدادها را نامطلوب تلقی می‌کند، ولی در مورد آنها دست به فاجعه‌سازی نمی‌زند؛ بنابراین، می‌توان نتیجه گرفت که ارزیابی فرد از یک موقعیت تندیگی‌زا، در پیامدهای بعدی آن نقشی تعیین‌کننده دارد. یک رویداد خاص را دو فرد به صورت‌های متفاوتی ادراک می‌کنند و این امر بستگی به ارزیابی آنها از موقعیت مورد نظر دارد و به نظر می‌رسد که حساسیت اضطرابی، این ارزیابی را تحت تأثیر خود قرار می‌دهد (جعفر و همکاران، ۲۰۱۴)؛ بر همین اساس، بررسی‌ها نشان داده‌اند که حساسیت اضطرابی، یک عامل آسیب‌پذیری مهم در ایجاد و تداوم اختلال‌های روانی است و از جمله متغیرهای واسطه‌ای مهم بین تندیگی و بیماری است (تایلور، جانگ، استیوارت و استین، ۲۰۰۸).

با بر نظر مک‌کابی، حساسیت اضطرابی، به سوگیری‌هایی در بازیابی و پردازش اطلاعات مربوط به محرك‌های فراخوان اضطراب منجر می‌شود که این موضوع خود زمینه را برای ابتلای فرد به اختلالات روانی، از جمله اضطراب اجتماعی، فراهم می‌سازد (بیرامی موحدی، کریمی‌نژاد، ۱۳۹۵)؛ در واقع، حساسیت اضطرابی، به ترس از اضطراب و نشانه‌های مرتبط با اضطراب اشاره دارد و از این عقیده ناشی می‌شود که این نشانه‌ها به پیامدهای بالقوه آسیب‌زای بدنی، روان‌شناختی و اجتماعی منجر می‌شود (تریمانی، امینی، ابوالقاسمی، زاهد بابلان، ۱۳۹۲).

حساسیت اضطرابی، یک متغیر گرایشی باثبات است که نشان دهنده میل به تفسیر پیامدهای جسمانی، روان‌شناختی و اجتماعی تجارت اضطرابی به مثابه اموری آزارنده و خطرناک است. حساسیت اضطرابی، به معنای ترس از تجربه اضطراب یا احساسات روان‌شناختی و پیامدهای اجتماعی، فیزیولوژیک و شناختی مرتبه با این هیجانات است (مکنالی^{۱۶}، ۲۰۰۲).

۲. افراد با حساسیت اضطرابی بالا، از انگیختگی اضطرابی می‌ترسند؛ زیرا آنها معتقدند که این علائم، با پیامدهای شناختی، فیزیکی و اجتماعی منفی همراه خواهد بود؛ به عنوان مثال، افراد با سطح اضطرابی بالا، ممکن است که شروع احساسات بدنی مانند تپش قلب، را به عنوان شاخصی از حمله قلبی تلقی کنند؛





گذران اوقات فراغت در دوران تحصیل

• فاطمه قلخانی‌باز

دانشآموزان در طول دوران تحصیل ممکن است که تجارب متعددی داشته باشند و در مواردی نیز از یکدیگر متأثر شوند. فضاهای متأثر از تبلیغات کاذب مؤسسات خصوصی، در دوران تحصیل، برای دانشآموزان عمومیت می‌باشد و موجب افزایش تجارب تلح و ترس از شکست و احساس کمبود در آنان می‌شود. در این شرایط است که آگاهی‌بخشی به دانشآموز، حمایت خانواده، معلمان و مشاوران و تلطیف فضای تحصیلی در مدرسه و توجه به گذران اوقات فراغت آنان، می‌تواند در به سلامت گذراندن این دوره به دانشآموزان کمک کند. در این دوران، خانواده و مدرسه نباید در تشدید شرایط آمادگی تحصیلی و جوّ فضای کنکور بکوشند و فشار بیشتری بر دانشآموزان وارد کنند. آنچه در نظریه‌های تئوری پردازان گذران اوقات فراغت آن است، اهمیت دادن به اوقات فراغت و آموزش آن است که بر بهبود عملکرد تحصیلی دانشآموزان و سلامت روان آنان، تأثیر خواهد داشت.

دانشآموزش اوقات فراغت همچنین باعث می‌شود که ما از وقت و توانایی‌هایی خود، آن‌گونه که خود می‌خواهیم

فیزیکی و محیط اجتماعی آرام برای دانشآموزان، همگی در کنار هم فراهم شوند تا کیفیت دوران تحصیل آنها مطلوب‌تر شود. بهبود شرایط تحصیلی دانشآموزان، نه تنها بر عملکرد تحصیلی و سلامت روان آنان تأثیرگذار است، بلکه در سطح کلان نیز موجب ارتقای این عملکرد و به تبع آن، توسعه کشور خواهد شد.

