

واکاوای نتایج مشاوره شغلی بر ساخت‌گرا برای دانش‌آموزان متقاضی تغییر رشته:

یک مطالعه کیفی

تاریخ دریافت مقاله: ۱۴۰۵/۱/۵، تاریخ دریافت نسخه نهایی: ۱۴۰۵/۲/۲۱، تاریخ پذیرش مقاله: ۱۴۰۵/۳/۶

نوع مقاله: علمی - پژوهشی

جواد مشیری^۱، سمانه سلیمی^{۲*} و مرضیه دهقانی^۳

چکیده

پژوهش حاضر با هدف واکاوی نتایج مشاوره شغلی بر ساخت‌گرا برای دانش‌آموزان متقاضی تغییر رشته انجام شد. رویکرد پژوهش کیفی از نوع پدیدارشناسی تفسیری بود. جامعه پژوهش شامل دانش‌آموزان متقاضی تغییر رشته در شهر قزوین در سال تحصیلی ۱۴۰۳-۱۴۰۴ بود که از طریق نمونه‌گیری هدفمند از نوع ملاک‌محور انتخاب شدند. جهت گردآوری داده‌ها از مصاحبه بر ساخت‌گرایی مسیر شغلی استفاده شد که پس از مصاحبه با ۱۲ نفر اشباع داده‌ها صورت گرفت. داده‌ها با روش براون و کلارک (۲۰۰۶) تحلیل شدند. در جریان واکاوی مضامین مصاحبه داستان شغلی ۵ مضمون اصلی، ۱۶ مضمون فرعی و ۴۸ مفهوم اولیه کشف شد. مضامین اصلی و فرعی عبارتند از: خودشناسی (کشف رغبت‌های نمایان شده و شفافیت خودپنداره)، خودبازنگری (روایت‌پذیری، خودزندگینامه نویسی و آگاهی از منابع روانی و اجتماعی)، تعمق بر آینده (چشم‌انداز و برنامه‌ریزی برای آینده، تعهد نسبت به آینده و خویشتن‌های محتمل)، بازسازی عاملیت (احساس توانمندی و کنترل، تمایل و گرایش به تغییر، خودکارآمدی نیابتی و انطباق‌پذیری) و تصمیم‌پذیری (محرکی برای اقدام، شناسایی شباهت چالش تصمیم‌گیری با چالش قهرمان، گرایش به اقدام و تطبیق راه حل خاطره سوم با مشکل مراجع). یافته‌ها نشانگر آن است که مشاوره بر ساخت‌گرا شامل داستان شغلی من، سنجش و بازخورد می‌تواند مسیر تصمیم‌گیری دانش‌آموزان متقاضی تغییر رشته را تسهیل کند؛ زیرا این فرایند از طریق افزایش خودشناسی، بازنگری در روایت زندگی، تقویت عاملیت و جهت‌دهی به آینده، به آنان کمک می‌کند درک روشن‌تر و منسجم‌تری از خود و مسیر شغلی مطلوبشان به دست آورند و تصمیم‌گیری شغلی را از حالت ابهام و تعلل به سمت انتخابی آگاهانه و هدفمند سوق دهند. از این‌رو، این مداخله می‌تواند رویکردی مؤثر برای کمک به مشاوران شغلی و مدرسه باشد.

کلید واژه‌ها: مشاوره شغلی بر ساخت‌گرا، تغییر رشته تحصیلی، دانش‌آموزان، مطالعه کیفی.

۱- کارشناسی ارشد مشاور مدرسه، گروه مشاوره، دانشکده روان‌شناسی و علوم تربیتی، دانشگاه تهران، تهران، ایران.

۲- نویسنده مسئول: استادیار، گروه مشاوره، دانشکده روان‌شناسی و علوم تربیتی، دانشگاه تهران، تهران، ایران.

Email: Salimi.samaneh@ut.ac.ir

https://orcid.org/0000-0002-4704-3636

۳- دانشیار، گروه روش‌ها و برنامه‌ریزی آموزشی و درسی، دانشکده روان‌شناسی و علوم تربیتی، دانشگاه تهران،

تهران، ایران.



Copyright: © 2026 by the authors- Submitted for possible open access publication under the terms and conditions of the Creative Commons Attribution (CC BY) license (https://creativecommons.org/licenses/by/4.0/).

Exploring the Outcomes of Constructivist Career Counseling for Students Seeking a Change of Academic Field: A Qualitative Study

Javad Moshiri (M.A.)¹, Samaneh Salimi (PhD)^{2*}  & Marzieh Dehghani (PhD)³

Abstract

The present study aimed to explore the outcomes of career construction counseling for students seeking a change of academic field. The research approach was qualitative, employing interpretive phenomenology. The study population consisted of students seeking a field change in Qazvin city during the academic year 2024–2025, who were selected through criterion-based purposive sampling. Data were collected using the career construction interview, which continued until data saturation was achieved with 12 participants. The data were analyzed using the method of Braun and Clarke (2006). During the thematic analysis of the "My Career Story" interview, 5 main themes, 16 sub-themes, and 48 initial concepts were identified. The main and sub-themes are as follows: self-knowledge (discovering expressed interests and clarifying self-concept), Self-reflection (narratability, autobiographical writing, and awareness of psychological and social resources), Future-oriented reflection (vision and planning for the future, commitment to the future, and possible selves), reconstruction of agency (sense of empowerment and control, willingness and tendency to change, vicarious self-efficacy, and adaptability), and decision-making (trigger for action, identifying the similarity of the decision-making challenge to the hero's challenge, tendency to action, and adapting the solution of the third memory to the client's problem). Constructivist career counseling, including the My Career Story interview, assessment, and feedback, supports students seeking academic major changes. It enhances self-knowledge, reflection on life narratives, agency, and future orientation, helping students move from indecision to informed, purposeful career choices. This approach effectively aids school and career counselors.

Key words: Career construction counseling, students, educational track change, qualitative study

1- M.A. in School Counselling, Department of Counselling, Faculty of Psychology and Education, University of Tehran, Tehran, Iran.

2- Corresponding Author: Assistant Professor, Department of Counselling, Faculty of Psychology and Education, University of Tehran, Tehran, Iran.

Email: Salimi.samaneh@ut.ac.ir

<https://orcid.org/0000-0002-4704-3636>

3- Associate Professor, Department of Methods, Educational Planning, and Curriculum, Faculty of Psychology and Education, University of Tehran, Tehran, Iran.



Copyright: © 2026 by the authors- Submitted for possible open access publication under the terms and conditions of the Creative Commons Attribution (CC BY) license (<https://creativecommons.org/licenses/by/4.0/>).

مقدمه

تصمیم‌گیری^۱ درباره انتخاب رشته تحصیلی یکی از نقاط عطف در زندگی دانش‌آموزان محسوب می‌شود؛ تصمیمی که معمولاً در دوره‌ی نوجوانی، یعنی بین ۱۵ تا ۱۸ سالگی، اتخاذ می‌گردد (یزدان خو و همکاران، ۱۴۰۱؛ احمدیان مرج و همکاران، ۱۴۰۲). این مرحله از رشد با تغییرات گسترده شناختی، هیجانی و اجتماعی همراه است و بسیاری از نوجوانان هنوز در حال کشف علایق، توانمندی‌ها، ارزش‌ها و ترجیحات شخصی خود هستند (لم و سانتوس^۲، ۲۰۱۷؛ آستورنه-فیگاری و اسپیر^۳، ۲۰۱۹). در چنین شرایطی، انتخاب رشته نه تنها یک تصمیم تحصیلی، بلکه بخشی از فرآیند شکل‌گیری هویت فردی است که می‌تواند تأثیرات بلندمدتی بر مسیر زندگی، رضایت شغلی، سلامت روانی و احساس معنا در زندگی داشته باشد (یاوری و همکاران، ۱۳۹۶).

در نظام آموزشی ایران، انتخاب رشته در پایان پایه نهم انجام می‌شود؛ زمانی که بسیاری از دانش‌آموزان هنوز شناخت روشنی از خود و دنیای مشاغل ندارند (شاکردرگاه، ۱۴۰۱). این انتخاب اغلب تحت تأثیر عوامل بیرونی مانند فشار خانواده، توصیه‌های مشاوران، گروه همسالان، تبلیغات رسانه‌ای، استرس و اضطراب دانش‌آموز در روند انتخاب رشته، ساختار هدایت تحصیلی، یا تصورات قالبی درباره‌ی بازار کار صورت می‌گیرد (لیو^۴ و همکاران، ۲۰۲۱). نبود آگاهی کافی، محدودیت در دسترسی به اطلاعات معتبر، و فقدان فرصت‌های خودشناسی موجب می‌شود که برخی دانش‌آموزان رشته‌ای را انتخاب کنند که با ویژگی‌های فردی، علایق درونی و چشم‌انداز آینده آنان همخوانی ندارد (آلتونجی^۵ و همکاران، ۲۰۱۶؛ نویدی، ۱۳۹۷). پیامدهای چنین انتخابی می‌تواند بسیار گسترده باشد؛ از جمله نارضایتی از دروس، کاهش انگیزه، افت تحصیلی، احساس ناکامی، بی‌هویتی تحصیلی، اضطراب، و حتی ترک تحصیل (برنت^۶ و همکاران، ۲۰۱۹).

این پیامدها نه تنها بر عملکرد تحصیلی دانش‌آموزان تأثیر می‌گذارند، بلکه می‌توانند به شکل‌گیری باورهای منفی درباره‌ی توانمندی‌های فردی و آینده‌ی شغلی منجر شوند (کریم‌زاده و همکاران، ۱۴۰۱). در مواجهه با این نارضایتی‌ها، برخی دانش‌آموزان تصمیم به تغییر رشته می‌گیرند تا بتوانند مسیر تحصیلی خود را با واقعیت‌های درونی و اهداف شخصی‌شان هماهنگ کنند (مالگوی^۷ و همکاران، ۲۰۰۵). هرچند این تصمیم می‌تواند فرصتی برای بازتعریف مسیر

1- decision making

2- Lam & Santos

3- Astorne-Figari & Speer

4- Liu

5- Altonji

6- Brent

7- Malgwi

واکاوای نتایج مشاوره شغلی بر ساخت‌گرا برای دانش‌آموزان متقاضی تغییر رشته...

زندگی باشد، اما خود نیز با چالش‌هایی همراه است؛ از جمله محدودیت‌های ساختاری نظام آموزشی، تأخیر در فارغ‌التحصیلی، دشواری‌های تطبیق با فضای جدید، و احساس بی‌ثباتی هویتی (محمدیان و همکاران، ۱۴۰۲). بنابراین انتخاب برای تغییر رشته که در واقع در راستای انتخاب مسیر شغلی است نیازمند توجه عمیق و همه‌جانبه است.

