

بیتک

موسسه فرهنگی و هنری سروش اندیشه حیات
سال هفتم - شماره بیستم - آذر ماه ۱۳۹۴



نگاهی جمالی به روش‌های العه



سروش اندیشه
مؤسسه فرهنگی هنری

مدیر مسئول :
علی رضا ایمانی مقدم
سر دبیر :
حسین وفابخش
طراح و صفحه آرایی :
هدیه حقیقت خزاعی
هیئت تحریریه :
کارشناسان سروش اندیشه
صاحب امتیاز :
مؤسسه فرهنگی و هنری
سروش اندیشه حیات

پیک اندیشه ۲۰

سال هفتم ، شماره بیستم ، آذرماه ۹۴



فهرست

- ۳ موفقیت در نگاه پیامبر(ص)
- ۴ نگاهی اجمالی به روش های مطالعه
- ۱۰ تجربه ارزشمند برترین ها
- ۱۱ تجربه ارزشمند برترین ها
- ۱۲ شکوه بندگی با نماز
- ۱۴ تجربه ارزشمند برترین ها
- ۱۵ تجربه ارزشمند برترین ها

آدرس : مشهد ، انتهای راهنمایی ۲۴ ، پلاک ۱۱۴
 تلفن : ۳۸۴۰۶۵۲۷-۳۸۴۰۶۵۷۷
 شعبه ۲ : بین فلسطین ۱۵ و ۱۷ پلاک ۹۴
 تلفن : ۳۸۴۷۴۷۴۹
www.s-andisheh.ir



Creativity Innovation



رازهایی از موفقیت

در کلام پیامبر رحمت

صَلَّى اللهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ

«برای انسان، جز آنچه با سعی و تلاش خود انجام داده است، (پاداشی) نخواهد بود.»^۵

تلاش و کوشش در راستای تحقق اهداف، در نگاه دین اسلام آنقدر ارزشمند است که پیامبر مهربانی‌ها، حضرت محمد مصطفی (ص) در کلامی تکان‌دهنده می‌فرمایند:

«کسی که بر اثر خستگی از کار و تلاش به خواب می‌رود، آمرزیده می‌شود.»^۶ این است جایگاه کسی که برای رسیدن به اهداف ارزشمند خود، با پشتکار و جدیت، تلاش می‌کند. در واقع اگر به پیرامون خود نگاهی دقیق و موشکافانه داشته باشید، ارتباط بین موفقیت و تلاش را درک خواهید کرد. پس به یاد داشته باشید:

"برای تحقق اهداف بزرگ و ارزشمند، نیازمند تلاش فراوان، منظم و طبق برنامه خواهید بود."

پس همه ما باید تلاش منظم، بدون وقفه و در راستای هدف را سرلوحه کار خود قرار دهیم.

۳ - ارزشمندی کسب علم و تلاش

در نگاه اسلامی، جنسیت، رنگ، نژاد و قومیت ملاک ارزشگذاری انسان‌ها نیست بلکه این تقوا، تلاش و علم است که ملاک برتری انسان‌ها می‌باشد. همانطور که خداوند متعال می‌فرماید:

«آیا کسانی که می‌دانند با کسانی که نمی‌دانند، یکسان هستند؟»^۷ در تعلیمات دین اسلام، توجه خاصی به کسب علم شده است به طوری که پیامبر، تلاش علمی را بر همگان واجب دانسته و می‌فرماید: «دانش‌آموزی بر هر مسلمانی واجب است. به یقین خداوند، دوستداران دانش را دوست می‌دارد.»^۸

واقعیت این است که کسب موفقیت، بدون دانش‌اندوزی و یادگیری علوم و فنون مختلف امکان‌پذیر نیست. برای موفقیت در هر رشته و زمینه‌ای، شما نیازمند کسب اطلاعات کافی در آن زمینه می‌باشید. واقعیت این است که دلیل عمده شکست‌ها و عقب‌ماندگی‌ها، عدم علم و آگاهی کامل نسبت به کار می‌باشد. به همین خاطر است که پیامبر اسلام (ص)، کسب دانش را از ارجمندترین اعمال یک انسان دانسته‌اند و فرموده‌اند: «هر که در جاده‌ای برای آموختن دانش راه برود، خداوند او را به سوی بهشت می‌کشاند.»^۹

پس شایسته است ما هم برای تلاش علمی ارزش قائل باشیم و بدانیم این تلاش، در راستای کسب رضایت و قرب الهی است. پس بدون خستگی و با تمام تلاش، مسیر مقدس جهاد علمی را بپیماییم.

موفق و پیروز باشید

سردبیر - حسین وفابخش

۱ - سوره مومنون، آیه ۱۱۵

۲ - سوره داریات، آیه ۵۶

۳ - بحارالانوار، جلد ۷۲، صفحه ۳۴۲

۴ - سوره نساء، آیه ۹۵

۵ - سوره نجم، آیه ۳۹

۶ - امالی شیخ صدوق، صفحه ۲۸۹؛ مفاتیح الحیاه، جواد آملی، صفحه ۸۶

۷ - سوره زمر، آیه ۹

۸ - اصول کافی، کتاب فضیلت علم، صفحه ۷۲، حدیث ۳۵

۹ - اصول کافی، کتاب فضیلت علم، صفحه ۸۰، حدیث ۵۷

با سلام و عرض تسلیت ایام عزاداری خاندان رسالت، بسیار مناسب است در فاصله بین شهادت و میلاد بزرگمرد عالم بشریت، ختم رسولان، محمد مصطفی (صلی الله علیه و آله و سلم)، نکات کوچکی را از دستورات و سیره عملی ایشان، که برای کسب موفقیت ضروری می‌باشد، بررسی نماییم.

۱ - هدفگذاری و توجه به عاقبت کار

در آیات مختلفی از قرآن و فرمایشات معصومین علیهم السلام، تأکیدات زیادی برای برنامه‌ریزی و هدف‌گذاری شده است و حرکت بدون مقصد و هدف، حرکتی کم‌فایده و کم‌اثر معرفی شده است. در آیات مختلف قرآن، خداوند تأکید فرموده است انسان، بدون هدف خلق نشده است: «آیا گمان کرده‌اید شما را بی‌هوده آفریدیم؟ و به سوی ما باز نمی‌گردید؟»^۱ همچنین خداوند متعال، هدف از خلقت انسان را حرکت به سوی رشد و کمال با ابزار بندگی معرفی کرده^۲ و این هدف را به او اعلام کرده است تا برای رسیدن به آن تلاش کند.

در کلام پیامبر اکرم (ص)، انتخاب اهداف شایسته و توجه به عاقبت و نتیجه کارها بسیار مورد تأکید قرار گرفته است. به همین منظور است که پیامبر رحمت (ص) می‌فرماید:

«هرگاه به کاری همت گماشتی، در سرانجام آن بیندیش. اگر کار پسندیده ای بود، در انجام آن شتاب کن و اگر شر و ناپسند بود، از آن اجتناب کن.»^۳ از این فرمایش زیبای پیامبر سه نکته اساسی و ارزشمند در خصوص تعیین اهداف قابل استفاده است:

۱ - قبل از هر اقدام، نتیجه و پایان آن کار را به طور کامل بررسی و تحلیل نمایید.

۲ - برای دستیابی به اهداف ارزشمند و مفید، با حداکثر تلاش و پشتکار حرکت کنید.

۳ - اهداف نامناسب و بی‌ارزش را ترک کرده و مراقب باشید اهداف کوچک، مانع حرکت موثر شما به سمت رشد و کمال نگردد.

۲ - تلاش و کوشش

یکی از ملاک‌های تعیین فضیلت انسان‌ها در نگاه قرآن، میزان تلاش و کوشش آن‌هاست.^۴ در مبانی موفقیت، جایگاه تلاش و کوشش غیر قابل انکار می‌باشد به گونه‌ای که اگر تلاش شما منظم بوده و صد البته، در راستای تحقق اهداف تنظیم شده باشد، موفقیت شما تضمین شده خواهد بود. به همین دلیل قرآن کریم تأکید جدی بر تلاش و کوشش داشته و صراحتاً به انسان‌ها یادآوری می‌نماید که نتیجه و بازگشت تلاش و کوشش، به خود انسان‌ها خواهد بود. لذا خداوند متعال می‌فرماید:

نگاهی اجمالی به روش‌های مطالعه

روند آموزشی در کشور ما همواره از دو نوع آزمون و در پی آن از دو نوع سبک مطالعه متفاوت تشکیل شده است. ابتدا توضیحی در این زمینه ارائه می‌دهیم و سپس وارد بحث اصلی می‌شویم.

تشریحی

به آزمون‌هایی اطلاق می‌شود که جواب سوال مورد نظر باید به صورت نوشتاری ارائه گردد. در این آزمون‌ها، شانس موفقیت در آزمون تشریحی برای دانش‌آموزانی که به صورت سطحی مطالعه نموده‌اند، کمی بیشتر از آزمون‌های تستی است. البته در نظر داشته باشید با تغییر در کنکور سراسری و تاثیرگذاری نمرات امتحانات نهایی در کنکور سراسری، اهمیت دروس پایه و امتحانات تشریحی افزایش یافته و ضرورت مطالعه صحیح و کارآمد در سال‌های دوم و سوم دبیرستان به طور چشمگیری افزایش یافته است.

آزمون‌های تستی

در این آزمون، تنها افرادی می‌توانند به طور کامل و سنجیده به سوالات پاسخ دهند که کاملاً به موضوع مسلط بوده و کتاب درسی را دقیق فهمیده باشند. لازم به توضیح است که در سال‌های قبل دانش‌آموزی که مطالب کتاب را به صورت تشریحی مطالعه می‌نمود، به راحتی می‌توانست سوالات تستی را نیز پاسخ دهد؛ چون سوالات تستی نیز با اندک تغییر و در قالب تشریحی مطرح می‌شد و داوطلب با چنین مطالعه سطحی نیز می‌توانست به چنین سوالاتی پاسخ دهد. مثلاً طراح سوال به جای سنجش حافظه بلند مدت با طرح سوالاتی مانند: نام ببرید و جای خالی، سعی در بررسی میزان یادگیری داوطلب می‌نمود؛ در صورتی که طرح چنین سوالاتی فقط می‌توانست حافظه کوتاه مدت و تا حدودی حواشی حافظه بلند مدت را بسنجد و امکان سنجش واقعی میزان یادگیری فرد وجود نداشت.

