

سری کتاب های "حلت راه"

چاله های کنکور

و راه حل های دکتر حلت برای عبور از چاله هایی که داوطلبان
آزمون های سراسری در تمام مقاطع با آنها روبرو می شوند

دکتر احمد حلت

فرامرز کوثری

حمید کوثری

- سرشناسه : حلت، احمد، ۱۳۴۳ -
- عنوان و نام پدیدآور : چاله‌های کنکور: و راه حل‌های دکتر حلت برای عبور از چاله‌هایی که داوطلبان آزمون‌های سراسری در تمام مقاطع با آنها روبرو می‌شوند
- مشخصات نشر : تهران: کتاب یار مهربان، ۱۳۹۴.
- مشخصات ظاهری : ۱۹۷ ص: مصور.
- شابک : ۹۷۸-۶۰۰-۷۵۳۶-۴۶-۹
- وضعیت فهرست‌نویسی : فپیای مختصر
- یادداشت : فهرستنویسی کامل این اثر در نشانی: <http://opac.nlai.ir> قابل دسترسی است
- شناسه افزوده : کوثری، فرامرز، ۱۳۴۱ -
- شناسه افزوده : کوثری، حمید، ۱۳۶۲ -
- شماره کتابشناسی ملی : ۳۸۱۶۲۵۹



کتاب یار مهربان

چاله‌های کنکور (و راه حل‌های دکتر حلت برای عبور از چاله‌هایی که داوطلبان آزمون‌های سراسری در تمام مقاطع با آنها روبرو می‌شوند)

نویسندگان: دکتر احمد حلت - فرامرز کوثری - حمید کوثری

ناشر: کتاب یار مهربان

طراح جلد: مهدی باقری

صفحه آرا: شیما مومنی

لیتوگرافی، چاپ و صحافی: طرح نقش

نوبت چاپ: اول- ۱۳۹۴ تیراژ: ۱۱۰۰ قیمت: ۱۵۰۰۰۰ ریال

شابک: ۹۷۸-۶۰۰-۷۵۳۶-۴۶-۹

ISBN: 978-600-7536-46-9

تمامی حقوق برای ناشر محفوظ است

انتشارات کتاب یار مهربان : تلفکس: ۶۶۴۹۰۷۱۳-۶۶۴۹۰۷۴۷

صندوق پستی: ۱۳۱۴۵-۱۷۳۴

فهرست

- ۱۱ مقدمه نویسندگان
چاله ۱:
- ۱۹ «جستجوی عصاره و فشرده مطالب درسی به صورت جمع بندی و کپسولی»
چاله ۲:
«حد توقف برای مطالعه وجود ندارد. باید تا وقت هست در مورد موضوع
- ۲۲ درسی بیشتر یاد گرفت!»
چاله ۳:
- ۲۵ «شمردن زمان باقیمانده تا روز آزمون»
چاله ۴:
- ۲۸ «مقایسه خود با دیگران»
چاله ۵:
- ۳۱ «رقابت انرژی بخش است!»
چاله ۶:
- ۳۴ «سرعت یادگیری هر فرد برای همیشه ثابت است!»
چاله ۷:
- ۳۷ «تکیه بر تعداد معدودی تکنیک های یادگیری و یادسازی و یادآوری»
چاله ۸:
«باید همه روش های حل یک مساله ارائه شده از سوی استادان مختلف را
- ۴۰ یادگرفت!»
چاله ۹:
- ۴۳ «قربانی ساختن جسم به پای ذهن!»
چاله ۱۰:
- ۴۶ «میدان دادن به مشغولیت های متفرقه ذهنی»

- چاله ۱۱:
 ۴۹ « کم کردن زمان خواب و استراحت »
- چاله ۱۲:
 ۵۲ « مهم شدن ناگهانی کارهای نامهم در ایام امتحانات! »
- چاله ۱۳:
 ۵۵ « غیر عادی قلمداد کردن هیجان های ایام امتحان »
- چاله ۱۴:
 ۵۸ « حذف کامل بخش هایی از درس و کنار گذاشتن کامل آنها »
- چاله ۱۵:
 ۶۱ « برای درک کل باید ابتدا از اجزا شروع کرد! »
- چاله ۱۶:
 « به محض مشاهده یک هیجان باید مطالعه متوقف شود و آن هیجان
 ۶۴ کاهش یابد! »
- چالش ۱۷:
 ۶۷ « برای یادگیری بیشتر باید محیط مطالعه دائم تغییر کند. »
- چالش ۱۸:
 ۷۰ « مطالعه همینطوری و بی هدف به امید کشف هدف در آینده »
- چالش ۱۹:
 ۷۳ « کوچکترین لغزش به معنای شکست است. »
- چالش ۲۰:
 ۷۶ « توسل به استدلال های نابجا و بی ربط برای کاهش تنش »
- چالش ۲۱:
 ۷۹ « ممنوع ساختن کامل حضور در عیدها و جشن ها »
- چاله ۲۲:
 ۸۲ « تحمل عوامل مزاحم به خاطر رعایت ادب و اخلاق و رسوم »