مشاوره شغلی براساس سه پارادایم راهنمایی^۱، مربی‌گری مسیر شغلی^۲ و طرح ریزی زندگی^۳ به دنبال کمک به افراد برای انتخاب مسیر شغلی بوده است. در پارادایم راهنمایی برای تصمیم‌گیری به نمره افراد از تست‌هایی مانند تست استعداد، تست هالند^۴ و استرانگ^۵ توجه میشود که در هدایت تحصیلی دانش‌آموزان ایرانی نیز مورد توجه است (کریمیان و همکاران، ۱۴۰۰). در پارادایم آموزش، انتخاب، یک تکلیف رشدی است و باید به قابلیت‌های تسهیل آن توجه کرد. رویکردهای سنتی راهنمایی شغلی (مانند استفاده از تست هالند یا استرانگ) و نیز پارادایم مربی‌گری برای دانش‌آموزانی که پیش از این یک انتخاب رشته ناموفق را تجربه کرده‌اند، کارآمدی کافی ندارند. دلیل آن است که این دانش‌آموزان اغلب در آزمون‌های استعدادیابی نمرات مبهم و غیرقطعی نشان می‌دهند؛ زیرا سال‌ها علایق واقعی خود را به دلیل فشار خانواده یا ساختار هدایت تحصیلی سرکوب کرده‌اند (لیو و همکاران، ۲۰۲۱). همچنین پارادایم مربی‌گری، فرد را در موقعیت پیش از انتخاب فرض می‌کند، درحالی‌که دانش‌آموز متقاضی تغییر رشته دچار پشیمانی پس از انتخاب است و نیازمند بازسازی معنای گذشته و بازتعریف هویت شغلی خویش می‌باشد. به همین دلیل، در پارادایم سوم خویشتن یک نویسنده است و توجه به روایت زندگی فرد اهمیت دارد. این پارادایم در پاسخ به نیازهای شغلی عصر جدید (خداحافظی با مشاغل ۳۰ ساله) و تغییرات در مسیرهای شغلی ایجاد شده است (ساویکاس^۶، ۲۰۱۱). در واقع نیازهای شغلی قرن ۲۱ همراه با تغییر آرزوهای شغلی نسل Z (برهته و دیرانی^۷، ۲۰۲۲) شکل خاصی از مداخلات را طلب میکند که نگاهی عمیق‌تر به پدیده انتخاب دارند. در این پژوهش به جای یک سؤال کلی، سه سؤال جزئی و عینی تدوین شده است: (۱) پس از مداخله بر ساخت‌گرا، چه تغییراتی در روایت دانش‌آموزان از دلیل اولیه انتخاب رشته ایجاد می‌شود؟ (۲) کدام یک از مؤلفه‌های مصاحبه داستان شغلی من (نظیر افراد مورد تحسین، خاطرات کودکی، داستان مورد

1- guidance

2- career coaching

3- Life designing

4- Holland

5- Strong

6- Savickas

7- Barhate & Dirani

علاقه) بیشترین نقش را در بازاندیشی نسبت به رشته جدید ایفا می‌کند؟ (۳) چه مضامین عاطفی و شناختی در فرآیند سنجش و اقدام ظهور می‌یابد؟

این سؤالات به فرد کمک می‌کنند تا روایت زندگی شغلی خود را معناپردازی کرده و مسیر آینده خود را با هویت و ارزش‌های شخصی‌اش هم‌راستا سازد (اوبی^۱، ۲۰۱۵). سپس این مصاحبه مورد سنجش قرار می‌گیرد و سنجش با افراد مورد مصاحبه (مراجع) مورد بازبینی قرار می‌گیرد (مرحله دوم). نهایتاً در جلسه سوم براساس نتایج حاصل فرد برای اقدام برانگیخته می‌شود (ساویکاس، ۱۴۰۰). براساس این رویکرد، فرد گیرنده منفعل اطلاعات نیست، بلکه کنشگری روایت‌ساز است که در تعامل با مشاور، خانواده و جامعه، داستان مسیر شغلی خود را می‌سازد (حاجی محمد رضایی و همکاران، ۱۴۰۱). نقش مشاور در این فرآیند، نه انتقال‌دهنده اطلاعات، بلکه تسهیل‌گر روایت‌سازی است؛ کسی که با گوش‌دادن فعال، بازتاب‌دادن معناها، و ایجاد فضای امن برای گفت‌وگو، به فرد کمک می‌کند تا داستان خود را بازشناسی و بازسازی کند (رئیزی فر و همکاران، ۱۳۹۷؛ ملکی‌ها و اصلانی، ۱۴۰۱). در سال‌های اخیر پژوهشگران اثرگذاری مداخله بر ساخت‌گرایی مسیر شغلی را روی بی‌تصمیمی، ابهام، اضطراب (اوبی، ۲۰۱۵)، انطباق‌پذیری شغلی (گرسک^۲، ۲۰۲۴)، رفلکشن و رفلکسیویتی (ساویکاس، ۲۰۱۶)، جهت‌گیری به سمت آینده، باور به تحقق رویاها و رضایت از زندگی (کومی^۳ و همکاران، ۲۰۲۴) و موفقیت و رضایت تحصیلی (شبانای و همکاران، ۱۴۰۲) نشان داده‌اند. همچنین پژوهش‌هایی وجود دارد که به بررسی تغییرات روایی در داستان افراد در طول مشاوره و پس از مشاوره پرداخته‌اند. برای مثال کاردوسا^۴ و همکاران (۲۰۲۱) با هدف مطالعه فرایندهای تغییر نشان دادند که چگونه مشاوره بر ساخت‌گرا مراجعان را از تمرکز بر گذشته به اشتیاق برای پروژه سازی آینده سوق می‌دهد و منجر به تغییر روایت می‌شود. همچنین ماری^۵ (۲۰۱۵) در پژوهشی جالب با هدف سنجش نتایج تغییر نشان داد که این شیوه مداخلاتی پس از چهار جلسه می‌تواند منجر به تغییر داستان زندگی شغلی افراد شود.

قابل ذکر است که تا کنون بیشتر پژوهش‌های انجام‌شده در حوزه مشاوره بر ساخت‌گرا به سنجش کمی متغیرهایی چون انطباق‌پذیری شغلی یا خودکارآمدی پس از مشاوره پرداخته‌اند و حتی در مطالعات کیفی موجود مانند پژوهش کاردوسا و همکاران (۲۰۲۱) یا ماری (۲۰۱۵)، جمعیت هدف بزرگسالان یا دانشجویان کشورهای غربی و آفریقایی جنوبی بوده‌اند. حال

1- Obi

2- Greske

3- Kumi

4- Cardosa

5- Marie

واکاوی نتایج مشاوره شغلی بر ساخت‌گرا برای دانش‌آموزان متقاضی تغییر رشته...

آنکه نظام آموزشی ایران دارای سه ویژگی متمایز است: (۱) الزام به انتخاب رشته در پایان پایه نهم (۱۵ سالگی) پیش از شکل‌گیری هویت شغلی پایدار، (۲) محدودیت‌های شدید آیین‌نامه تغییر رشته (فقط یک بار و با تأیید کمیته خاص) که بار روانی مضاعفی ایجاد می‌کند و (۳) فشار فرهنگی گسترده برای ورود به رشته‌های پزشکی و مهندسی که اغلب به تغییر رشته از روی ناچاری به جای انتخاب آگاهانه منجر می‌شود. از سوی دیگر، ماهیت پدیده تغییر رشته ذاتاً ساخت‌گرا، زمینه‌مند و وابسته به معانی فردی است (یانگ و کولین^۱، ۲۰۰۴) و به دلیل نبود ابزارهای بومی برای سنجش تغییرات روایی در ایران، روش کمی قادر به آشکارسازی لایه‌های پنهان تجربه (مانند احساس شرم، بازاندیشی هویتی، تعارض با خانواده) نخواهد بود. بنابراین، پژوهش حاضر از نظر رویکرد کیفی و جامعه هدف (دانش‌آموزان متقاضی تغییر رشته در ایران) نخستین تلاش نظام‌مند برای واکاوی پیامدهای مشاوره بر ساخت‌گرا محسوب می‌شود.

به نظر می‌رسد مداخله بر ساخت‌گرایی مسیر شغلی با تمرکزی که بر تغییر روایت‌ها و تعمق بر خود دارد می‌تواند رویکردی مفید در حوزه کمک به دانش‌آموزان متقاضی تغییر رشته باشد. چراکه همانطور که غلام‌پور و همکاران (۱۴۰۲) اذعان داشته‌اند انتخاب رشته صرفاً یک تصمیم اطلاعات‌محور یا نتیجه‌ی آزمون‌های هدایت تحصیلی نیست، بلکه فرآیندی پیچیده و چندلایه است که در بستر روان‌شناختی، اجتماعی و فرهنگی شکل می‌گیرد. به همین جهت این پژوهش در نظر دارد به واکاوی کیفی تغییرات پس از مشاوره بر ساخت‌گرایی (مصاحبه داستان شغلی من، سنجش و اقدام) بپردازد. لذا اهمیت و ضرورت این موضوع شامل: نبود پژوهش کیفی که پیامدهای فرایندی مشاوره بر ساخت‌گرا (و نه صرفاً متغیرهای کمی مانند خودکارامدی) را در میان دانش‌آموزان متقاضی تغییر رشته در نظام آموزشی متمرکز ایران بررسی کرده باشد؛ دوم، عدم شناسایی مکانیسم‌های تغییر روایت در بافتی که تغییر رشته با محدودیت‌های قانونی و انگ اجتماعی همراه است؛ و سوم، فقدان کاربری نظام‌مند سه مرحله ساویکاس (مصاحبه، سنجش، اقدام) در این جمعیت خاص. همچنین در بخش مبانی نظری، بر اساس نظریه بر ساخت‌گرایی پیش‌بینی شد که مداخله مذکور به افزایش عاملیت روایی، کاهش گسست‌های زمانی در داستان شغلی، و ظهور مضامین آینده‌نگرانه منجر گردد.

در این پژوهش دلیل تمرکز بر پیامدهای تغییر به جای متغیرهای کمی چون خودکارامدی تصمیم‌گیری آن است که تمرکز بر پیامدها شرایطی را فراهم می‌کند که معانی مربوط به تغییر رشته از دل تجربه مشارکت‌کنندگان بر ساخته شود. در همین راستا این پژوهش به دنبال پاسخ به

این سوال است که مشاوره بر ساخت‌گرایی به لحاظ کیفی منجر به آفرینش چه پیامدهایی می‌شوند.

روش

با توجه به اینکه این پژوهش به دنبال واکاوی نتایج مشاوره بر ساخت‌گرایی شغلی بود از رویکرد کیفی از نوع پدیدارشناسی تفسیری^۱ استفاده شد. جامعه آماری کلیه دانش‌آموزان متقاضی تغییر رشته در قزوین در سال تحصیلی ۱۴۰۴-۱۴۰۳ بودند که به شیوه نمونه‌گیری هدفمند^۲ از نوع ملاکی انتخاب شدند. ملاک‌های ورود شامل: دانش‌آموزان سال دهم در مقطع متوسطه دوم که متقاضی تغییر رشته هستند؛ دانش‌آموزانی که تقاضای خود را برای تغییر رشته با مشاور مدرسه مطرح کرده‌اند؛ رضایت از مدرسه و والدین برای حضور در جلسه، و ملاک‌های خروج عبارت بودند از: دانش‌آموزانی که در فرآیند مصاحبه و گردآوری داده‌ها همکاری لازم را ندارند یا تمایل خود را برای ادامه مشارکت در پژوهش از دست دادند؛ دانش‌آموزانی که قادر به ارائه‌ی روایت منسجم و روشن از تجربه مسیر شغلی و تحصیلی خود نیستند. در جدول زیر خلاصه‌ای از مشخصات مصاحبه‌شوندگان ارائه شده است.

جدول ۱: مشخصات دانش‌آموزان شرکت‌کننده در مصاحبه

جنسیت	سن	رشته	رشته تحصیلی (علاقه مندی)	کد
مرد	۱۶	ریاضی فیزیک	تربیت بدنی	دانش آموز شماره یک
مرد	۱۷	علوم انسانی	فنی و حرفه‌ای (برق صنعتی)	دانش آموز شماره دو
مرد	۱۷	مکانیک خودرو	هنر	دانش آموز شماره سه
مرد	۱۶	علوم تجربی	علوم انسانی	دانش آموز شماره چهار
مرد	۱۶	ریاضی فیزیک	علوم انسانی	دانش آموز شماره پنج
مرد	۱۷	علوم تجربی	هنر (نقاشی)	دانش آموز شماره شش
مرد	۱۶	علوم تجربی	فنی و حرفه‌ای (مکانیک)	دانش آموز شماره هفت
مرد	۱۶	ریاضی فیزیک	علوم انسانی (مدیریت)	دانش آموز شماره هشت
مرد	۱۷	ریاضی فیزیک	تربیت بدنی (فوتبال)	دانش آموز شماره نه
مرد	۱۶	علوم تجربی	ریاضی فیزیک	دانش آموز شماره ده

1- Interpretive phenomenology

2- Purposeful sampling

جنسیت	سن	رشته	رشته تحصیلی (علاقه مندی)	کد
مرد	۱۶	ریاضی فیزیک	علوم انسانی (حقوق)	دانش آموز شماره یازده
مرد	۱۷	حسابداری (فنی)	تربیت بدنی (فوتبال)	دانش آموز شماره دوازده

برای دسترسی به نمونه‌ها، اطلاعاتی در کانال شاد مدارس متوسطه دوم شهر قزوین منتشر شد و از دانش‌آموزان متقاضی تغییر رشته دعوت به مشارکت شد. تمامی گفت‌وگوها با رضایت ضبط و پیاده‌سازی شدند و برای حفظ رازداری، به جای نام افراد، از شماره استفاده شد. حجم نمونه براساس اصل اشباع داده‌ها تعیین شد؛ جلسات تا رسیدن به اشباع و اطمینان از عدم تکرار داده‌ها ادامه یافت (ایوبی و صالحی، ۱۴۰۴). در نهایت، ۱۲ نفر انتخاب شدند تا تنوع نسبی مشارکت‌کنندگان حفظ و جمع‌آوری داده‌ها با دقت و عمق کافی انجام شود.