چگونگی گذران اوقات فراغت بین دانشآموزان، بر رضایت روزانه آنها از زندگی و همچنین بروز اضطراب و عصبانیت در بین آنان، تأثیرگذار است. فشارهای مختلفی که دانشآموزان در طول دوران تحصیل، به ویژه در سال‌های آخر دوره متوسطه، تجربه می‌کنند، بر ارتباط آنها با خانواده و دوستان، موفقیت تحصیلی، و میزان شادمانی‌شان اثر می‌گذارد.

مطالعات نشان داده است که مسافت کردن نیز بر کیفیت دوران تحصیل دانشآموزان و بهبود آن، مؤثر است؛ بنابراین، آگاهی از این نیازها و برطرف ساختن آنها، در شرایطی می‌تواند به بهبود کیفی اوقات فراغت آنها منجر شود که خود بتواند از بروز رفتارهای منفی در میان آنها پیشگیری کند و دانشآموزان را وادار به گذراندن یک زندگی سالم و شاداب کند؛ به گونه‌ای که کمتر معموم و خسته باشند.

پس یک فضای مطلوب تحصیلی دانشآموزی، در شرایطی دست‌یافتنی است که بهبود روانی، فضای

**آنچه در نظریه‌های تئوری پردازان
به آن توجه شده است**
**اهمیت دادن به اوقات فراغت و
آموزش آن است که بر بهبود
عملکرد تحصیلی دانشآموزان
و سلامت روان آنان
تأثیر خواهد داشت**



موهبت‌های بزرگ زندگی است؛ موهبتی که بر کیفیت زندگی افراد اثر می‌گذارد. همچنین یافتن رضایت در تجربه‌های فراغتی، باعث افزایش سعادت و سلامت فرد و ارتقای احساس ارزشمند بودن در وی می‌شود.

تعريف اوقات فراغت، ساده نیست؛ زیرا در جهان معاصر، محققان و اندیشمندان زیادی در این حوزه فعالیت می‌کنند و هر یک از آنها نیز تعریفی خاص از اوقات فراغت ارائه کرده‌اند؛ بنابراین، ارائه تعریفی جامع از اوقات فراغت، که همه فعالان این حوزه درباره آن اتفاق نظر داشته باشند، ممکن نیست؛ اما شاید بتوان برای سادگی و سهولت کار، نظریات و دیدگاه‌های متنوع را در این زمینه، در چارچوب تقسیم‌بندی‌های خاصی ارائه کرد. صدها نظریه و تعریف از اوقات فراغت وجود دارد، اما به نظر برخی از صاحب‌نظران، به طور کلی می‌توان درباره اوقات فراغت، پنج دیدگاه متمایز یا همپوشان تشخیص داد که همه این تعاریف در چارچوب این پنج دیدگاه جای می‌گیرد:

- ۱- اوقات فراغت به منزله وقت آزاد.
- ۲- اوقات فراغت به منزله فعالیت.
- ۳- اوقات فراغت به منزله حالتی ذهنی یا حالتی از بودن.
- ۴- اوقات فراغت به منزله مفهوم کل‌نگر و همه‌جانبه.
- ۵- اوقات فراغت به منزله شیوه‌ای از زندگی.

نظریه راحت‌گیری که از سوی Kraus در سال ۱۹۸۴ میلادی مطرح شد، راه دیگری برای بهبود بخشیدن به کیفیت زندگی است. این نظریه، ارتباط زیادی با جامعه مدرن دارد.

نظریه راحت‌گیری، پاسخ روش و بلافصلی به استرس است که خود به مثابه یک مسئله عمده در جوامع عصر حاضر به حساب می‌آید. تفريح، خود می‌تواند به مثابه عامل بازدارنده‌ای برای ایجاد استرس منفی با فراهم کردن شرایط مطلوبی برای راحت‌گیری عمل کند؛ به طور مثال، یک فرد با قدم زدن یا چند دقیقه استراحت یا شنای مختصر، به طور چشمگیری می‌تواند تنفس فردی را، که عموماً به دنبال فشار تحصیلی طی روز برای وی ایجاد می‌شود، کاهش دهد.

اوقات فراغت در جامعه امروز از قدرت و نیروی شگرف برخوردار است؛ به گونه‌ای که با تحت تأثیر قرار دادن زندگی، چنان با تار و پود فرهنگ انسانی در هم تنیده می‌شود که نه تنها زندگی فردی، بلکه همه نهادهای اجتماعی بشر را نیز از آثار و نتایج خود متأثر می‌سازد؛ علاوه بر این، اوقات فراغت در کنار سایر نهادهای اجتماعی، خود نیز به نهادی اجتماعی تازه‌ای بدل شده است. در تأیید اهمیت و نقش اوقات فراغت، ادینگتون و همکاران وی می‌گویند: فراغت، یکی که از

و برایمان مطلوب است، بهره‌برداری کنیم؛ یعنی به موقع، به استراحت، تفريح، تأمل و انجام کارهایمان بپردازیم و به خویشن خویش نزدیک شویم.