حال با چه روش‌هایی می‌توان به سوالات تستی به بهترین شکل پاسخ داد؟ ما در این بخش سعی داریم به این سوال و سوالات مشابه پاسخ دهیم. در سطح کشور چند روش برای مطالعه تستی مطرح می‌باشد که بعضی شناخته شده و بعضی به دست فراموشی سپرده شده است. این روش‌ها عبارتند از:

- ۱- روش تجربی
- ۲- روش لایت‌نر
- ۳- روش جی ۵
- ۴- روش دابل‌یوهلفر (PQR&R)
- ۵- روش کارآمد پیشنهادی ما

حال قبل از توضیح هر یک از این روش‌ها، جایگاه آن را در معنی دار بودن مطالعه مشخص می‌کنیم. فرآیند مطالعه موثر، از سه قسمت اصلی یادگیری،

یادسپاری و یادآوری تشکیل شده است که روش‌های مختلف مطالعه، سعی دارند الگوریتم مناسبی را برای طی کردن این سه مرحله در مطالعه و برنامه‌ریزی ارائه دهند. در اصول مطالعه ثمر بخش، یادگیری ۶۰٪، یادسپاری ۳۰٪ و یادآوری ۱۰٪ در فرآیند فراگیری مطلب نقش دارند. اصرار دانش‌آموزان و داوطلبان کنکور برای ورود زودهنگام به مرحله تست‌زنی، منجر به عدم تکمیل فرآیند یادگیری شده و روند کسب نتایج در داوطلب را با تاخیر مواجه می‌نماید. در زیر به چند روش مطالعه اشاره کرده و نکات مثبت و منفی آن را اشاره خواهیم کرد و در نهایت توصیه خود را به شما عزیزان ارائه خواهیم کرد.

روش تجربی

این روش چنانچه در بالا نیز بدان اشاره شد، مشابه سبک مطالعه تشریحی است ولی با یک تفاوت که این بار زیر مطالب مهم خط می‌کشیم و فکر می‌کنیم با این سبک می‌توان به سوالات مفهومی پاسخ داد. بررسی سوالات سال‌های ۱۳۷۴ تا ۱۳۸۵ گواه این مدعا است. چراکه در حوالی سال ۱۳۷۴ سوالات بخش کوچکی از حافظه داوطلب را مورد سنجش قرار می‌داد. پس اگر این سبک مطالعه در چند سال پیش جواب گوی جامعه بود و می‌توانست باعث قبولی فرد شود، الان این سبک مطالعه کردن، ثمره‌ای جز تلف کردن وقت، فراموشی و پاسخ به کمتر از ۲۰٪ سوالات را نخواهد داشت و از نظر علمی نیز کاملاً مردود می‌باشد.

روش مطالعه پروفیسور لایت‌نر

این روش توسط پروفیسور لایت‌نر در سال ۱۹۶۷ میلادی مطرح شد. این روش در حال حاضر در بسیاری از دانشگاه‌های معتبر دنیا مورد استفاده قرار می‌گیرد. ابتدا باید بدانیم این روش چرا مطرح است و ساختار آن به چه شکلی است و چرا در ایران مفید واقع نشده است و فقط توانسته است کمتر از ۲۰٪ نوع مطالعه را پاسخگو باشد؟ بیشتر اجزاء روش لایت‌نر با استفاده از مطالعات دو دانشمند بزرگ اسکینر و ایپینگ هاووس تنظیم شده است. برای آشنایی بیشتر با این مطالعات اساسی در ذیل به توضیح هر یک از آن‌ها می‌پردازیم:

روش اسکینر

وی کبوتری را داخل جعبه‌ای قرار داد و هدفش این بود که به کبوتر یاد بدهد در هر بار نوک زدن به دکمه داخل جعبه، پاداشی به وی تعلق خواهد گرفت (دانه) و در غیر اینصورت پاداش داده نخواهد شد. ایشان به کبوتر این عمل را یاد داد و کبوتر یاد گرفت که بعد از چند بار گشتن به دور خود و نوک زدن به دکمه می‌تواند غذا



ساعت همه مطالب مطالعه شده را مرور نمود و مساله بعدی این که در صورت اجرا، با چه برنامه‌ای می‌توان این تناسب درسی را پیاده نمود؟ لایتنر با دقت کامل، این روش را تا حدودی در جعبه لایتنر و آن هم برای سیستم آموزشی اروپا و با تقسیم‌بندی آن به پنج خانه متفاوت با اندازه‌های مشخص ارائه نمود. اگر چه روش ایشان فقط برای لغات و فرمول‌ها پیاده شد ولی مسلماً شروع یک تحول عظیم و چشمگیر را در زمینه روش ایبینگ‌هاووس کلید زد. جعبه لایتنر از پنج خانه متفاوت تشکیل شده‌است که اندازه این خانه‌ها طبق ظرفیت ذهن و با توجه به اصول ایبینگ هاووس تنظیم شده است. ایشان این جعبه را جهت جلوگیری از فراموشی و برای این که ثابت نماید در سنین بالای ۶۵ سال نیز می‌توان مطالب را یاد گرفت، تنظیم کرد. چون در آن سال‌ها این فرضیه مطرح بود که یادگیری افراد در این سنین متوقف می‌شود و اگر هم یاد بگیرند مدت زیادی در ذهنشان باقی نخواهد ماند و در صورت باقی‌ماندن زمان زیادی صرف یادگیری خواهد شد؛ لذا ایشان می‌خواست با طرح این مساله و ارائه راه‌حل، این نقیصه را برطرف نماید. پس محور اهداف لایتنر را می‌توان اینگونه عنوان کرد:

- * ایجاد یادگیری در سنین بالای ۶۵ سال
- * ایجاد یادگیری در کمترین زمان و بازدهی بالا

لایتنر اهداف خود را به نحو احسن پیاده کرد و توانست نظریه عدم یادگیری در این سنین را رد کند و نیز توانست در کمترین زمان (کمتر از شش ماه) زبان خارجی را به این افراد یاد دهد. با توجه به این موفقیت، بسیاری از دانشگاه‌ها با تعدیلی در روش یاد شده از آن استفاده کردند و آن را برای جلوگیری از فراموشی فرمول‌ها و لغات و قواعد به کار بردند و موفقیت چشمگیری نصیبشان شد. این روش در کشور ما مثل همه کشورهای جهان سوم، بدون بررسی و انطباق آن با فرهنگ و نوع سیستم آموزشی به کنکور و مراحل حساس وارد شد و به جای تعدیل در نحوه اجرای این سبک در رنگ و شکل آن تغییراتی اعمال کردند که به ظاهر موفقیت‌آمیز بود ولی به خاطر تلف کردن بیش از اندازه زمان و عدم کارایی در تمام دروس به شکست دانش‌آموز (بی‌آنکه خود بدانند) منجر شد.

نکات لازم برای استفاده از جعبه لایتنر

- * شروع از خانه اول به طرف خانه پنجم می‌باشد.
- * اندازه فیش‌ها باید یک هشتم کاغذ A۴ باشد.

دریافت نماید. استاد لایتنر با این سبک، روش بردن کاغذ به خانه‌های جلوتر یا عقب‌تر را ابداع نمود تا به این صورت در صورت یادگیری، فرد پاداش خود را دریافت کند و در صورت خطا برای او مجازات در نظر گرفته شود. در این روش اگر فرد بتواند کاغذ یادگرفته را یادآوری نماید، به خانه جلوتر می‌رود؛ در غیر این صورت حتی اگر کاغذ در خانه چهارم هم باشد باید این کاغذ برای مجازات به خانه اول بازگردد.

روش ایبینگ هاوس

ایشان بعد از مطالعه مستمر بر روی افراد متعدد به این نتیجه رسید که ۸۰٪ مطالب جدید یاد گرفته شده بعد از ۲۴ ساعت فراموش می‌شود. این مساله برای چند ماه تشدید می‌شود و در نهایت فراموشی تقریباً بطور کامل صورت می‌گیرد. لذا ایشان برای جلوگیری از این مساله، مرورهای مداوم و مستمر را پیشنهاد می‌کند و می‌نویسد که بعد از بیست و چهار ساعت یک مرور لازم است و مرور دوم بعد از یک هفته و مرورهای بعدی بعد از چند ماه باید انجام شود. در این صورت این مطلب ملکه ذهن گشته و نه تنها مطالب فراموش نمی‌شود، بلکه بعد از شش ماه، باید منتظر نتیجه مطلوب و تقویت حافظه و عدم فراموشی فرد باشیم.

الف: نمودار ایبینگ هاووس (بدون تکرار و تمرین)



چنانچه در نمودار بالا مشاهده می‌کنید، بعد از بیست و چهار ساعت از آموزش مطالب جدید، اگر مروری صورت نگیرد، میزان یادگیری فرد تا ۸۰٪ کاهش یافته و به بوتله فراموشی سپرده خواهد شد. این مساله در هفته‌ها و ماه‌های بعد تشدید خواهد شد و در نهایت به جز کلیات موضوع (که چندان قابل قبول نیست) هیچ ورودی در ذهن نخواهد ماند. اگر این مطلب تخصصی‌تر باشد، مسلماً فراموشی نیز شدیدتر و سریعتر رخ خواهد داد.

ب) نمودار ایبینگ هاووس (با تکرار و تمرین)



شود و فراموشی به صفر می‌رسد. منظور اینکه اگر بعد از بیست و چهار ساعت یک مرور صورت بگیرد، فراموشی مطالب کاهش خواهد یافت و اگر این مرور به طور مستمر ادامه یابد بعد از چند ماه این مطلب به هیچ عنوان فراموش نخواهد شد.