ابزار پژوهش

مصاحبه بر ساخت‌گرایی مسیر شغلی^۱ (داستان شغلی من)

در این پژوهش جهت بررسی داستان شغلی از مصاحبه "داستان شغلی من" (ساویکاس، ۲۰۲۰) استفاده شد. قابل ذکر است که قبل از مصاحبه باید سؤالی درباره هدف از مشاوره پرسیده شود. این سؤال به‌عنوان غربالگر برای سنجش پاسخ به سؤالات مصاحبه استفاده می‌شود. سؤالات مصاحبه به شرح زیر است:

۱. افراد مورد تحسین شما هنگامی که حدود پنج یا شش سال بودید، چه کسانی بودند؟ دلایل تحسین شما چه چیزهایی هستند؟
۲. بیشتر به چه برنامه‌های تلویزیونی، مجله یا وب‌سایتی علاقه مندید؟ دلایل جذابیت موارد مورد علاقه چیست؟
۳. داستان مورد علاقه شما در چه فیلم یا کتابی بوده است؟ بین مشکل شما و قهرمان چه شباهتی وجود دارد؟ راهکار قهرمان برای رفع دغدغه‌اش چه بود؟
۴. جمله، شعار، حکمت یا گفته مطلوبی که آن را به خودتان می‌گویید چیست؟
۵. سه مورد از اولین خاطراتی که به ذهنتان می‌رسد را تعریف کنید؟ بین دغدغه این روزهای شما و خاطره چه شباهتی وجود دارد؟ احساس شما نسبت به خاطره چیست؟ و دوست داشتید آن خاطره چگونه تمام می‌شد؟ (ساویکاس، ۲۰۲۰).

سؤال اول (افراد مورد تحسین در کودکی) با هدف شناسایی الگوهای هویتی و منابع اولیه ارزش‌گذاری طراحی شده است تا مشخص شود فرد چه صفاتی را در دیگران می‌ستاید و آن صفات چه بازتابی در هویت شغلی او دارند. سؤال دوم (علاقه به برنامه‌ها، مجلات یا وبسایت‌ها) به منظور کشف زمینه‌های علاقه و سبک یادگیری ترجیحی مطرح می‌شود که می‌تواند سرنخ‌هایی از محیط‌های شغلی متناسب ارائه دهد. سؤال سوم (داستان مورد علاقه و قهرمان آن) با هدف بررسی راهبردهای مقابله با مسئله و تخیل عاملیت است؛ شباهت بین مشکل قهرمان و دغدغه فرد، الگوهای مورد نیاز برای حل مسئله را آشکار می‌سازد. سؤال چهارم (جمله یا شعار مورد علاقه) برای دسترسی به باورهای خودکارآمد و روایت‌های درونی تسهیل‌گر یا بازدارنده مطرح می‌شود. نهایتاً سؤال پنجم (سه خاطره اولیه) به منظور بازاندیشی در رویدادهای بنیادین زندگی و کشف تم‌های تکرارشونده است که اغلب ریشه احساسات کنونی نسبت به انتخاب‌های تحصیلی و شغلی را نشان می‌دهند (ساویکاس، ۱۴۰۰).

مداخله

مطابق با پروتکل پیشنهادی ساویکاس (۱۴۰۰)، مداخله در این پژوهش در طی سه جلسه انجام شد. تمامی سه جلسه مداخله توسط نویسنده نخست مقاله اجرا گردید. شرایط اجرا به صورت حضوری انجام شد. مدت هر جلسه به طور میانگین ۶۰ دقیقه (جلسه اول ۷۵ دقیقه، جلسه دوم ۵۵ دقیقه، جلسه سوم ۵۰ دقیقه) بود که بر اساس نیاز مشارکت‌کننده و رعایت حداکثر تمرکز نوجوانان تنظیم گردید. فاصله زمانی بین جلسات دقیقاً مطابق با پروتکل پیشنهادی ساویکاس (۱۴۰۰) رعایت شد: یک هفته بین جلسه اول و دوم، و سه هفته بین جلسه دوم و سوم (دامنه دو تا چهار هفته پیشنهادی، با توجه به تقویم آموزشی مدرسه، سه هفته در نظر گرفته شد). شایان ذکر است که جلسه اول شامل ایجاد رابطه و اجرای کامل مصاحبه «داستان شغلی من» بود. بین جلسه اول و دوم، مشاور متن مصاحبه را به صورت یک «داستان شغلی» منسجم بازنویسی کرد. در جلسه دوم، این داستان برای مشارکت‌کننده خوانده شد و از او خواسته شد که در فرایند سنجش مشارکت کند، موارد تأیید یا اصلاح را بیان دارد، و نسبت به داستان حس مالکیت پیدا کند. در جلسه سوم (که پس از سه هفته برگزار شد)، بر اساس توافقات جلسه دوم، مشارکت‌کننده برای اجرای اقدامات عملی (مانند گفتگو با خانواده، بررسی آیین‌نامه تغییر رشته، یا تهیه برنامه درسی جایگزین) ترغیب و همراهی شد. بدین ترتیب، تمام مؤلفه‌های پروتکل سه مرحله‌ای ساویکاس (۱۴۰۰) شامل «مصاحبه»، «سنجش مشارکتی» و «اقدام» بدون حذف یا تغییر معنادار انجام شد.

روش تحلیل داده‌ها

مشابه با پژوهش ماری (۲۰۱۵) در زمینه واکاوی پیامدهای مشاوره بر ساخت‌گرایی شغلی، در پژوهش حاضر، تحلیل داده‌ها با استفاده از روش تحلیل مضمون براون و کلارک^۱ (۲۰۰۶) صورت گرفت. تحلیل مضمون در این پژوهش با یک رویکرد استقرایی دنبال شد که به موجب آن، مضامین بدون هیچ گونه ایده از پیش تعیین‌شده‌ای پدیدار شدند. به شرکت‌کنندگان بارها یادآوری شد که آنها تنها متخصصان زندگی خود هستند و من صرفاً داستان‌های شغلی-زندگی آنها را در طول بازخورد (جلسه دوم) بازگو می‌کنم تا بتوانند این داستان‌ها را تأیید کنند. همچنین اغلب از آنها خواسته می‌شد تا بین مضامین زندگی خود و محیط‌های کاری ممکن ارتباط برقرار کنند تا بتوانند این مضامین را تحقق بخشند و در نتیجه برای تصمیم اقدام کنند (جلسه سوم). در این پژوهش، تمامی مصاحبه‌ها پیاده‌سازی و چندین بار مطالعه شدند تا پژوهشگر به مضامین کشف‌شده در جلسه اول اطمینان یابد. سنجش صحت با بازبینی دو متخصص حوزه مشاوره شغلی و واریسی نهایی توسط پنج متخصص انجام شد. پس از جلسات دوم و سوم، بخش‌های معنادار متن شناسایی، کدگذاری و در دسته‌های مشترک قرار گرفتند تا مضامین اولیه شکل گیرند. این مضامین بارها بازبینی و اصلاح شدند تا انسجام و تمایز آنها حفظ شود. در نهایت، مضامین نهایی نام‌گذاری و با چارچوب هشت مرحله‌ای ساویکاس (۱۴۰۰) تحلیل و تفسیر شدند تا معانی پنهان تجربه‌های زیسته دانش‌آموزان آشکار شود.

اعتبار یابی

به‌منظور تضمین قابلیت اطمینان نتایج، از معیارهای لینکن و گوبا^۲ (۱۹۸۵) استفاده شد. برای تحقق «اعتمادپذیری»^۳، روش واریسی با مشارکت‌کنندگان و درگیری طولانی‌مدت با داده‌ها به‌کار رفت؛ بدین صورت که متن مصاحبه‌ها، چه در شکل اولیه و چه کدگذاری‌شده، در اختیار شرکت‌کنندگان قرار گرفت تا صحت آن را تأیید یا اصلاح کنند (جلسه دوم)، که این فرایند به‌صورت شفاهی و مکتوب انجام شد. برای دستیابی به «تأییدپذیری»^۴، پژوهشگران کوشیدند پیش‌فرض‌ها و سوگیری‌های شخصی را در تحلیل داده‌ها دخالت ندهند. در راستای «انتقال‌پذیری»^۵، نمونه‌ها از موقعیت‌های اجتماعی متنوع انتخاب و گفت‌وگوها ضبط شد تا

1- Braun & Clark

2- Lincoln & Guba

3- Credibility

4- Confirmability

5- Transferability

توصیفی دقیق از فرایند فراهم شود. همچنین برای احراز «اطمینان‌پذیری»^۱، سه متخصص یافته‌های جلسات را ارزیابی کردند.

یافته‌ها

در جریان واکاوی مضامین مصاحبه داستان شغلی پنج مضمون اصلی، ۱۶ مضمون فرعی و ۴۸ مفهوم اولیه کشف شد. در جدول ۱، مضامین اصلی، فرعی به همراه مفاهیم اولیه بیان شده است.

جدول ۲: تحلیل مصاحبه مشاوره بر ساخت‌گرایی مسیر شغلی

مضامین اصلی	زیر مضامین	مفاهیم اولیه
خودشناسی	کشف رغبت‌های نمایان شده	آگاهی از علایق پنهان؛ تفکیک رغبت واقعی از تحمیلی، بازشناسی ترجیحات عملی
		شناخت صفات پایدار شخصیت، تمایز خود واقعی از خودایده‌آل، پذیرش محدودیت‌ها، ایمان به توانمندی‌ها
	روایت‌پذیری	پذیرش گسست‌های مسیر زندگی، بازتعریف شکست به عنوان تجربه، انعطاف در داستان زندگی.
خودبازنگری	خودزندگی‌نامه نویسی	سازماندهی زمانی رویدادها، کشف الگوهای تکراری، اتصال گذشته، حال و آینده
		شناسایی افراد حمایت‌گر، بازشناسی تأثیر خانواده و تأثیر همسالان، درک انتظارات فرهنگی
	چشم‌انداز و برنامه‌ریزی برای آینده	تعریف اهداف مرحله‌ای، ترسیم مسیر جایگزین، اولویت‌بندی اقدامات
تعمق بر آینده	تعهد نسبت به آینده	احساس مسئولیت در قبال تصمیم، کاهش تردید، شکل‌گیری عزم راسخ
	خویش‌تن‌های محتمل	تصویرسازی از خود در نقش‌های شغلی مختلف، انتخاب معنادار، مقایسه

