

# پیک اندیشه ۳۴

نشریه داخلی

موسسه فرهنگی و هنری سروش اندیشه  
سال دهم - شماره سی و چهارم - آذر ماه ۱۳۹۸



## شروعی دوباره در دوران امتحانات



## سروش اندیشه حیات

موسسه فرهنگی و هنری سروش اندیشه  
سال دهم - شماره سی و چهارم - آذر ماه ۱۳۹۷  
صاحب امتیاز: موسسه سروش اندیشه حیات  
مدیر مسئول: سید امیررضا مزاری  
طراح و صفحه آرایی: محمدرضا کیان تاش  
سردبیر: سید امیررضا یعقوبی

همکاران این شماره:

سید امیررضا یعقوبی

دکتر صادق غلامرضایی

نفیسه نوروزی

دکتر مائده شکری

علیرضا صداقت

حسین نصیر

محمد علی تابانفر

سید علی سیدزاده

## فهرست

صفحه ۱	دو کلام حرف حساب
صفحه ۲	اهمیت دروس عمومی در کنکور
صفحه ۱۰	رشد و تعالی فردی
صفحه ۱۲	مطالعه در ایام امتحانات
صفحه ۱۴	من مصر و سرسختم
صفحه ۱۶	ارتباط صحیح والدین با دانش آموز کنکوری
صفحه ۱۸	جداول میزان پیشرفت و نقاط ضعف
صفحه ۲۶	مصاحبه با برترین های سال ۹۸

مشهد، خیابان راهنمایی، انتهای راهنمایی ۲۴ شماره ۱۱۸  
۳۸۴۴۸۳۵۳ - ۳۸۴۴۶۴۲۴ - ۳۸۴۰۶۵۲۷ - ۳۸۴۷۴۷۴۹

ما را در فضای مجازی دنبال کنید

<http://s-andishe.ir>

  sorusheandishe

# بنام خداوند جان و دین

## دو کلام حرف حساب

وقتی درباره نتیجه آزمون و درس و کلاس صحبت میکرد، انگار خودش میدونست که میتونه بهتر باشه و کاملا معلوم بود از خودش ناراضیه. از حرفاش میشد فهمید که کسب نتیجه خوب و پشت سر گذاشتن رقبا برایش خیلی مهمه فقط انگار هنوز خودش رو خوب باور نکرده بود. یه وقتایی هم سعی میکرد همه مشکلات رو گردن این و اون بندازه تا همه باور کنن اگه شرایط بهتری داشت قطعاً یکی از دانش آموزان برتر بود. این رفتارهاش باعث تعجب من میشد اما بعد از اینکه به لبخند من اعتراض میکرد، خودش سریع میگفت: «میدونم باید به فکر خودم باشم و از تموم لحظه هام استفاده کنم». خلاصه هم باور داشت که توان و استعداد بهتر بودن رو داره، هم قبول کرده بود که عامل عصبانیت و آشفتگیهاش، کم کاری و بی برنامه بودنشه. انگیزه بالایی و اسه موفقیت داشت و یه تصمیم درست قطعاً میتونست اون رو خیلی موفق تر کنه. وقتی پرسید: «به نظرتون مشکل کار من چیه؟» احساس کردم منتظر یه راهکاره تا با تموم وجودش پیش بره و خودش رو حداقل به خودش ثابت کنه. خیلی با هم حرف زدیم. برنامه کلاسها و مدرسه اش رو روی یک کاغذ نوشتیم، ساعتیایی که میتونست برای درس خوندن در نظر بگیره رومشخص کردیم و برخلاف اینکه اصرار داشت اصلاً استراحت و تفریح نداشته باشه، ساعاتی رو هم برای تفریح، استراحت، تماشای تلویزیون و ... در نظر گرفتیم. متقاعد شده بود که باید منطقی فکر کنه و هیجانی تصمیم نگیره. با شناختی که ازش داشتم بهتر دونستم که هفته به هفته ساعت مطالعه اش رو افزایش بده چون این کار خیلی بهش کمک میکرد.

پس این جوری شد که بخشی از زمان مطالعه اش در هفته رو به درس ها و تکالیف مدرسه و باقی رو به آزمون اختصاص داد. خلاصه با هم قرار گذاشتیم طوری درس بخونه و کار کنه که هیچوقت حسرت روزهایی که داره میگذره رو نخوره. حالا از اون روزها تقریباً یک سالی میگذره و اون داره در رشته ای که دلش میخواست درس میخونه و یه بار دیگه اثبات کرد "خواستن توانستن است".

لذت بردن، شاد زیستن و خرسند بودن بی شک در گرو داشتن حرکتی درست در مسیر امروز است. لحظه هایی که امروز در گذر است و تو تعریفشان میکنی لحظه های نابی است که اگر درست هدایت شوند مایه رشد و تعالی ات میشوند. پس روزهای خوب، روزهای شاد، روزهای موفق و روزهای کامل و سرشار از زندگی را برای خودت بخواه.

دانش آموزان و اولیا عزیز خوشحالیم که بار دیگر فرصت یافتیم که در سال تحصیلی جدید در خدمت شما باشیم و سعی کرده ایم در این شماره پیک اندیشه مطالب مفیدی را در اختیار شما خوبان و همراهان قرار دهیم.

سید امیررضا یعقوبی

آذر ماه ۱۳۹۸



## اهمیت دروس عمومی در کنکور

سیدامیررضا یعقوبی

حتما تا حالا زیاد شنیده اید که بیش تر دانش آموزان و حتی برخی مشاوران می گویند که عمومی هارا باید بعد از عید خواند اما کاملا اشتباه است.

تقریبا در ۸ سال گذشته کنکور سراسری دیگر سوالات عمومی (بجز برای درس دین و زندگی که جزو حفظی ترین و ساده ترین عمومی ها برای بچه ها هستند) ساده نیستند و تنها بخش کمی حدود ۲۵٪ حفظی و ساده است و بقیه سوالات سخت و مفهومی شده و نیاز به تست زیاد + مرور زیاد دارد.

به طور کلی گذاشتن مطالعه و مرور عمومی ها و یا هر درس دیگری برای بار اول در ۳ ماهه پایانی علاوه بر سخت و دشوار بودن ، کاری اشتباه است. نه تنها بازدهی خود درس را پایین می آورد بلکه باعث ایجاد آسیب در سایر درس ها نیز می شود (زیرا باید از زمان سایر درس ها کم کرد و به درس جدید داد بدون توجه به اهمیت مطالعاتی آن درس نسبت به سایر درس ها) دروس عمومی را باید از اول سال شروع به خواندن کرد و دو درسی که در آن ها هستید را زودتر تمام کنید و دائم مرور انجام دهید و تست های جدید و جمع بندی بنویسید و ۲ درس دیگر که ضعیف تر هستید را با یک روند منطقی از ابتدای سال تا نهایتا پایان عید حداقل یکبار تمام کنید.

یادتان باشد دروس عمومی را اگر تمام کردید رها نکنید به هوای اینکه دیگر یکبار خواندم. در این دروس مرور دائم اهمیت دارد وگرنه به طور مداوم اگر بخوانید و مرور نکنید بعد از ۲ ماه مثل روز اول باید از ابتدا بخوانید و نتیجه گیری و برداشت مدنظر را نخواهید داشت. در ادامه به بررسی نحوه مطالعه هر یک از دروس عمومی می پردازیم:



# نحوه مطالعه درس ادبیات در کنکور سراسری

گروه آموزشی سروش اندیشه

اولین درس در کنکور و شروع تست زدن یک داوطلب کنکور با درس ادبیات و زبان فارسی در همه‌ی رشته‌ها آغاز می‌شود. درسی که با توجه به زبان و فرهنگ ما ایرانیان و زبان شیرین پارسی می‌تواند جذابیت خاصی داشته باشد. به عقیده‌ی بسیاری ادبیات در کنکور سراسری مهم‌ترین درس در بین دروس عمومی می‌باشد و دارای بیشترین رقابت در بین داوطلبان نیز هست.

این رقابت بالا و مهم و تعیین‌کننده بودن درصد ادبیات در کنکور باعث شده تا طراحان هم بی‌کار ننشینند و هر سال سؤالات مفهومی و سخت‌تری طراحی کنند.

اما بازهم قالب و شکل طراحی سؤالات ادبیات حتی باوجود سختی سؤالات تغییر آنچنانی نکرده است و هنوز در این درس آنچنان که در دروس دیگر شاهد بودیم دچار غافلگیری نشده‌ایم و به نظر نمی‌رسد فعلاً تغییر سبک خاصی ملاحظه شود. همان‌طور که گفته شد، طراحی سؤالات ادبیات قالب و شکل خاصی دارد. این نکته ایجاب می‌کند تا نحوه مطالعه‌ی داوطلب هم بر همین مبنا باشد تا بهترین نتیجه و درصد حاصل شود.

در ادبیات این مباحث را خواهیم داشت: تاریخ ادبیات، املا، لغت، زبان فارسی، آرایه ادبی، قرابت معنایی در ادامه به معرفی هر کدام از این بخش‌ها و نحوه‌ی مطالعه‌ی آن‌ها می‌پردازیم.

در ضمن سعی کنید برای هر مبحث کتاب جداگانه‌ای داشته باشیم و یا یک کتاب جامع تهیه کنید که کلیه این مباحث را تحت پوشش قرار دهد.

تاریخ ادبیات، املا و لغت: یکی از دلایلی که داوطلبان را در ادبیات دچار مشکل می‌کند خواندن این موارد است که کاملاً حفظی است.

حفظ کردن حجم زیادی از تاریخ ادبیات و املا و لغت کار ساده‌ای نیست. در این سالها تلاش‌هایی در جهت ساده‌تر کردن و رمزگذاری مثلاً تاریخ ادبیات انجام شده است اما به‌رحال داوطلب چاره‌ای جز حفظ کردن ندارد که اتفاقاً می‌توان با چند تستی که از این مباحث طرح می‌شود امتیاز مناسبی هم گرفت.