نکته مهم این است که متأسفانه استاد ایبینگ هاووس به این سوالات پاسخ نداده که اولاً چگونه می‌توان مرور کرد؟ و ثانیاً اگر حجم کتاب‌ها افزایش پیدا کند، (مانند دوران کنکور)، آیا می‌توان در بیست و چهار

* رنگ کاغذها برای ایجاد تمرکز حواس، سفید در نظر گرفته شده است.
* بر روی هر کاغذ فقط می‌توان یک لغت یا یک فرمول نوشت نه بیشتر و پشت آن را برای جواب گذاشت. در غیر اینصورت یادگیری مطلوب نبوده و فراموشی بیشتر می‌شود.

* فیش نویسی به توانایی، ظرفیت و هدف فرد بستگی دارد. در این میان باید فیش‌ها را حفظ کرد و نباید فقط نوشت.

* همه فیش‌های نوشته شده ابتدا باید در خانه اول قرار داده شود.

* تا بیست و چهار ساعت فیش‌ها باید از خانه اول خارج و در صورت یادگیری به خانه دوم وارد شوند.

* اگر خانه دوم پر شد فقط به اندازه یک سانتیمتر می‌توان از آن برداشت و در صورت یادگیری به خانه سوم انتقال داد. در غیر اینصورت به خانه اول برمی‌گردد.

* در خانه چهارم و پنجم نیز باید بدین صورت اقدام کرد. چنانچه مطلبی یاد گرفته شد، به خانه بعدی و در غیر این صورت به خانه اول انتقال می‌یابد. این عمل تا خارج شدن از خانه پنجم ادامه داده خواهد شد.
* این روند برای افراد مختلف متفاوت خواهد بود و ممکن است چند ماه و حتی تا یکسال طول بکشد. و این کار به میزان فیش‌نویسی و سطح معلومات افراد و نوع هدف فرد نیز بستگی دارد.

* بعد از خارج شدن فیش از خانه پنجم، باید آنها را دسته‌بندی و نگهداری کند تا بتواند در صورت فراموشی دوباره آن‌ها را مرور نماید.

روش ۸ Tick G5 برای حفظ لغات زبان

استفاده از روش G5 کمی زمان‌بر است و باید دانش آموزان وقت نسبتاً زیادی را برای تهیه فیش‌های لغات صرف نمایند. از آنجایی که فرصت مطالعه ما برای کنکور بسیار کم است و حجم مطالب بسیار زیاد است، سعی کردیم دو روش G5 و Tick8 را ترکیب کنیم تا بازدهی زمان بیشتر شود. روش Tick8 روش نسبتاً راحتی برای حفظ لغات است اما از نظر روانشناسی یادگیری، روش دقیقی نیست. در اینجا می‌خواهیم از محاسن این دو روش برای حذف معایب آن بهره بگیریم.

اولاً در نظر داشته باشیم درس زبان را نمی‌توان در یک روز و یک ساعت آموخت و برای یادگیری آن باید زمان زیادی را صرف کرد. از طرفی به توصیه می‌کنم هر روز کتاب Tick8 را مطالعه و کلمات را از روی آن حفظ کنند. مطالعه ۸ صفحه از این کتاب حدوداً بین ۱۵ الی ۲۰ دقیقه از زمان شما را می‌گیرد.



مرور یک لغت برای ۸ روز متوالی باعث می‌شود معنی آن لغت در ذهن ذخیره شود اما بسیار طبیعی است که پس از ۸ روز تکرار آن معنای واژه به لایه‌های عمیق مغز نخواهد رسید و به راحتی پس از مدتی به دست فراموشی سپرده می‌شود.

راه حل:

در این جا کلمات را به دو قسمت تقسیم می‌کنیم. کلماتی که پس از تکمیل ۸ خانه یک صفحه، دوبار یا کمتر × خورده باشد و کلماتی که بیش از سه بار × خورده‌اند.

حالت اول بیانگر این است که ما واژه را به خوبی در ذهن داریم و احتمالاً مدت‌هاست که آن را حفظ هستیم. پس در مورد این لغات نگرانی نداریم و به راحتی از آن‌ها عبور می‌کنیم.

اما در حالت دوم که نشان از ضعف ما در حفظ کردن معنای آن لغت دارد، قضیه به گونه دیگری است. سه بار علامت × یا بیشتر، حاکی از نیاز ما به مرور بیشتر این لغت است. پس این لغات را بر روی فیش‌های مخصوص می‌نویسیم و آن‌ها را به صورت هفتگی دوره می‌کنیم.

توجه دارید که با حفظ کامل لغات کتاب‌های زبان دبیرستان، پاسخ دادن به تست‌های لغت، Cloze و Reading بسیار راحت خواهد شد. در واقع همانطور که در دفتر برنامه‌ریزی هم تذکر داده شد، زبان انگلیسی درسی است لغت محور. برای تکمیل این روش توصیه می‌کنم علاوه بر حفظ لغت، روزانه یک متن زبان را از روی کتاب‌های متن مطالعه نمایید.

روش دکتر رابرت دابلیو هلفر

استاد رابرت دابلیو هلفر به عنوان متخصص برنامه‌ریزی آموزشی موارد جالب توجهی را در روش خود مطرح می‌کند. وی با مطالعه بر روی اشخاص مختلف، روش‌های چندگانه‌ای را برای مطالعه در نظر می‌گیرد و اظهار می‌کند که با این روش‌ها می‌توان به سوالات مورد نظر (مفهومی) پاسخ داد.

* روش PQ5R:

این روش از کنارهم قرار دادن حروف اول هفت مرحله آن شکل گرفته است. (در ایران پس ختام هم گفته می‌شود).

در روش PQ5R، حرف اول Pre-review، Q حرف اول Questioning و 5R حرف اول Refreshing، Redirect، Record، Review و Refreshing هستند که به ترتیب به معنی پیش مطالعه، سوال گذاری، خواندن، تفکر و تعمق روی مطالب، از حفظ گفتن، مرور خلاصه‌ها و تازه کردن مطالب می‌باشد.

حال ابتدا هفت مرحله را توضیح داده و سپس روش عملیاتی برای اجرایی کردن این هفت مرحله را ذکر خواهیم کرد.

الف) مرور اولیه با پیش مطالعه (Pre-review):

یکبار هر چه را که باید خواند (شامل سرفصل‌ها و رئوس مطالب برای رسیدن به یک برداشت کلی) سریع نگاه کنید. برخی از دانش‌آموزان، دروس عمومی یا حتی جزوه دروس اختصاصی را هنگام خواندن با انگشت خط می‌برند؛ در حالی که در نگاه سریع، نیازی به این کار

مساله نیز درگیر هستند که نمی‌دانند که چگونه یا از کجا شروع کنند. به تجربه دیده شده که وقتی روش مطالعه بر مدل برنامه‌ریزی منطبق می‌شود بیشترین کارایی را دارد. در ادامه به مدل برنامه‌ریزی درسی پیشنهادی PQ5R توجه نمایید.

الف) بعد از کلاس درس:

۱) **مرور مطالب با دروسی که همان روز ارائه شده‌است:** این مرور با توجه به توضیحی که در روش مطالعه PQ5R گفته شد شامل قسمت‌های (الف و ب) است. یعنی دانش‌آموز ابتدا اولویت بندی کرده و ابتدا درسی را که هم اهمیت و هم فوریت بیشتری دارد مرور می‌نماید؛ هر جا که ارزش سوال گذاری دارد مشخص کرده و سوال را یادداشت می‌نماید تا مبحثی که همان روز تدریس شده تمام گردد. طرح سوال به خصوص برای دروس عمومی اهمیت بسیاری دارد. در دروس اختصاصی، به دلیل اینکه دبیران به اندازه کافی تمرین و نمونه سوال طرح می‌کنند نیاز به طرح سوال از سمت دانش‌آموز نیست.

هدف از این مرحله این است که دانش‌آموز به یک برداشت کلی از مفاهیمی که در همان روز تدریس شده برسد. این مرحله معمولاً بیش از ۱۰ دقیقه برای هر درس طول نمی‌کشد و اگر فرض کنید که سه درس را بخواهید مرور کنید مجموعاً حدود ۳۰ دقیقه از زمان شما را به خود اختصاص خواهد داد.

۲) **انجام تکالیف همان روز:** بعد از انجام مرحله ۱، به انجام تکالیف همان روز بپردازید. برای اینکه دچار سر درگمی نشوید، می‌توانید با

نیست. معمولاً نگاه سریع مطالب (که پیشنهاد می‌شود مطالب به مباحث کوچک تقسیم گردد) نباید بیش از ۵ دقیقه طول بکشد. بعد از اینکه به برداشت کلی از مطالب رسیدید، هر مبحث را با سرعت کمتر و با حرکت انگشت دست (برای جلوگیری از حرکت چشم به عقب) بخوانید.

ب) سوال گذاری (Questioning):

در سوال گذاری همانطور که در حال خواندن با حرکت انگشت یا مداد یا خودکار هستید، هر جا که به نظرتان ارزش طرح سوال را دارد با علامت (س)، (Q) یا (؟) مشخص کرده و همانجا سوالات مورد نظر خود را بنویسید. این سوالات می‌تواند هم کلی و مفهومی باشد و هم جزئی و کوتاه.

ج) خواندن (Reading):

در اینجا منظور از خواندن، خواندن کل مطالب نیست؛ بلکه خواندن سوال‌های طرح شده به همراه جواب آن‌ها است. هر سوال را با جوابش چند بار بخوانید تا در انتهای کار بتوانید پاسخ هر یک را از حفظ بگویید. در دروس اختصاصی هم می‌توانید خوتان سوال طرح کنید و هم می‌توانید از نمونه سوالاتی که دارید استفاده نمایید تا مطلب به خوبی در ذهن شما جای بگیرد (به حافظه بلند مدت شما منتقل شود).

