

شکستن مرزهای کنکور

چگونه کمتر درس بخوانیم و در کنکور موفق شویم؟



ابراهیم خلیل مهرنو

سرشناسه :	خلیل مهرنوا/ابراهیم-۱۳۶۹
عنوان و نام پدیدآور:	شکستن مرزهای کنکور: چگونه کمتر درس بخوانیم و در کنکور موفق شویم؟ / ابراهیم خلیل مهرنوا، ژان بقوسیان.
مشخصات نشر :	قم: برقی، ۱۳۹۲.
مشخصات ظاهری :	۱۲۸ ص: مصور(بخشی رنگی)، جدول.
شابک :	۱۴۰۰۰ ریال : ۹۷۸-۶۰۰-۹۱۸۰۰-۱-۱
وضعیت فهرست نویسی :	فیا:
یادداشت :	کتابنامه.
موضوع :	موفقیت تحصیلی
موضوع :	موفقیت تحصیلی — برنامه‌ریزی
موضوع :	مطالعه و فراگیری — برنامه‌ریزی
شماره افزوده :	بقوسیان، ژان، ۱۳۵۵ -
رده بندی کنگره :	۱۳۹۲ منش/ع/خ/لB۲۳۳۳
رده بندی دیویی :	۳۷۱/۳۰۲۸۱
شماره کتابشناسی ملی :	۳۱۸۸۹۱۴:

انتشارات برقی

■ ناشر:

شکستن مرزهای کنکور

■ نام کتاب:

ژان بقوسیان

■ بر مریزی / اجراء

ابراهیم خلیل مهرنوا، ژان بقوسیان

■ تألیف:

آذر جوی

■ ویراستار:

ژان بقوسیان- آذر جوی

■ طراحی جلد و صفحه‌آرایی:

۱۳۹۲ اول

■ نوبت چاپ:

۴۰۰۰ نسخه

■ شمارگان:

ISBN: 978-600-91800-1-1

۹۷۸-۶۰۰-۹۱۸۰۰-۱-۱

■ شابک:

۱۴۰۰ تومان

■ قیمت:

۰۹۱۲۸۴۸۰۸۱۰ - ۰۹۱۲۸۴۸۰۱۷۰ - ۰۹۱۲۹۱۰۳۵۷۹۷ - ۰۹۱۲۹۱۰۸۶۸۵ - ۰۲۱۴۴۰۰

■ تلفن بخش:

www.konkorbartar.com

■ پایگاه اینترنتی / ایمیل:

تمامی حقوق برای ناشر محفوظ است.

فهرست مطالب

مقدمه:	۶
فصل ۱: رازهای افزایش عملکرد شخصی	۹
فصل ۲: شارژ انرژی فیزیکی	۳۹
فصل ۳: شارژ انرژی احساسی	۵۵
فصل ۴: شارژ انرژی فکری	۷۳
فصل ۵: شارژ روحیه	۸۹
فصل ۶: ساخت عادت‌های عمیق	۹۷
فصل ۷: مدیریت زمان	۱۰۹
فصل ۸: افزایش بیشتر عملکرد	۱۲۱

www.ketab.ir

شکستن مرزهای کنکور

مقدمه

در دوره راهنمایی اشتیاق زیادی به درس خواندن داشتم و توانستم با وجود مشکلاتم با معدل ۱۹٫۸۱ به دبیرستان راه یابم. اما وقتی اول دبیرستان را شروع کردم از همان اوایل انگیزه‌ام را از دست دادم و با معدل ۱۳٫۹۹ البته بدون داشتن تجدیدی اول دبیرستان را گذراندم.

پیش از تولد، پدرم را از دست دادم و مادرم مسئولیت من و دو برادر و یک خواهر نابینایم را برعهده داشت. با توجه به این شرایط حتی می‌خواستم از درس خواندن دست بردارم تا کارکنم و به مادرم کمک کنم. اما مادرم اجازه نمی‌داد و می‌گفت: «تو با درس خواندن می‌توانی به من و خواهر و برادرهایت کمک کنی».

برای ادامه تحصیل از روستا به شهر رفتم و دوباره شروع کردم، ولی در هر فرصتی سعی می‌کردم کار کنم. شاگردی در مغازه‌ها و نانوائی گرفته تا پخش کاغذهای تبلیغاتی و ... یک روز یک فکر ناگهانی سبب شد تا دوباره به سمت درس و مدرسه بروم.