مضامین اصلی	زیر مضامین	مفاهیم اولیه
		پیامدهای هر تصمیم
	احساس توانمندی و کنترل	کاهش درماندگی، درونیایی منبع کنترل، باور به تاثیرگذاری بر سرنوشت
	تمایل و گرایش به تغییر	ایجاد انگیزه درونی، کاهش مقاومت در برابر تحول، اشتیاق برای شروع دوباره
بازسازی عاملیت	خودکارآمدی نیابتی	الگوگیری از داستان دیگران (قهرمان، مشاور)، انتقال تجربه موفقیت به وضعیت خود
	انطباق پذیری	آمادگی برای مواجهه با ابهام، دغدغه‌مندی، کنترل، قبول دشواری‌های مسیر جدید، انعطاف در راهبردها
	محرکی برای اقدام	تبدیل تفکر به رفتار، برداشتن قدم عملی (پرسیدن، ثبت‌نام)، غلبه بر انفعال
تصمیم‌پذیری	شناسایی شباهت چالش تصمیم‌گیری با چالش قهرمان	تشخیص الگوی مشترک در داستان دیگران، معادل‌سازی مسئله خود با مسئله قهرمان
	گرایش به اقدام	کاهش تاخیر در تصمیم، افزایش رفتار هدفمند، جایگزین تحلیل با عمل
	تطبیق راه حل خاطره سوم	استخراج راهبرد از تجربه گذشته، تصمیم راه حل موفق به موقعیت فعلی

مضمون اصلی اول: خودشناسی

خودشناسی یکی از مهم‌ترین مؤلفه‌های شکل‌گیری هویت شغلی در نوجوانان است که به فرد کمک می‌کند تا ویژگی‌ها، توانایی‌ها، علاقه‌ها، ارزش‌ها و انگیزه‌های درونی خود را بشناسد. این مضمون شامل دو زیرمضمون است:

الف) کشف رغبت‌های نمایان شده

کشف رغبت‌های نمایان شده یکی از مراحل مهم در خودشناسی شغلی دانش‌آموزان است که به‌وسیله آن افراد به درک عمیق‌تری از علاقه‌مندی‌ها و تمایلات خود می‌رسند. مشارکت‌کنندگان

گفتند: رسانه‌ها و منابع مختلف نقش مهمی در این فرایند ایفا می‌کنند. تعامل مداوم با این منابع باعث می‌شود دانش آموزان بتوانند تصویر روشنی از حرفه‌ها و مسیرهای شغلی به دست آورند و تمایل بیشتری برای انتخاب رشته و حرفه مرتبط پیدا کنند. برای مثال، دانش آموز شماره ۷ گفت: «از بچگی فیلم دوست داشتم، واسه همین مجله‌های سینمایی رو دنبال می‌کنم تا بفهمم فیلم‌ها رو چطوری می‌سازن یا پشت‌صحنه‌هاشون چیه... چون من از ابتدا مدیریت کردن رو دوست داشتم و زمانی که پشت صحنه نگاه میکنم خودم رو جای کارگردان میذارم (تهوری).»

ب) شفافیت خودپنداره

طبق نظر مشارکت‌کنندگان، شفافیت خودپنداره، فرآیند رشد از طریق خودشناسی را تسهیل کرده و نقش مهمی در تصمیم‌گیری‌های حرفه‌ای ایفا می‌کند. برای مثال دانش آموز شماره ۶ گفت: «معلم پنجم دبستانم خانم صالحی، اولین کسی بود که فهمید استعداد من تو نقاشیه. یادمه یه روز کارم رو دید و بهم گفت باید تو کلاس‌های کانون هنری شرکت کنم. .. خانم صالحی برای من یه الگوی واقعی شد، یاد گرفتم آدم‌هایی مثل ایشون می‌تونن مسیر زندگی آدم هارو عوض کنن و بهش جهت بدن و امیدوارم منم بتونم روزی برای بقیه کمک کننده باشم.»

مضمون اصلی دوم: خودبازنگری

خودبازنگری به معنای بازاندیشی و تحلیل تجربیات، افکار، احساسات و تصمیم‌های گذشته با هدف درک بهتر خود و مسیر آینده است. این مضمون شامل سه زیرمضمون است:

الف) روایت‌پذیری

طبق نظر مشارکت‌کنندگان این فرایند با حمایت و بازخورد افراد راهنما تقویت می‌شود و به دانش‌آموزان کمک می‌کند به بینشی عمیق‌تر از توانمندی‌ها و علایق خود دست یابند، و یک ابزار مؤثر در بازشناسی خود محسوب می‌شود. برای مثال دانش آموز شماره ۲ گفت: «این روزها خیلی واسم جالبه من کار فنی رو دوست دارم و خوب که فکر می‌کنم می‌بینم، وقتی بچه بودم، همیشه کنار عمو محسنم که برق کار صنعتی بود، می‌رفتم. او با ابزارهای عجیب و جالبی کار می‌کرد و من کنارش می‌نشستم و با دقت نگاهش می‌کردم. هر سوالی داشتم با حوصله و صبر جوابم را می‌داد و حتی اجازه می‌داد بعضی ابزارها را امتحان کنم. این کار باعث شد علاقه زیادی به کارهای فنی پیدا کنم و مطمئنم صبوری عمو محسنم اگه نبود این علاقه‌ام شکل نمی‌گرفت.»

ب) خودزندگی‌نامه‌نویسی

خودزندگی‌نامه‌نویسی، فرآیندی است که در آن فرد به بازنگری در زندگی خود می‌پردازد و با بازگو کردن تجربیات، احساسات و درس‌های آموخته شده، درک عمیق‌تری از مسیر شغلی و شخصی خود پیدا می‌کند. این کار موجب می‌شود که دانش‌آموزان بتوانند نقاط عطف و موانع مسیر خود را شناسایی کنند و یاد بگیرند چگونه بر مشکلات غلبه کنند. برای مثال دانش‌آموز شماره ۵ گفت: «وقتی کلاس دهم بودم، یک روز که دوستم حالش بد بود و با من درباره مشکلاتش حرف زد، متوجه شدم وقتی با دقت به حرف‌هایش گوش می‌دهم، آرام‌تر می‌شود. آن روز وقتی برگشتم خانه، خیلی به این موضوع فکر کردم که چقدر از گوش دادن و کمک به او حس خوبی گرفتم. بعد از آن، هر وقت دوستی مشکلی داشت، سعی می‌کردم آرام کنارش بنشینم و گوش کنم. کم‌کم متوجه شدم به شناخت آدم‌ها و کمک به آن‌ها علاقه دارم و این کار انرژی زیادی به من می‌دهد. حتی یک‌بار مشاور مدرسه وقتی دید چقدر با دوست‌هایم صحبت می‌کنم، به من گفت که شاید در آینده در این مسیر موفق شوم...»

ج) آگاهی از منابع روانی-اجتماعی

بر اساس نظر مشارکت‌کنندگان دسترسی به چنین منابعی باعث می‌شود دانش‌آموز احساس تنهایی نکند و در مواجهه با مشکلات، بتواند به کمک و راهنمایی آن‌ها تکیه کند. برای مثال دانش‌آموز شماره ۹ گفت: «خاله مثل مادر دوممه، اون همیشه بهم اعتماد به نفس می‌ده و حرفامو درک می‌کنه؛ حتی وقتی خودم نمی‌تونم درست بیانش کنم، اون می‌فهمه من چی می‌خوام بگم. این باعث شده حس کنم تنها نیستم و می‌تونم تو راهی که انتخاب کردم، محکم پیش برم.»

مضمون اصلی سوم: تعمق بر آینده

تعمق بر آینده به معنای نگاهی عمیق، واقع‌بینانه و هدفمند به مسیر پیش‌رو است. این مضمون شامل سه زیرمضمون است:

الف) چشم‌انداز و برنامه ریزی برای آینده

چشم‌انداز برای آینده، نمای روشنی است که فرد از هدف‌ها و آرزوهایش در ذهن شکل می‌دهد. داشتن چنین دیدگاهی باعث می‌شود که فرد بتواند برای رسیدن به اهداف، برنامه‌ریزی دقیق و مؤثر داشته باشد. برای مثال دانش‌آموز شماره ۱۲ گفت: «من خیلی اهل ورزشم و همیشه مستندها و اخبار ورزشی رو دنبال می‌کنم، مخصوصاً برنامه Match of Day که بازی‌ها و اخبار رو

به‌خوبی شرح می‌ده. دیدن موفقیت‌ها و تلاش ورزشکارها بهم کمک کرده که چشم‌انداز روشنی برای آینده‌ام تو ورزش داشته باشم. می‌دونم که اگر بخوام موفق بشم باید هر روز تمرین کنم و برنامه داشته باشم.»

ب) تعهد نسبت به آینده

تعهد نسبت به آینده به معنای پذیرش مسئولیت مسیر انتخابی و پایبندی به اهداف تعیین شده است. برای مثال دانش‌آموز شماره ۳ گفت: «تو جمع بندی دارم به این فکر می‌کنم که عمر هر آدم مثل یه تیغ تیز زمانه. یعنی هر لحظه‌ای که می‌گذره دیگه برنمی‌گرده. ... این جمله بهم یاد می‌ده که نباید زمان رو هدر بدم و همیشه باید برای رسیدن به هدفام تلاش کنم و برای انجام آن کار تعهد داشته باشم.»

ج) خویشتن‌های محتمل

اینکه فرد خود را در آینده در چه جایگاهی می‌بیند به خویشتن محتمل اشاره دارد. طبق نظر مشارکت‌کنندگان داشتن الگوهای رفتاری و شخصیتی مثبت در اطراف فرد، مانند والدین یا نزدیکان، نقش مهمی در شکل‌گیری این خویشتن‌های محتمل دارد و باعث می‌شود دانش‌آموزان انگیزه و جهت‌گیری مشخص‌تری برای رشد فردی و حرفه‌ای خود پیدا کنند. برای مثال دانش‌آموز شماره ۴ گفت: «از الگوهای پدرم می‌تونم بگم که، نقش مهمی نه تنها در زندگی خانوادمون و فامیل بلکه حتی در محیط کارشم داشته. پدرم هر موقع که یه مشکلی برای کسی پیش میاد با خون سردی و خیلی آروم و با فکر عمیق برای حل اون مشکل تلاش می‌کنه و به جای این‌که کسی رو سرزنش کنه، روی راه حل برای اون مشکل تمرکز میکنه امیدوارم منم در آینده بتونم یکی شبیه پدرم باشم.»

مضون اصلی چهارم: بازسازی عاملیت

بازسازی عاملیت به معنای بازگرداندن حس کنشگری، اختیار و توان تأثیرگذاری بر مسیر زندگی است. این مضمون شامل چهار زیرمضمون است:

الف) احساس توانمندی و کنترل

براساس نظر مصاحبه‌شوندگان این احساس زمانی ایجاد می‌شود که فرد بتواند بر عواطف، تصمیم‌ها و رفتارهایش تسلط داشته باشد و نقش فعالانه‌ای در زندگی خود ایفا کند. افرادی که این احساس را در خود پرورش می‌دهند، هنگام تصمیم‌گیری با اطمینان بیشتری عمل می‌کنند.

واکاوی نتایج مشاوره شغلی بر ساخت‌گرا برای دانش‌آموزان متقاضی تغییر رشته...

برای مثال دانش آموز شماره ۱۱ گفت: «تو فیلم *Baby Driver* شخصیت اصلی تو شرایط خیلی سخت و فشارهای زیادی بود، ولی هر بار سعی می‌کرد کنترل زندگیش رو از دست نده و درست تصمیم بگیره. دیدن این که حتی وقتی شرایط سخت می‌شه می‌تونی کنترل داشته باشی، باعث شد منم باور کنم می‌تونم تو زندگی‌ام قوی باشم و مشکلات رو پشت سر بذارم. این فیلم بهم حس قدرت و توانایی داد که، مطمئن‌تر تصمیم بگیرم و دست از تلاش برندارم»

ب) تمایل و گرایش به تغییر

این تمایل زمانی شکل می‌گیرد که فرد محدودیت‌های مسیر پیشین را درک کند و علاقه‌مندی یا توانمندی خود را در حوزه‌ای دیگر تشخیص دهد. برای مثال دانش آموز شماره ۹ گفت: «بدترین اتفاق زندگیم این بود که تو فوتبال مصدوم شدم، اصلاً نمی‌دونستم چیکار کنم، خیلی حالم بد بود. فکر می‌کردم دیگه همه چی تموم شده. ولی بعد یه مدت که با خانوادم و مربیام حرف زدم، دیدم دنیا که به آخر نرسیده. گفتم چه کاریه، بیام تربیت بدنی بخونم که هم عاشقشم و هم می‌تونم بازم تو همین حوزه فعالیت کنم».