د) تفکر کردن (Recite):

در این قسمت با توجه به مطالبی که خوانده و خلاصه برداشته‌اید و به نسبت زمانی که دارید، بر روی دو یا سه سوال فکر کنید تا با نحوه سوالات مفهومی بیشتر آشنا شوید. این کار باعث می‌شود ذهن شما دائم فعال بوده و بین مطالبی که در گذشته آموخته‌اید و مطالب جدید ارتباط برقرار کند. برای پیدا کردن چنین سوالاتی، هم می‌توانید از معلمان خود کمک بگیرید و هم به کتاب‌هایی مراجعه کنید که سوالات المپیادی دارد. سوالات چالش برانگیز نیز می‌تواند برای این قسمت مفید باشد.

ه) از حفظ گفتن (Record):

بعد از اینکه مرحله سوال و جواب از خود را به خوبی پشت سر گذاشتید، وقت آن رسیده که بر روی یک برگ کاغذ هر آنچه را که فهمیدید، از کلیات به جزئیات خلاصه نویسی کنید. ممکن است خلاصه‌ای که می‌نویسید در تطبیق با کتاب یا منبع اصلی، نقص داشته و برخی مطالب را فراموش کرده باشید، این مساله کاملاً طبیعی است. برای آنکه خلاصه کاملتری داشته باشید، مواردی را که در خلاصه‌نویسی از قلم انداخته‌اید به برگه خود اضافه نمایید.

و) مرور کردن (Review):

بعد از خلاصه‌نویسی، باید خلاصه‌های خود را مرور نمایید. این مرور در اوقات مرده است. بهتر است این خلاصه نویسی همیشه همراهتان باشد تا هر جا که نیاز داشتید از آن‌ها استفاده کنید.

ز) تازه کردن مطالب (Refreshing):

در این قسمت نیاز است که شما مطالب خلاصه‌نویسی شده را مطابق یک برنامه منظم مرور کنید. این مرور می‌تواند در پایان هر هفته یا در پایان هر فصل کتاب باشد.

برنامه ریزی درسی پیشنهادی، مطابق با PQ5R چیست؟

برخی از دانش‌آموزان در رعایت و اجرای زمان بندی مطالعاتی خود دچار مشکل می‌شوند و می‌گویند عملی نیست. این دانش‌آموزان با این



درسی شروع کنید که اهمیت و فوریت بیشتری دارد و سپس به سراغ دروس دیگر همان روز بروید که در اولویت بعدی هستند.

یادآوری:

شاید دانش‌آموزان بگویند "حجم تکلیفی که دبیران در یک روز ارائه می‌کنند به اندازه‌ای است که نمی‌توان به همه آن‌ها پرداخت و حتی برای انجام تکالیف روز بعد وقت کمی می‌ماند". در پاسخ باید گفت: "اول بهتر است وقتی حجم تکالیف بالا است آن‌ها را به نسبت‌های کوچکتر تقسیم کنید تا در روزهای آینده جبران شوند. ثانیا وقتی دانش‌آموز حجم تکالیف را کاهش داده و یا حتی همان روز انجام می‌دهد، دیگر نباید نگران تکالیف روز بعد باشد، چون باید در روزهای گذشته بر اساس آنچه در بالا توضیح داده شد، آن‌ها را انجام داده باشد مگر آنکه تکالیف را پشت گوش انداخته باشد. کافی است که او شروع کند، خواهد دید که شدنی است.

هدف از مرحله (۲) این است که دانش‌آموز با انجام تکالیف همان روز (با توجه به اینکه ابتدا مطلب را مرور کرده است) تمرین و تکرار بیشتری داشته باشد. زیرا وقتی مطالب همان روز را مرور می‌کند و تکالیف همان دروس را انجام می‌دهد، بر طبق منحنی فراموشی ایبینگ هاووس، مطالب را دیرتر فراموش می‌کند. بعد از انجام تکالیف هر درس، ۵ الی ۱۰ دقیقه به خود فرصت دهید تا خلاصه‌ای از مطالب مطالعه شده را تهیه کنید. مرحله (۲) در مدل برنامه‌ریزی PQΔR مطابق قسمت‌های (ج و د) است. این مرحله معمولا ۳۰:۲ الی ۳ ساعت بیشتر طول نمی‌کشد اما شما می‌توانید وقت بیشتری بگذارید.

۳) مرور دروس فردا: زمانی که تکالیف همان روز را انجام داده و خلاصه دروس را نوشتید، بعد از کمی استراحت به مطالعه دروس فردا بپردازید تا با آمادگی سر کلاس حاضر شوید. اگر از قبل بدانید که فردا چه مباحثی تدریس می‌شود، کارایی شما در کلاس بالاتر خواهد بود. در این مرحله می‌توانید خلاصه‌ای را که قبلا از مباحث گذشته برداشته‌اید مرور نمایید. مرحله (۳) مطابق با قسمت (ه) می‌باشد که حداقل ۳۰ دقیقه طول می‌کشد.



ب) سر کلاس

(۱) توجه به مطالبی که سر کلاس تدریس می‌شود: زمانی که شما قبلا از مباحثی که قرار است تدریس شود اطلاعات کلی داشته باشید، طبیعتا توجه بیشتری در کلاس خواهید داشت و کمتر تمرکز شما به هم خواهد خورد. (۲) یادداشت برداری سر کلاس: یادداشت نکات کلیدی و مهم در جزوه باعث می‌شود زمانی که در حال مطالعه هستید فهم مطالب درسی برایتان آسان‌تر گردد. بعضی مواقع هنگام تدریس، یک سری نکات به ذهن شما خطور می‌کند. سعی کنید نکات را در یک گوشه جزوه خود یادداشت نمایید.

تدریس می‌شود، کارایی شما در کلاس بالاتر خواهد بود. در این مرحله می‌توانید خلاصه‌ای را که قبلا از مباحث گذشته برداشته‌اید مرور نمایید. مرحله (۳) مطابق با قسمت (ه) می‌باشد که حداقل ۳۰ دقیقه طول می‌کشد.

(۳) تبدیل اطلاعات به زبان شخصی: برای این که هم از زمان خود به بهترین نحو استفاده کنید و هم مطالبی که به شما آموخته شده دیرتر فراموش شود، بهتر است سعی کنید ۵ دقیقه اول هر زنگ تفریح، به مرور آنچه که سر کلاس تدریس شده و نکاتی که یادداشت برداشته‌اید، بپردازید و یک بار مباحث همان زنگ را با زبان شخصی برای خود بگویید. این کار به ماندگاری مطالب در ذهن شما کمک قابل توجهی می‌کند.

پیشنهاد ما به شما

روش مطالعه کارآمد متناسب با نیازهای دانش‌آموزان کنکوری

مزایای این روش:

- * هیچ یک از انتقادهای وارد بر روش‌های مذکور در این روش دیده نمی‌شود.
 - * صرفا برای امتحانات تستی در بالاترین سطح کاربرد دارد و می‌تواند در امتحانات ورودی تیزهوشان و دانشگاه‌ها به کار آید.
 - * همه هفت عامل اساسی در آن به طور کامل رعایت گردیده است.
 - * کاملا با نوع برگزاری آزمون سراسری در کشور ما منطبق می‌باشد.
 - * اگر داوطلب با این روش و به طور درست حرکت نماید، به دلیل جا افتادن مطالب و تکرار متوالی و در نهایت پایین آمدن فراموشی، کسب رتبه مطلوب بسیار محتمل است.
 - * مانع فراموشی مطالب می‌شود و در حجم بالای کتاب‌ها نیز می‌تواند کارساز باشد. مشکلات موجود را با برنامه‌ریزی مناسب و به طور کامل حل می‌کند.
 - * برای تمامی اقشار جامعه کاربرد دارد چرا که در این روش فقط توانایی فرد و میزان عملکرد وی مراحل را به جلو خواهد برد نه امکانات موجود. پس در این حالت تبعیض به راحتی از بین خواهد رفت.
- "ضمانت اجرایی این نوع برنامه‌ریزی در این است که دانش‌آموز تنها با یک برنامه آزمون حرکت نماید."**

این روش را در ۶ مرحله برای شما بصورت خلاصه بیان می‌کنیم که امیدواریم تمام دانش‌آموزان این ۶ مرحله را به درستی اجرا نمایند. البته قبل از آن باید یک تذکر را بدهیم. برای مطالعه دروس مختلف، گاه لازم است از روش‌های مختلف بهره جست. مثلا برای حفظ لغات، روش جی ۵ بسیار کارآمد می‌باشد.

این روش فقط شامل ۶ گام است. مطالعه تست محض آشنایی، مطالعه سطر به سطر درس، حل تست محض آشنایی، تست آموزشی، تست زماندار و آزمون جامع.

تشریح مراحل ۶ گانه:

مرحله اول: مطالعه تست محض آشنایی:

هدف از این مرحله صرفا آشنایی با موضوع درس است. در این مرحله باید حدود ۱۰ الی ۱۵ تست را از مبحث مورد نظر روخوانی کنید. اگر بدون پشت سر گذاشتن این مرحله وارد مطالعه سطر به سطر شویم، دید درستی از مطالب مورد مطالعه نخواهید داشت و نمی‌توانید به طور دقیق بر روی نکات اساسی تمرکز کنید. با مشاهده تست‌ها و دیدن

مفهوم کتاب، تست‌های جدید را پیش‌بینی کنند. حتما برای انتخاب کتاب کمک درسی، با برنامه‌ریز خود مشورت نمایید.

مرحله پنجم: تست زمانداز

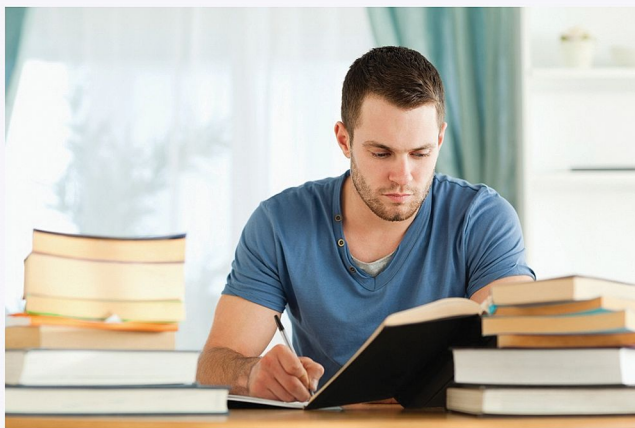
به یاد داریم که در کنکور فقط سواد کافی نیست بلکه باید سرعت عمل نیز داشت. در مراحل قبلی یادگیری کامل شد اما در کنکور زمان ما بسیار کم است و داوطلبی موفق است که در مدت زمان پاسخگویی به سوالات کنکور، به تعداد بیشتری از تست‌ها، پاسخ صحیح داده باشد. پس از یادگیری کامل و حل تست‌های آموزشی و کسب تسلط بر مطالب امکان‌پذیر خواهد بود.

