

دهمی ها بخوانند (۱)

با آغاز سال تحصیلی جدید وارد مقطع متوسطه خواهید شد. این سال تحصیلی به دلایلی با سال‌های تحصیلی گذشته تان متفاوت خواهد بود. پیش از هرچیز سال دهم اولین سال از مقطع تخصصی شماست. پیش از این شما به صورت مقدماتی با مباحث رشته‌های گوناگون آشنا شدید تا بتوانید با علاقه و توانمندی خود در دروس مختلف آشنا شوید. امیدواریم که با آگاهی و شناخت کافی وارد مقطع جدید شده باشید. حال که با علم به هدف خود در مورد رشته دانشگاهی و شغل آینده رشته مقطع متوسطه خود را انتخاب نموده اید، باید به این امر توجه داشته باشید که از سال دهم سال کنکور شما محسوب می‌شود. برای کسب نتیجه مورد نظر خود در کنکور کارشناسی باید از همین حالا آماده شوید و مقدمات پیروزی خود را فراهم کنید. شیوه برنامه ریزی، شیوه مطالعه، مهارت های تست‌زنی، نقاط ضعف در هریک از این مراحل و همچنین تسلط به مباحث درسی سال دهم و یازدهم مسائلی هستند که شما در سال جدید و سال آینده باید به آن‌ها بپردازید تا در سال دوازدهم بتوانید با آرامش روانی بیشتر و تلاشی منطقی به دنبال کسب نتیجه مطلوب در کنکور باشید.



گام اول: شناسایی هدف بلندمدت

اولین گام شما در مسیر موفقیت تحصیلی تعیین هدف با خصوصیتی است که در ادامه شرح داده خواهد شد. تعیین هدف به شما در بالا بردن انگیزه و در نتیجه طی کردن هرچه بهتر مسیر کمک خواهد کرد. از آنجایی که مسیری که شما در آن قدم گذاشته اید، یک مسیر سه ساله و طولانی است پس باید انگیزه بالایی داشته باشید تا دلسرد نشوید و یا به هر دلیلی از ادامه مسیر بازمانید. یکی از مدل‌های مطرح در هدف گذاری مدل هدف گذاری SMART است که به ما کمک می‌کند تا ویژگی‌های یک هدف مناسب و مطمئن را بشناسیم. براساس این مدل اگر هدف بلند مدت خود را رشته دانشگاهی در نظر بگیریم، هدف ما باید دارای خصوصیات زیر باشند:

۱- رشته دانشگاهی مورد نظر خود را به صورت شفاف و روشن بیان کنید. چه رشته‌ای و چه دانشگاهی؟ برای پذیرفته شدن در آن به چه رتبه‌ای نیاز دارید و برای دست یافتن به این رتبه به صورت میانگین چه درصدهایی در هر درس باید کسب کنید؟ این کافی نیست که به عنوان مثال تنها بیان کنید که رشته پزشکی را دوست دارم. اکثر

دانش‌آموزان رشته تجربی با هدف قبولی در رشته پزشکی وارد این رشته می‌شوند اما تنها تعداد کمی از آن‌ها به این هدف دست پیدا می‌کنند.

برای تعیین رشته دانشگاهی و در نهایت شغل آینده خود نیاز به شناخت رشته‌های دانشگاهی و همچنین آگاهی از توانمندی‌ها، علایق، مهارت‌ها و ملاک‌های خود برای انتخاب رشته دارید. فرصت مناسبی است که از هم اکنون به فکر این موضوع باشید و این انتخاب سرنوشت ساز و مهم زندگیتان را به دوره کوتاه اعلام رتبه‌ها تا انتخاب رشته کنکور سراسری واگذار نکنید. برای اطلاع دقیق‌تر می‌توانید در فرصت‌های مناسب به دانشگاه‌ها سر بزنید و علاوه بر آشنا شدن با محیط دانشگاه مورد نظر با دانشجویان رشته موردعلاقه‌تان از نزدیک صحبت کنید و همین‌طور می‌توانید با افراد شاغل در این رشته صحبت کنید تا اطلاعات واقع‌بینانه‌تری در مورد بازار کار و شرایط کاری رشته مورد نظر خود کسب کنید. و در نهایت از مشورت با مشاور تحصیلی کمک بگیرید.

۲- هدف شما باید قابل اندازه‌گیری باشد. باید بتوانید اندازه بگیرید که چه قدر به سمت هدف‌تان پیش رفته‌اید. آزمون‌های آزمایشی در این مورد می‌توانند به کمک شما بیایند تا معیاری برای سنجش عملکرد خود داشته باشید.

۳- در انتخاب هدف واقع‌بین باشید. رشته‌ای را برای خود در نظر بگیرید که دسترسی به آن‌ها امکان‌پذیر باشد. در این مورد خود را دست کم نگیرید و به کم قانع نشوید. اهداف کوچک انگیزه‌زایی در شما برنخواهند انگیزت. از طرفی اگر هدف شما خیلی بزرگ و دور از دسترس باشد، این قدر دور از صورتان خواهد بود که انگیزه‌ای برای پیش رفتن به سمتش نخواهید داشت. توانایی‌ها، سابقه تحصیلی و حداکثر میزان تلاش خود را برای تعیین هدف به کار بگیرید و هدفی را انتخاب کنید که در شما شور حرکت ایجاد کند.

۴- هدف‌ها باید قابل زمان‌بندی باشند. وقتی هدفی را برمی‌گزینید، باید با استفاده از یک جدول زمان‌بندی‌شده، مدام آن را واریسی کنید و از آخرین وضعیت آن باخبر باشید. به این ترتیب، اگر پیشرفتی به سوی هدف خود مشاهده کنید، احساس رضایت و خرسندی خواهید داشت و به ادامه‌ی راه ترغیب می‌شوید و هرگاه به بیراهه کشانده شوید خود را به مسیر درست هدایت خواهید کرد. هدف خود را در دفتر برنامه‌ریزی خود بنویسید و با استفاده از هدف‌های میان مدت و کوتاه مدت که در ادامه شرح داده خواهد شد به سمت هدف بلند مدت خود حرکت کنید. در مقاله بعدی با گام‌های دیگر این مسیر بیشتر آشنا خواهید شد.