زبان فارسی: شاید یکی از سخت‌ترین مباحث مورد سؤال در کنکور از این مورد باشد.



بررسی ساختمان واژه ها و جمله مهم ترین سوالاتی هستند که هر ساله مطرح شده و شاید تشخیص آن ها و پاسخ دهی به آن ها کار ساده ای نباشد.

فقط در مورد زبان فارسی یک توصیه مهم را دارم. اگر واقعاً خود را برای پاسخ دادن این سوالات آماده کرده اید به این سوالات پاسخ دهید. باید تست های زیادی زده باشید و بتوانید سرعت و دقت عمل بالایی نیز کسب کنید. در غیر این صورت از سعی نکنید با شانس تست های زبان فارسی را پاسخ دهید زیرا برای مثال اگر در تشخیص ساختمان واژه اشتباه کنید کل تست غلط از آب در خواهد آمد و یک نمره منفی کسب می کنید.

آرایه ادبی: برای مطالعه این مورد از تست ها بیشتر استفاده کنید. شاید آموزش و مطالعه ی یک آرایه و نکات مربوط به آن (مثلاً آرایه استعاره) چند سطر بیشتر نباشد اما باید از کتاب های تستی که اختصاصاً آرایه ادبی را مدنظر قرار داده اند استفاده کرده و در این مورد تست های فراوانی بزنید.

باید بتوانید این آرایه ها را در تست ها پیدا کنید و ضمناً سرعت عمل بالایی نیز کسب کنید.

شدیداً توصیه می کنم در مورد آرایه های ادبی از جزوات و کتاب های حجیم و سنگین استفاده نکنید. بسیار دیده شده برای یک مبحث مثل استعاره ده ها صفحه اختصاص می دهند در صورتیکه برای دانش آموزان تجربی و ریاضی مطالعه این حجم از آرایه ادبی با این جزئیات مورد نظر هیچ طراحی نمی باشد.

قرابت معنایی: ما ایرانیان به هر حال هر کدام بنا به فرهنگی که داریم شمه ای از ذوق ادبی را نیز خواهیم داشت.

همیشه به دانش آموزان توصیه می کنیم اگر نمی خواهید مباحث ادبیات را مطالعه کنید و در ضمن قدرت تحلیل خوبی نیز دارید از قرابت معنایی غافل نشوید.

حدود ۱۰ تستی که در این مورد مطرح می شود در بسیاری از مواقع از اشعار خارج از کتاب هستند و اتفاقاً برخلاف عقیده ی بسیاری کار را برای پاسخگویی ساده تر می کنند؛ و پاسخ صحیح به این ۱۰ سؤال حداقل ۴۰ درصد امتیاز کسب کنید که درصد قابل توجهی است.

به این صورت که حتی اگر این تست هایی که شامل اشعار خارج از کتاب هستند را جلوی داوطلبی قرار دهیم که حتی کتاب را نخوانده باشد می تواند با تحلیل گزینه ها به جواب برسد.

فقط در این مورد نیز باید تست های زیادی کار کنید و بهتر بگویم تمرین کنید. کتاب هامون سبکی در این زمینه بسیار مفید و در نوع خود بی نظیر است.

نکته آخر اینکه به طور کلی اشعاری که در کنکور مطرح می شوند محدود به یکسری موضوعات خاص هستند و من مطمئنم با کار کردن تست در این مورد، اشعار آشنایی را در سوالات کنکور مشاهده خواهید کرد.



# نحوه مطالعه درس عربی در کنکور سراسری

علیرضا صداقت

اما درس عربی را چگونه و با چه ترتیبی بخوانیم  
درس عربی در کنکور سراسری دارای ۲۵ سوال به ترتیب زیر است :

پایه	مبحث	تعداد سوال در کنکور
ترجمه و تعریب	دهم	۱ سوال
	یازدهم	۵ سوال
	دوازدهم	۳ سوال
	ترکیبی	۱ سوال
درک مطلب	ترکیبی	۴ سوال
تشکیل	ترکیبی	۱ سوال
تحلیل صرفی	ترکیبی	۳ سوال
واژگان	ترکیبی	۱ سوال
مفهوم	ترکیبی	۱ سوال
قواعد	دهم	۱ سوال
	یازدهم	۲ سوال
	دوازدهم	۲ سوال

خب همینطور از دیدن جدول بالا مشهود است سهم ترجمه و توجه به معنای لغت چه از فارسی به عربی و چه برعکس (عربی به فارسی) خیلی اهمیت دارد زیرا به تنهایی ۴۲٪ از درصد عربی کنکور را تشکیل می دهد و کسب درصد این بخش نسبت به سایر مباحث عربی آسان تر است.

اما در مورد بقیه سوالات عربی ابتدا باید مباحث را به ترتیب زیر در ذهن خود تفکیک کنید و بعد مباحث مربوط به اسم یا فعل و ... را کامل بخوانید و تست بزنید. یادتان نشود در هر مبحث حتما سوالات مربوط به کنکور هارا بزنید.

## تحلیل صرفی فعل

ماضی ، مضارع ، امر  
ثلاثی مجرد و مزید  
اعراب فعل مضارع : مرفوع ، منصوب ، مجزوم  
انواع لام

## تحلیل صرفی اسم

مذکر و مونث { مذکر و مونث حقیقی و مجازی ، مونث  
لفظی ، مونث معنوی }  
مفرد ، مثنی ، جمع { اعلائم اسم های مثنی و جمع  
مذکر و مونث سالم - وزن های مهم جمع مکسر }  
معرفه ، نکره { ضمائر ، ترکیب اضافی (معرفه به اضافه) ،  
علم ، ذواللام ، موصول ، اشاره ، انواع من و ما }  
جامد مشتق { اسم فاعل و مفعول ، اسم زمان و مکان  
اسم تفضیل ، صفت مشبهه ، صیغه ی مبالغه }

## انواع اعراب

ظاهری ( اصلی و فرعی)  
محلی  
تقدیری

## توابع

ترکیب وصفی: صفت مفرد ، جمله وصفیه  
مشارّ الیه : اسم ال دار بعد از اسامی اشاره  
معطوف : کلماتی که پس از حروف عطف ذکر می شوند

## کاربرد ضمائر

متصل : مرفوعی : اوین ، ت ، تما ، ثم ...  
منصوبی ، مجروری : ه ، هما ، هم ...  
منفصل مرفوعی : هو ، هما ، هم ...  
منفصل منصوبی : ایاه ، ایاهما ، ایاهم ...

## اجزاء جمله

نقش های مجروری  
۱- جارو مجرور (حروف جر ، من ، فی ، علی ، الی ، ل ، ب ،  
ک ، عن ، حتی)  
۲- مضاف الیه ( ۵ راه شناخت مضاف و مضاف الیه)

## نقش های مرفوعی

۱- فاعل (جمله فعلیه ، ۵ راه شناخت فاعل)  
۲- نائب فاعل (طریقه ساخت فعل مجهول در ماضی و  
مضارع ، ۵ راه شناخت نائب فاعل ، تبدیل جمله معلوم به  
مجهول ، تبدیل جمله مجهول به معلوم)  
۳- مبتدا و خبر (جمله اسمیه ، انواع خبر : خبر مفرد ، خبر  
جمله اسمیه ، خبر جمله فعلیه ، خبر شبه جمله ، خبر  
مقدم)

## نواسخ

افعال ناقصه (کان ، صار ، لیس ، اصبح ، مادام ، مازال ، شناخت  
اسم و خبر افعال ناقصه)  
حروف مشبهه بالفعل (ان ، ان ، کأن ، لیت ، لكل ، لعل ، شناخت  
اسم و خبر حروف مشبهه بالفعل)  
لای نفی جنس (انواع تشخیص لا)

## منصوبات

۱- مفعول به  
۲- مفعول به ثانی (افعال دو مفعولی)  
۳- مفعول مطلق (تاکیدی ، نوعی / بیانی)  
۴- حال (مفرد ، جمله حالیه ، شناخت ذوالحال)  
۵- مستثنی (تام ، مفرغ)  
۶- عدد و معدود



# نحوه مطالعه درس دین و زندگی در کنکور سراسری

گروه آموزشی سروش اندیشه

دین و زندگی از دروسی است که نیازمند مطالعه پیوسته و مستمر است. پس برای شروع، از همین الان، زمانی را در برنامه درسی خود قرار دهید. البته همان‌گونه که همیشه اشاره می‌کنیم میزان ساعات مطالعه این درس در برنامه هفتگی و کتاب مورد مطالعه، به میزان اطلاعات و آمادگی شما در این درس بستگی دارد. به خاطر داشته باشید که در ابتدا محور کار، حتما باید کتاب درسی باشد.

قبل از تسلط به مفاهیم کتاب، از زدن تست خودداری کنید. هنگام مطالعه متن درس باید سعی کنید که هر بند یا پاراگراف یا مطالب مرتبط با آن را به صورت مجزا یا داخل گروه، دسته‌بندی و خلاصه‌نویسی کنید. اگر نکته یا لغت مهمی در اثنای آن گروه یا پراکنش وجود داشته باشد، با ماژیک‌های رنگی یا خط کشیدن زیر مطالب، آنها را مشخص کنید تا در مطالعه بعدی مجبور نباشید که همه کتاب را دوباره مطالعه نمایید.

مانند دروس دیگر، خلاصه‌نویسی در این درس نیز مهم است. برخی از داوطلبان عزیز با عنوان خلاصه‌نویسی اقدام به نوشتن بیشتر مطالب می‌کنند. این رویه درست نیست. سعی کنید بعد از تسلط بر درس، نکاتی را که واقعا مهم است، خلاصه‌نویسی کنید. خلاصه‌نویسی، به شرط عدم اتلاف وقت، مخصوصا برای زمان دوره، امری بسیار مفید است و به ما کمک می‌کند که در زمان مرور و جمع‌بندی، راحت‌تر بتوانیم به اطلاعات مهم دست پیدا کنیم.

