

طراحی مسیر زندگی

چگونه چشم‌بسته به سمت کنکور نرویم و مسیر زندگی

خود را به درستی بسازیم

(ویژه دانش‌آموزان دبیرستانی)

«ویراست دوم»

بهنام مرادیان

AMN.

نشر برس

سرشناسه: مرادیان، بهنام، ۱۳۶۵ -

عنوان و نام پدیدآور: طراحی مسیر زندگی: چگونه چشم بسته به سمت کنکور نرویم و مسیر زندگی خود را به درستی بسازیم (ویژه دانش آموزان دبیرستانی) // بهنام مرادیان؛ ویراستار دیناز دهنادی، نیلوفر سلامتی پور. وضعیت ویراست: ویراست ۲.

مشخصات نشر: تهران: نشر برسم، ۱۴۰۲.

مشخصات ظاهری: ۷۲ ص. : جدول؛ ۱۴/۵ × ۲۱/۵ س.م.

شابک: ۹۷۸-۶۲۲-۷۱۳۸-۵۴-۲

وضعیت فهرست نویسی: فیفا

یادداشت: چاپ قبلی: انتشارات برسم، ۱۳۹۹. (۹۲ص.)

عنوان دیگر: چگونه چشم بسته به سمت کنکور نرویم و مسیر زندگی خود را به درستی بسازیم.

موضوع: موفقیت تحصیلی — برنامه ریزی

Academic achievement -- Planning

دانشگاه ها و مدارس عالی -- ایران -- آزمون ها -- راهنمای مطالعه

Universities and colleges -- Iran -- Examinations -- Study guides

مطالعه و فراگیری -- برنامه ریزی Study skills-- Planning

برنامه ریزی درسی -- ایران Lesson planning -- Iran

رده بندی کنگره: ۱۰۴۹ DB

رده بندی دیویی: ۳۷۱/۳۰۲۸۱

شماره کتابشناسی ملی: ۹۴۷۷۸۲۵

اطلاعات رکورد کتابشناسی: فیفا

طراحی مسیر زندگی: چگونه چشم بسته به سمت کنکور نرویم و مسیر زندگی خود

را به درستی بسازیم

نوشته: بهنام مرادیان

شابک: ۹۷۸-۶۲۲-۷۱۳۸-۵۴-۲

شمارگان: ۵۰ نسخه

نوبت و سال چاپ: چاپ نخست ویراست دوم، زمستان ۱۴۰۲ خورشیدی

ویراستار: دیناز دهنادی، نیلوفر سلامتی پور

طراحی جلد: سیامک جمشیدی زاده، مسعود رئیسی

نشر برسم | شماره تماس: ۰۲۱۷۷۲۰۷۰۹۴ و ۰۹۱۹۳۳۹۰۳۳۴

نشانی: اندیشه فاز ۵، خیابان بهشتی، مجتمع الهیه، بلوک ۴، واحد ۸

همه حقوق مادی و معنوی این کتاب متعلق به نویسنده است.

ISBN : 978-622-7138-54-2

BRNN.

نشر برسم

۳۲۰۰۰ تومان



فهرست

پیشگفتار

۷	
۹	چرا این کتاب نوشته شد؟
۱۱	فصل ۱: این کتاب چه کمکی به شما می‌کند؟
۱۱	مسیر زندگی چیست؟
۱۲	شخصیت من چیست؟
۱۲	استعداد چیست؟ استعداد کشف کردنی است یا ساختنی؟
۱۲	علاقه چیست؟ و چگونه می‌توانیم علایق خود را تشخیص دهیم؟
۱۳	چرا کار می‌کنیم و چگونه باید کار کنیم؟
۱۳	چرا درس می‌خوانیم و چگونه باید به دنبال علم برویم؟
۱۳	جمع بندی فصل ۱
۱۴	فصل ۲: مسیر زندگی چیست؟ و چگونه مسیر زندگیمان را طراحی کنیم؟
۱۵	مسیر زندگی چه شکلی دارد؟
۱۷	هرم نیازهای انسانی مازلو
۱۹	اصل تعادل در زندگی یا آیا «چرخ زندگی» من می‌گردد؟
۲۰	محورهای اصلی چرخ زندگی ما چیست؟
۲۲	سپاسگزاری به موازات پیگیری اهداف
۲۳	خودتان را با خودتان مقایسه کنید
۲۴	فرایند از هدف مهمتر است
۲۵	عادت‌های خوب را ایجاد و عادت‌های بد را حذف کنید
۲۷	جمع بندی فصل ۲
۲۸	فصل ۳: کار، شغل، ثروت و آنچه باید درباره پول بدانیم
۲۸	کار یا شغل چیست و اصلاً از کجا آمده است؟
۲۹	درآمد چیست؟
۲۹	ثروت چیست؟
۲۹	سرمایه چیست؟
۲۹	رفاه چیست؟
۳۰	خوشبختی چیست؟
۳۱	کار چه نقشی در خوشبختی ما دارد؟
۳۲	حقایقی درباره کار در دنیای امروز