ج) خودکارآمدی نیابتی برای تصمیم‌گیری

خودکارآمدی نیابتی زمانی شکل می‌گیرد که فرد از مشاهده تجربه‌ها و موفقیت‌های دیگران، برای خودش حس توانایی در تصمیم‌گیری و اقدام به دست می‌آورد. برای مثال دانش آموز شماره ۳ گفت: «فیلم زندگی پنهان والتر میتی رو دیدم، شخصیتش همیشه توی رویا زندگی می‌کرد در خیال خودش قهرمان ماجراجوست و در واقعیت زندگی روزمره‌اش یکنواخت است ولی بالاخره تصمیم گرفت از لاکش بیاد بیرون و برای خودش کاری کنه. وقتی این فیلم رو دیدم، به خودم گفتم نباید منتظر بمونم، باید از خیال‌پردازی دست بکشم و برای اهدافم یه کاری کنم».

د) انطباق‌پذیری

در بستر تحصیلی و شغلی، این توانایی نقش مهمی در ارتقاء پایداری روانی و موفقیت بلندمدت دارد. برای مثال دانش آموز شماره ۱۱ گفت: «اولین روزی که خونه‌مون رو عوض کردیم و می‌خواستیم برم توی کوچه که با بچه‌ها بازی کنم، خیلی نگرانی داشتم که نتوانم با کسی ارتباط بگیرم و دوست جدید پیدا کنم. اما وقتی چندتا دوست جدید پیدا کردم و روز خوبی داشتم... این خاطره به من یاد داد تغییرها شاید اول ترسناک باشن اما می‌تونن فرصت‌هایی تازه و هیجان‌انگیز ایجاد کنن».

مضمون اصلی پنجم: تصمیم‌پذیری

تصمیم‌پذیری فرآیندی حیاتی در زندگی افراد است که نشانگر قدرت انتخاب آگاهانه، مسئولانه و مبتنی بر ارزش‌ها و اهداف شخصی است. این مضمون شامل پنج زیرمضمون است:

الف) شناسایی محرکی برای اقدام

شعارها و جملات انگیزشی در تجربه زیسته دانش‌آموزان به‌مثابه محرک‌هایی برای خودآگاهی و تصمیم‌گیری عمل می‌کنند. این جملات اغلب درونی‌سازی شده‌اند و نقش مهمی در شکل‌گیری نگرش فرد نسبت به مواجهه با چالش‌ها ایفا می‌کنند. برای مثال دانش‌آموز شماره ۱۳: «یک جمله‌ای که همیشه با خودم تکرار می‌کنم این‌ه که کارما یعنی هر کاری که انجام می‌دی، یه جورایی برمی‌گرده سراغ خودت. یعنی مثلاً اگه خوبی کنی، خوبی می‌بینی و اگر بد کنی، بدی. این فکر باعث می‌شه سعی کنم همیشه با دیگران خوب باشم و درست رفتار کنم.»

ب) شناسایی شباهت چالش تصمیم‌گیری با چالش قهرمان

دانش‌آموزان در فرآیند تصمیم‌گیری، به‌ویژه در مقاطع حساس زندگی همچون انتخاب یا تغییر رشته، اغلب خود را با شخصیت‌های قهرمان داستان‌ها و فیلم‌ها مقایسه و همذات‌پنداری می‌کنند. آن‌ها با تماشای چالش‌های قهرمانانی که درگیر تصمیم‌گیری‌های سخت، تغییر مسیر زندگی یا مبارزه با موانع هستند، نوعی بازتاب از وضعیت خود را در آن شخصیت‌ها می‌بینند. برای مثال دانش‌آموز شماره ۱۱ گفت: «در فیلم *Baby Driver*، بیبی یک راننده فراریه که می‌خواد زندگی خلافکارانه‌اش را ترک کنه اما گرفتار نقشه‌های خطرناک می‌شه. اون تلاش می‌کنه با مهارت و اراده، کنترل سرنوشت خود را به دست بگیره. تو فیلم قهرمانش می‌خواست از گذشته و آدمایی که اذیتش می‌کردن خلاص بشه و برای خودش زندگی جدید بسازه. این برام شبیه خودم بود که می‌خواستم تغییر رشته بدم ولی از حرف مردم و خانواده می‌ترسم. دیدن اون فیلم باعث شد فکر کنم شاید منم بتونم از این وضعیت بیرون بیام.»

ج) گرایش به اقدام

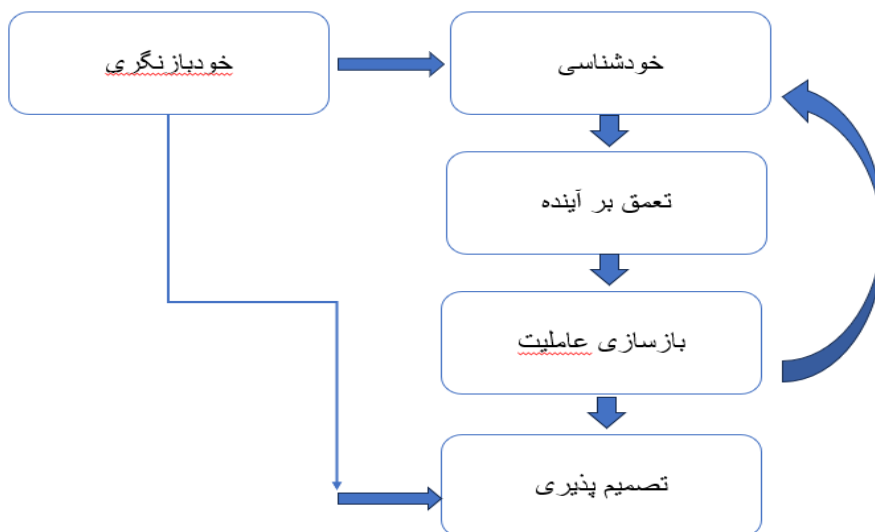
تصمیم‌گیری زمانی معنا پیدا می‌کند که به کنش منتهی شود. در این زیرمضمون، گرایش به اقدام به‌عنوان نشانه‌ای از عبور از مرحله تردید و ورود به مرحله تحقق تصمیم مشاهده می‌شود. در این مرحله، نوجوانان از وضعیت صرفاً ذهنی و تحلیل‌محور خارج شده و وارد

واکاوی نتایج مشاوره شغلی بر ساخت‌گرا برای دانش‌آموزان متقاضی تغییر رشته...

میدان تجربه عملی می‌شوند. برای مثال دانش‌آموز شماره ۲ گفت: «من تو یوتیوب و اینستاگرام کلی ویدیوهای انگیزشی و آموزشی می‌بینم که بهم انرژی میدن. این برنامه‌ها باعث شدن نه فقط درباره هدفم فکر کنم، بلکه دست به کار بشم و چیزهایی که یاد می‌گیرم رو عملی کنم. مثلاً وقتی تصمیم گرفتم در رابطه با رشته برق که علاقمند هستم بیشتر یاد بگیرم اومدم تو کلاس‌ها و کارگاه‌های مرتبط ثبت نام کردم»

د) تطبیق راه حل خاطره سوم

افراد با بازخوانی سه خاطره معنادار از گذشته، به گونه‌ای فعال میان مشکلات و چالش‌های تجربه شده در خاطره‌های اول و دوم، و رویکرد جدید خود در خاطره سوم ارتباط برقرار می‌کنند. برای مثال دانش‌آموز شماره ۴ در خاطره اول گفت "کلی گریه کردم که برم با بچه‌های کوچه بازی کنم ولی مامانم می‌ت رسید که من برم و در خاطره سوم یک بار دیگه می‌خواستم برم خونه داییم پیش پسر داییم اما مامانم قبول نمیکرد همون موقع به مامان بزرگم گفتم و اون مامانم رو راضی کرد. شاید الان هم بهتره از یک بزرگ تر بخوام که با مامانم حرف بزنه چون اون حتی از تغییر دکوراسیون خونه مون می‌ترسه..."



شکل ۱: مدل مفهومی

بحث و نتیجه گیری

هدف این پژوهش کشف پیامدهای مشاوره شغلی بر ساخت گرا (داستان شغلی من، سنجش و بازخورد) با دانش آموزان متقاضی تغییر رشته بود که به کشف پنج مضمون اصلی انجامید. در ادامه هریک از مضامین اصلی به همراه مضامین فرعی مورد بحث و تحلیل قرار می گیرد.

اولین مضمون اصلی این پژوهش، **خودشناسی** بود. خودشناسی فرایندی است که به فرد کمک می کند تصویری منسجم و واقع بینانه از هویت خود بسازد و بر اساس آن، تصمیم هایی هماهنگ با نیازها، ظرفیت ها و اهداف شخصی اتخاذ کند؛ به ویژه در موقعیت هایی مانند انتخاب یا تغییر رشته که نیازمند سنجش تناسب میان خود واقعی و مسیر آینده است. نخستین زیرمضمون، کشف رغبت های نمایان شده است که از بررسی علایق فرد در رسانه ها و شبکه های اجتماعی و تحلیل دلیل جذابیت آن ها در مصاحبه «داستان شغلی من» به دست می آید (ساویکاس، ۲۰۲۰). دومین زیرمضمون، شفافیت خودپنداره است که از واکاوی جذابیت مدل های نقش دوران کودکی حاصل می شود (ساویکاس، ۱۴۰۰). ترکیب این دو مؤلفه به شناسایی علایق پایدار و تعیین اهدافی همسو با هویت فرد می انجامد. یافته های عرب مالدار و همکاران (۱۴۰۴) و اوزک و فراریس^۱ (۲۰۱۸) نیز بر نقش خودشناسی در انتخاب مسیر تحصیلی تأکید دارند. در تبیین این مضمون می توان گفت که خودشناسی، به ویژه در شرایط حساس انتخاب یا تغییر رشته، نه فقط ابزاری برای شناخت علایق و الگوها بلکه مکانیزمی برای هماهنگ کردن تصمیمات تحصیلی با هویت و ارزش های شخصی است. نکته جالب در پژوهش حاضر آنکه در دانش آموزان متقاضی تغییر رشته، خودشناسی اغلب با واکنش به نارضایتی از انتخاب پیشین آغاز می شود، نه یک فرایند اکتشافی. به عبارت دیگر، تجربه شکست یا ناهماهنگی در رشته قبلی، محرک اولیه برای بازگشت به خودشناسی است. این یافته با مدل های سنتی که خودشناسی را نقطه شروع خطی فرض می کنند، تفاوت دارد و نشان می دهد که در بافت تغییر رشته، خودشناسی می تواند بازتابی از یک بحران هویتی باشد.

دومین مضمون اصلی شناسایی شده در این پژوهش **خودبازنگری** بود. در فرآیند خودبازنگری، فرد به بازخوانی لحظات تأثیرگذار زندگی اش می پردازد. این فرایند می تواند منجر به ایجاد بینشی عمیق نسبت به خواسته ها و اولویت های فردی شود (بیلی و ریمن^۲، ۲۰۲۲). خودبازنگری فرایندی عمیق و هدفمند است که طی آن فرد با مرور دقیق گذشته،

1- Özek & Ferraris

2- Bailey & Rehman

واکاوای نتایج مشاوره شغلی بر ساخت‌گرا برای دانش‌آموزان متقاضی تغییر رشته...