## چه چیزهای مهمی را بخوانیم؟

مطالعه و یادگیری مباحث مطرح‌شده در درس معارف اسلامی را می‌توان در سه دسته تقسیم‌بندی کرد:

۱. احاطه بر مفهوم کلی و هدف درس به علاوه تسلط بر متن درس

۲. فهم آیات با تسلط کامل بر ترجمه‌ها و اهداف آنها

۳. فهم هدف روایات، متن آنها و همچنین ارتباط با درس

برای احاطه به این مباحث باید مطالب را به صورتی که اشاره خواهیم کرد، مطالعه کنید.

## الف- متن درس

برای به دست آوردن درصدی مناسب از درس دین و زندگی، حتما باید خط به خط کتاب را طوری بخوانید که تمام کلمات کلیدی، سرتیترها و ... را از حفظ باشید و بتوانید کتاب را در ذهن داشته باشید (یک نوع حافظه تصویری)؛ مثلا این سرتیتر است، این آیه است و بعد از آن چه جملاتی و چه کلماتی آمده است.

هر درسی، هدف خاص برای خود دارد. تأکید می‌کنیم که شما داوطلب عزیز باید مطالعه را از روی کتاب درسی انجام دهید و نه از روی جزوه یا کتاب کمک درسی، و یا حداقل ابتدا تسلط کافی روی کتاب درسی پیدا کرده و سپس از جزوات یا کتاب‌های کمک‌درسی بهره بگیرید. برای مطالعه این درس، در مرحله اول باید هر درس را به صورت اجمالی مطالعه کنید و یک دید کلی نسبت به درس پیدا کنید. در مرحله دوم از نکات اصلی درس در مورد آنچه خوانده‌اید، سؤال طرح کنید. در مرحله سوم به خواندن دقیق متن درس پرداخته و به سؤالاتی که قبلا در ذهن‌تان طرح شده بود، بپردازید و در مرحله چهارم بین دانسته‌های خود ارتباط برقرار کنید و جزئیات مطالب را به خاطر بسپارید.

## ب- آیات و روایات

یکی از مباحث خیلی مهم در کنکور دین و زندگی، آیات، احادیث و روایات است که متن فارسی و متن عربی آن تقریباً بیش از ۶۰ درصد سؤالات کنکور را شامل می‌شود، و اگر کسی این قسمت را به صورت حرفه‌ای و دقیق مطالعه نکند، بیشترین نمره را از دست داده است. در خواندن آیات و روایات به این نکات توجه کنید:

۱. موضوع اصلی آیه را بدانید (سرتیتر اصلی درس یا پاراگراف اصلی یا فرعی)

۲. این آیه از زبان چه کسی یا چه کسانی است؟

۳. این آیه درباره چه کسی یا چه کسانی است؟

۴. این آیه خطاب به چه کسی یا چه کسانی است؟

۵. این آیه برای چه زمانی است و ظرف تحقق آیه کدام است؟

۶. کلمات کلیدی آیه کدام است؟

۷. این آیه با کدام آیه و حدیث و شعر دیگری ارتباط معنایی دارد؟

۸. حتماً پاراگراف بالا یا پایین آیه را که با آن ارتباط دارد، مرور کنید.

۹. آیه با چه کلماتی شروع شده و با چه کلماتی پایان یافته است؟

۱۰. ترجمه دقیق آیه چیست؟

حتماً توجه داشته باشید که آیاتی که در اندیشه و تحقیق آمده، اهمیت بالایی دارد. در صورتی که بیشتر داوطلبان از آن غافل می‌شوند؛ پس کسانی که می‌خواهند درصد بالایی را در این درس بیاورند، باید این بخش را حتماً به صورت دقیق مطالعه کنند. برای یادگیری دقیق آیات، ابتدا باید آیه را با ترجمه آن بخوانید و بر آن تسلط پیدا کنید. در مرحله بعد باید مفهوم مرتبط با آن آیه را فراگیرید؛ به طوری که بتوانید تشخیص دهید که کلیت آیه یا هر کدام از اجزای آن به چه نکته‌ای اشاره دارند.

برخی از مواقع در مجموعه‌ای از آیات، یا از جهت مفهوم یا از لحاظ رابطه علت و معلولی میان خود آنها نیز ارتباط دارد، که باید به این موضوع نیز به خوبی دقت کنید. توجه به ارتباط آیات با متن کتاب یا تیتراژ آن موضوع و ارتباط با آیات و روایات هم مفهوم و حتی ارتباط با اشعار نیز قسمت بسیار مهم این دسته از نکات و سؤالات است.

در روایات باید متن آن را خوب فراگیرید؛ زیرا گاهی سؤالاتی به صورت جای خالی از متن روایات مطرح می‌شود. قدم دوم، فهم موضوع یا مفهوم مرتبط با آن روایات یا جملات متن یا آیات هم مفهوم با آن است. گاهی نیز اشعار حذف‌نشده مرتبط با آیات یا مفهومی خاص مورد سؤال قرار می‌گیرند که تسلط بر مفهوم آنها نیز لازم است.

## ج- تست زدن

در درس معارف اسلامی، خواندن، تکرار و تسلط بر مفاهیم، مهم‌ترین عامل موفقیت است و این درس، مانند دروس اختصاصی نیست که بخواهیم زمان زیادی را در آن صرف تست‌زنی کنیم. مهم آن است که در تنظیم زمان، حدود ۷۰ درصد وقت‌تان را معطوف به مطالعه و مرور کنید و ۳۰ درصد باقی‌مانده را به تست زدن اختصاص دهید؛ به عبارت دیگر، در درسی مانند «دین و زندگی»، خواندن دقیق و مرورهای پی‌درپی می‌تواند خیلی کارساز باشد و تست زدن در اولویت بعدی است.

برای تست زدن از تست‌های سال‌های قبل آزمون سراسری استفاده کنید. در تست زدن حتماً نشان‌گذار کردن تست‌ها را فراموش نکنید. تست غلط، تست درست، تست «زده»، تستی که با شک زده‌اید و ... را با علامت‌های خاص نشان‌دار کنید تا بتوانید در مطالعه‌های بعدی، آن تست‌های خاص و علامت‌گذاری شده را مرور کنید.

طراحان گاهی در تست به جای آوردن دقیق کلمه کتاب، از کلمات مترادف آن استفاده می‌کنند. گویی می‌خواهند بفهمند که داوطلب کلمات را حفظ کرده یا مفهوم را فهمیده است؛ پس حتماً در هنگام مطالعه و بعد در زمان تست‌زنی به این نکته توجه داشته باشید.



# نحوه مطالعه درس زبان انگلیسی در کنکور سراسری

دکتر صادق غلامرضایی

بعضی از دانش آموزان به علت علاقه شدید به زبان این درس را کلا حذف می کنند و یا مطالعه آن را به بعد از تعطیلات نوروز موکول می کنند. اما نکته مهم اینه که شانس چنین دانش آموزی برای موفقیت در درس زبان چقدر هست؟ باید بگم امکان ندارد دانش آموزی که در زبان ضعیف است بتواند در چنین فرصت کوتاهی ضعف خودش جبران کنه. مخصوصا درک مطلب به هیچ عنوان فرمول و حفظ کردنی نیست که سریع اثر کنه. بلکه باید فراگرفته بشه. باید دچارش بشی. همیشه گفتم که (حداقل) از ابتدای سال تحصیلی زمانی را برای تقویت زبان خودتون اختصاص بدید مثلا روزی ۳۰ دقیقه.

از آنجایی که این درس از آن درسهایی است که بسیاری از والدین به دنبال تقویت آن در کودکان خود هستند، درس بیگانه ای برای داوطلبان نیست. خدا رو شکر تستهایش هم منطقی و خوب هستند. بهتر است این درس از همان ابتدا درس به درس ولی تفکیکی خوانده شود. یعنی ابتدا لغتهای همان درس حفظ شود و سپس گرامر آن و بعد نوبت مخلفات می رسد. بزرگترین مشکل در این درس زمانبر بودن بحث سوالات ریدینگ می باشد که باید به مهارت ریدینگ عادت کنید تا در زمانتان صرفه جویی شود.

کسانی که از بچگی با این درس سر و کار داشته اند و این درس را دوست دارند و خیلی بیشتر از کتاب درسی بلدند، بهتر است درس را یک مرور کلی نمایند و به سراغ کتابهای گردن کلفت در این زمینه بروند. کتابهایی که بی نهایت تست برای گرامر و لغت دارد و یک کتاب هم برای افزایش مهارت ریدینگ داشته باشند. این افراد نیاز نیست که روی درسهای زیاد زمان بگذارند و بهتر است از همان ابتدا به سراغ تست زدن بروند و سرعت خواندن خود را در ریدینگ بالاتر ببرند.

کسانی که پایه ضعیفی دارند و دنبال این درس نبوده اند باید خوب دقت کنند و حواسشان جمع باشد. این افراد باید از متد درس به درس و تفکیک در همان درس استفاده کنند. در هر درس ابتدا به سراغ حفظ کردن لغات بروند. بعد به سراغ گرامر بروند و متن و تمرینات کتاب را به خوبی حل کنند. بهتر است در این مرحله با تست کاری نداشته باشند. در مرحله بعد بهتر است مجدد همین روند را با دور تندتری انجام دهند. از مرحله سوم به بعد زمان تست زنی و کار کردن روی مهارت ریدینگ است. برای ریدینگ باید دقت داشته باشند که در مرحله اول از زمانبر بودن و نفهمیدن آن نترسند. حتی اگر کلمه به کلمه ترجمه کنند، باید صبور باشند و قافیه را نوازند. چند ریدینگ اول سخت ترین ریدینگهاست. باید لغت به لغت جلو بروند و ترجمه کنند. این افراد باید با فن ترجمه ریدینگ جلو بروند تا ریدینگها برای آنها آسانتر شود. در مرحله بعد که روی مرور لغات و گرامر و تستهای آنها کار می کنند، نوبت بالا بردن توانایی پاسخ دهی به سوالات ریدینگ فرا می رسد. یعنی همان مهارت ریدینگ.

