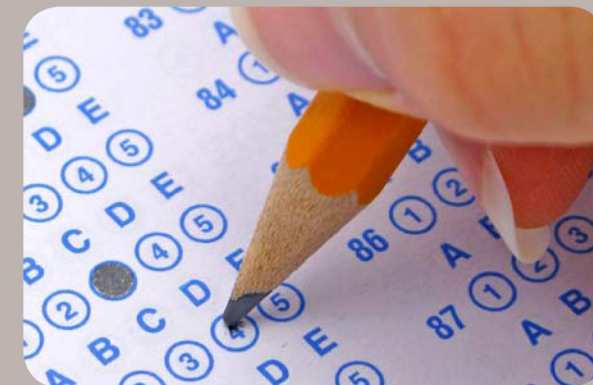




دانش آموز ... بودی! حالا ... داوطلب باش!

چه کنیم تا داوطلب خوبی باشیم؟

پرنیان پشتاره - مشاور تحصیلی



پیشنهادی برای تست ها را خیلی دقیق رعایت کنیم تا برای جلسات آزمون های آزمایشی و نیز آزمون سراسری تمرین کرده باشیم.

فرمول (توکل) + (داشتن برنامه) + تمرکز = موفقیت را فراموش نکنیم.

● اضطراب را تا جای ممکن از خود دور کنیم. سعی کنیم به جای اینکه از اضطراب به کم کاری و در نتیجه اضطراب منفی برسیم؛ از جنبه های مثبت اضطراب بهره ببریم. یعنی از اضطراب به تلاش و کاهش استرس برسیم در واقع نگرش مثبت داشته باشیم.

● هر چند روز یکبار در یک آزمون خانگی و یا آزمون آزمایشی شرکت کنیم تا جلسه ای آزمون سراسری همانند سازی شود.

● هیچ گاه کیفیت را قربانی کمیت نکنیم. مباحث را کاملاً یاد بگیریم و به عمق مطالب پی ببریم برای این که حجم بیش تری از دروس را بخوانیم، به راحتی از کنار سایر مطالب نگذریم.

در ابتدا بهتر است هدف واضح و مشخصی را که از آن آگاهی کامل داریم تعیین کنیم. مثلاً رشته ای مورد علاقه خود را هدف قرار دهیم. به نظر میرسد برنامه ای صحیح و اصولی، نخستین نیازی است که بعد از انتخاب هدف احساس می شود. تا سال گذشته عنوانی که ما را با آن می شناختند، دانش آموز بود. اما اکنون ما را با عنوان داوطلبی می شناسند. آیا این تغییر عنوان لوازمی دارد؟ حتماً همین گونه است. برای آن که از دانش آموز به داوطلب تبدیل شویم، باید:

● پراکنده کار نکنیم بلکه تنها به یک برنامه ای مدون و مشخص تکیه کنیم و متمرکز باشیم. بهترین و مطمئن ترین راه، حرکت در مسیری است که قبلاً امتحان خود را پس داده باشد. بهتر است با یک آزمون آزمایشی استاندارد هماهنگ باشیم.

● اعتماد به نفس داشته باشیم و خودمان را بپذیریم. یعنی به توانایی ها و استعدادهایی که داریم، ایمان داشته باشیم.

● برای درس خواندن، شیوه های صحیح مطالعه و اصولی، درست نشستن، درست خواندن، درست برداشت کردن، درست یادداشت کردن و ... را بیاموزیم.

● دروس پایه اعم از اختصاصی و عمومی را در بهترین فرصت یعنی تابستان مرور کنیم. و بعد از مطالعه ای هر مبحث با فاصله معین تست زدن را شروع کنیم.

● کار تست زدن را جدی بگیریم. شیوه ای صحیح و سرعت عمل در حل تست ها را از همین تابستان شروع کنیم. زمان