ارزیابی شرایط کنونی و بازتعریف آینده، نه تنها مسیر زندگی بلکه ساختار هویت خود را بازسازی می‌کند. خودبازنگری در بافت انتخاب رشته، پلی میان گذشته، حال و آینده ایجاد می‌کند تا انتخاب رشته یا تغییر آن بر اساس شناخت عمیق و ارزیابی واقع‌بینانه صورت گیرد (رودولف^۱ و همکاران، ۲۰۱۷). نخستین زیرمضمون، روایت‌پذیری، توانایی بازگو کردن تجربیات تحصیلی و شخصی در قالب داستانی منسجم است که به فرد کمک می‌کند مسیر گذشته‌اش را معنا کرده و آن را با اهداف تحصیلی آینده پیوند دهد (جونز^۲ و همکاران، ۲۰۲۴). دومین زیرمضمون، خودزندگی‌نامه‌نویسی، شامل نوشتن یا بیان ساختارمند داستان زندگی تحصیلی است؛ به گونه‌ای که فرد بتواند روند شکل‌گیری علاقه‌مندی‌ها، تغییرات نگرش و تجربه‌های تأثیرگذار خود را شناسایی کند. این بازخوانی ساختاریافته کمک می‌کند مسیر تحصیلی آینده روشن‌تر و انتخاب‌ها هدفمندتر شوند (رهفوس^۳ و همکاران، ۲۰۱۲). سومین زیرمضمون، آگاهی از منابع روانی-اجتماعی، به شناخت ظرفیت‌های درونی مانند انگیزه و تاب‌آوری و همچنین منابع بیرونی مانند حمایت خانواده، مشاوران و دوستان اشاره دارد. این آگاهی در انتخاب یا تغییر رشته، فرد را قادر می‌سازد با اتکا به پشتوانه‌های واقعی، انتخابی مطمئن‌تر انجام دهد. پژوهش‌های همسو نیز اهمیت پیامدهای ذکر شده را در حوزه انتخاب تأیید کرده‌اند (ملکی‌ها و اصلانی، ۱۴۰۱، مصطفایی و نیلفروشان، ۱۴۰۰). خودبازنگری در این پژوهش در دو لایه مجزا ظاهر شد: لایه اول، بازنگری صرفاً شناختی (مرور رویدادها) و لایه دوم، بازنگری عاطفی-ارزیابانه (احساس نسبت به آن رویدادها). آنچه در مداخله بر ساخت‌گرا بیش از سایر رویکردها مؤثر بود، تأکید بر لایه دوم از طریق سؤالاتی مانند «احساس شما نسبت به خاطره چیست؟» و «دوست داشتید آن خاطره چگونه تمام می‌شد؟» است. این یافته نشان می‌دهد که تغییر رشته موفق، نیازمند بازنگری عاطفی و نه صرفاً شناختی است؛ نکته‌ای که در بسیاری از برنامه‌های هدایت تحصیلی مغفول می‌ماند.

تعمق نسبت به آینده به عنوان مضمون اصلی سوم فرایندی پیچیده و پویا است که به فرد این امکان را می‌دهد که با نگاهی آگاهانه، سنجیده و هدفمند به پیامدهای تصمیمات و اقدامات خود در بلندمدت بیندیشد. چشم‌انداز و برنامه‌ریزی برای آینده به عنوان زیرمضمون اول به توانایی ترسیم تصویری الهام‌بخش و واقع‌بینانه از آینده اشاره دارد. این فرایند برنامه‌ریزی، علاوه بر کمک به پیش‌بینی چالش‌ها، به فرد انگیزه و جهت‌گیری ثابتی می‌دهد

1- Rudolph

2- Jones

3- Rehfuss

تا حتی در شرایط تغییر یا فشارهای بیرونی، مسیر خود را رها نکند (تابر و بلنکمیر^۱، ۲۰۱۵). این چشم‌انداز زمانی بیشترین کارایی را دارد که با تعهد نسبت به آینده (زیر مضمون دوم) همراه شود. در کنار این دو مؤلفه، خویشتن‌های محتمل به‌عنوان سومین زیرمضمون، نقشی الهام‌بخش و جهت‌دهنده ایفا می‌کند. خویشتن‌های محتمل، تصاویری ذهنی از خود در آینده هستند که با ایجاد پیوندی عاطفی و شناختی میان حال و آینده، هم به‌عنوان موتور محرک و هم به‌عنوان سیستم هشدار عمل می‌کنند (پیستما و وندروین^۲، ۲۰۱۱). مطالعات انجام شده سون^۳ (۲۰۱۸) نشان داد که داشتن چشم‌انداز آینده، به‌ویژه همراه با برنامه‌ریزی دقیق، خودکارآمدی و رضایت شغلی را افزایش می‌دهد، همچنین تانگ و همکاران^۴ (۲۰۲۱) تعهد نسبت به آینده را عاملی پیش‌بینی‌کننده برای پایداری تحصیلی معرفی کرده‌اند اویسرمن و همکاران^۵ (۲۰۰۶) نیز تأکید کرده‌اند که خویشتن‌های محتمل انگیزه‌ای نیرومند برای یادگیری مهارت‌ها و اجتناب از رفتارهای پرخطر ایجاد می‌کند. در تبیین این مضمون می‌توان گفت وقتی فرد چشم‌اندازی روشن و دقیق از آینده داشته باشد، می‌تواند مسیر پیش رو را به بخش‌های کوچک‌تر تقسیم کند، تعهد همانند نیروی محرکه‌ای است که فرد را در برابر موانع محافظت می‌کند، و خویشتن‌های محتمل همچون چراغ‌های هشدار و انگیزش، فرد را به سمت آینده مطلوب سوق داده و از نزدیک‌شدن به آینده نامطلوب باز می‌دارند (کراس و مارکوس^۶، ۱۹۹۴).

در این پژوهش، میان سه زیرمضمون تعمق بر آینده یک نقش‌پردازی متمایز مشاهده شد: چشم‌انداز و برنامه‌ریزی به‌عنوان بعد شناختی، تعهد به‌عنوان بعد انگیزشی-ارادی، و خویشتن‌های محتمل به‌عنوان بعد تصویری-هیجانی عمل می‌کنند. نکته قابل تأمل آنکه در دانش‌آموزانی که سابقه تغییر رشته ناموفق یا تردید طولانی داشتند، خویشتن‌های محتمل منفی (تصویر خود در رشته نامناسب) قوی‌تر از خویشتن‌های محتمل مثبت بود و مداخله بر ساخت‌گرا ابتدا باید این تصاویر منفی را بازسازی می‌کرد. بنابراین پیشنهاد می‌شود در کاربرد بالینی این رویکرد برای متقاضیان تغییر رشته، جلسه اول یا دوم بر بازنویسی خویشتن‌های محتمل منفی تمرکز یابد. همچنین تعهد نسبت به آینده در نمونه ما عمدتاً از نوع تعهد هنجاری (احساس وظیفه در قبال خانواده یا خود ایده‌آل) بود تا تعهد عاطفی

-
- 1- Taber & Blankmeyer
 - 2- Pietsma & Vanderveen
 - 3- Son
 - 4- Tang
 - 5- Oyserman
 - 6- Cross & Markus

واکاوی نتایج مشاوره شغلی بر ساخت‌گرا برای دانش‌آموزان متقاضی تغییر رشته...

صرف. این تفاوت ظریف نشان می‌دهد که در فرهنگ ایرانی، تصمیمات تحصیلی بیش از آنکه مبتنی بر لذت یا علاقه صرف باشد، بر پایه «تکلیف» و «مسئولیت» معنا می‌یابد. بازسازی عاملیت چهارمین مضمون اصلی این پژوهش بود. این فرایند به فرد کمک می‌کند احساس کنترل و نقش فعال خود را در تصمیم‌گیری‌ها بازیابد و از حالت انفعالی خارج شود (بیتمن^۱، ۲۰۲۲). در زمینه انتخاب رشته، بازسازی عاملیت به دانش‌آموز امکان می‌دهد پس از تجربه سردرگمی، فشارهای محیطی یا انتخاب‌های ناموفق پیشین، دوباره هدایت مسیر تحصیلی خود را بر عهده گیرد. احساس توانمندی و کنترل، باور به انتخاب رشته بر اساس علایق و اهداف شخصی - نه صرفاً عوامل بیرونی - را تقویت کرده و حس مالکیت تصمیم را افزایش می‌دهد (گاتی و لوین^۲، ۲۰۱۲). این احساس زمانی به کنش واقعی منجر می‌شود که با تمایل به تغییر همراه باشد؛ زیرا گرایش به تغییر، ذهن را برای پذیرش گزینه‌های تازه و رها کردن مسیرهای ناسازگار آماده می‌کند. خودکارآمدی نیابتی نیز از طریق مشاهده نمونه‌های موفق، اضطراب تصمیم‌گیری را کاهش می‌دهد. افزون بر این، انطباق‌پذیری نشان می‌دهد انتخاب رشته فرایندی پویاست (مارتین و همکاران^۳، ۲۰۱۳). یافته‌های کایو لیان^۴ (۲۰۲۲) و نالیس^۵ و همکاران (۲۰۲۱) نیز نقش احساس کنترل درونی و گرایش به تغییر را در انتخاب آگاهانه تأیید می‌کنند. در تبیین این موضوع می‌توان گفت که بازسازی عاملیت با کمک مشاوره بر ساخت‌گرایی، در واقع بازگرداندن کنترل فرایند تصمیم‌گیری به دست خود دانش‌آموز است؛ به گونه‌ای که او دیگر صرفاً پذیرنده شرایط یا تبعیت‌کننده از توصیه‌های دیگران نباشد، بلکه با آگاهی، تحلیل شخصی و مسئولیت‌پذیری مسیر خود را برگزیند.

مهم‌ترین دستاورد این پژوهش در مضمون بازسازی عاملیت، شناسایی دو منبع متمایز خودکارآمدی بود: خودکارآمدی مستقیم (از تجربه موفق خود فرد) و خودکارآمدی نیابتی (از مشاهده دیگران). در جمعیت نوجوانان متقاضی تغییر رشته، به دلیل نبود تجربه مستقیم موفق در رشته جدید، خودکارآمدی نیابتی نقش پیش‌برنده‌تری داشت. این یافته با مدل اصلی بندورا^۶ (۱۹۹۷) همسو است اما در زمینه مشاوره شغلی کمتر به آن پرداخته شده است. عملاً مصاحبه «داستان شغلی من» با پرسش درباره قهرمان داستان و راهکار او، یک

1- Bateman

2- Gati & Levin

3- Martin

4- Cai & Lian

5- Nalis

6- Bandura

منبع قدرتمند برای القای خودکارآمدی نیابتی فراهم می‌کند. همچنین تمایل به تغییر در نمونه ما اغلب با احساس دفع از وضعیت فعلی آغاز می‌شد و نه الزاماً جذب به وضعیت مطلوب. این نکته اهمیت توجه به نارضایتی از وضع موجود را به عنوان موتور اولیه تغییر رشته نشان می‌دهد.