از آنجایی که اوقات فراغت و تأثیر آن بر سلامت و توسعه جوامع، بسیار مهم است، نظریه‌هایی در این باب نیز از سوی دانشمندان مطرح شده است؛ از جمله این نظریه‌ها «نظریه انرژی افزوده» است که از سوی Ellis در سال ۱۹۷۳ میلادی مطرح شد. این نظریه، بیانگر آن است که چگونه انرژی مازاد بین دانش‌آموزان و دانشجویان از سوی آنها صرف می‌شود. یکی از مصادق‌های این نظریه، ایجاد فرصت بازی‌کردن و گذران اوقات فراغت برای دانش‌آموزان و دانشجویان است. براساس این نظریه، باید به افراد اجازه داد تا در گیر انجام فعالیت‌های گوناگونی شوند تا این طریق، انرژی اضافی خود را پس از نشستن در کلاس‌های مختلف و دریافت مباحث گوناگون در چند روز هفته، تخلیه کنند. این نظریه، به الگوهای رفتاری گذران اوقات فراغت دانش‌آموزان و دانشجویان (با توجه ویژه به ایام آخر هفته آنها) مربوط می‌شود. انجام انواع ورزش، سیر و سفر، فعالیت‌های فرهنگی و نظایر آن، از جمله ابزاری به حساب می‌آیند که از آن طریق می‌توان انرژی اضافی این گروه مهم سنی و تحصیلی را تخلیه کرد.

«نظریه تفريح» منعکس کننده دیدگاه دیگری در این زمینه است. این نظریه، از سوی Weiskopf در سال ۱۹۸۲ میلادی مطرح شد.

این نظریه، نگاهی به انگیزه‌های اولیه به منظور بازی کردن و گذران اوقات فراغت به عنوان یک نیاز دارد تا از آن طریق بتوان انرژی جدیدی را در خود ایجاد کرد؛ مثلاً پس از چند ساعت حضور در کلاس‌های طاقت فرسا، سطح انرژی فرد ممکن است بسیار پایین آید؛ بنابراین، رفتن به خانه و متعاقباً شروع به درس خواندن کردن پس از این گونه کلاس‌ها، خود در موقعیتی که سطح انرژی افراد بسیار پایین است، کاری بی‌حاصل به نظر می‌آید. یک فعالیت مربوط به گذران اوقات فراغت، مثل دوچرخه سواری، خود موجب کسب انرژی یا ایجاد انرژی بیشتر در فرد می‌شود، این انرژی خود انگیزه کارکردن یا مطالعه کردن هر چه مؤثرتر را در فرد ایجاد می‌کند. نظریه تفريح، خود ابزار انگیزشی مفیدی برای تشویق دانش‌آموزان و دانشجویان به مشارکت در انجام تفريحات فعال فیزیکی است و پس از کار کردن در ساعات طولانی به طور نشسته یا مطالعه و بروز خستگی، خود احساسی بسیار عادی به نظر می‌آید. مردم در یک وضعیت خسته، اغلب فعالیت تفريحي «نشسته» نظیر چرت زدن یا تماشای تلویزیون و ... را انتخاب می‌کنند. متأسفانه این گونه موارد و فعالیت‌های گذران اوقات فراغت «نشسته»، اغلب موجب از دست رفتن انرژی یا کم شدن آن و بهره‌وری پایین می‌شود. در هر حال، هنگامی که این گونه احساسی به افراد دست می‌دهد، انجام یک فعالیت جسمی خاص ممکن است که موجبات افزایش انرژی و بروز انگیزه تجدید شده‌ای را در آنها فراهم کند.

ارائه تعریفی جامع از اوقات فراغت

که همه فعالان این حوزه درباره آن اتفاق نظر داشته باشند

ممکن نیست؛ اما شاید بتوان برای سادگی و سهولت کار

نظریات و دیدگاه‌های متنوع را در این زمینه

در چارچوب تقسیم‌بندی‌های خاصی ارائه کرد



منابع مورد استفاده

اردکانیان، عباس (۱۳۸۹). اهمیت آموزش اوقات فراغت در ارتقای سلامت جامعه. برگ فرهنگ.

شیخی، محمد تقی (۱۳۸۹). بررسی جامعه شناختی کیفیت زندگی دانشجویان / جوانان در شهر تهران. فصلنامه جمعیت. شماره ۷۳.