۳۴	کار معنادار چیست و چرا داشتن کار معنادار مهم است؟
۳۴	کارمند یا کارآفرین؟ مسأله این نیست!
۳۶	چگونه با کار کردن ثروتمند شوم؟
۳۷	معادلات اصلی کار و شغل دوست داشتنی
۴۰	جمع‌بندی فصل ۳
۴۱	فصل ۴: ما و علم؛ از درس خواندن تا دانشگاه رفتن
۴۱	پیشینه پیدایش علم در تاریخ بشر
۴۲	رابطه «دانش و کار» یا «علم و اشتغال» در جهان امروز
۴۴	آیا علم را فقط در دانشگاه می‌توان پیدا کرد؟
۴۵	جمع‌بندی فصل ۴
۴۶	فصل ۵: آزمون‌های خودشناسی و طراحی مسیر زندگی
۴۶	آزمون «چرخ زندگی»
۵۲	آزمون «شما کی هستید؟»
۵۴	آزمون «کشف لذت» یا «علاقه‌مندی‌های من»
۵۶	آزمون «توانمندی» یا «آبرقدرت‌های من»
۵۸	آزمون «من چه ویژگی غالب شخصیتی دارم؟»
۵۹	الف: گستره‌های شخصیتی
۵۹	ب: تیپ‌های شخصیتی
۶۴	فصل ۶: موانع حرکت دانش‌آموزان در مسیر زندگی متناسب و مورد علاقه‌شان
۶۴	آرزوها و شغل‌های آرمانی پدر و مادرها
۶۴	تلاش مدارس و موسسه‌های کنکور برای تولید رزومه درخشان
۶۵	عدم آگاهی و شناخت نسبت به خود، رشته و جهان پیرامون
۶۵	افسانه «رشته خوب، رشته بد»
۶۷	فصل ۷: چگونه به اهدافم برسم؟
۶۷	رویکرد از شنبه در برابر رویکرد از همین حالا
۶۷	رویکرد کار استوره‌ای در برابر کار کوچک پیوسته
۷۱	فصل ۸: چکیده و جمع‌بندی
۷۲	برای ارتباط بیشتر

مسیر موفقیت از دوران نوجوانی و با شکل‌گیری شخصیت ما آغاز می‌شود. در این دوران است که شما هویت خودتان را برای خود و جامعه پیرامون مرزبندی می‌کنید. همچنین با تجربه موقعیت‌های گوناگون، مهارت‌ها و استعداد‌های مختلف را در خودتان کشف یا ایجاد می‌کنید.

درس خواندن در مدرسه و رفتن به دانشگاه، بخشی از این فرایند است. هر چند شوربختانه بخش بزرگی از مسیر زندگی یک نوجوان در یک مسیر بسته (از مدرسه به دانشگاه) کانالیزه می‌شود. اما رفتن به دانشگاه تنها مسیر پیش رو شما نیست. اگر حرکت شما در این مسیر بدون خودآگاهی، پرورش استعداد و علایق و در نهایت انتخاب نادرست مسیر علمی و شغلی باشد، ممکن است باقی زندگی هم در مسیر نادرستی قرار گیرد.

مخاطب این کتاب شما نوجوانان و دانش‌آموزان، به ویژه دبیرستانی‌ها هستید. چون باید از همین حالا مسیر تحصیلی و در پی آن مسیر شغلی خود را انتخاب کنید. اکنون که شما در آغاز راه هستید بهتر از هر کسی این فرصت طلایی را دارید تا رشته علمی و کار آینده خود را متناسب با ویژگی‌های درونی‌تان انتخاب و طراحی کنید. هرچند دانشجویان هم هنوز فرصت اصلاح مسیر زندگی خود را دارند و می‌توانند آن را به جهتی که برایشان بهینه است هدایت کنند.

ما در این کتاب، درباره تکنیک‌های تست زدن، رشته‌های خوب دانشگاهی یا روش‌های انتخاب رشته صحبت نخواهیم کرد. این کتاب درباره شما صحبت می‌کند و به شما کمک می‌کند خود کنونی‌تان را بشناسید، برای توسعه و پیشرفت آن برنامه‌ریزی کنید و در مسیری که برای شما خوشنودی فراهم کند گام بردارید.

البته واقعیت داستان این است که احتمالاً پدر و مادرها و مجریان آموزشی هم درونمایه این کتاب را بدانند. زیرا برنامه‌ریزی و تصمیم برای دورنمای شغلی و تحصیلی، بدون هماهنگی در درون خانواده و در درون نهاد آموزش، ممکن است. پس لطفاً این کتاب را در جایی جلوی چشم قرار بدهید تا آن‌ها هم این کتاب را ببینند و ترغیب شوند آن را بخوانند!