علاقه زیادی به رشته کامپیوتر داشتم ولی با معدل پایین خیلی سخت می‌توانستم وارد این رشته شوم. با اشتیاقی که به این رشته داشتم درس خواندن را شروع کردم. سال دوم دبیرستان را با معدل ۱۷ گذراندم و سال سوم با معدل بالای ۱۸ در رشته کامپیوتر پذیرفته شدم. اوایل تابستان ۸۶ بعد از سال دوم تصمیم گرفتم برای قبول شدن در کنکور درس بخوانم و تمام کتاب‌های تخصصی را مطالعه کردم. اما وقتی سال سوم شروع شد باید هم برای مدرسه و هم برای کنکور آماده می‌شدم و البته کار هم می‌کردم. با وجود تمام تلاش‌هایم امید کمی به قبول شدن در کنکور داشتم چون پول کافی نداشتم تا در آموزشگاه‌ها و کلاس‌های خصوصی یا کنکورهای آزمایشی شرکت کنم.

شکستن مرزهای کنکور

اهداف مکتوب و واضح اثر اعجاب‌انگیزی بر تفکر شما دارد. این اهداف انگیزه داده و شما را وادار به فعالیت می‌کند، خلاقیت شما را تحریک کرده و انرژی آزاد می‌کند. راجع به اهدافتان فکر کنید و هر روز آن‌ها را مرور کنید. شاید باورتان نشود! حتی حالا هم هرگاه می‌خواهم تغییری ایجاد کنم یا به چیزی در زندگی‌ام برسیم آن را یادداشت می‌کنم و اینگونه به هر یک از هدف‌هایم می‌رسم. همه امیدها، رویاها، هدف‌ها و آرمان‌های شما در گرو سخت‌کوشی است.

تلاش بیش از حد، موفقیت مرا تضمین کرد. به حرف‌های منفی دیگران حتی معلم‌ها هم توجه نکردم و تهران را به عنوان اولویت اول انتخاب کردم و توانستم در دانشگاه فنی انقلاب تهران بدون داشتن هیچ امتیازی قبول شوم. به تلاش‌هایم و به آن که می‌خواستم ایمان داشته‌ام و بالاخره در انتخاب اول خودم در رشته نرم‌افزار کامپیوتر پذیرفته شدم.

نکته مهمی که در کتاب به آن می‌پردازیم آن است که اغلب داوطلبان کنکور به خودشان به عنوان سرمایه‌ای ارزشمند نگاه نمی‌کنند و با عملکرد بدن انسان آشنا نیستند و در حفظ و نگهداری آن بی‌ملاحظه‌اند.

پس تا دیر نشده است بیاید با این اصول آشنا شویم و با ایجاد تغییراتی در زندگی و عادت‌های روزانه خود، سلامتی و عملکرد بهتری داشته باشیم و به هدف بزرگ‌مان یعنی موفقیت در کنکور برسیم.

این کتاب نشان می‌دهد که می‌توان در طول روز مقدار قابل‌توجهی از درس‌ها را با تمرکز و درک بالا خواند و در کنار آن با خانواده و دوستان اوقات خوشی را سپری کرد و در نهایت در رشته و دانشگاه مورد علاقه پذیرفته شد. اگر به دنبال چنین زندگی هستید این کتاب دقیقاً برای شما نوشته شده است.

در این کتاب درباره عملکرد پایدار صحبت می‌کنیم، یعنی صرف‌نظر از اتفاقات و شرایط اطراف بتوانیم عملکرد معقول و قابل‌توجهی داشته باشیم.

شکستن مرزهای کنکور

بسیاری از خستگی‌های پایان روز، نتیجه فعالیت درسی سنگین نیستند، بلکه نتیجه این احساس هستند که یک روز بسیار معمولی بدون هیچ اتفاق ارزشمندی به پایان رسیده و هیچ دستاوردی حاصل نشده است.

کلام آخر...

یک ورق کاغذ سفید بردارید و هدف بزرگ خود، موفقیت در کنکور را بنویسید. آن را طوری بنویسید که گویی هم اکنون یک سال گذشته و به هدفتان رسیده‌اید. از زمان حال، جمله مثبت و ضمیر اول شخص استفاده کنید به طوری که بلافاصله توسط ضمیر ناخودآگاه شما پذیرفته شود. مثلاً بنویسید: «من در دانشگاه ... در رشته تحصیل می‌کنم». هر کاری که فکر می‌کنید می‌توان انجام دهید را شروع کنید. شجاعت با خود نبوغ، قدرت و معجزه به همراه دارد.

برای تهیه جزوات رتبه‌های برتر کنکور، جزوات و سی‌دی‌های استادان مطرح کشور و نیز مشاوره رایگان به وبسایت ما سر بزنید.

www.konkorbartar.com

هیچکس نمی‌تواند درس خواندن شما را لذت بخش کند، جز خودتان! پس بیایید سفر هیجان‌انگیز «شکستن مرزهای کنکور» را شروع کنیم.

موفق باشید

ابراهیم خلیل مهرنو