- چاله ۲۳:
 ۸۵ «افتادن در دام شمارش ساعات مطالعه»
 چاله ۲۴:
 ۸۸ «سختگیری شدید برای تغییر رفتار یادگیری»
 چاله ۲۵:
 ۹۱ «از برنامه دیگران استفاده کردن»
 چاله ۲۶:
 ۹۴ «کنترل پیشرفت به صورت ذهنی»
 چاله ۲۷:
 ۹۷ «برای رسیدن به بیشترین یادگیری نیازی به کمک بقیه ندارم!»
 چاله ۲۸:
 ۱۰۰ «هیچ ساعت آزادی نباید در برنامه وجود داشته باشد!»
 چاله ۲۹:
 ۱۰۳ «انگیزه همیشه هست!»
 چاله ۳۰:
 ۱۰۶ «برای استراحت مغز می توانیم تفریحات ذهنی انجام دهیم!»
 چاله ۳۱:
 ۱۰۹ «هر سوال هر امتحانی را باید خواند!»
 چاله ۳۲:
 ۱۱۲ «اصرار به حل مسائل نمونه دشوار»
 چاله ۳۳:
 ۱۱۵ «ناامیدی شدید به محض دیدن سوالات سخت متعدد»
 چاله ۳۴:
 ۱۱۸ «هیچ سوالی را بی جواب نگذار!»
 چاله ۳۵:
 ۱۲۱ «خواندن تمام سوال و همه گزینه ها لازم نیست!»

- چاله ۳۶:
۱۲۴ «فقط فهمیدن غلط کافی است!»
- چاله ۳۷:
۱۲۷ «دفترچه سوال را باید تمیز تحویل داد!»
- چاله ۳۸:
۱۳۰ «شاگرد درس خوان ها نامنظم و شلخته هستند!»
- چاله ۳۹:
۱۳۳ «شانس عامل مهمی در قبولی کنکور است!»
- چاله ۴۰:
۱۳۶ «جواب تست های نمونه باید کنار شان باشد!»
- چاله ۴۱:
«سر جلسه فقط مسائلی را می توانم جواب دهم که قبلا نمونه اش را حل کرده باشم!»
- چاله ۴۲:
۱۳۹ «مرور فقط مال هفته آخر است!»
- چاله ۴۳:
۱۴۲ «فقط متن مهم است! تصویر و نمودار به کار نمی آید!»
- چاله ۴۴:
۱۴۵ «مطالعه یک فعالیت کاملا جدی است. شوخی ممنوع!»
- چاله ۴۵:
۱۴۸ «مقصر طول کشیدن فعالیت ها خود فرد است!»
- چاله ۴۶:
۱۵۱ «با راز و قانون جذب می توان به راحتی و بدون تلاش در همه آزمون ها
- اول شد!»
- چاله ۴۷:
۱۵۴ «اول درس را بخوان ، بعد تستش را بزن!»
- ۱۵۷

- چاله ۴۸:
- ۱۶۰ «هرچه برای مطالعه وسواس بیشتری داشته باشی موفق تری!»
- چاله ۴۹:
- ۱۶۳ «مسیر را اشتباه آمدم، دیگر نمی رسم!»
- چاله ۵۰:
- ۱۶۶ «انتظار ده نفر اول بودن!»
- چاله ۵۱:
- ۱۶۹ «خواندن بدون نوشتن!»
- چاله ۵۲:
- ۱۷۲ «تا حد امکان باید آهسته خواندا!»
- چاله ۵۳:
- ۱۷۵ «مطالعه بدون کمک دیگران ممکن نیست!»
- چاله ۵۴:
- ۱۷۸ «من گذشته تحصیلی درخشانی نداشته ام، پس درکنکور موفق نمی شوم!»
- چاله ۵۵:
- «هر چه می خوانم ، چند روز بعد از یادم می رود! پس خواندن چه فایده ای
- ۱۸۱ دارد؟»
- چاله ۵۶:
- «چون از این درس ها خوشم نمی آید، هیچ وقت نمی توانم از آنها نمره
- ۱۸۴ بیاورم.»
- چاله ۵۷:
- «ترک عادت موجب مرض است. عادات غلط مطالعه قبل را نمی توانم ترک
- ۱۸۷ کنم.»
- چاله ۵۸:
- «در ایام مطالعه برای کنکور ، فرصتی برای تجزیه و تحلیل نیست. مطالب
- ۱۹۰ باید از قبل آماده هضم باشند.»