برای موفقیت در درک مطلب باید اول تکنیک های مربوط به اون یاد بگیرید. ولی این تکنیک ها چارچوب و قواعد را به شما آموزش می دهند. این شما هستید که باید مطابق با متنی که بهتون داده می شود چارچوب و قواعد تطبیق بدید. اگر شما خیاطی بلد باشید به این معنی نیست که هر لباسی که می دوزید می تواند تن همه بشود! بلکه فن شما باید طبق اندازه و سایز هر کس تطبیق داده بشه! حالا برای اینکه بتونید لباسی بدوزید که دقیقا مناسب سایز فرد مورد نظر باشه باید حسابی تمرین کرده باشید. شما یک شبه نمی توانید تمامی تکنیک های درک مطلب روی متن های کنکور پیاده کنید. قطعا باید تمرین و ممارست خوبی داشته باشید تا نتیجه ای که مدنظرتون هست را بگیرید.



# رشد و تعالی فردی چیست و چه اهمیتی دارد؟

## نفیسه نوروزی

«رشد زمانی اتفاق می‌افتد که ما شروع به پذیرش ضعف‌های خود کنیم. - جین وانیر». رشد فردی فرآیندی است که در تمام طول عمر ادامه دارد. راهی است که افراد مهارت‌ها و ویژگی‌هایشان را ارزیابی و اهدافشان را بررسی کنند تا بتوانند پتانسیل خود را به حداکثر برسانند. این مقاله به شما کمک می‌کند تا مهارت‌هایی که برای هدف گذاری در زندگی نیاز دارید بدست آورید، اعتماد به نفس خود را تقویت کنید و در نهایت به زندگی بهتری برسید. بنابراین برای اهداف مثبت و تاثیرگذار خود برنامه ریزی کنید تا در نهایت قدرت شخصیتان فعال شود.

### رشد فردی چیست؟

رشد فردی اشاره به تکنیک‌هایی دارد که به بهبود عادات رفتاری و واکنش‌های یک فرد کمک می‌کنند. برای مثال:

- یادگیری کنترل خشم
- یادگیری غلبه بر به تعویق انداختن کارها
- یادگیری ادب و احترام
- مسئولیت پذیرتر شدن
- یادگیری مهارت‌های جدید و افزایش اطلاعات
- تغییر طرز فکر و مثبت تر شدن آن

رشد فردی موفق نیاز به انگیزه و تمایل به بهبود و تلاش برای ایجاد تغییرات دارد. شما همچنین باید مایل باشید که از منطقه راحت خود خارج شوید و گاهی اوقات کارهایی انجام دهید که برایتان آسان نیستند، اما خوب هستند. ذهن باز و تمایل به یادگیری و رشد نیز اهمیت ویژه‌ای در این فرایند دارد. رشد فردی یک فرآیند مداوم است که از سنین پایین شروع می‌شود، اما عمدتاً توسط والدین، معلمان و محیط شکل می‌گیرد. با این حال برای اینکه بیشتر آن را بسازید، باید از این فرآیند آگاه شوید، بدانید آن چیست و قدم‌های مناسب برای رشد و بهبود خود بردارید.

گاهی اوقات مشکلات و سختی‌ها انگیزه‌ای می‌شوند برای بیدار کردن اشتیاق فرد به رشد و در نتیجه منجر به ایجاد تغییراتی در زندگی فرد خواهند شد. در زمان‌های دیگر، مردم از خواندن یک کتاب، تماشای فیلم یا خواندن در مورد افرادی که به موفقیت دست یافته‌اند الهام گرفته و قدم در راه رشد و توسعه فردی می‌گذارند. این امر اغلب مردم را به مسیرهای جدید هدایت می‌کند تا در زندگی خود تغییراتی ایجاد کنند، دانش و آگاهی خود را گسترش دهد، مهارت‌ها را بهبود بخشند و پروژه‌های جدیدی را توسعه دهند.

### چگونه رشد فردی را بیاموزیم؟

رشد فردی می‌تواند در تمام حوزه‌های زندگی به شما کمک کند. مثلاً می‌تواند نگرش شما نسبت به کار را تغییر دهد و بنابراین، فرصت‌های جدیدی را برای پیشرفت ایجاد کند. می‌تواند به رشد عاطفی و ذهنی شما و تبدیل شدن به فردی دلسوز، دوست‌داشتنی و مثبت کمک کند. هم چنین می‌تواند به شما کمک کند اشتباهات و عادات منفی خود را مشاهده کنید و برای اصلاح و تغییر آن‌ها اقدام کنید.



تکنیک‌های زیادی برای رشد و توسعه فردی وجود دارد مثل: تجسم خلاق، تکرار جملات تاکیدی مثبت، ایجاد تفکر مثبت و مدیتیشن، مشاوره و غیره. اما یک روش ساده و مفید این است که به رفتارها و زندگی‌تان با ذهنی باز و بدون قضاوت نگاه کنید. این کار به شما نشان می‌دهد که چه تغییراتی لازم است در خود و زندگیتان ایجاد کنید.

همچنین نگاه کردن به رفتارها و اعمال دیگران نیز می‌تواند کمک کننده باشد. به این ترتیب، شما می‌توانید ویژگی‌های مثبت و منفی آن‌ها را تشخیص دهید و از نقاط ضعف و قوت خود آگاه شوید و دست به ایجاد تغییرات بزنید. مردم با یک دیگر متفاوت هستند و آنچه برای یک نفر کارساز است، ممکن است برای دیگری جوابگو نباشد. این به این معنی است که شما باید تکنیک‌های مختلف و روش‌های رشد فردی مختص به خودتان را کشف کنید و بفهمید چه چیزی برای شما مناسب است. کتاب‌ها، کارگاه‌ها، مقالات و مربیان بسیاری وجود دارند که رشد فردی را تدریس می‌کنند. اگر این موضوع را جالب توجه می‌دانید و می‌خواهید در راه رشد و توسعه فردی خود قدم بردارید، می‌توانید اطلاعاتی را که برای آن نیاز دارید در اینترنت پیدا کنید.

چرا رشد فردی اهمیت دارد؟

ایده‌های زیادی پیرامون رشد فردی وجود دارد که یکی از آن‌ها هرم نیازهای مازلو (فرآیند خود شکوفایی) است. خود شکوفایی

آبراهام مازلو در سال ۱۹۷۰ عنوان کرد که همه افراد نیاز به رشد فردی دارند که در طی فرآیند خود شکوفایی شکل می‌گیرد. اینکه یک فرد چقدر قادر به تحقق خود شکوفایی است بستگی به نیازهایی دارد که برطرف می‌کند. از نظر مازلو این نیازها هریک دارای سلسله مراتبی هستند. تنها زمانی که یک سطح از این نیازها برآورده شود، امکان رسیدن به سطح بالاتر وجود دارد.

هرم مازلو را در تصویر زیر می‌بینید.



مازلو معتقد است که همه افراد نیاز دارند که خود را شایسته و مستقل ببینند. همچنین هر فرد فضای محدودی برای رشد دارد. خود شکوفایی به این میل اشاره دارد که همه باید به چیزی تبدیل شوند که قادر به «شدن» آن هستند. به عبارت دیگر، نیاز به رسیدن به حد کمال هر فرد که در نهایت او را منحصر به فرد می‌کند. برای مازلو، مسیر خود شکوفایی شامل ارتباط با احساسات خود، تجربه کامل زندگی و آگاهی است.

# مطالعه در ایام امتحانات

سید امیررضا یعقوبی

روزهای امتحانات بدون شک دانش آموزان در تکاپوی مطالعه و درس خواندن هستند و شاید از والدین سوال کنند چطور می توانند بهتر مطالعه کنند و موفق تر باشند. بسیاری از دانش آموزان فکر می کنند که پیش آمدن ایام امتحانات، به برنامه مطالعاتی آنان به منظور آمادگی برای کنکور، خدشه وارد می کند؛ در صورتی که این طور نیست و شما با تلاش بسیار در ایام امتحانات می توانید گام هایی مؤثر، برای موفقیت در کنکور نیز بردارید؛ زیرا در زمان امتحانات معمولاً مدارس تعطیل است و فرصت بیشتری برای یادگیری وجود دارد و انگیزه دانش آموزان برای درس خواندن در این ایام، بیشتر است؛ پس آنها بیشتر تلاش می کنند. همچنین در دوره امتحانات، خود برنامه امتحانی، یک برنامه متمرکز آموزش در اختیار دانش آموزان قرار می دهد؛ پس دانش آموزان به صورت متمرکزتر درس می خوانند؛ از طرف دیگر، عادت افزایش ساعت مطالعه و زیاد درس خواندن نیز از حسن های این دوره است. این بهترین فرصت است که دانش آموزان ساعت مطالعه خود را افزایش داده و در نیمسال دوم هم آن را حفظ کنند؛ به همین دلیل، شما دانش آموزان عزیز می توانید از این دوره تقریباً سه هفته ای بخوبی استفاده کرده و بسیاری از مباحث درسی را به طور کامل یاد بگیرید.

