

# خرداد؛ لحظات سرنوشت ساز

امیر حسین اخوین - مشاور تحصیلی



مسابقات ورزشی بسیاری را دیده اید که در لحظات پایانی آن، نتایج به کلی عوض شده است.

## فوتبال و گل دقیقه ۹۰

### بسکتبال و آخرین پرتان امتیاز از وسط زمین

والیبال و تنها یک سرویس که به تور برخورد می کند یا یک آبشار

### سنگین در ۶ قدم

دو میدانی و زودتر گذشتن چند هزارم ثانیه‌ای پا از خط پایان و ...

حالا من و تو هم درگیر یک مسابقه‌ی بزرگ هستیم. مسابقه‌ای بزرگ از جنس استقامت و پایداری که به حق عنوان ماراتن را برای آن انتخاب کرده‌اند. ماراتنی با بالاترین تعداد شرکت کننده و طولانی‌ترین زمان ممکن. ماراتنی با عنوان آزمون سراسری.

راستی تا به حال دوی مارتن را دیده‌اید؟ مسابقه‌ای به مسافت چهل و دو کیلومتر و یکصد و نود و پنج متر که تعداد بسیار زیادی دهنده در آن شرکت می‌کنند. و البته یک ویژگی مهم دارد و آن هم گذشتن تمام شرکت کنندگان از خط مسابقه با پای خودشان است. جالب است بدانید که برای بسیاری از شرکت کنندگان، نفس حضور در دوی ماراتن ارزشمند و باعث افتخار است. بگذریم و به ماجرای خودمان بازگردیم.

سابقه‌ی تجربی نشان می‌دهد که در هیچ مسابقه‌ی قهرمان ماراتن در تمام طول مسابقه نفر اول نبوده‌است. البته انصاف و منطق هم همین را حکم می‌کند.

همواره نفرات زیادی را دیده‌ایم که در ابتدای مسابقه پیشتاز دوندگان بوده‌اند اما در پایان نتوانسته‌اند جایگاه مناسبی کسب کنند. و چه بسا افرادی که در طول مسابقه جایگاه مناسبی نداشته‌اند، اما در مسافت‌ها و لحظات پایانی با هوشیاری توانسته‌اند بهره‌مندی از انرژی را به حداکثر برسانند و جایگاه مطلوبی را کسب نمایند.

ماراتن نفس گیر علمی آزمون سراسری نیز همین تجربه را نشان می‌دهد. یعنی سوابق تحصیلی رتبه‌های برتر حکایت از این دارد که تعداد بسیار زیادی از آنان در طول تمام دوران آماده‌سازی خود برای این آزمون، در اوج نبوده‌اند. بلکه درایت و تیزهوشی در استفاده‌ی مناسب از هفته‌ها و روزهای پایانی سبب موفقیت آنان شده است و به اوج رسیده‌اند. از دیگر سو نیز داوطلبان بسیاری را نیز مشاهده کرده‌ایم که خلاف وضعیت مطلوبشان در تمام طول دوران آماده‌سازی، با غفلت از همین هفته‌ها و روزهای پایانی، موفقیت آرزوی

همیشگی آن‌ها شده‌است.

خرداد، آخرین فرصت آماده‌سازی داوطلبان برای آزمون سراسری است، فرصتی سی روزه که با داشتن ساعات مطالعه بالا می‌توان به آن نگاهی ده هفته‌ای داشت. مطالعه‌ی ۱۳ ساعته در روز که کاملاً امکان پذیر و دست‌یافتنی است، باعث خواهد شد تا در طول این مدت حدود ۴۰۰ ساعت فعالیت مطالعاتی داشته باشید. به سابقه‌ی مطالعاتی خود مراجعه کنید، خواهید دید که روزگاری نه‌چندان دور همین میزان ساعت را در طول ده هفته انجام می‌دادید.

مطالعه‌ی روزانه‌ی سیزده ساعته نیازمند تلاش و پشتکار فراوان است، اما از آن‌جا که این فرصت، لحظات پایانی ماراتن علمی است، انتظار می‌رود شرایط حساس زمانی را درک کنید و برای دست‌یابی به هدف خود تلاش ویژه‌ای انجام دهید.

نکته‌ی مهم در چنین فرصتی این است که باید درک صحیحی از درصد مورد نیاز برای رسیدن به هدف خود، داشته باشید. باید بدانید برای رسیدن به رشته و دانشگاه مورد نظرتان در اغلب موارد دست‌یابی به رتبه‌ای خاص لازم نیست. باید بدانید برای رسیدن به رتبه‌ی سه رقمی که اغلب در آرزوی آن به‌سر می‌برند، لازم نیست توانایی پاسخ‌گویی به تمام پرسش‌های آزمون را داشته باشید. باید بدانید با پاسخ‌گویی به حدود ۶۰ درصد پرسش‌ها، به هدف مورد انتظارتان دست پیدا خواهید کرد. خودتان تصدیق می‌کنید که با برنامه‌ریزی مناسب در فرصت پیش رو، ارتقای وضعیت و دستیابی به وضعیت موردنظر، کاری دور از انتظار نیست و شما می‌توانید با آسودگی خاطر به اجرای برنامه‌ی خود بپردازید.

## یادتان باشد:

در روزهای آخر که خیلی‌ها خسته شده‌اند و فعالیت‌شان را کاهش داده‌اند، مهم این است که چه کسی بتواند با انرژی بیش‌تری مسیر را تا پایان ادامه دهد.

## یادتان باشد:

کار را که کرد؟ آن که تمام کرد

## یادتان باشد:

در فرصت پیش رو هر شب قبل از خواب‌تان به خود یادآوری کنید که تا پایان باید در مسیر باقی بمانید تا بتوانید بگویید کار کرده‌اید. و تلاش کنید تا تمام‌کننده‌ی مناسبی برای کار خود باشید.