چاله ۵۹:

۱۹۳

«بعد از کنکور راحت می شوم!»

چاله ۶۰:

۱۹۶

«ای کاش چاله های کنکور را پیش از این می شناختم. زمان زیادی را

از دست داده ام!»

www.ketab.ir

مقدمه دکتر احمد حلت:

کنکور و آزمون سراسری فقط یک امتحان درسی نیست. آزمونی است که در آن میزان هماهنگی و آمادگی روانی، ذهنی، جسمی و هیجانی فرد، برای تلاش در یک جهت مشخص و رسیدن به مقصد با بهینه ترین تلاش و زحمت و هزینه سنجیده می شود. همیشه در کلاس ها گفته ام که کنکور عین سربازی است. بعضی ها می گویند سربازی انسان را برای زندگی پخته و آماده می سازد. من هم می گویم چالش کنکور و تلاش برای قبولی در آزمون های سراسری و استاندارد، مهارت هایی را به انسان می آموزد که صرف نظر از نتیجه آزمون، در ادامه زندگی فرد نیز به کار می آیند. اگر کسی سربازی را جدی بگیرد و قوانین آن را رعایت نکند، جریمه می شود و اضافه خدمت می خورد. کنکور هم همینطور است! هر نوع کم کاری و تعلل و سهل انگاری، قبول شدن در کنکور را منتفی می سازد و شما را مجبور می سازد یک دوره بیشتر تلاش کنید.

نام این کتاب را "چاله های کنکور" گذاشتیم و «حلت راه» ها هم، روش های بیرون آمدن از این چاله هاست که نتیجه بیست سال تجربه مشاوره و تحلیل خطاهای مطالعاتی افراد مختلف می باشند. از آن جا که وضعیت خاص کنکوری ها را درک می کنم و می دانم آنها برای تک تک دقیقه های خود ارزش قائلند، چاله ها به زبان ساده و بدون حاشیه پردازی معرفی و راه حل های برون رفت نیز به طور کامل تشریح می شوند. تصاویر همراه هر چاله به صورتی

گویا، عصاره پیام هر «حلت راه» را برای آنها که حتی حوصله خواندن متن را هم ندارند، به جذاب ترین شکل ممکن نمایش می دهد.

اگر چاله های زندگی را بشناسید و راه حل های بیرون آمدن از آن ها را پیشاپیش بلد باشید، تعداد اشتباهات و تلفات و زیان های آنها، بسیار کاهش و بهره وری و راندمان شما تا حد شگفت انگیزی افزایش می یابد. مهم نیست چاله پیش روی شما، چاله تحصیل و کنکور باشد یا سیاه چاله های دیگر! مهم این است که شما با افزایش سطح شناخت و آگاهی خود از موانع و مشکلات مسیر زندگی، به این سطح از توانایی و مهارت ها می رسید که می توانید با آرامش بیشتری از سفر زندگی خود بهره ببرید و در عین حال با تحمل کمترین سختی ها و هزینه ها به مقصد آرمانی خود برسید.

خواندن این کتاب را برای همه آنهایی که قصد شرکت در امتحان یا آزمون درسی، در هر مقطعی را دارند، توصیه می کنم.

مقدمه فرامرز کوثری:

انتشار اولین مجموعه کتاب های "حلت راه" به عنوان شیوه جدیدی برای ارائه سریع و فشرده راه حل های خلاقانه و بسیار کارآمد دکتر حلت را به فال نیک می گیرم. نکته جالب در "حلت راه" ها این است که مستقیم و صریح و بدون حاشیه پردازی، به صورت خلاصه مشکل معرفی و به دنبال آن راه حل بیان می شود. استفاده از ابزارهای کمکی گرافیکی و جلوه های تصویری برای هر «حلت راه»، کار را برای آنها که به دلیل وضعیت بحرانی روحی و ذهنی و هیجانی، حتی حوصله خواندن مطالب را هم ندارند، ساده ساخته است. در انتخاب تک تک این تصاویر از نظر مشورتی دکتر حلت کمک گرفته شد و نقش تکمیلی عکس ها و طراحی های گرافیکی، برای غنی سازی پیام «حلت راه ها» مورد ارزیابی دقیق قرار گرفت.