## برنامه ریزی در امتحانات

هر قدمی که از سوی شما داوطلبان عزیز برای کنکور برداشته می شود، حتماً باید توام با برنامه ریزی باشد. باید به این نکته توجه داشته باشید که برنامه ریزی به اهداف شما جهت می دهد و از اتلاف وقت و انرژی شما جلوگیری می کند. ایام امتحانات دی ماه هم از این موضوع مستثنی نیست. برای یک برنامه ریزی خوب و حساب شده در این ایام، شما باید به طور مشخص بدانید که در این دوره، پرداختن به چه کاری درست است تا آن را انجام دهید و سپس برای این اولویت های خود، با توجه به اطلاعات و توان خود در درس های مورد نظر، برنامه ریزی کنید؛ به طور مثال برای دروس دوازدهم:

الف- کتاب درسی را با دقت بخوانید و روی تک تک کلمات آن تمرکز کنید؛

ب- جزوه معلم را مطالعه کنید؛

پ- مثال های حل شده کتاب درسی را چند بار حل کنید؛

ت- تست های آن مبحث را که در طول سال کامل نکرده اید تکمیل کنید! (امسال در امتحانات ترم باید تست بزنید)

## جای تستی و تشریحی خواندن در ایام امتحانات

بسیاری از دانش آموزان کنکوری گمان می کنند که ایام امتحانات دی ماه، به دلیل اینکه در بردارنده امتحانات تشریحی است، باعث می شود تا وقت داوطلب بیهوده از بین برود. این تصور، یک تصور اشتباه است؛ زیرا گرچه مطالعه تستی، بیشتر روی نکات تکیه دارد و مطالعه تشریحی، بیشتر روی کلیات، اما باید بدانید که برای تست زدن، دانستن همان کلیات هم لازم است؛ از طرف دیگر در سال های اخیر، تغییرات زیادی در کنکور اتفاق افتاده و توجه ویژه ای به یادگیری مفاهیم از طریق کتاب های



درسی، به عنوان مهم ترین منبع طرح سؤالات کنکور، شده است؛ به همین دلیل، تشریحی خواندن دانش آموزان از طریق کتاب های درسی، تاثیر شگرفی در بهبود یادگیری آنها داشته است. در ایام امتحانات، خوب درس خواندن و تشریحی خواندن کتاب درسی، نتیجه کار در کنکور را بهبود می بخشد؛ به علاوه، بارها دیده شده است که دانش آموزان در سر جلسه برگزاری کنکور، در پاسخ دادن به سؤالات ساده نیز دچار اشتباهات قابل توجهی می شوند. این موضوع نشان می دهد که آنها به کتاب درسی و مفاهیم پایه ای آن، توجه کافی نکرده اند. یکی از راه های حل این مشکل، در ایام امتحانات است. اگر شما در روزهای امتحان و در مطالعه هر درسی بخوبی در مطالب عمیق شوید، مطمئن باشید که بخش بزرگی از مشکلات شما در تست زنی در کنکور در همان درس ها از بین خواهد رفت.

مطالعه تشریحی برای امتحانات، تفکر گشتالتی را تجسم می بخشد. دانش آموزانی که در طول ماه ها به یادگیری نکته ها پرداخته و اجزا را به ذهن سپرده اند، حالا با مطالعه تشریحی، فراگیری تعریف ها، نام بردن ها و توضیح آنها و دلیل آوردن ها، به جامعیت فکری و یادگیری گشتالتی نزدیک می شوند؛ در واقع، در ایام امتحانات، چون توجه دانش آموزان به شیوه یادگیری تشریحی است، کیفیت آموزش در آنان افزایش می یابد.

### **خلاق باشید**

یکی از دلایلی که بسیاری از دانش آموزان فکر می کنند مطالعه در ایام امتحان، کمکی به کنکور آنها نمی کند، این است که مطالعه دروس را صرفاً برای پاسخ دادن به سؤالات و به اصطلاح به صورت شب امتحانی انجام می دهند. این موضوع باعث می شود تا بخش زیادی از مطالب، فراموش شده و در کنکور مورد استفاده قرار نگیرد؛ اما در این میان، داوطلبانی نیز هستند که با خلاقیت، از این لحظات به نحو احسن استفاده می کنند. شما هم سعی کنید خلاق باشید؛ مثلاً در زمان امتحانات، درس های امتحانی را که در پیش دارید محور اصلی قرار دهید و بیشتر به آنها پردازید، اما بخشی را هم، با مشورت با برنامه ریز، به تست زدن درس ها یا مطالعه دروس پایه در حد امکان اختصاص دهید؛ البته به خاطر داشته باشید که برای خلاق بودن، ابتدا باید استراتژی ها مشخص شود و شما بتوانید بعضی از تصمیم ها را برای خودتان بگیرید؛ ضمناً این نکته هم مهم است که بدانید شرایط شما در آن درس چگونه است و چقدر وقت دارید و چه کارهایی را برای موفقیت در امتحان آن درس باید انجام دهید. وقتی به همه این سؤالات پاسخ دادید، می توانید زمانی را هم به کارهای مطالعاتی غیر امتحان اختصاص دهید.

### **پدر و مادرها! شرایط را درک کنید**

پدر و مادرهای عزیز! حتماً باید توجه داشته باشید که دانش آموزان کنکوری برای موفقیت در امتحانات و کنکور در شرایط خاصی هستند و ممکن است که استرس و اضطراب ناشی از امتحانات و کنکور در این دوره، فشار دو چندان را به فرزند کنکوری شما وارد کند؛ پس سعی کنید که او را درک کرده و در هر فرصتی با امید دادن و دلگرمی بخشیدن به وی، برای هر چه بهتر طی شدن این مرحله، به او کمک و یاری رسانید.



# من مصر و سرسختم!

مأده شكري

آدم های موفق و بزرگ چه طوری تونستن به اهدافشون برسن؟!  
احتمالا روی مبل در حال لم دادن و فکر کردن نبودن و در زندگی یکنواخت و کسالت بارشون زندگی نمیکردن.  
شاید نتونم به درستی حدس بزنم که در اون لحظه دقیقا مشغول چه کاری بودن ولی از یک چیز مطمئنم احتمالا ناراحت و  
آشفته و خارج از "منطقه امنشون" مشغول فعالیت بودن.

بزرگترین موفقیت ها زاده احساس ناراحتی، تردید، بلاتکلیفی و خطرپذیری هست. هرچی احساس ناراحتی و عذاب بیشتر  
باشه رسیدن به اون هدف مشکل تر دیده میشه و درصورت دستیابی به اون هدف، احساس موفقیت بیشتری میکنیم. به  
همین خاطر هست که اکثر افراد نمیتونن به موفقیت های بسیار بزرگ دست پیدا کنن و دوست ندارن خودشون رو به سختی  
بندازن.

خوب حتما میدونین که هر بار درصدد رسیدن به هدف و موفقیت خاصی باشیم در واقع داریم در خلاف جهت جریان آب  
حرکت میکنم و هرچه هدف بزرگتر و تلاش ما بیشتر جریان مخالف شدید تر میشه. نظرات و قضاوت های اطرافیانمون میخواد  
مارو از هدفمون دور کنه چرا چون اونا خودشون رو شبیه ما میدونن و وقتی میبینن ما داریم از کلیشه ها دور میشیم و برای  
رسیدن به خواستمون خودمون رو به آب و آتیش میزنیم براشون سخت هست. این جریان مخالف علاوه بر حرف دیگران از یه  
جز دیگه هم به وجود اومده، ندای درونی خودمون همون افکاری که هرروز هزاران بار اون رو مرور میکنیم چه خودآگاه چه  
ناخودآگاه. این افکار هر روز به ما میگن: تو با این درصد زیست پایینت با اون رتبه خراب پارسالت یا مثلا با این همه رقیب  
درسخون میخوای موفق هم بشی؟! ولش کن بابا این همه کنکور دادی نشد بیخیال شو برو پی زندگیت و ...

قبلا خیلی ها گفتن که میشه به این افکار حواس پرت کن غلبه پیدا کرد اما خیلی وقت ها پیش میاد که واقعا راهمون رو گم  
میکنیم مخصوصا وقتی با مانع و سختی تو مسیرمون مواجه میشیم. نمیدونیم کجا هستیم، کجا باید بریم، چیکار باید بکنیم،  
حتی گاهی اوقات ممکنه تصمیم بگیریم برگردیم و بگیم هرچی نگاه میکنم نمیشه، نمیتونم، بی خیال پشت کنکور موندن من  
از اول هم اشتباه بود!

تو این لحظه فقط یک چیز شما رو به ادامه دادن ترغیب میکنه: سرسختی و سماجت  
هیچ اشکالی نداره اگر بعضی اوقات احساس تردید بکنین و شاید امیدتون رو از دست بدین ولی این رو بدونین دقیقا تو همین  
لحظات این سرسختی و سماجت شما هست که نجاتتون میده و شمارو جلو میبره. پس تسلیم نشین حتی اگر همه چیز غیر  
ممکن به نظر رسید.

یه چیزی رو آویزه گوشتون کنین دنیا و کائنات، دوست یا دشمن نمیتونن جلوی حرکت کردن شمارو بگیرن، شما وقتی متوقف  
میشین که خودتون تصمیم بگیرین باید متوقف بشین.



بیاین به تاریخ به نگاهی بندازیم و ببینیم چقدر تا از اتفاقات بزرگ غیر ممکن به نظر میرسیدن:

اگر تو دهه ۱۸۵۰ به کسی میگفتن که تو سوار به یه جسم لوله مانند میتونی از کالیفرنیا تا چین پرواز کنی قطعاً به دیوونه شدن متهمت میکرد. اما برادران رایت غیر ممکن بودن پرواز رو نپذیرفتن. با این که هیچ دلیل علمی و تاریخی برای پرواز انسان وجود نداشت، همه هم گفتن نمیشه، نمیتونین، غیر ممکن هست! ولی اونا سرسختی و سماجت داشتن و اون چیزی که تو ذهنشون بود رو عملی کردن.

حالا بیایم خواسته خودمون رو با خواسته برادران رایت مقایسه کنیم. بله قطعاً اهداف شما مثل اکثر آدم های دنیا به بزرگی اهداف برادران رایت نیست و تا حالا هزاران نفر به اون اهداف رسیدن و در آینده هم هزاران نفر میرسن. آدم هایی مثل شما و با همین ویژگی ها. مثل پولدار شدن، کار پیدا کردن، کاهش وزن و قبولی تو رشته دلخواه!!!