در این مرحله تعدادی تست را مشخص کرده و آن‌ها را در زمان استاندارد کنکور پاسخ می‌دهیم. طبیعی است که در ابتدای کار نمی‌توانید همه سوالات را در زمان مشخص شده حل کرد اما این مشکل به مرور زمان حل خواهد شد. فقط کافی است خود را در شرایط آزمون قرار داده و تمرین کنید. موفقیت در این مرحله به شدت به موفقیت در مرحله یادگیری وابسته است.

مرحله ششم: آزمون جامع:

آخرین حلقه یادگیری، آزمون جامع است که در آن جمع بندی نهایی انجام می‌گیرد. یک سنجش کامل از فرآیند یادگیری. نتیجه آزمون مشخص می‌کند که شما مطالب را فراگرفته‌اید یا هنوز نیازمند تمرین بیشتر هستید.

شما می‌توانید مراحل اول تا سوم را در روزی که دبیر مربوطه درس را تدریس نموده‌اند، انجام دهید. مرحله چهار حدودا در هفته بعد از تدریس و همراه با انجام تکالیف انجام می‌گیرد و مراحل ۵ و ۶ را می‌توان در دو هفته بعد آن انجام داد. به این شکل همزمان با یادگیری، مرور مطالب نیز انجام خواهد شد و شما با هر موضوع درسی حدودا یک ماه درگیر خواهید بود. بدون شک با اجرای کامل این روش می‌توانید به خوبی فرآیند یادگیری را تکمیل نموده و مشکلات آموزشی خود را حل نمایید، سرعت تست‌زنی خود را افزایش داده و در نهایت توانایی آزمون دادن را به خوبی فراخواهید گرفت.



صورت آن‌ها، در زمان مطالعه به راحتی می‌توانید نکات مهم از غیر مهم تشخیص داده و راندمان مطالعه خود را افزایش دهید. پس این مرحله را جدی بگیرید. در واقع این مرحله، یک پیش‌خوانی هدفمند و بسیار کوتاه است که راندمان مطالعه شما را افزایش می‌دهد.

مرحله دوم: مطالعه سطر به سطر

در این مرحله یادگیری شکل می‌گیرد. در این قسمت باید کتاب درسی را خط به خط مطالعه کنید. نکات مهم را تشخیص دهید و به یادگیری آن‌ها بپردازید. مطالب مهم را حفظ کنید و در یک کلام، تمام مطالب درس را یاد بگیرید. اگر این مرحله به درستی انجام گیرد، می‌توان وارد فاز تست زنی شد اما اگر یادگیری کامل صورت نگیرد، حل تست‌های مختلف هیچ کمکی به شما نخواهد کرد. پس ما نیازمند روشی هستیم که بتوانیم به کمک آن، از تکمیل فرآیند یادگیری خود مطمئن شویم. مرحله سوم این وظیفه را برعهده خواهد داشت.

مرحله سوم: حل تست محض آشنایی:

در این مرحله پس از یادگیری کامل مطالب، باید تست‌هایی را که در مرحله اول روخوانی کرده بودید، پاسخ دهید. این مرحله صرفا برای این است که متوجه شویم مرحله یادگیری به درستی انجام شده است یا خیر. اگر درصد شما بیش از ۷۰٪ بود می‌توانید وارد مرحله بعد شوید و در غیر این صورت باید مجددا یادگیری انجام گیرد. یعنی باید دوباره به مطالعه جزوه و کتاب بپردازید.

البته در نظر داریم عدد ۷۰٪ یک عدد تقریبی است و شما خودتان می‌توانید عدد آن را با تشخیص خود و بر حسب نیاز تغییر دهید. فقط در نظر داشته باشید هدف از این مرحله، سنجش یادگیری است.

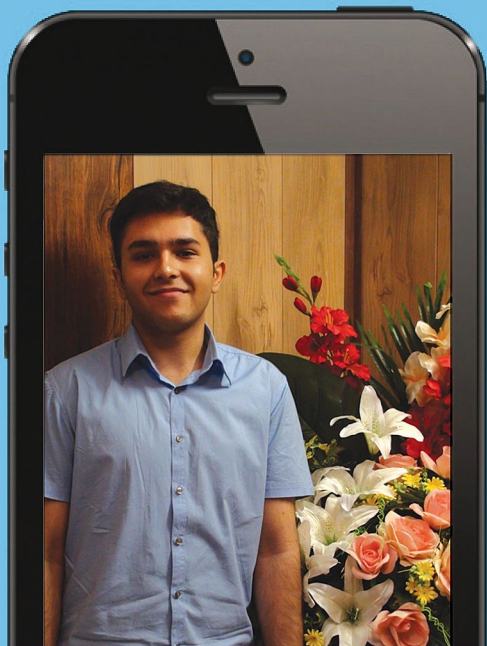
مرحله چهارم: تست آموزشی:

پس از اطمینان از موفقیت آمیز بودن مرحله مهم یادگیری، برای افزایش تسلط و تکمیل یادگیری، نیازمند تمرین هستیم. همیشه به یاد داشته باشید: "توانا بود هر که تمرین کند"

این قسمت مرحله بسیار مهمی است که باید به درستی انجام شود تا تکمیل کننده مرحله دوم باشد. در پایان این مرحله باید مطالب درسی را به طور کامل یاد داشته باشید و توانایی حل هر تست و سوالی را داشته باشید. در این مرحله، مدت زمانی که به حل هر تست اختصاص می‌دهید اهمیت چندانی ندارد و هدف، صرفا یادگیری کامل مطالب می‌باشد.

تعداد تست‌های مورد نیاز را باید خودتان با کمک برنامه‌ریز برای هر مبحث تعیین نمایید. برای تعیین تعداد تست‌ها، نگاهی به بودجه‌بندی سوالات کنکور سراسری در سال‌های اخیر بیندازید. برای این منظور تعداد تست‌های هر مبحث از کنکور سراسری ۸۸ تا ۹۲ در دفتر برنامه‌ریزی ثبت گردیده است. به شما توصیه می‌کنیم متناسب با هر یک تستی که از یک مبحث در کنکور سراسری مطرح می‌شود، حداقل ۵۰ تست به طور تمرینی حل کنید. در انتخاب تست‌های تمرینی، اولویت با تست‌های کنکورهای سال‌های گذشته می‌باشد زیرا هم استاندارد هستند و هم تمام مطالب درسی را پوشش می‌دهند. البته از اهمیت تست‌های تالیفی نیز غافل نشوید. سعی کنید از کتاب‌ها و تست‌هایی استفاده کنید که دید خوبی نسبت به کتاب درسی داشته باشند و بتوانند با کمک

تجربه‌ی ارزشمند برترین‌ها



پویا اباذریان دانشجوی پزشکی رشت رتبه ۱۱ کنکور تجربی

- عملکرد شما در پروژه کنکورهای خرداد ماه چگونه بود؟ تا چه اندازه آزمون‌های شبیه‌ساز توانست تو را برای کنکور آماده کند؟ به نظر من نقطه قوت سروش اندیشه پروژه خرداد بود. شبیه‌سازی آزمون‌ها، بسیار عالی بود که من سر جلسه کنکور فکر می‌کردم دارم آزمون شبیه‌ساز میدم و اصلاً استرس نداشتم!

- یک جمله معروف داریم: "کنکور من از هر سال سخت‌تر بود" برای شما هم همینطور بود؟

یقیناً. ولی به قول آقای مزاری هر سال غربالگری دانش‌آموزان به شیوه استانداردتری صورت می‌گیرد

- به نظر شما با تغییرات جدیدی که در کنکور و تاثیر زیاد معدل در نتیجه آن پیش آمده، برنامه ریزی از سال‌های پایه تا چه اندازه می‌تواند موفقیت دانش‌آموزان را تضمین کند؟

به نظر من دانش‌آموزان باید از سال دوم دبیرستان به شیوه متعادل جلو بروند و همین روند را تا کنکور حفظ کنند.

- توصیه شما به بچه‌های امسال؟

در مسیری که در پیش دارند، فکر کنند، فکر کنند و فکر کنند و با عقل و منطق، با مشکلات برخورد کنند. خودشان را باور داشته باشند و باور کنند که میتونن به نتیجه دلخواه دست پیدا کنند.

- نقش باورهای دینی را برای داشتن آرامش در جلسه کنکور و کسب موفقیت تا چه حد لازم و مفید می‌دانید؟

نه فقط برای کنکور، در کل زندگی انسان نیاز به کسی داره که به اون اطمینان داشته باشد. این اطمینان، آرامش را به دنبال خود می‌آورد و در جلسه کنکور هم کسی جز خدا نیست که بهش اعتماد کنیم.

- هدف شما از درس خواندن چه بود؟ چه رتبه‌ای را برای خود متصور بودید؟ از چه زمانی به این خودباوری رسیدی؟

هدف من در کل زندگی، احساس لذت و آرامش است. اصلی‌ترین هدف من از درس خواندن، لذتی بود که از این کار می‌بردم. مخصوصاً درس زیست‌شناسی. به نظرم آگه بچه‌ها از درس خوندن لذت ببرن، خیلی شرایط براشون راحت‌تر میشه و احتمال موفقیت آن‌ها هم بیشتر میشه.

- از چه زمانی شروع به برنامه ریزی برای کنکور کردی؟

از تیرماه سالی که به موسسه آمدم البته در سال سوم هم خودم برنامه‌هفتگی داشتم ولی خیلی دقیق نبود.