تصمیم‌پذیری به عنوان مضمون اصلی پنجم، فرآیندی پیچیده و چندلایه است که ترکیبی از انگیزش درونی، الگوگیری، تجربه محوری و گرایش به اقدام را در بر می‌گیرد و به دانش‌آموز کمک می‌کند از مرحله تردید به مرحله انتخاب آگاهانه و عمل برسد (آیسنگل و کافمن^۱، ۲۰۲۱). یکی از عناصر اثرگذار در این فرآیند، شعارها و جملات انگیزشی است که نه تنها منبع الهام هستند بلکه به ایجاد خودآگاهی و اعتمادبه‌نفس لازم برای تصمیم‌گیری کمک می‌کنند. این منبع انگیزشی زمانی اثر عمیق‌تری پیدا می‌کند که با شناسایی شباهت چالش تصمیم‌گیری با چالش قهرمانان داستان‌ها و فیلم‌ها همراه شود؛ چراکه بسیاری از دانش‌آموزان در مواجهه با انتخاب یا تغییر رشته، خود را در موقعیتی مشابه با قهرمانانی می‌بینند که باید مسیر سختی را طی کنند، تصمیم مهمی بگیرند یا با موانع جدی مقابله کنند. این هم‌ذات‌پنداری، با ایجاد بازتابی از وضعیت فردی در قالب یک روایت الهام‌بخش، زمینه‌ای برای درک بهتر شرایط و یافتن مسیرهای خلاقانه برای عبور از تردیدها و فشارها فراهم می‌سازد. مشاهده و تحلیل راهکارهایی که قهرمانان داستان برای غلبه بر چالش‌ها به کار می‌گیرند، مرحله بعدی این فرایند را شکل می‌دهد که راهکارهایی چون مقاومت در برابر مشکلات، تلاش مستمر، امیدواری و فداکاری که در ذهن نوجوان نهادینه می‌شود و به صورت الگوهای رفتاری در تصمیم‌گیری‌های واقعی، از جمله انتخاب رشته، به کار گرفته می‌شود. زمانی که این منابع انگیزشی و الگویی به نقطه‌ای از آمادگی ذهنی و هیجانی برسند، گرایش به اقدام پدیدار می‌شود؛ یعنی فرد از دایره اندیشه و سنجش صرف خارج شده و با اقدامات عملی تصمیم خود را وارد مرحله اجرا می‌کند. این گرایش فعالانه به اقدام، نشانه‌ای از عبور از مرحله بلاتکلیفی و ورود به مسیر تحقق اهداف است در این میان، تطبیق راه حل خاطره سوم نقشی مهم در تعمیق فرایند تصمیم‌گیری ایفا می‌کند. دانش‌آموز با بازخوانی سه خاطره معنادار از گذشته، میان مشکلات و چالش‌های تجربه‌شده در خاطرات اول و دوم و راه حل یا رویکرد جدید در خاطره سوم ارتباط برقرار می‌کند. این تطبیق، امکان بازشناسی الگوهای مقابله‌ای موفق یا ناکارآمد را فراهم می‌کند و به فرد می‌آموزد چگونه از درس‌های تلخ و شیرین گذشته برای مواجهه با تصمیم فعلی بهره‌بردارد. خاطره سوم اغلب

واکاوی نتایج مشاوره شغلی بر ساخت‌گرا برای دانش‌آموزان متقاضی تغییر رشته...

نقطه عطفی است که نشان می‌دهد فرد به رویکردی آگاهانه‌تر و متناسب‌تر با ارزش‌ها و علایقش رسیده است و تصمیم کنونی او نتیجه فرایندی پیوسته و معنادار بوده، نه واکنشی آنی. این بازنگری فعال، گذشته را به منبعی برای معنابخشی به اکنون تبدیل کرده و انتخاب رشته را در امتداد یک روایت هویتی منسجم و هدفمند قرار می‌دهد (ساویکاس، ۲۰۲۰). بر اساس نظر براون^۱ و همکاران (۲۰۱۶) نوجوانانی که با قهرمانان داستان‌های خاصی هم‌ذات‌پنداری می‌کنند، بیش از دیگران تمایل دارند ویژگی‌ها و نقش‌های آن قهرمانان را در زندگی واقعی خود بازسازی کنند. لیوتی^۲ (۲۰۱۵) نیز تأکید کرده‌اند که شبیه‌سازی چالش‌های تصمیم‌گیری با موقعیت قهرمانان داستانی، قدرت تجسم و تحلیل راهبردهای حل مسئله را تقویت می‌کند.

یافته جالب آنکه محرک اقدام (شعارها و جملات انگیزشی) به تنهایی برای تصمیم‌گیری کافی نبود، بلکه توالی مشخصی ضرورت داشت: ابتدا محرک، سپس هم‌ذات‌پنداری با قهرمان، سپس تحلیل راهکار او، بعد گرایش به اقدام و در نهایت تطبیق راه حل خاطره سوم. این توالی نشان می‌دهد که تصمیم‌گیری در نوجوانان متقاضی تغییر رشته یک فرایند چندمرحله‌ای و اکتشافی است و نمی‌توان آن را صرفاً با ارائه اطلاعات یا توصیه خلاصه کرد. وقتی دانش‌آموزان خودشان به طور خودانگیخته بین خاطره سوم (که اغلب پایانی موفق یا راهبردی خلاقانه دارد) و مسئله فعلی تغییر رشته ارتباط برقرار می‌کردند حس تعمق زیادی را تجربه می‌کردند. پیشنهاد می‌شود در کاربست‌های بالینی، مشاوران به طور هدفمند این تطبیق را تسهیل کنند.

پس از بررسی پنج مضمون اصلی، آنچه به عنوان یک فرایند کلان ظهور می‌یابد، زنجیره‌ای است که از خودشناسی آغاز، با خودبازنگری عمیق‌تر، سپس تعمق بر آینده، بازسازی عاملیت و در نهایت تصمیم‌پذیری به کنش تبدیل می‌شود. با این حال، برخلاف مدل‌های خطی سنتی، این زنجیره بازخوردی و مارپیچی است: تصمیم‌پذیری دوباره به خودبازنگری می‌انجامد (چون اقدام عملی، تجربه جدیدی خلق می‌کند که نیاز به بازتعریف دارد) و بازسازی عاملیت، خودشناسی را تقویت می‌کند (احساس توانمندی، خودپنداره را اصلاح می‌کند). بنابراین مشاوره بر ساخت‌گرا در حوزه تغییر رشته، نه یک مداخله خطی سه جلسه‌ای، بلکه آغازگر یک چرخه خودتوسعه‌ای است که پس از پایان جلسات نیز ادامه می‌یابد. نکته آسیب‌شناختی دیگر، ضعف نسبی زیرمضمون آگاهی از منابع روانی-اجتماعی در نمونه حاضر بود. بسیاری از دانش‌آموزان به مشاوران مدرسه اعتماد نداشتند یا خانواده را

1- Brown

2- Leuty

منبع فشار می‌دانستند، نه حمایت. این یافته نشان می‌دهد که مداخله برساخت‌گرا در ایران، نیازمند تقویت مؤلفه بازسازی رابطه با نظام آموزشی به عنوان یک منبع بیرونی است که در پروتکل اصلی کمتر به آن پرداخته شده است. در نهایت، پژوهش حاضر نشان داد که مشاوره شغلی برساخت‌گرا با استفاده از مصاحبه «داستان شغلی من»، فراتر از انتقال اطلاعات، بستری برای معناسازی مجدد هویت شغلی فراهم می‌کند. این رویکرد به ویژه برای دانش‌آموزانی که تجربه انتخاب ناموفق داشته‌اند (متقاضیان تغییر رشته) کارآمد است، زیرا به جای تمرکز بر «اشتباه گذشته»، بر «بازنویسی آینده» تأکید دارد. پیشنهاد می‌شود در نظام آموزشی ایران، این پروتکل به عنوان یک برنامه مکمل پس از اعلام نتایج هدایت تحصیلی، برای دانش‌آموزان در معرض خطر نارضایتی اجرا شود. همچنین پیشنهاد می‌شود پژوهشگران آینده از رویکردهای ترکیبی بهره گیرند تا ضمن تحلیل عمیق روایت‌ها، بتوانند با استفاده از ابزارهای کمی (مانند پرسشنامه‌های استاندارد)، یافته‌ها را از نظر آماری نیز اعتبارسنجی کنند. این امر باعث رفع محدودیت تعمیم نتایج خواهد شد. همچنین انجام مطالعات طولی به منظور بررسی تغییرات نگرش، هویت شغلی و تصمیم‌گیری‌های تحصیلی دانش‌آموزان در بازه‌های زمانی چندساله توصیه می‌شود. این نوع مطالعه می‌تواند روند تغییر رشته و پیامدهای آن را در طول زمان به‌طور دقیق‌تر نشان دهد. همچنین تمامی سه جلسه مشاوره توسط یک مشاور (نویسنده نخست) اجرا شد. اگرچه این امر یکنواختی مداخله را تضمین می‌کند، اما امکان جداسازی اثر شخصیت و سبک مشاور از اثر خود مداخله برساخت‌گرا وجود ندارد. پژوهش‌های آینده می‌توانند با استفاده از چند مشاور آموزش‌دیده، اثر مشاور را به عنوان متغیر مزاحم کنترل کنند. متغیرهایی مانند وضعیت اقتصادی-اجتماعی خانواده، سطح تحصیلات والدین، سابقه شکست تحصیلی، و نمرات پایه دانش‌آموز به عنوان متغیرهای کنترل وارد طراحی نشدند. در پژوهش‌های آمیخته (کمی-کیفی) می‌توان نقش این متغیرها را در تعدیل پیامدهای مشاوره برساخت‌گرا سنجید.

ملاحظات اخلاق پژوهش

برای رعایت ملاحظات اخلاقی، در آغاز مصاحبه به مصاحبه‌شوندگان درباره هدف پژوهش، روش مصاحبه، اطمینان از محرمانه بودن اطلاعات و حق آن‌ها برای شرکت یا عدم شرکت در مطالعه توضیحات کامل ارائه شد. رضایت آگاهانه از مصاحبه‌شوندگان اخذ گردید. این مقاله هیچگونه حمایت مالی دریافت نکرده است.

منابع

- احمدیان مرج، اسماء؛ و ملک پور افشار، عزت‌الله. (۱۴۰۲). رهیافتی پدیدارشناسانه به عوامل تحصیلی در انتخاب رشته تحصیلی دانش‌آموزان. *پیشرفت‌های نوین در روان‌شناسی، علوم تربیتی و آموزش و پرورش*، ۶۵(۶)، ۹۷-۱۱۰.
- ایوبی، لیدا؛ و صالحی، کیوان. (۱۴۰۴). انتشار آنلاین. شیوه‌های دستیابی به اشباع در پژوهش‌های کیفی: یک بررسی نظام‌مند. *پژوهش‌های کیفی در علوم رفتاری*.
- حاجی محمد رضایی، مانا سادات؛ ضرغام حاجبی، مجید؛ و شفیع‌آبادی، عبدالله. (۱۴۰۱). اثربخشی مشاوره مسیر شغلی مبتنی بر امید بر انطباق‌پذیری مسیر شغلی. *سلامت اجتماعی*، ۹(۱)، ۶۴-۷۲.
- رئیسی‌فر، کامیار؛ پورعزت، علی‌اصغر؛ و شامی‌زنجانی، مهدی. (۱۳۹۷). بررسی داستان مسیر شغلی با رویکرد تحلیل روایت (ساختاری و محتوایی). *مدیریت سازمان‌های دولتی*، ۶(۳)، ۶۵-۸۲.
- ساویکاس، ام، ال. (۱۴۰۰). *مشاوره مسیر شغلی*. ترجمه پریسا نیلفروشان. اصفهان: انتشارات دانشگاه اصفهان.
- شاکردرگاه، خدیجه. (۱۴۰۱). بررسی عوامل مؤثر بر انتخاب رشته تحصیلی (مطالعه موردی: دانش‌آموزان دختر مقاطع متوسطه شهرستان بوشهر). *پانزدهمین کنفرانس بین‌المللی روان‌شناسی، مشاوره و علوم تربیتی*.
- شبانی، محمد صادق؛ صادقی، احمد؛ و ترکان، هاجر. (۱۴۰۱). اثربخشی آموزش طرح ریزی مسیر تحصیلی-شغلی ساویکاس بر موفقیت و رضایت تحصیلی دانشجویان دارای فرسودگی تحصیلی. *جامعه‌شناسی آموزش و پرورش*، ۹(۲)، ۵۹-۷۰.
- عرب‌مالدار، نازیلا؛ کرمی‌مقدم، فاطمه؛ سیاوشی‌پور، فریده؛ و کیمیادار، منصوره. (۱۴۰۲). اهمیت خودشناسی در انتخاب مسیر تحصیلی، ششمین کنفرانس بین‌المللی علوم انسانی، علوم تربیتی، حقوق و علوم اجتماعی.
- غلامپور، امین؛ رسولی، عباس؛ شفیع، حکیمه؛ و حیدری، حسنی. (۱۴۰۲). بررسی عوامل مؤثر بر انتخاب رشته تحصیلی دانش‌آموزان، *اولین کنفرانس بین‌المللی حقوق، مدیریت، علوم تربیتی، روانشناسی و مدیریت برنامه ریزی آموزشی*، تهران.
- کریم‌زاده، فاطمه؛ احدی، رقیه؛ و اسداللهی، لیلا. (۱۴۰۱). عوامل مؤثر بر جهت‌گیری تحصیلی و انتخاب رشته غلط در دانش‌آموزان: تأثیر معلم در هدایت تحصیلی آنها، پنجمین همایش بین‌المللی روانشناسی، علوم تربیتی و مطالعات اجتماعی، همدان.