پس وقتی کسی به شما نگاه میکنه و میگه تو نمیتونی دو راه دارین: ۱. بپذیریم که در تعیین هدف اشتباه کردیم چون هم استعداد و توانایی رسیدن به اون رو نداریم و هم از شرایط و امکانات کافی بهره مند نیستیم. ۲. این حرفها رو نپذیریم و از بزرگی استعداد و توانایی خودمون دفاع کنیم: نه تو اشتباه می کنی، من به تو ثابت می کنم که میتونم.

غیر ممکن ها فقط در لحظه ای تبدیل به ممکن ها میشن که باور کنی ایجاد این تغییر امکان پذیر هست. شما هیچ وقت نمی تونین به درستی اثبات کنین که انجام چه کاری ممکن هست چه کاری غیر ممکن. ممکن هست هزار بار یک کار رو انجام بدین هر هزار بار هم شکست بخورین ولی درست در هزار و یکمین بار پیروز بشین.

کلید سرسختی تمرکز بر مشکلی هست که رو به روی ما قرار گرفته همه حواس و تمرکز خودتون رو بذارین روی اون مشکل و تبدیل به کسی بشین که همواره در حال جلو رفتن هست. هر چقدر هم که به نظر برسه که گم شدید باز هم راه حلی برای مشکلات اطرافمون وجود داره باید به دنبالش باشیم و بعد به سمت مانع بعدی حرکت کنیم، به اندازه مانع قبلی تمرکز کنید تا رفع بشه و دوباره مانع بعدی. هرگز از خودتون نمی پرسید که کجا می خوام برم، قراره چه اتفاقی بیفته، حال اگر نشد چی، اگر این مشکل پیش اومد چی، اگه تراز این آزمون کم شد چی. تبدیل به آدمی میشی که همیشه عاشق موانع است چون میدونه که این موانع به رشد و موفقیتش کمک میکنه. دنبال مشکلات و ایرادات خودش هست تا بتونه با پیدا کردن راه حل اونها را برطرف کنه و عملکرد بدون نقصی از خودش ارائه بده.

سرسختی به این معنا نیست که ما بدون فکر و شتاب زده در یک مسیر حرکت کنیم و آسیب بینیم. به این معناست که مصمم به انجام یک کار باشیم و روی اون تمرکز کنیم، بارها انجامش بدیم تا به مقصد برسیم پشتکار داشته باشیم و آهسته و پیوسته جلو بریم.

اگر با استفاده از این ابزار و راهکارهایی که گفتیم جلو بریم و بیشتر تلاش کنیم، راه برای ما بیشتر باز میشه و به اونجایی که می خواهیم می رسیم و در یک دنیای جدید قدم میزنیم.

پس دوستای کنکوری من، ممکنه خیلی از شما تا حالا بارها کنکور سراسری شرکت کرده باشین اما هیچ وقت چیزی رو که می خواستین به دست نیاوردین، ممکنه تو آزمون های آزمایشیتون هدف هایی رو که مد نظرتون بوده به دست نیاورده باشین، ممکنه اطرافیانتون بارها به شما بگن که نمیتونی، تواناییش رو نداری، بی خیال ولش کن هیچ کدوم از اینها دلیلی بر غیر ممکن بودن اهداف و خواسته های شما نیست. غیر ممکن فقط زمانی غیر ممکن میشه که شما خودتون بخواید و دست از سرسختی و سماجت برای رسیدن به اهدافتون بردارید.

پس با سماجت، سرسختی و مصمم بودن به سمت اهدافتون حرکت کنید!

"برگرفته از کتاب خودت را نابود نکن"

# ارتباط صحیح والدین با دانش آموزان کنکوری

## نفیسه نوروزی

مسأله کنکور در خانواده‌های مختلف واکنش‌های متفاوتی را به وجود می‌آورد. بعضی از والدین بی‌تفاوتند و خیلی‌ها کاری به فرزندان‌شان ندارند. بعضی‌ها اوضاع و شرایط را تسهیل کرده و امکانات لازم را فراهم می‌آورند. تعدادی از والدین هم حساسیت زیادی به موضوع نشان می‌دهند و سعی می‌کنند این حساسیت را در فرزندان‌شان نیز تقویت کنند. والدینی هم هستند که به دلیل عدم رضایت از نوع فعالیت و تلاش فرزندان‌شان برای کنکور، از اهرم‌های فشار استفاده می‌کنند. اما مناسب‌ترین روش و بهترین راه‌کارها برای این مسأله، کدام است؟ والدین باید چه رفتاری داشته باشند؟

### ❖ واقع‌گرایی:

منظور از واقع‌گرایی در مورد والدین این است که توقعات خود را در خصوص احتمال موفقیت فرزندان‌شان در کنکور، براساس عوامل منطقی تنظیم کنند. مثلاً از دانش‌آموزانی که در سال‌های قبل، پیش‌نیاز لازم را کسب نکرده و ضعف پایه‌ای دارند، نباید توقع قبولی در یک رشته‌ی بالا داشت یا دانش‌آموزی را که به هر دلیل از جمله، تمایل برای ورود به بازار کار، انگیزه‌ی چندانی برای کنکور ندارد، نمی‌توان با اجبار به کنکور علاقه‌مند ساخت.

### ❖ تقویت انگیزه‌های درونی:

اگر می‌خواهید همراه خوبی باشید، به تلاش‌های مثبت فرزندان خود بیش از نکات منفی توجه داشته باشید و به اصطلاح، انگیزه‌های درونی او را تقویت کنید. با این کار، حس مسئولیت‌پذیری او را نیز افزایش خواهید داد. بعضی از والدین تا زمانی که فرزندان‌شان کار خود را می‌کنند، کاری به کار او ندارند چون تصور می‌کنند، وظیفه‌اش را انجام می‌دهد. اما به محض این که کوچک‌ترین نشانه تنبلی و کم‌کاری را مشاهده کردند، بلافاصله عکس‌العمل تندی را نشان می‌دهند. اتفاقاً قضیه باید برعکس باشد. باید برای زمانی که وظیفه‌اش را انجام می‌دهد، به او توجه کنید و نشان دهید که متوجه تلاش او هستید. از طرف دیگر، فرزند شما ممکن است اشتباه کند. گاهی امکان دارد به استراحت نیاز داشته باشد و زمانی هم انگیزه‌اش را از دست بدهد. اینجا هم شما به جای واکنش تند، باید کمی مدارا و تحمل پیشه سازید و باز دنبال رفتارهای مثبت او باشید نه نشانه‌های منفی.

### ❖ اجتناب از تنش:

حتی اگر حق با شماست، تا حد امکان از ایجاد تنش، درگیری و جر و بحث به خاطر مسائل ریز و درشت اجتناب کنید. یک مشکل در فضای آرام، منطقی و مسالمت‌آمیز بهتر حل می‌شود تا در محیطی پر از اضطراب و استرس. از سویی دیگر، فرزند شما به خاطر شرایطی که در آن قرار دارد و فشاری که به او وارد می‌شود، گاهی ممکن است رفتارهای تنش‌زا از خود نشان دهد. بهانه‌گیری، نق زدن، رفتار تند و غیرمؤدبانه، بی‌قراری، سر جر و بحث را باز کردن، توقعات نامعقول و ... از جمله موارد رفتارهای تنش‌زا هستند. شما که در شرایط متعادل تری قرار دارید، بهتر می‌توانید هم به آرامش اوضاع و هم به آرام سازی فرزندان کمک کنید. اگر شما هم بخواهید عکس‌العمل نشان دهید، به طور حتم اوضاع از آن چه که هست، بدتر خواهد شد.



#### ❖ میانه‌روی:

در خانواده‌های زیادی دیده می‌شود که به خاطر کنکور فرزندشان، شرایط اضطراری و وضعیت فوق العاده اعلام می‌شود. هر نوع رفت و آمد خانوادگی ممنوع می‌شود. بعضی از والدین حتی دید و بازدید عید را قطع می‌کنند، بعضی‌ها حتی تلویزیون را هم جمع می‌کنند. تحمل شرایطی سخت و یکنواخت برای مدت چندین ماه، برای هر کسی مقدور نیست حتی اگر خودش رضایت داده باشد. برای همین چنین شرایطی را فقط برای ۲ ماه آخر توصیه می‌کنیم، نه برای کل ایام کنکور. از طرف دیگر، ممکن است یک بار مهمانی رفتن یا دیدن یکی از افراد فامیل و یا حتی یک سفر مختصر، انگیزه‌ای در فرزندتان ایجاد کند که عقب‌افتادگی چند هفتگی او را جبران کند.

#### ❖ عدم مقایسه:

یکی از لطمه‌های سنگین خانواده‌ها برای فرزندان، مقایسه‌ی آن‌ها با دیگران است. مقایسه با دوستان، افراد فامیل، فرزندان آشنایانی که قبول شده‌اند، اگرچه با هدف ایجاد انگیزه صورت می‌گیرد، ولی عملاً نتیجه‌ای عکس به بار می‌آورد و گاه حتی باعث تنفر و بی‌زاری دانش‌آموزان نه تنها از کنکور، بلکه هر موضوع مرتبط با آن می‌شود. مقایسه، روش خوبی برای ایجاد انگیزه نیست. به جای آن، تقویت انگیزه‌های درونی را توصیه می‌کنیم.

#### ❖ نکاتی که باید رعایت کنیم:

- علاوه بر موارد گفته شده، موارد زیر را نیز والدین باید زمان کنکور نسبت به دانش‌آموزان رعایت کنند:
۱. محیط خانه را در آستانه‌ی کنکور، آرام و بدون تنش نگه داشته و از به وجود آمدن مسائل تنش‌زا خودداری کنند.
  ۲. از رفتن بیش از حد به مهمانی و دعوت کردن میهمان، خودداری کنند.
  ۳. از انجام کارها و مسائلی که تمرکز دانش‌آموزان را به هم می‌زند، خودداری کنند.
  ۴. به تغذیه و استراحت دانش‌آموزان توجه کافی داشته باشند.
  ۵. محیط خانه را گرم و پر نشاط کرده و از این طریق، روحیه‌ی دانش‌آموز را نیز شاد و پر نشاط نگه دارند.
  ۶. برخورد ملایم و مناسبی با فرزندان خود داشته باشند.
  ۷. از تماشای بیش از حد فیلم‌های سینمایی و تلویزیون خودداری کنند.
  ۸. در برخورد با فرزندان، صبور و انعطاف‌پذیر باشند.
  ۹. مشوق فرزندان خود باشند و از مایوس کردن فرزندان خود بپرهیزند و به این صورت، اعتماد به نفس را در آنها افزایش دهند.