- چرا مؤسسه سروش اندیشه را انتخاب کردی؟

با مشورت دوستان، دبیران و خانواده به این نتیجه رسیدم که سروش اندیشه تخصصی‌ترین و اصولی‌ترین مؤسسه به منظور آماده‌سازی برای کنکور در مشهد است. به نظرم برای مشاوره، سروش اندیشه در هر زمینه، عالی‌ه.

- در امتحان نهایی چه عملکردی داشتی؟ در سال سوم

تمرکزت بر امتحان نهایی بود یا نه؟

از امتحانات نهایی راضی بودم از تابستان سال سوم با برنامه کانون جلو رفتم و از فروردین ماه شروع به کار جدی برای امتحانات نهایی کردم.

- هنر برنامه ریز به عنوان یک یار همراه و دلسوز و با تجربه در کنارت چطور بود؟

بزرگترین خصلت برنامه ریز من این بود که در هر بازه زمانی مطلع بود که چه مباحثی باید مطالعه شود. من در دوران کنکورم تصمیمات حساسی گرفتم که اگر آقای مزاری نبودند، این تصمیمات، که عامل اصلی موفقیت من بود، گرفته نمی‌شدند.

- دفتر برنامه‌ریزی را تکمیل می‌کردی؟ نظرت در مورد آن چیست؟ تا چه حد دفتر برنامه‌ریزی می‌تواند به موفقیت دانش‌آموزان کمک کند؟

دفتر برنامه‌ریزی به امور مطالعاتی من نظم می‌داد و عامل مهمی در آرامش من در دوران کنکور بود.

- آزمون‌های مؤسسه تا چه اندازه به روند نتیجه‌گیری شما کمک کرد؟

این آزمون‌ها اصلی‌ترین عامل در شناسایی نقاط ضعف من بود که با ارائه نتیجه آزمون به برنامه‌ریز، به تدریج نقاط ضعف من رو به نقاط قوت تبدیل می‌کرد.

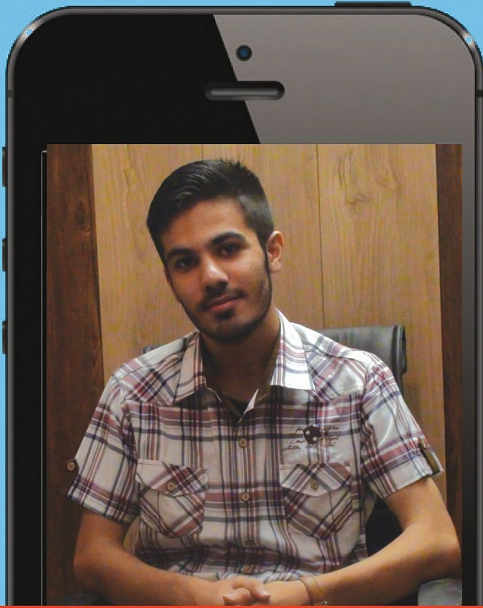
- کارگاه‌ها و همایش‌های مؤسسه چقدر انگیزه تو را افزایش می‌داد؟

خیلی زیاد. همایش‌ها با صحبت‌های آقای مزاری و آقای مهرجردی بسیار به من انگیزه می‌دادند. البته از همه کارگاه‌های آقای مهرجردی استفاده نکردم ولی بعد از کنکور به این نتیجه رسیدم یکی از اشتباهات من عدم استفاده کامل از کارگاه‌ها بود.

- آیا نشریه پیک اندیشه را مطالعه می‌کردی؟ مطالبش مفید بود و به روند مطالعه کمکی می‌کرد یا نه؟

بله. تجربیات دانش‌آموزان سال گذشته منبعی بود که من همیشه برای اصلاح روند کاری خودم از آن استفاده می‌کردم.

تجربه‌ی ارزشمند برترین‌ها



علیرضا قمری دانشجو پزشکی مشهد رتبه ۸۶ کنکور تجربی

درس خواندن را از همین حالا با جدیت شروع کنید. هر روزی که بگذرد، امکان جبران سخت‌تر می‌شود. پس لطفاً از همین الان شروع کنید.

نکاتی ارزشمند از گفتگو صمیمی

با جناب آقای سعید قمری پدر آقای علیرضا قمری

علت انتخاب مؤسسه سروش اندیشه برای کار برنامه ریزی فرزندم، نتیجه گیری عالی دانش آموزان سال قبل، هزینه تحصیلی مناسب و تعریف اولیاء دانش آموزان سال های قبل و مخصوصاً برنامه ریزی عالی جناب آقای استاد مزاری که زبانزد همه می باشند بود. ایشان بسیار عملکرد عالی داشتند. برنامه ریزی دقیق، جدی و چهره مصمم دکتر مزاری در مواجهه با دانش آموزان بسیار در عملکرد دانش آموز تأثیر مثبت داشت. در مؤسسه هیچگونه کمبودی نداشت. بسیار عالی در طی سال تماسهای تلفنی ما را جواب می دادند. و ما پس از توکل به خدا موفقیت پسر را مدیون آقای مزاری می باشیم. مهمترین علت های نتیجه گیری فرزندم در کنکور سراسری را می توان در چند نکته خلاصه کرد که: توکل به خدا، اعتماد و گوش کردن به نصیحتهای والدین که این مؤسسه را برای ایشان در نظر گرفتیم و به طور بسیار جدی برنامه های برنامه ریز خود را اجرا نمود و به ایشان اعتماد کرد. توصیه می کنم والدین دانش آموزان به چند مسئله دقت ویژه ای داشته باشند:

- ۱ - انتخاب یک مؤسسه عالی اولین گام موفقیت می باشد.
- ۲ - در کنار داوطلب شان با به پا جلو بروند.
- ۳ - آنها به برنامه ریز پسرشان اعتماد کنند تا فرزندشان نیز به او اعتماد داشته باشد که رمز موفقیت او را در این اعتماد است.
- ۴ - محیط آرامی در منزل (صد در صد آرام) فراهم کرده و برخورد مناسب و عاطفی با فرزند داشته باشند.

در پایان از مؤسسه سروش اندیشه کمال تشکر و قدردانی را داریم و از جناب آقای استاد مزاری بسیار ممنونیم که در طی سال بسیار صمیمی و مصمم در کنار پسرمان همراه بودند.

- هدف شما از درس خواندن چه بود؟ چه رتبه ای را برای خود متصور بودید؟ از چه زمانی به این خودباوری رسیدی؟
قبولی در دانشگاه در رشته مورد علاقه‌ام. در واقع هدفم، کسب رتبه بین ۱۰ تا ۱۰۰ بود.

- از چه زمانی شروع به برنامه ریزی برای کنکور کردی؟
از تابستان ۱۳۹۳ شروع به مطالعه کردم.

- چرا مؤسسه سروش اندیشه را انتخاب کردی؟
نیاز به برنامه ریزی دقیق و منظم داشتم و از نتایج درخشان مؤسسه آگاه بودم. به همین خاطر، با اطمینان خاطر، مؤسسه را انتخاب کردم.

- در امتحان نهایی چه عملکردی داشتی؟ در سال سوم تمرکزت بر امتحان نهایی بود یا نه؟

عملکرد عالی داشتم. تمرکز بر امتحان نهایی بود و سعی کردم مطالب رو به صورت دقیق و کامل مطالعه کنم.

- هنر برنامه ریز به عنوان یک یار همراه و دلسوز و با تجربه در کنار چطور بود؟ عالی بود در تمام طول راه، یار و همراه من بودند.

- دفتر برنامه ریزی را تکمیل می کردی؟ نظرت در مورد آن چیست؟ تا چه حد دفتر برنامه ریزی می تواند به موفقیت دانش آموزان کمک کند؟

کاملاً - عالی - خیلی.. به نظر من برنامه ریزی یکی از اصول مهم درس خواندن است. برای همین به بچه‌های امسال هم توصیه می‌کنم حتماً

برای تکمیل دفتر برنامه ریزی وقت کافی بزارن

- کارگاه‌ها و همایش‌های مؤسسه چقدر انگیزه تو را افزایش می‌داد؟
بسیار زیاد. روی پدر و مادرم که تأثیر فوق العاده‌ای داشت و کمک کرد

آرامش خوبی در خانواده ما حاکم باشد. این آرامش کمک زیادی به موفقیت من در کنکور سراسری کرد. به نظر استاد مهرجردی در امر مشاوره، بسیار توانا و استاد هستند. مشاوره ایشان خیلی به من کمک کرد.

- عملکرد شما در پروژه کنکورهای خرداد ماه چگونه بود؟ تا چه اندازه آزمون‌های شبیه ساز توانست تو را برای کنکور آماده کند؟

آزمون به آزمون بهتر شدم و این باعث شد که از کنکور نترسم. به نظر شرکت در آزمون‌های شبیه‌ساز برای موفقیت در کنکور سراسری خیلی

خوبی ضروری و مفید هست.

- در مجموع کدامیک از برنامه‌های مؤسسه بیشتر از همه کمک کرد تا به موفقیت برسی؟

برنامه ریزی و دلسوزی آقای مزاری.

- یک جمله معروف داریم: "کنکور من از هر سال سخت تر بود"

برای شما هم همینطور بود؟

بله. جداً کنکور ۹۴ سخت بود. به نظر من در چند سال اخیر، هر سال، سوالات سختتر از سال قبل شده و این ضرورت مطالعه مفهومی دروس را بیشتر کرده است.

- فرایند انتخاب رشته را چگونه ارزیابی میکنی؟ تا چه حد از آن راضی بودی؟
خیلی خوب بود. راهنمایی‌های مؤسسه و به خصوص کارگاه انتخاب

رشته، کمک زیادی به من کرد تا بتوانم انتخاب درستی داشته باشم.

- توصیه شما به بچه‌های امسال؟



توجه بندگان

به "لزوم و اتصال" اشاره کرد. در واقع به نماز، صلاة می‌گویند چون لزوم آن در زندگی فرد مشخص و اتصال آن با زندگی سعادت‌مندانه، جدایی ناپذیر است.

