

به نام خدا

دفتر برنامه‌ریزی مهر

گروه آموزشی و مشاوره‌ای

مهر

(مشاوره ، هدایت ، رشد)

مهندس مهران مجیدیان



انتشارات مهرصفا

سرشناسه	: مجیدیان، مهران، ۱۳۷۲
عنوان و نام پدیدآور	: دفتر برنامه ریزی، گروه آموزشی و مشاوره ای مهر: (مشاوره، هدایت، رشد) / زیر نظر مهران مجیدیان؛ ویراستار اکرم السادات میر مرتضوی و ویراستار: اکرم السادات میر مرتضوی
مشخصات نشر	: مشهد: مهر صفا، ۱۳۹۳
مشخصات ظاهری	: ۵۶ صفحه، جدول، ۲۹×۲۲ س.م.
شابک	: 968-600-6337-19-6
وضعیت فهرست نویسی	: فیبا
موضوع	: موقعیت تحصیلی-برنامه ریزی-فرم ها
موضوع	: مشاوره-ایران-فرم ها و پرسش نامه ها
موضوع	: مطالعه و فراگیری-برنامه ریزی
شناسه افزوده	: میر مرتضوی، اکرم السادات، ۱۳۴۱-، ویراستار
رده بندی کنگره	: ۱۳۹۳ ۱۰۴۹/م۳۵۷ LB
رده بندی دیویی	: ۳۷۱/۳۰۲۸۱
شماره کتابشناسی ملی	: ۳۵۸۲۹۲۳



انتشارات مهر صفا

دفتر برنامه ریزی مهر

تألیف

مهران مجیدیان

ویراستار: اکرم السادات میر مرتضوی

طرح جلد: جواد طاهریان

رحلی، ۵۶ صفحه، ۵۰۰ نسخه، چاپ اول ۱۳۹۳

شابک: ۹۷۸-۶۰۰-۷۳۳۷-۱۹-۶

لیتوگرافی: مشهد اسکندر

چاپخانه: دانشگاه فردوسی

بها: ۱۵۰۰۰ تومان

کلیه حقوق محفوظ است.

مرکز بخش: مشهد، کتابسرای مهر، بلوار قاضی طباطبایی ۴، پلاک ۱۴

تلفن: ۰۵۱-۳۷۲۶۵۳۹۴

فهرست مطالب

۴	پیش‌گفتار.....
۵	مواد لازم برای تهیه یک موفقیت خوشمزه.....
۵	تعیین هدف.....
۶	تقسیم هدف به بازه‌های زمانی کوچک.....
۶	هول دادن/ برداشتن.....
۶	برنامهریزی.....
۲۱	جمع‌بندی دوره ۱.....
۲۲	چه جوری درس بخونم؟.....
۲۲	تندخوانی.....
۲۲	پیش‌خوانی.....
۲۲	مسلح باش.....
۳۶	جمع‌بندی دوره ۲.....
۵۰	جمع‌بندی دوره ۳.....
۵۶	صحبت خودمونی.....

میاسای از آموختن يك زمان

به دانش میفکن دل اندر گمان

فردوسی

پیش گفتار

گروه آموزشی و مشاوره‌ای مهر کار تحقیق و کسب مهارت‌های لازم در زمینه مشاوره خود را از سال ۹۱ با رویکرد ارائه کاری متفاوت و نوین آغاز کرد.

در ابتدا با صحبت با دانش‌آموزان کنکوری در همه سطح‌ها و بررسی نحوه درس خواندنشان پس از بررسی و جمع‌بندی نهایی به دست آوردهای خوب و جالبی در زمینه نحوه و روش‌های درست و غلط در هر درس رسیدیم.

پس از قسمت اول کار با گذراندن دوره‌های تخصصی و کسب تجربه در زمینه برنامه‌ریزی و مشاوره شروع به تخصصی کردن کار خود کردیم.

سپس با آزمایش روش مشاوره‌ای در سال ۹۲ و نتایج مثبتی که دریافت کردیم به رفع اشکالات جزئی پرداختیم و به لطف خدا در سال ۹۳ با تدوین این دفتر کار مشاوره‌ای خود را با همتی بالا آغاز کردیم.

امید است که موفقیت شما حاصل این زحمات باشد.