## سلام به همه دانش آموزان پر تلاش کنکوری

امیدواریم تا اینجا مسیر کنکور خود را به خوبی طی کرده باشید. هدف از جداول پیشرفت و نقاط ضعف، مشخص کردن مباحث برای انجام مرور هرچه بهتر در ادامه کار است. شما باید در این جداول منابعی که در هر درس مطالعه کرده اید و تعداد تست هایی را که در این مباحث زده اید را تعیین و وضعیت هر درس را مشخص کرده تا بتوانید با برنامه ریزی دقیق تر نقاط ضعف خود را برطرف و نقاط قوت خود را حفظ کنید.

## جداول میزان پیشرفت و نقاط ضعف (تجربی)

### زیست شناسی

نام فصل	منابع	تعداد تست	وضعیت نسبی	بودجه ی کنکور
زیست شناسی دیروز ، امروز و فردا				۱-۰
گوارش و جذب مواد				۳
تبادلات گازی				۲
گردش مواد در بدن				۳
تنظیم اسمزی و دفع مواد زاید				۳
از یاخته تا گیاه				۳
جذب و انتقال مواد در گیاهان				۲
تنظیم عصبی				۳
حواس				۳
دستگاه حرکتی				۲
تنظیم شیمیایی				-
ایمنی				۳
تقسیم یاخته				۱
تولید مثل				۳
تولید مثل نهان دانگان				۲
پاسخ گیاهان به محرک ها				۱
مولکول های اطلاعاتی				۲
جریان اطلاعات در یاخته				۳
انتقال اطلاعات در نسل ها				۳
تغییر در اطلاعات وراثتی				۲
از ماده به انرژی				۱
از انرژی به ماده				۲
فناوری های نوین زیستی				۱
رفتارهای جانوران				۲

### شیمی

نام فصل	منابع	تعداد تست	وضعیت نسبی	بودجه ی کنکور
کیهان زادگاه الفبای هستی				۳
رد پای گازها در زندگی				۲
آب ، آهنگ زندگی				۲
قدر هدایای زمینی را بدانیم				۴
در پی غذای سالم				۴
پوشاک ، نیازی پایان ناپذیر				۶
مولکول ها در خدمت تندرستی				۳
آسایش و رفاه در سایه شیمی				۴
شیمی جلوه ای از هنر ، زیبایی و ماندگاری				۴
شیمی ، راهی به سوی آینده ای روشن تر				۲

## ریاضیات تجربی

نام فصل	منابع	تعداد تست	وضعیت نسبی	بودجه ی کنکور
مجموعه				۱-۰
الگو و دنباله				۱-۰
مثلثات				۴
توان های گویا و عبارت های جبری				-
هندسه تحلیلی				۳
معادله ، نامعادله و تعیین علامت				۳
قدر مطلق و جزء صحیح و معادله درجه دوم و سهمی				۲
تابع				۲
توابع نمایی و لگاریتمی				۲
حد و پیوستگی				۴
آمار				۱
شمارش بدون شمردن				۱
احتمال				۲
مشتق				۴
کاربرد مشتق				۲

## فیزیک تجربی

نام فصل	منابع	تعداد تست	وضعیت نسبی	بودجه ی کنکور
فیزیک و اندازه گیری				۱
کار و انرژی ، توان				۲
ویژگی های فیزیکی مواد				۲
دما و گرما				۳
اکتریسیته ساکن				۳
جریان الکتریکی و مدارهای جریان مستقیم				۳
مغناطیس و القای الکترومغناطیس				۳
حرکت بر خط راست				۳
دینامیک				۳
نوسان و امواج				۴
آشنایی با فیزیک اتمی و هسته ای				۳



# جداول میزان پیشرفت و نقاط ضعف (ریاضی)

## فیزیک ریاضی

نام فصل	منابع	تعداد تست	وضعیت نسبی	بودجه ی کنکور
حرکت شناسی				۵
دینامیک				۶
حرکت نوسانی				۲
امواج مکانیکی				۲
فیزیک اتمی				۲
فیزیک حالت جامد و ساختار هسته				۲
شکست نور				۳
کار و انرژی				۲
ویژگی های ماده				۱
گرما و قانون گازها				۳
ترمودینامیک				۴
ساکن				۶
جریان الکتریکی				۳
مغناطیس				۲
القا مغناطیسی				۲

## حسابان

نام فصل	منابع	تعداد تست	وضعیت نسبی	بودجه ی کنکور
مجموعه				۱
توان های گویا				۱
تعیین علامت				۱
تابع				۲
دنباله				۱
معادلات گویا				۱
لگاریتم				۱
مثلثات				۳
حد و پیوستگی				۳
مشتق				۳
کاربرد مشتق				۲

## هندسه

نام فصل	منابع	تعداد تست	وضعیت نسبی	بودجه ی کنکور
قضیه تالس و تشابه				۲
چند ضلعی ها				۱
تجسم فضایی				۲
دایره				۳
تبدیل های هندسی				۲
روابط طولی در مثلثات				۱
ماتریس				۳
مقاطع				۳
بردار				۱

## آمار و احتمال

نام فصل	منابع	تعداد تست	وضعیت نسبی	بودجه ی کنکور
مبانی ریاضیات				۳
احتمال				۲
آمار				۲

## گسسته

نام فصل	منابع	تعداد تست	وضعیت نسبی	بودجه ی کنکور
نظریه اعداد				۴
گراف				۲
ترکیبیات				۵

## جداول میزان پیشرفت و نقاط ضعف (انسانی) ریاضیات و آمار انسانی

نام فصل	منابع	تعداد تست	وضعیت نسبی	بودجه ی کنکور
عبارت های جبری				۱
معادله درجه ۲				۱
تابع ۱				۲
کار با داده های آماری				۲
نمایش داده ها				-
آشنایی با منطق و استدلال ریاضی				۱
تابع ۲				۳
آمار				۲
آمار و احتمال				۳
الگوهای خطی				۳
الگوهای غیر خطی				۲

## اقتصاد

نام فصل	منابع	تعداد تست	وضعیت نسبی	بودجه ی کنکور
آشنایی با اقتصاد				۹
نهادهای پولی و مالی				۲
توسعه اقتصادی				۱
مدیریت کلان اقتصادی				-
اقتصاد ایران و جهان				۳

## علوم و فنون ادبی

نام فصل	منابع	تعداد تست	وضعیت نسبی	بودجه ی کنکور
تاریخ ادبیات و سبک شناسی ۱				۲
موسیقی شعری ۱				۲
زیبایی شناسی ۱				-
تاریخ ادبیات و سبک شناسی ۲				۶
موسیقی شعری ۲				۲
زیبایی شناسی ۲				۲
تاریخ ادبیات و سبک شناسی ۳				۵
موسیقی شعری ۳				۶
زیبایی شناسی ۳				۵

## عربی انسانی

نام فصل	منابع	تعداد تست	وضعیت نسبی	بودجه ی کنکور
ترجمه				۸
درک مطلب				-
مفهوم				۲
حرکت گذاری				۱
تحلیل صرفی و محل اعرابی				۳
قواعد اسم				۲
قواعد فعل				۲
انواع جملات				۱
عدد				-
مفعول مطلق				۱
استثناء				-
حال				-
اسلوب ندا				-

## جامعه‌شناسی

نام فصل	منابع	تعداد تست	وضعیت نسبی	بودجه ی کنکور
کنش‌های ما				-
پدیده‌های اجتماعی				-
جهان اجتماعی				-
تشریح جهان اجتماعی				-
جهان‌های اجتماعی				-
پیامدهای جهان اجتماعی				-
ارزیابی جهان‌های اجتماعی				-
هویت فردی و اجتماعی				۱
بازتولید هویت اجتماعی				-
تغییرات هویت اجتماعی				-
تحولات هویتی جهان اجتماعی				۱
هویت ایرانی				۱
فرهنگ جهانی				
فرهنگ معاصر غرب و نظام نوین جهانی				۲
چالش‌های جهانی				۱
بیداری اسلامی و جهان جدید				۳
ذخیره ی دانشی				۱
علوم اجتماعی				۱
نظم اجتماعی				-
کنش اجتماعی				۱
معنای زندگی				-
قدرت اجتماعی				۱
نابرابری اجتماعی				۱
سیاست هویت				۱
پیشینه ی علوم اجتماعی در جهان اسلام				۱
افق علوم اجتماعی در جهان اسلام				۱

## منطق

نام فصل	منابع	تعداد تست	وضعیت نسبی	بودجه ی کنکور
انسان و تفکر				۱
چگونه تعریف می‌کنیم؟				
تعریف و دنیای مفاهیم				۱
اقسام ذاتی و عرضی (کلیات پنج‌گانه)				-
اقسام تعریف				۱
جایگاه قضیه در استدلال				۱
اقسام قضایای حملی و شرطی				۱
احکام قضایای حملی				۱
استدلال (ترکیب قانون‌مند قضایا)				۱
اقسام قیاس				۱
ارزش قیاس				-
محتوای استدلال (ماده)				۱
مغالطه				۱