- کریمیان، عدالت؛ حسینیان، سیمین؛ فرخی، نورعلی؛ و یزدی، سیده منور. (۱۴۰۰). بررسی عملی بودن آزمون استعداد بارت (۲۰۱۵) در هدایت تحصیلی شغلی دانش آموزان پایه نهم. *مشاوره شغلی و سازمانی*, ۱۳(۱), ۲۵-۴۰.
- محمدیان آئینه، محمد؛ خراسانی، زینب سادات؛ سلیمی، حسن؛ و حسینی، سیده محبوبه. (۱۴۰۲). بررسی تغییر رشته تحصیلی در پیشرفت تحصیلی دانش آموز، سومین همایش ملی/ایده های کاربردی در علوم تربیتی، روانشناسی و مطالعات فرهنگی، بوشهر. مصطفایی، مرضیه؛ و نیلفروشان، پریسا. (۱۴۰۰). تغییرات زندگینامه شغلی آینده نگر از طریق مداخلات روایتی مبتنی بر داستان زندگی من و روایت های ترسیمی: مطالعه موردی با مشکل گذار. *فرهنگ مشاوره و روان درمانی*, ۱۲(۴۶), ۲۲۹-۲۵۸.
- ملکی ها، مرضیه؛ و اصلانی، فرشید. (۱۴۰۱). ارزیابی تأثیر روایت درمانی مسیر شغلی بر ارتقاء تأمل بر پروژه زندگی و حس پیوستگی دانشجویان فارغ التحصیل دانشگاه حضرت معصومه(س). *مطالعات معرفتی در دانشگاه اسلامی*, ۲۶(۹۳), ۹۸۳-۱۰۰۴.
- نویدی، احد. (۱۳۹۷). هدایت تحصیلی در نظام آموزش و پرورش ایران: تجارب عملی و چالش های پایدار. *تعلیم و تربیت*, ۳۴(۱), ۹-۳۴.
- یآوری، احمد. (۱۳۹۶). کارکرد نظام مشاوره مدرسه در فرایند شکل گیری هویت نوجوانان بر حسب انتخاب رشته تحصیلی (پایان نامه کارشناسی ارشد). دانشگاه مازندران، دانشکده علوم انسانی و اجتماعی.
- یزدان خو، سوگل؛ دهقانی، مرضیه؛ و صالحی، کیوان. (۱۴۰۱). واکاوی تجارب و راهکارهای انجام هدایت تحصیلی-شغلی مطلوب از دیدگاه دانشجویان و فارغ التحصیلان دانشگاه تهران: مطالعه ای پدیدارشناسانه. *مشاوره شغلی و سازمانی*, ۱۴(۴), ۹-۴۲.
- Altonji, J. G., Arcidiacono, P., & Maurel, A. (2016). The analysis of field choice in college and graduate school: Determinants and wage effects. *Handbook of the Economics of Education*, 5, 305-396. <mailto:https://doi.org/10.1016/B978-0-444-63459-7.00007-5>
- Astorne-Figari, C., & Speer, J. D. (2019). Are changes of major major changes? The roles of grades, gender, and preferences in college major switching. *Economics of Education Review*, 70, 75-93. <mailto:https://doi.org/10.1016/j.econedurev.2019.03.005>
- Bandura, A., & Wessels, S. (1997). *Self-efficacy* (Vol. 10). Cambridge: Cambridge University Press.
- Bailey, J. R., & Rehman, S. (2022). Don't underestimate the power of self-reflection. *Harvard Business Review*. <mailto:https://hbr.org/2022/03/dont-underestimate-the-power-of-self-reflection>

- Barhate, B., & Dirani, K. M. (2022). Career aspirations of generation Z: A systematic literature review. *European Journal of Training and Development*, 46(1–2), 139–157. [mailto: https://doi.org/10.1108/EJTD-05-2021-0073](mailto:https://doi.org/10.1108/EJTD-05-2021-0073)
- Bateman, T. S. (2022). Agency is the highest level of personal competence. *Psychology Today*. [mailto: https://www.psychologytoday.com](mailto:https://www.psychologytoday.com)
- Brent, R., Mobley, C., Brawner, C. E., & Orr, M. K. (2019). “I feel like I’ve found where I belong”: Interviews with Black engineering students who change majors. In *Proceedings of the IEEE Frontiers in Education Conference* (pp. 1–5). IEEE. <mailto:https://doi.org/10.1109/FIE43999.2019.9028429>
- Braun, V., & Clarke, V. (2006). Using thematic analysis in psychology. *Qualitative Research in Psychology*, 3(2), 77–101. https://doi.org/10.1191/1478088706qp063oa
- Brown, B., Nasiruddin, M., Cabral, A., & Soohoo, M. (2016). Childhood idols: Shifting from superheroes to public health heroes. *Journal of Public Health*, 38(3), 625–629. [mailto: https://doi.org/10.1093/pubmed/fdv013](mailto:https://doi.org/10.1093/pubmed/fdv013)
- Cai, J., & Lian, R. (2022). Social Support and a Sense of Purpose: The Role of Personal Growth Initiative and Academic Self-Efficacy. *Frontiers in psychology*, 12, 788841 https://doi.org/10.3389/fpsyg.2021.788841
- Cardoso, P., Gonçalves, M. M., Duarte, M. E., Silva, J. R., & Alves, D. (2016). Life design counseling outcome and process: A case study with an adolescent. *Journal of Vocational Behavior*, 93, 58–66. [mailto: https://doi.org/10.1016/j.jvb.2016.01.002](mailto:https://doi.org/10.1016/j.jvb.2016.01.002)
- Cross, S. E., & Markus, H. R. (1994). Self-schemas, possible selves, and competent performance. *Journal of Educational Psychology*, 86(3), 423–438. <mailto:https://doi.org/10.1037/0022-0663.86.3.423>
- Gati, I., & Levin, N. (2012). The stability and structure of career decision-making profiles: A 1-year follow-up. *Journal of Career Assessment*, 20(4), 390–403. <mailto:https://doi.org/10.1177/1069072712448892>
- Gerçek, M. (2024). Serial multiple mediation of career adaptability and self-perceived employability in the relationship between career competencies and job search self-efficacy. *Higher Education, Skills and Work-Based Learning*, 14(2), 461–478. [mailto: https://doi.org/10.1108/HESWBL-02-2023-0036](mailto:https://doi.org/10.1108/HESWBL-02-2023-0036)
- Icenogle, G., & Cauffman, E. (2021). Adolescent decision making: A decade in review. *Journal of Research on Adolescence*, 31(4), 1006–1022. <mailto:https://doi.org/10.1111/jora.12608>
- Jones, J., Manoharan, A., Jiang, Z., & Singal, M. (2024). A framework of facilitators and barriers to career adaptability: Migrant hotel workers during COVID-19. *Journal of Hospitality & Tourism Research*, 48(3), 483–500. <mailto:https://doi.org/10.1177/10963480221118820>
- Kumi, E., Osei, H. V., Asumah, S., & Yeboah, A. (2024). The impact of technology readiness and adapting behaviours in the workplace: The mediating effect of career adaptability. *Future Business Journal*, 10(1), 63. <mailto:https://doi.org/10.1186/s43093-024-00355-z>
- Lam, M., & Santos, A. (2018). The impact of a college career intervention program on career decision-making self-efficacy, career indecision, and

- decision-making difficulties. *Journal of Career Assessment*, 26(3), 425–441.
<mailto:https://doi.org/10.1177/1069072717714539>
- Leuty, M. (2015). Vocational and leisure interests: A profile-level approach to examining interests. *Journal of Career Assessment*.
<mailto:https://doi.org/10.1177/1069072715580321>
 - Lincoln, Y.S., & Guba, E.G. (1985). *Naturalistic inquiry*. Thousands Oaks, CA: sage.
 - Malgwi, C. A., Howe, M. A., & Burnaby, P. A. (2005). Influences on students' choice of college major. *Journal of Education for Business*, 80(5), 275–282.
<mailto:https://doi.org/10.3200/JOEB.80.5.275-282>
 - Maree, J. G. (2015). Career construction counseling: A thematic analysis of outcomes for four clients. *Journal of Vocational Behavior*, 86, 1–9.
<mailto:https://doi.org/10.1016/j.jvb.2014.10.001>
 - Martin, A. J., Nejad, H. G., Colmar, S., & Liem, G. A. D. (2013). Adaptability: How students' responses to uncertainty and novelty predict their academic and non-academic outcomes. *Journal of Educational Psychology*, 105(3), 728–746.
<mailto:https://doi.org/10.1037/a0032794>
 - Nalis, I., Kubicek, B., & Korunka, C. (2021). From shock to shift: A qualitative analysis of accounts in mid-career about changes in the career path. *Frontiers in Psychology*, 12, 641248.
<mailto:https://doi.org/10.3389/fpsyg.2021.641248>
 - Obi, O. P. (2015). Constructionist career counseling of undergraduate students: An experimental evaluation. *Journal of Vocational Behavior*, 88, 215–219.
 - Oyserman, D., Bybee, D., & Terry, K. (2006). Possible selves and academic outcomes: How and when possible selves impact motivation. *Journal of Personality and Social Psychology*, 91(1), 188–204.
<mailto:https://psycnet.apa.org/record/2006-08705-013>
 - Özek, H., & Ferraris, A. (2018). The role of self-awareness and self-efficacy on career decision-making. In *Innovation and capacity building*. Springer.
mailto:https://doi.org/10.1007/978-3-319-90945-5_11
 - Peetsma, T., & van der Veen, I. (2011). Relations between future time perspective, learning investment, and academic achievement. *Learning and Instruction*, 21(3), 481–494.
<mailto:https://doi.org/10.1016/j.learninstruc.2010.08.001>
 - Rehfuss, M. C., & Di Fabio, A. (2012). Validating the future career autobiography as a measure of narrative change. *Journal of Career Assessment*, 20(4), 452–462.
<mailto:https://doi.org/10.1177/1069072712450005>
 - Rudolph, C. W., Lavigne, K. N., & Zacher, H. (2017). Career adaptability: A meta-analysis. *Journal of Vocational Behavior*, 98, 17–34.
<mailto:https://doi.org/10.1016/j.jvb.2016.09.002>
 - Savickas, M. L. (2011). *Career counseling*. American Psychological Association. <mailto:https://www.apa.org/pubs/books/4317267>

واکاوای نتایج مشاوره شغلی بر ساخت‌گرا برای دانش‌آموزان متقاضی تغییر رشته...

- Savickas, M. L. (2016). Reflection and reflexivity during life-design interventions. *Journal of Vocational Behavior*, 97, 84–89. <mailto:https://doi.org/10.1016/j.jvb.2016.09.001>
- Savickas, M. L. (2020). Career construction theory and counseling model. In *Career development and counseling* (3rd ed., pp. 165–200). <mailto:https://doi.org/10.1002/9781394258994.ch6>
- Son, S. (2018). The more reflective, the more career-adaptable. *Journal of Vocational Behavior*, 109, 44–53. <mailto:https://doi.org/10.1016/j.jvb.2018.09.004>
- Taber, B. J., & Blankemeyer, M. (2015). Future work self and career adaptability. *Journal of Vocational Behavior*, 86, 20–27. <mailto:https://doi.org/10.1016/j.jvb.2014.10.005>
- Tang, X., Wang, M.-T., Guo, J., & Salmela-Aro, K. (2021). Putting the goal back into grit. *Journal of Youth and Adolescence*, 50(5), 866–879. <mailto:https://doi.org/10.1007/s10964-020-01348-1>
- Young, R. A., & Collin, A. (2004). Introduction: Constructivism and social constructionism in the career field. *Journal of vocational behavior*, 64(3), 373–388.