

افت تحصیلی و راه های جبران آن

بتول صالحی

کارشناسی ارشد مشاوره و راهنمایی

بسیاری از دانشجویان پس از ورود به دانشگاه دچار عدم سازگاری با شرایط گردیده و در مطالعه دروس با سردرگمی مواجه می شوند که باعث افت عملکرد تحصیلی می گردد. افت تحصیلی علاوه بر اینکه سرنوشت فرد را تحت الشعاع قرار می دهد هزینه های زیادی بر خانواده و جامعه به جا خواهد گذاشت. بنابراین با توجه به تاثیر مهمی که در زندگی فردی و اجتماعی دانشجویان دارد لازم است اقدامات لازم به منظور کاهش و پیشگیری از افت مجدد چاره اندیشی گردد.

افت تحصیلی چیست؟

افت تحصیلی به معنی کاهش عملکرد دانشجو از سطحی رضایتبخش به سطحی نامطلوب و کاهش آن از یک سطح بالاتر به سطح پائین تر در آموزش می باشد.

معیارهای تشخیص افت تحصیلی:

- ❖ کاهش عملکرد تحصیلی
- ❖ افت معدل
- ❖ مردودی یا تکرار درس
- ❖ طولانی شدن مدت تحصیل
- ❖ مشروطی (معدل کمتر از ۱۲ در هر نیمسال تحصیلی)
- ❖ اخراج و توقف در تحصیل

نشانه های دانشجویان دچار افت تحصیلی:

الف: محور عملکردی: بی انضباطی و منفعل بودن در کلاس و عادات یادگیری نامناسب (نداشتن مدیریت زمان و..)
ب: محور رفتاری: سرکشی و عصبانیت و عادات مخرب مثل مصرف سیگار و انزوا جویی
ج: محور روانشناختی: درماندگی آموخته شده (فقدان امید و افسردگی)، بی رغبت بودن و هیجانات و عواطف منفی (اضطراب و..)

عوامل موثر بر افت تحصیلی:

- ۱- عوامل فردی: شامل هدف، عزت نفس، انگیزه، اضطراب، روش مطالعه، هوش، توجه، برنامه ریزی، جنسیت، عوامل بدنی، نارسا خوانی، سازش نایافتگی رفتاری، شرایط عاطفی و روانی
- ۲- عوامل درون سازمانی: شامل اساتید، امکانات و تجهیزات و مشکلات ساختاری
- ۳- عوامل برون سازمانی: شامل عوامل خانوادگی و محیطی.

راه های جبران افت تحصیلی:

– مشورت با استاد مشاور و استفاده از تجربیات آنان: استاد مشاور فردی است که مسئولیت هدایت تحصیلی و مشاوره ای دانشجویان در مقاطع مختلف تحصیلی را در زمینه های آموزشی، پژوهشی و فردی بر عهده می گیرد. در صورتی که استاد مشاور خود را نمی شناسید و یا تحت پوشش استاد نیستید، به معاونت آموزشی دانشکده خود مراجعه کنید.

– مراجعه و مذاکره با واحد مشاوره ستاد شاهد و ایثارگر:

مشاور ستاد شاهد و ایثارگر از طریق مشاوره تلفنی و حضوری، پس از مصاحبه، علل افت تحصیلی را بررسی نموده و پس از تشخیص مشکل، ابتدا دانشجو را راهنمایی نموده و جلسات مشاوره را برای وی تنظیم می نماید. در صورت نیاز به خدمات روانشناختی تخصصی، دانشجو به اداره مشاوره و سلامت روان ارجاع داده می شود.

– مراجعه به دفتر مشاوره دانشکده و استفاده از مشاوره تحصیلی و روانشناختی: دفاتر مشاوره دانشکده ها، زیرمجموعه اداره مشاوره و قسمتی از معاونت دانشجویی فرهنگی دانشگاه هستند که می توانند مشکلات دانشجویان را در زمینه موضوعات تحصیلی و درسی (از جمله بی علاقهی نسبت به درس، کسب مهارت های مطالعه مناسب در دانشگاه، تمایل به تغییر رشته، افت تحصیلی و ...) بررسی نموده و با تنظیم جلسات مشاوره ای به رفع مسایل دانشجو کمک نمایند. از طرفی برخی اوقات، مشکلات دانشجو ناشی از وجود علایم بالینی مانند نشانه های افسردگی، اضطراب و ... بوده که لازم است مشکل دانشجو تحت نظر متخصص مربوطه تشخیص داده و درمان شود.

– استفاده از دانشجویان همیار آموزشی: دانشجویان همیار آموزشی دانشجویان موفق و ممتاز سالهای بالاتر هر رشته هستند که تحت نظر استاد مشاور، به راهنمایی دانشجویان متقاضی، اقدام می نمایند. برای استفاده از خدمات این دانشجویان باید به اداره ستاد شاهد و ایثارگر مراجعه گردد.

– استفاده از کلاسهای تقویتی: در صورتی که دانشجو پایه ضعیفی در درس خاصی داشته و نیاز به کلاس تقویتی دارد، ابتدا به اداره ستاد شاهد و ایثارگر مراجعه نموده و درخواست تشکیل کلاس تقویتی با تکمیل فرم مربوطه می کند. پس از هماهنگی لازم با استاد مربوطه، روزهای برگزاری کلاس تقویتی تعیین گردیده و کلاسها تشکیل می شود.

– یادگیری مهارت های تحصیلی: این مهارتها از قبیل روشهای صحیح مطالعه و فنون مطالعه در هر درس، راه های افزایش تمرکز، کاهش اضطراب امتحان، مهارت های مدیریت زمان و ... بوده که لازم است از طریق اساتید مشاور و مشاوران تحصیلی و شرکت در کارگاه های آموزشی تحصیلی که در سطح دانشگاه برگزار می گردد، آموزش دیده شود.

