

چرا آزمون هایم خوب نمی‌شوند؟

چرا جواب نگرفتم؟

گر صبر کنی ز آزمون حلوا سازی

برخی کارها هستند که دیر بازده‌اند. مثل ورزش کردن، ساز زدن و درس خواندن. آیا می‌شود که به کلاس پیانو بروید و بعد از ۲ ماه تمرین در تالار بزرگ شهر کنسرت تکنوازی پیانو برگزار کنید؟! معلوم است که نمی‌شود خودتان هم چنین توقعی ندارید. خوب درس خواندن هم همینگونه است. دانش‌آموزی که ۲ ماه است به مفهومی خواندن روی آورده است و در پایه‌های دوم و سوم، ربع نگاهی هم به آزمون سراسری نداشته است، در دروس پایه اشکالات عمده دارد و ... باید این حقیقت را بپذیرد که برای رسیدن به رتبه‌ها و ترازهای برتر در آزمون، باید صبر و حوصله داشته باشد. ممکن است قدری سختی بکشد اما با صبر و شکیبایی و توکل به خداوند متعال لازم است به تلاش خستگی ناپذیر خود ادامه دهد. او باید به جای فکر کردن به نتیجه کلی آزمون، به نتایج تک تک درسها و تراز آنها توجه کند. همین که پیشرفت می‌کند باید به آینده و خصوصاً بعد از تعطیلات فروردین خوشبین باشد. یادتان باشد آنهایی که جرأت شکستهای بزرگ را دارند به پیشرفت های بسیار بزرگی هم دست پیدا می‌کنند.

رهرو آن است که آهسته و پیوسته رود!

یک هفته زندگی زیباست با تمام توان درس می‌خوانید. بعد یک کسی، یک جایی، یک چیزی، می‌گویند یا یک چیزی یک جایی اتفاق می‌افتد. یکباره خالی میشوید و می‌فهمید زندگی چقدر نازیباست و ناله‌ی «این شد زندگی» سر می‌دهید و پس از آن به کما می‌روید، بعد از یک هفته وجدان درد می‌گیرید و دوباره شروع به خواندن میکنید. این یعنی مدام شل و سفت کردن، درس خواندن هم مثل آش درست کردن مرحله‌ای دارد. وقتی می‌خواهید آش درست کنید، اول باید سبزیجات را بشوید و بعد از آماده کردن حبوبات و رشته و... آنها را روی اجاق بگذارید تا خوب جا

بیفتد. باید حوصله بخرج دهید و درست و اصولی مواد را اضافه کنید. اجاق باید روشن بماند نه کم و نه زیاد. در دوران آماده سازی برای آزمون سراسری نیز، نباید دچار خسوف (جو گرفتگی) و خسوف (خواب گرفتگی) شوید. یادتان باشد شکست واقعی تنزل به مرتبه‌های پایین نیست، بلکه پایین ماندن و عدم تلاش برای رسیدن به مرتبه‌های بالاست.

آینه گر نقش تو بنمود راست

میدانم سخت است و سوختن دارد که بعد از امتحان بنشینید تک تک پرسش‌هایی را که پاسخ نداده‌اید و یا غلط داشتید را بررسی کنید، ولی بعضی کارها ممکن است خوشایند ما نباشند درحالی که برای رشد و پیشرفت لازم و ضروری هستند. وقتی پرسشهای آزمون را بررسی میکنیم؛ عموماً با چهار نوع آسیب روبرو میشویم که عبارتند از: ۱- معلومات. ۲- فراموشی. ۳- بی‌دقتی. ۴- کمبود وقت.

معلومات: پرسش‌هایی که مطالب مرتبط با آنها اصلاً مطالعه نشده است یا با سرفصل مرتبط با آنها اشکال اساسی دارید. باید در مورد این سرفصل‌ها تصمیم جدی و عاقلانه بگیرید چنانچه این سرفصل‌ها پیشنهاد مطالب آینده نیستند، آنها را فعلاً کنار بگذارید و در وقت‌های جبرانی و یا آزمون‌های مروری دوباره خوانی کنید. و در صورتی که پیشنهاد مباحث آینده هستند، در اولین فرصت مطلب را کاملاً مطالعه کنید و حجم مناسبی از تستهای مرتبط با آن مطلب را پاسخ دهید. فراموشی: یکی از اهداف بررسی و تحلیل آزمون، شناسایی چنین سرفصل‌هایی است. در واقع به این طریق متوجه خواهید شد که چه مطالبی را زودتر فراموش میکنید آنها را در کتاب و یا جزوه علامت‌گذاری و نکته‌برداری کنید.

بی‌دقتی و خطای دید: بررسی کنید که در چه مواقعی بی‌دقتی میکنید. خواندن صورت پرسش، انجام محاسبات و یا پاسخگویی گزینه‌ها. علت اصلی بی‌دقتی، اضطراب و هراس از کمبود وقت است. بهترین روش برای مقابله با بی‌دقتی، حفظ روحیه و اجرای مدیریت زمان مناسب در جلسه‌ی آزمون است. در هنگام آزمون محاسبات ذهنی را به حداقل برسانید و حتماً محاسبات را - هر چند ساده باشند- بر روی کاغذ و با صرف حوصله و دقت انجام دهید. همچنین پرسش‌ها را دقیق، کامل و بدون عجله بخوانید تا از اشتباهات غیر علمی جلوگیری شود. هر ۱۰ پرسش یکبار، حتماً شماره‌ی پرسش و گزینه‌ها را کنترل کنید. همچنین گزینه‌ی صحیح پرسش‌هایی را که پاسخ آنها اعداد ۱ تا ۴ هستند با دقت بیش تری وارد پاسخنامه کنید.

کمبود وقت: اگر در پاسخ به پرسش‌ها دچار کمبود وقت شده‌اید، نشان دهنده‌ی آن است که در اجرای صحیح مدیریت زمان، هنوز به حالت ایده‌آل نرسیده‌اید و یا این که شرایط تشخیص و شناخت توانایی خود را نسبت به سطح پرسش‌ها پیدا نکرده‌اید. قطعاً بهترین راه رسیدن به مدیریت زمان مطلوب، شرکت منظم در آزمونهای آزمایشی است. همچنین پاسخگویی پرسش به صورت زماندار در طول دوران آماده سازی و در مورد مطالبی که به تسلط آموزشی رسیده‌اید بسیار حائز اهمیت است. یادتان باشد کسی که هرگز مرتکب اشتباه نشده باشد هرگز برای رسیدن به چیزی تلاش نکرده است.

معنی انتخاب هدف و چسبیدن به آن:

قرار نیست برای موفقیت در آزمون سراسری صبح تا شب فقط درس بخوانید و صورتان این باشد که فقط درچنین صورتی روی هدف‌تان تمرکز کرده‌اید. معنی تمرکز روی هدف، این است که به سینما بروید، یک فیلم شاد ببینید، تا ذهنتان استراحت کند تا درس را بهتر بفهمید. تمرکز روی هدف این است که بگویید؛ من ورزش می‌کنم چون عقل سالم در بدن سالم است و با یک مقدار ورزش کردن و عرق کردن احساس بهتری خواهم داشت و درسم را بهتر می‌فهمم، پس عصرها هر روز نیم ساعت پیاده روی می‌کنم و با این کار به کسب آرامش روانی می‌پردازم. یا در وعده های غذایی خود میوه و سبزیجات را بیشتر استفاده می‌کنم چون میدانم این عمل برای شادابی ذهن و مغز من مفید است. یادتان باشد معنی تمرکز روی هدف این است که؛ همه کارهایم را به نیت بهتر شدن هدفم انجام میدهم.