۲ - جایگاه نماز در قرآن

از نگاه قرآن، نماز چنان جایگاهی دارد که هیچ یک از واجبات دیگر به پای آن نمی‌رسند. واجب بزرگی به نام حج در صورتی بر مسلمین واجب می‌گردد که فرد استطاعت مالی و جانی برای انجام این مناسک زیبای بندگی داشته باشد.^۱ روزه که بر همه مسلمانان واجب است، با بروز مریضی یا سفر از فرد ساقط شده و به زمان دیگری موکول می‌شود.^۲

اما تکلیف نماز در هیچ حالتی از فرد ساقط نمی‌گردد. جالب اینجاست که در قرآن، خداوند متعال عامل سقوط بدکاران به جهنم را از زبان خود آنان، ترک نماز معرفی می‌کند: "چه چیز شما را به دوزخ وارد ساخت؟ می‌گویند: ما از نماز گزاران نبودیم."^۳

۳ - نماز، عبادتی فراگیر

یکی از ویژگی‌های زیبای نماز این است که تمام ابعاد ارتباطی انسان را تقویت می‌نماید. نماز ارتباط انسان با خدا، با دیگران و با طبیعت را اصلاح می‌نماید.

الف: ارتباط انسان با خدا:

همانطور که گفته شد نماز مهم‌ترین عبادت انسان‌هاست و باعث رستگاری بندگان می‌گردد. همانطور که خداوند متعال می‌فرماید: "مومنان رستگار شدند. آنان که در نمازشان خشوع دارند."^۴

ب: ارتباط انسان با دیگران (بعد اجتماعی نماز)

بسیاری از ویژگی‌های نماز منجر به تقویت ارتباط بندگان با یکدیگر می‌گردد. به عنوان مثال یکی از شروط صحت نماز، غصبی نبودن آب وضو و غصبی نبودن مکان و لباس نمازگزار است. یعنی خداوند، نمازی را مورد قبول قرار می‌دهد که فرد، حقی از دیگر انسان‌ها را ضایع نکرده باشد.

ج: ارتباط انسان با طبیعت

نماز انسان را با طبیعت پیوند می‌دهد. اولین کار قبل از اقامه نماز، تعیین وقت نماز است که با گردش خورشید تعیین می‌گردد. برای اقامه نماز باید وضو گرفت. پس به آب پاک و مطلق نیازمندیم. در صورت نبود آب، خاک که منبع عظیم عناصر مختلف است، می‌تواند جایگزین طهارت با آب باشد.

پس مشاهده می‌شود اقامه صحیح و کامل نماز، ارتباط انسان را با خدا، دیگران و طبیعت اصلاح خواهد کرد.

۴ - نماز باعث مصونیت انسان از گناهان

قرآن صراحتاً می‌فرماید: "نماز را برپا دارید؛ همانا نماز از زشتی‌ها و

نماز اولین بعد ارتباطی انسان با خداوند است. نماز، همان واجبی است که اگر در روز قیامت مورد قبول خداوند قرار بگیرد، سایر اعمال بررسی خواهد شد و در صورت قبول نشدن نماز، سایر اعمال نیز قبول نخواهد بود. در روایات اسلامی تاکید بسیار زیادی بر این عمل شده است تا جاییکه از آن به عنوان ستون و رکن دین نام برده‌اند. "الصلاة عمود الدین" ویژگی ستون این است که با تضعیف آن، کل بنا متزلزل گشته و از بین خواهد رفت. حال سوال اینجاست: این همه تاکید بر نماز برای چیست؟ چه ویژگی در نماز باعث شده است این عمل تا این حد ارزشمند گردد؟ جواب را در آیات نماز در قرآن جستجو خواهیم کرد.

۱ - معنای واژه نماز

نماز در ادبیات فارسی به نهایت تواضع و احترام گفته می‌شود. همانطور که در ادب پارسی می‌بینیم از ابراز تواضع و احترام به پادشاهان و بزرگان، تعبیر به "نمازگزاردن" شده است.

برای لغت صلاه نیز معانی مختلفی بیان شده است که از جمله آن می‌توان

گناهان بازمی‌دارد"۵

سوالی که برخی از دوستان مطرح می‌کنند این است که اولاً نماز چگونه مانع بروز خطاها می‌گردد و ثانیاً چطور است که بسیاری از نمازگزاران را دیده‌ایم که با وجود مداومت بر نماز، باز هم اهل خطا و گناه هستند؟

برای پیدا کردن جواب سوال اول، باید علت گناه کردن را بررسی کرد. دلیل اصلی گناه، غفلت است. غفلت از خود، غفلت از خدا، غفلت از اهداف آفرینش و ...

حال نماز، عملی است که ما را به یاد خدا متوجه می‌کند و در واقع هیچ عملی مانند نماز، به صورت مداوم و همه روزه ما را به یاد خدا متوجه نمی‌کند. "نماز را برای یاد من اقامه کنید."۶

پس نماز با یادآوری خداوند و نعمت‌های بیکرانیش به انسان‌ها، مانع غفلت و گناه خواهد شد. در جواب سوال دوم باید بگوییم نماز صرفاً "عامل نگهدارنده از گناه" است. نماز ما را به زور و اجبار از گناهان باز نمی‌دارد. قرار نیست نماز مانع فیزیکی بر سر راه گناهان و گناهکار باشد. اساساً خداوند انسان را مختار آفریده است و خوبی‌ها و ترک زشتی‌ها وقتی ارزشمند است که انسان این اعمال را با اختیار خود انجام دهد و گرنه خوبی یا ترک بدی با اجبار و زور که ارزشی ندارد. بدترین انسان‌ها هم وقتی در زندان محاصره می‌شوند، ناگزیر از ترک گناهان خواهند بود. پس قرار نیست نماز به اجبار کاری کند؛ بلکه نماز زمینه‌های پاکی را برایمان فراهم می‌نماید همانگونه که شیطان زمینه‌های گناه و فحشا را برای انسان فراهم می‌کند. "هر کس پیرو شیطان شود، پس او (شیطان) به فحشا و منکر فرمان می‌دهد"۷

همانطور که فرمان شیطان به بدی‌ها (که در آیه قبل ذکر گردید) به صورت زمینه‌سازی شرایط گناهان است و شیطان بر انسان تسلط فیزیکی ندارد، کارکرد نماز هم برای ممانعت از ارتکاب گناهان با زمینه‌سازی پاکی‌هاست.

یکی از دسیسه‌های بزرگ شیطان این است که به افرادی که مرتکب گناهی می‌شوند القا می‌کند که "تویی که مرتکب چنین گناهی شدی، چگونه نماز می‌خوانی؟ خدا نماز تو را قبول نخواهد کرد!" این کلام، وسوسه شیطان است. بهتر است بگوییم: "من که نماز می‌خوانم، نباید مرتکب چنین گناهی شوم."

۵ - آثار و فواید نماز

تعیین مسیر بندگی

نماز با زمان کمی که از ساعات عمر ما را به خود اختصاص می‌دهد، نقش سرنوشت‌سازی در ساختن روح بندگی در انسان دارد.

اولین مرحله از نماز، نیت است. در واقع شرط قبولی تمام اعمال عبادی، داشتن نیت تقرب به خداوند و کسب رضای الهی است. با شروع نماز، مسیر خود که همان بندگی و تواضع در برابر معبود بی‌همتاست را به جهان و جهانیان اعلام می‌کنیم.

اولین کلامی که در نماز به زبان جاری می‌کنیم، عبارت "ا... اکبر" است. یعنی اعلام برتری خداوند متعال بر همه چیز و همه کس، یعنی

اعلام برتری خداوند متعال بر همه چیز و همه کس، یعنی اعلام آزادی از غیر خدا، یعنی رهایی از همه، یعنی خدا را بالاتر قراردادن و توجه کردن به ذات پاکش.

اذکار نماز همه در اوج زیبایی، مکالمه عاشقانه‌ای را بین عابد و معبود برقرار می‌سازد. اذکار نماز که عمده آنها تکبیر، تهلیل، تسبیح و تحمید است برای رفتار و حرکات مومن در نماز، تواضع و سرخم کردن در برابر خداوند یکتا را به نمایش می‌گذارد. سری که در برابر خداوند تعظیم می‌کند، به راحتی بندگی شیطان را نمی‌پذیرد. در سجده، با دو بار به خاک افتادن، مراحل پیدایش از خاک، مرگ و بازگشت مجدد به خاک، سپس زنده شدن دوباره و خروج از خاک و ورود به دادگاه عدل الهی را تداعی کرده و ما را به حساب روز قیامت متذکر می‌شود. به راستی که اگر به فرموده پیامبر روزانه ۵ بار روح خود را با نماز شست‌وشو دهیم، چه آلودگی می‌تواند روح ما را بیمار نماید؟

چرا نماز می‌خوانیم؟ آیا نماز تشکر از خداست؟

خداوند انسان را برای بندگی آفریده است تا به واسطه بندگی خدا در مسیر درست و صحیح، رشد و تعالی نماید. رشد مادی بدون چهارچوب معنوی، جز خسارت و زیان به دیگران ثمره‌ای ندارد. پیشرفت علم بشر به همان اندازه که آسایش را برای انسان به همراه آورده است، آرامش او را کاهش داده است. نماز روح آدمی را آرام می‌کند. روح آدمی از عالم خاکی نیست که بتواند تنها با کسب مادیات، خود را آرام سازد. این روح می‌خواهد به سرمنشا حقیقی خود رسیده و خود را آرام کند. علم، ثروت، قدرت، شهرت و ... هیچ یک نمی‌توانند روح انسان را برای مدت طولانی آرام سازند. حقیقت روح و عظمت وجود آدمی بسیار فراتر از این امکانات مادی است. پس نماز را نه برای تشکر از خدا، که برای آرام ساختن روح و پیوند دادن آن با سرمنشا حیات می‌خوانیم.