- نقل و برداشت مطالب نشریه پیک سنجش با ذکر کامل منبع بلاامانع است.
- استفاده از طرح‌ها و عکس‌های اختصاصی پیک سنجش منوط به اجازه کنی است
- نشانی: تهران، ابتدای پل کریمخان زند، بین خیابان‌های نجات‌اللهی و قرنی، پلاک ۲۰۴
- صندوق پستی ۱۴۱۵۵ - ۵۵۵۷
- نشانی سایت: peyk.sanjesh.org
- صندوق الکترونیکی: email:peyk@sanjesh.org

- مالک امتیاز: سازمان سنجش آموزش کشور
- مدیر مسئول: دکتر عبدالرسول پورعباس
- مدیر اجرایی: محمدرضا حاجی نصیری
- حروفچینی: مجید قدسی
- طراحی گرافیک و صفحه‌آرایی: محمد محمدزاده
- شاپا: ۱۷۳۵ - ۲۹۱۶ ISSN: ۱۷۳۵ - ۲۹۱۶

هفت‌نامه خبری و اطلاع‌رسانی سازمان سنجش آموزش کشور • سال بیست و هشتم، شماره ۴۵ • دوشهیه ۱۶ بهمن ۱۴۰۲ • ۱۲ صفحه • سال بیست و هشتم، شماره پیاپی ۱۳۶۳



سازمان سنجش آموزش کشور

سازمان سنجش آموزش کشور

فراخوان اولویت‌های پژوهش و فناوری

سال ۱۴۰۲

سازمان سنجش آموزش کشور با هدف بهبود و کیفیت بخشی
به روش‌ها و برنامه‌های خود از اعضای هیأت علمی علاقه‌مند، برای انجام پژوهش دعوت به عمل می‌آورد



ارزشیابی و اعتبارسنجی

- بررسی الگوهای بهینه اعتبارسنجی حوزه‌های برگزاری آزمون و ارائه الگوی مناسب بررسی تأثیر روش‌های سنجش و پذیرش بر کیفیت و رودهای آموزش عالی
- ارائه سازوکار مناسب مدیریت و ارزیابی عملکرد طراحان سوال
- طراحی جایزه ملی کیفیت در نظام آموزش عمومی (پیش از دانشگاه)
- طراحی جایزه ملی کیفیت در نظام آموزش عالی
- آسیب‌شناسی سازوکارهای ارزیابی و نظارت در نظام آموزشی و ارائه برنامه اقدام
- طراحی نظام آموزشی و صلاحیت حرفه‌ای ارزشیابان در نظام آموزشی
- بررسی سازوکارهای اعتبارسنجی در سطوح مختلف نظام آموزشی و ارائه برنامه اقدام آینده پژوهشی سنجش، ارزشیابی، اعتبارسنجی و تضمین کیفیت در نظام آموزشی



حافظت و امنیت آزمون

- بررسی تخلف و تقلب در آزمون‌های مداد - کاغذی با آزمون‌های الکترونیک و هوشمند
- و اقدامات مقابله‌ای، با تاکید بر آزمون‌های مقیاس وسیع
- بررسی راهکارهای الکترونیک و هوشمند در جهت افزایش امنیت آزمون‌های سراسری
- طراحی و توسعه دستگاه‌های آشکارساز و کاوشگر برای مقابله با تقلب در آزمون‌های سراسری



ابعاد اجتماعی و افکارسنجی

- بررسی نگوش عمومی به سازمان سنجش آموزش کشور و راهکارهای ارتقاء اعتبار اجتماعی
- ارزشیابی و بهسازی نظام پاسخگویی سازمان سنجش آموزش کشور از دیدگاه مراجعته‌کنندگان
- بررسی نظرات معلمان و مشاوران مدارس درباره اعتبار و نحوه تأثیر سوابق تحصیلی در آزمون سراسری
- بررسی تأثیر فضای مجازی بر امنیت روانی خانواده‌ها و متقارضیان آزمونها
- بررسی سهمیه‌های آزمون سراسری به منظور افزایش توان علمی و رودی دانشگاهها

**علقه‌مندانه توانند پیشنهادهای پژوهش
خود را تاریخ ۱۴۰۲/۱۱/۳۰ به آدرس رایانه‌ی:
Research@sanjesh.org ارسال نمایند**

لازم است پیشنهادهای پژوهشی مطابق با چهارچوب مرکز پژوهش (قابل دسترس در نشانی www.craqe.ir) و در قالب نرم‌افزار (word) ارسال شود

نشانی: تهران، خیابان کریم خان زند، بین خیابان استاد نجات‌اللهی و سپهبد قرنی، پلاک ۲۰۴، سازمان سنجش آموزش کشور
صندوق پستی ۰۲۱۴۳۵۹۱۵۱۲ - تلفن ۰۲۱۴۳۵۹۱۵۱۲ - تلفن ۰۲۱۴۳۵۹۱۵۱۲