همه آنها که آزمون های درسی را پشت سر گذاشته اند، خوب می دانند که اگر قدرت بازگشت به گذشته را داشتند، بسیار عالی تر عمل می کردند. هر کدام از کسانی که موفق شده اند در دوره های آمادگی قبل امتحان خودشان را بسازند و در واقع خود را بیابند، اعتراف می کنند که در مسیر یادگیری، چاله های بیشماری را دیده اند و حتی شخصا به صورتی ناراحت کننده تجربه کرده اند. چاله هایی که اگر از قبل می شناختند و راه برون رفت از آنها را بلد بودند، بدون شک رنج و ناراحتی کمتری را متحمل می شدند و نتایج عالی تری را بدست می آوردند.

این کتاب حاصل تجربیات تعداد زیادی از افرادی است که از فرآیند یادگیری آزمون های دشوار سربلند بیرون آمده اند. شک ندارم سری کتاب های "حلت راه" می توانند شیوه جدیدی در آموزش روش خلاقانه حل مسائل را معرفی کنند. بخصوص اینکه برای غنی سازی پیام ها از پشتیبانی گرافیکی و تصویری نیز استفاده می شود. دنیای کتاب، از این به بعد شاهد "حلت راه" های زیادی خواهد بود. چاله های کنکور یکی از آنهاست.

www.ketab.ir

مقدمه حمید کوثری:

برای عبور از دوره نوجوانی و ورود به ایام جوانی و برای بزرگ شدن ، هر نوجوانی باید چالش های روانی ، ذهنی و فیزیولوژیکی و عاطفی سنگینی را تجربه کند. اگر فرد از افت و خیزها نترسد و تسلیم نشود و تواند از این چالش ها موفق و سربلند بیرون بیاید، تجربه حاصل از آن تا پایان عمر همراهش خواهد بود.

ورود به بعضی از این چالش ها اجتناب ناپذیر است و چاره ای جز یافتن راهی مناسب برای عبور از آنها وجود ندارد. این راه را خود شخص می تواند به تنهایی، و با تحمل دشواری ها و ناراحتی های فراوان کشف کند و یا اینکه از راه حل ها و تجربه هایی که دیگران بدست آورده اند، بهره جسته و با زحمت و رنج کمتری از چالش ها گذر کند.

مجموعه های "حلت راه" یکی از آن بانک های بی نظیر راه حل های موثر و راهگشا و چاره ساز است که با کمک آنها می توانید شیوه های برخورد صحیح با بسیاری از چاله ها و گودال های روانی و ذهنی را یاد بگیرید. «حلت راه» ها شیوه های مدیریت و کنترل شرایط سخت ، نظیر چالش کنکور، را به شما آموزش می دهد. شیوه ارائه «حلت راه» ها به گونه ای است که شما مجبور نیستید همه آنها را یکجا بخوانید. کافی است هر وقت فرصت کردید و یا هر وقت نیاز داشتید، بخش دلخواهی از کتاب را باز کنید و صفحاتی از آن را بخوانید. از اثر بخشی و کارآمدی راه حلی که به شما ارائه می شود، حیرت خواهید کرد.

این کتاب را به چندین نفر از کسانی که تجربه های موفق عبور از آزمون های کنکور در مقاطع مختلف را داشتند نشان دادم و نظرشان را خواستم. همه آنها متفق القول به محض باز کردن و خواندن چند صفحه آن و تماشای تصاویر ، گفتند که این چاله ها همان موانع و دست اندازها و گودال هایی است که آنها در آزمون های مختلف شخصا تجربه کرده اند و «حلت راه ها» هم بهینه ترین راه حلی بود که آنها برای عبور موفق از این موانع به ذهنشان رسید. یعنی درست شبیه فال حافظ که هر کسی با باز کردن یک صفحه دلخواه از آن ، جواب مشکل خود را می یابد، کتاب «چاله های کنکور» نیز شبیه فال حافظ برای سوال چالشی هر داوطلبی پاسخ مناسب دارد. به قول یکی از دوستان ، «حلت راه» ها شبیه آچار فرانسه هستند. هر پیچ و گرهی را باز می کنند!