یکی از کارکردهای مهم نماز، پاکسازی غرور از روح و جان آدمی است. غرور و تکبر که عامل بسیاری از خطاهای بزرگ انسانی است، مانع ارتباط صحیح با خالق و همچنین با سایر مخلوقات می‌شود. نماز می‌آید تا کبر ما را شکسته و جایگاه بندگی را به ما متذکر شود. چه زیباست جامعه‌ای که مردم آن بدون غرور و تکبر و با ارزشمندی در کنار یکدیگر زندگی می‌کنند و هیچ کس به خود اجازه نمی‌دهد حقوق دیگران را پایمال کند.

مطالب بیان شده تنها گوشه‌ای از مفاهیم عمیق نماز را بیان می‌کند. امیدوارم با مطالعه این مقاله، اهتمام نگارنده و خوانندگان به اقامه نماز افزون گشته و خدا ما را از جمله نمازگزاران واقعی قرار دهد.

۱ - سوره آل عمران، آیه ۹۷

۲ - سوره بقره، آیه ۱۸۴

۳ - سوره مدثر، آیه ۴۲ و ۴۳

۴ - سوره مومنون، آیه ۱ و ۲

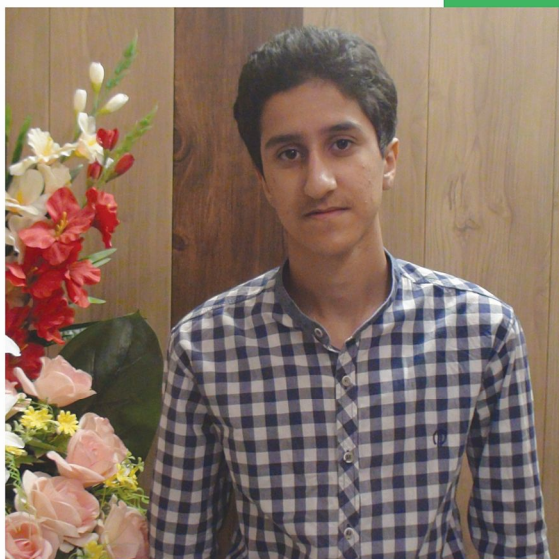
۵ - سوره عنکبوت، آیه ۴۵

۶ - سوره طه، آیه ۱۴

۷ - سوره نور، آیه ۲۱

تجربه ارزشمند برترین ها

احمد رضا مشرقی بجستانی رتبه ۳۹۸ کنکور تجربی دانشجو پزشکی ساری



دست کم بگیرید، بود.

- دفتر برنامه ریزی را تکمیل می کردی؟ نظرت در مورد آن چیست؟ تا چه حد دفتر برنامه ریزی می تواند به موفقیت دانش آموزان کمک کند؟
بله. من سعی می کردم دفتر برنامه ریزی را خودم پر کنم و برنامه ریزم آن را اصلاح کند. چون بهترین کسی که از شرایط خود دانش آموز مطلع است، خود اوست. من فکر می کنم تکمیل دفتر برنامه ریزی کمک شایانی به دانش آموزان خواهد کرد تا هم خود برنامه ریزی کنند و هم به تدریج اصول برنامه ریزی را یاد بگیرند.

- آیا نشریه پیک اندیشه را مطالعه می کردی؟ مطالبش مفید بود و به روند مطالعه کمکی می کرد یا نه؟

بله به نظر من مطلب جالب و مفیدی داشت و کمک کرد تا مطالعه مفیدتر و کاربردی تری داشته باشم.

- عملکرد شما در پروژه کنکورهای خرداد ماه چگونه بود؟ تا چه اندازه آزمون های شبیه ساز توانست تو را برای کنکور آماده کند؟
به نظر من بهترین بخش سروش اندیشه کنکورهای خردادماه بود که توانستم به کمک آن، نقاط ضعف و قوت و همچنین روش آزمون دادن خودم را پیدا کنم.

۱۷. نقش باورهای دینی را برای داشتن آرامش در جلسه کنکور و کسب موفقیت تا چه حد لازم و مفید می دانید؟

بیشتر آرامشی که شب قبل از کنکور و سر کنکور داشتم را مدیون دعاها و دلداری های پدر و مادر و همه اعضای خانواده هستم. علی رغم اینکه من آدم استرسی بودم اما در جلسه کنکور آرامش بالایی داشتم. خدا رو شکر.

- هدف شما از درس خواندن چه بود؟ چه رتبه ای را برای خود متصور بودید؟ از چه زمانی به این خودباوری رسیدی؟
هدف من از درس خواندن کسب رتبه ای خوب و قبول شدن در رشته پزشکی مشهد بود. رتبه ای که برای خودم متصور بودم، زیر ۵۰۰ بود که خدا رو شکر همین اتفاق هم افتاد. زمانی به این خودباوری رسیدم که دیدم در آزمون های کانون و آزمون های شبیه ساز موسسه سروش اندیشه نتیجه خوبی کسب کردم. من برنامه ریزی کنکور را از تابستان سوم شروع کردم. تقریباً از مرداد ماه شروع به مرور دروس پایه کردم.

- چرا مؤسسه سروش اندیشه را انتخاب کردی؟
دلیل انتخاب سروش اندیشه برادرم بود که خودش توانسته بود رتبه ای بسیار خوب کسب کند و به من هم توصیه کرد که به سروش اندیشه بیایم.

- در امتحان نهایی چه عملکردی داشتی؟ در سال سوم تمرکزت بر امتحان نهایی بود یا نه؟
خدا رو شکر، عملکرد خوبی داشتم. قطعاً باید در سال سوم، تمرکز جدی بر روی مفاهیم داشته باشیم که من سعی کردم این کار رو انجام بدهم.

- هنر برنامه ریز به عنوان یک یار همراه و دلسوز و با تجربه در کنارت چطور بود؟

ایشان با دادن انگیزه و همچنین دادن اعتماد به نفس حس خوبی را در من القاء کردند و همچنین من مشکلاتم را با ایشان در میان می گذاشتم و کمک زیادی به من کردند. بزرگترین قوت ایشان از نظر من ، دادن انگیزه و همچنین اینکه نباید توانایی های خودتان را

تجربه ارزشمند برترین ها

- هدف شما از درس خواندن چه بود؟ چه رتبه ای را برای خود متصور بودید؟ از چه زمانی به این خودباوری رسیدی؟ هدفم رسیدن به شرایط نسبتاً خوب در جامعه و درآینده بود. با توجه به ترازهایم در کانون، امید داشتم که در کنکور هم همین حدود باشم و اون چیزی رو که دوست داشتم قبول می شدم. من با توجه به میزان درس خواندن و ساعت مطالعه ام و تلاشی که می کردم توقع دندان شهر مورد علاقه ام یعنی ساری را داشتم و اصلاً بلند پروازی نمی کردم که البته مقداری هم اشتباه بود.

- هنر برنامه ریز به عنوان یک یار همراه و دلسوز و با تجربه در کنارت چطور بود؟

فکر می کنم که آقای مزاری بیشتر هنر روانشناسی دارند. چون خیلی روحیه می دادن و هیچ وقت من را ناامید نکردند در حالی که دیگران فقط حرف های مضطرب کننده و ناامید کننده می زدند.

- عملکرد شما در پروژه کنکورهای خرداد ماه چگونه بود؟ تا چه اندازه آزمون های شبیه ساز توانست تو را برای کنکور آماده کنه؟

عملکردم امیدوار کننده بود و تخمین رتبه های خوبی داشتم بین ۱۰۰ تا ۲۰۰، ۳۰۰ تا ۴۰۰ و ۴۰۰ تا ۵۰۰. برگزاری آزمون ها در موسسه واقعا عالی بود. من واقعا نمی تونستم در خانه بنشینم و آزمون بدم چون اصلا شرایط آزمون در منزل قابل شبیه سازی نبود.

- در مجموع کدامیک از برنامه های مؤسسه بیشتر از همه کمک کرد تا به موفقیت برسی؟

کنکور هایی که در خرداد برگزار شد و اجبار برای درس خواندن در

تابستان. البته آقای مزاری هم خیلی روحیه دادن و این احساس اعتماد به نفس، کمک زیادی به من کرد.

- یک جمله معروف داریم: "کنکور من از هر سال سخت تر بود" برای شما هم همینطور بود؟

من فکر می کنم با توجه به کنکورهای سال های اخیر، این یک واقعیت غیر قابل انکار هست.

- توصیه شما به بچه های امسال؟

۱ - پیدا کردن روش مناسب درس خواندن برای کنکور. داوطلب باید روشی که برای خودش مناسب باشد را پیدا کرده و به همان روش مطالعه کند.

۲ - منظم بودن. اکثر بچه هایی که رتبه زیر ۱۰۰۰ کسب کردند، کسانی بودند که همیشه منظم بودند یعنی مثلاً وقتی یه برگه سوال معلم می داد حتما در یک برگه ی جدا حل می کردند و برای تمرین هاشون وقت می گذاشتند.

۳ - حتما خلاصه نویسی رو جدی بگیرید. خلاصه باید طوری باشه که خود شما آن را به خوبی بفهمید. نیازی نیست جملات قشنگ و طولانی بنویسید. بلکه سعی کنید انتقال بیشترین مفاهیم در کمترین کلمات باشه.



آناهیتا کسرای منش
رتبه ۷۳۴ کنکور تجربی
دانشجو داروسازی مشهد

موسسه ای به وسعت حضور برترین ها

افتخار آفرینان سروش اندیشه در کنکور ۱۳۹۱



افتخار آفرینان سروش اندیشه در کنکور ۱۳۹۲



افتخار آفرینان سروش اندیشه در کنکور ۱۳۹۳



افتخار آفرینان سروش اندیشه در کنکور ۱۳۹۴



آدرس : مشهد، انتهای راهنمایی ۴
پلاک ۱۱۴
تلفن : ۳۸۴۰۶۵۷۷-۳۸۴۴۸۳۵۳
www.s-andishe.ir
واحد ثبت نام : مشهد، خیابان فلسطین
بین فلسطین ۱۷ و ۱۵ پلاک ۹۴
تلفن : ۳۸۴۷۴۷۴۹

با امید و اعتماد، از ابتدا تا انتهای مسیر، محکم و استوار، در کنار شما ایستاده ایم.