## تاریخ

نام فصل	منابع	تعداد تست	وضعیت نسبی	بودجه ی کنکور
تاریخ شناسی ۱				۲
جهان در عصر باستان				-
ایران در عصر باستان				۲
تاریخ شناسی ۲				۱
ظهور اسلام				۲
ایران از ورود اسلام تا پایان صفویه				۲
اروپا در قرون وسطا و عصر جدید				-
تاریخ شناسی ۳				۱
ایران و جهان در دوران معاصر				۳
انقلاب اسلامی				۱

## جغرافیا

نام فصل	منابع	تعداد تست	وضعیت نسبی	بودجه ی کنکور
جغرافیا چیست؟				۱
جغرافیای طبیعی در ایران				-
جغرافیای انسانی در ایران				۲
ناحیه چیست؟				-
نواحی طبیعی				۴
نواحی انسانی				۲
نواحی سیاسی				۱
جغرافیای سکونت‌گاه‌ها				۲
جغرافیای حمل و نقل				-
مخاطرات طبیعی				۳



## فلسفه

نام فصل	منابع	تعداد تست	وضعیت نسبی	بودجه ی کنکور
فلسفه چیست؟ (۱)				-
فلسفه چیست؟ (۲)				۱
فلسفه چیست؟ (۳)				۱
آغاز فلسفه				-
شهید راه حکمت				۱
گوهرهای اصیل و جاودانه				۱
اندیشمندی منظم و موشکاف				۱
فلسفه بعد از ارسطو				-
کلیات (۱)				-
کلیات (۲)				-
مبانی حکمت مشاء (۱)				۱
مبانی حکمت مشاء (۲)				۱
نمایندگان مکتب مشاء (۱)				-
نمایندگان مکتب مشاء (۲)				۱
افول حکمت مشاء				۱
حکمت اشراق				۱
جریان‌های فکری عالم اسلام				۱
صدر المتألهین				۱
مبانی حکمت متعالیه				۱
حکمای معاصر				۱
حیات فرهنگی				۱

## روانشناسی

نام فصل	منابع	تعداد تست	وضعیت نسبی	بودجه ی کنکور
روانشناسی؛ تعریف و روش مورد مطالعه				۷
روانشناسی رشد				۴
احساس، توجه، ادراک				۱
حافظه و علل فراموشی				۲
تفکر (۱) حل مسئله				۲
تفکر (۲) تصمیم‌گیری				۲
انگیزه و نگرش				۱
روانشناسی سلامت				۱



## مصاحبه با رتبه برتر دندانپزشکی مشهد

۱- لطفاً خود را معرفی کنید:

\*اسما زارعی هستم، در آزمون سراسری سال ۹۸ رتبه ۱۶۲ منطقه ۱ رشته تجربی را کسب کردم. دوران دبیرستان را در دبیرستان فرزندگان ۱ مشهد سپری کردم و در حال حاضر دانشجوی رشته دندانپزشکی در دانشگاه علوم پزشکی مشهد می باشم.

۲- هدف شما از درس خواندن چه بوده است؟

\*من به صورت کلی به درس خواندن علاقه داشتم و از طرفی برای رسیدن به رشته موردعلاقه ام و تحصیل در دانشگاهی که دوست داشتم درس می خواندم.

۳- چرا سروش اندیشه را انتخاب کردی؟

\*به این علت سروش اندیشه را انتخاب کردم چون از توانایی های مشاورانش اطلاع داشتم و به آن ها در راهی که تا کنکور باید طی می کردم اعتماد کامل داشتم.

۴- اهمیت مشاوره و داشتن برنامه هفتگی چقدر در موفقیت شما موثر بوده است و تا چه درصد برنامه خود را اجرا می کردید و دفتر را تکمیل میکردید؟ میزان تاثیر مشاوره را در نتیجه خود سهیم می دانید؟

\*برای من داشتن برنامه هفتگی قابل اعتمادی که تمامی دروس را به مقدار کافی شامل می شد، بسیار مهم بود و در آرامش خاطر نقش مهمی داشت و مشاوره هایی که می گرفتم، خیال مرا از مسیری که طی می کردم راحت می کرد. من سعی می کردم برنامه ام را تا جایی که می شد کامل انجام دهم و بخش های مهم دفتر برنامه ریزی را برای خودم کامل می کردم تا از روند درس خواندن خودم آگاه باشم.

۵- آیا در بازه ای از سال بود که احساس خستگی و نتیجه نگرفتن به شما غلبه کند؟ و چه کردید؟ در این مسئله مشاور و برنامه ریز تا چه حدی به شما کمک کرد؟

\*بله در بازه بعد از امتحانات ترم اول، خستگی امتحانات و کنکور بر من غلبه کرد و برای مدتی درس خواندن برایم دشوار شد. ساعت مطالعه، تعداد تست ها و ترازهایم کاهش یافت و از لحاظ روحی در وضعیت دشواری بودم اما طبق پیشنهاداتی که مشاورم به من برای کسب آرامش می دادند عمل کردم و سعی کردم بی توجه به حواشی کنکور و حتی نتیجه ای که در پایان کسب می کنم فقط به راهم ادامه بدهم و از طرفی با افزایش تعداد تست هایم در روز اعتماد به نفسم افزایش یافت و اضطرابم از بین رفت.

۶- در مجموع کدام یک از برنامه های موسسه بیش تر از سایرین برای شما مفید بوده و در موفقیت شما تاثیر گذار بوده است؟

\*علاوه بر نقش مهم مشاورم در طول سال، آزمون هایی که پس از عید در موسسه اجرا می شدند بسیار مفید بودند و ما را با جو کنکور آشنا می کردند.



- ۷- درصدهای خود در کنکور را ذکر کنید و بگویید در ابتدا چه تصویری داشتید و روش های مطالعه ای که یاد گرفتید چقدر در کسب درصدها نقش داشته است ؟
- \* ادبیات: ۶۲٪ عربی: ۹۵٪ دینی: ۹۲٪ زبان: ۶۷٪ ریاضی: ۷۲٪ زیست: ۸۷/۵٪ فیزیک: ۷۵٪ شیمی: ۱۰۰٪
- پیش از اعلام نتایج ، توقعم از درصد هایم این نبود . در درسی مثل ادبیات ، درصد کنکورم بسیار کمتر از درصدهایی بود که در آزمون ها کسب می کردم ولی این ماجرا برای شیمی کاملا برعکس بود و درصد شیمی کنکورم بسیار بالاتر از درصدی بود که همیشه در آزمون داشتم اما در ریاضی و فیزیک درصدهای کنکورم مشابه تمام درصدهایی بود که در آزمون ها داشتم .
- ۸- آزمون شرکت می کردید ؟ تراز آزمون شما چقدر شبیه کنکور بود ؟ آیا افت و خیز داشته اید یا همیشه ثابت بوده است ؟ به نظر شما آیا آزمون نتیجه واقعی و عینی کنکور را مشخص می کند ؟
- \* در آزمون کانون شرکت می کردم و ترازهایی که در کانون داشتم با نتیجه ی کنکورم تفاوت داشت . ترازهای من اصولا مقدار ثابتی بود اما گاهی به علت مشکلاتی که سر جلسه آزمون برایم پیش می آمد ، مقداری افت می کرد .
- ۹- رمز موفقیت خود در کنکور را بخواهید بگویید چیست ؟
- \* راز موفقیت من در کنکور آرامش سر جلسه کنکور و تکرار مداوم اشتباهاتم و تلاش برای از بین بردن آن ها بود .
- ۱۰- کارگاه و همایش ها چقدر در ایجاد انگیزه شما موثر بوده است ؟
- من ترجیح می دادم از زمانم بیش تر برای مطالعه استفاده کنم لذا در کارگاه ها شرکت نمی کردم .
- ۱۱- با توجه به تغییرات در کنکور ، پایه تا چه حد می تواند موفقیت دانش آموز را تضمین کند ؟
- یکی از بخش های مهم کنکور که تعداد بسیار زیادی از تست های آن را شامل می شود ، ترکیب پایه و دوازدهم است و در نتیجه نقش مهم پایه در کنکور کاملا روشن است و تسلط بر آن لازمه ی کسب نتیجه ی خوب است .
- ۱۲- توصیه آخر به تمام آموزان کنکوری که دارید را بگویید ؟
- سعی کنید با توکل به خدا و اعتماد به خودتان آرامش را در لحظه های زندگیتان وارد کنید تا درس خواندنتان کیفیت بالاتری داشته باشد و به نتیجه ی زیبایی برسید .

متفاوت باش

# سالن مطالعه

# سروش

اندیشه

LOADING...

ثبت نام

فقط به صورت حضوری و با شرکت در معارفه انجام می پذیرد.

دخترانه احمد آباد، بین قائم و نشاط، جنب ایستگاه مترو، ساختمان ۱۳۳

پسرانه انتهای راهنمایی ۲۲ پلاک ۱۲۵



سروش اندیشه

واحد ثبت نام: انتهای راهنمایی ۲۴ ساختمان ۱۱۴

۳۸۴۶۰۹۳۲ | ۰۹۱۵۰۶۲۴۱۰۰

# کارگاه‌های آموزشی

## اندیشه مزاری



آموزشگاه علم آزاد

اندیشه مزاری

تحت نظارت موسسه سروش اندیشه



مشهد، خیابان راهنمایی، انتهای راهنمایی ۲۴ شماره ۱۱۴

تلفن های تماس: ۳۸۴۱۳۱۵۴ ۰۹۱۵۰۶۲۴۱۰۰



@sorousheandishe\_institute



# تفریحی دورهمی

## ۱۴ نفر قبلی رشته های پزشکی، دندان پزشکی و داروسازی

## ۶۴ نفر قبلی رشته راضی دانشگاهی دولتی تهران و مشهد

## ۳۴ نفر قبلی رشته انسانی دانشگاههای دولتی تهران و مشهد

[www.s-andisheir.com](http://www.s-andisheir.com)

۳۸ ۴۷ ۴۷ ۴۹

۳۸ ۴۴ ۶۴ ۲۴

انتهای راهنمایی ۲۴ پلاک ۱۱۴ و ۱۱۸

