



Mohajerilaw

## محمد مهاجری

مدرس دانشگاه و وکیل پایه یک دادگستری

### بحث انگیزشی و آموزشی

بحث انگیزشی : تلاش جسمی و تلاش ذهنی باید همراه یکدیگر باشند .

انواع تلاش : ۱- تلاش ذهنی ، ۲- تلاش جسمی

روان شناسان می گویند : انجام تلاش جسمی به مراتب از تلاش ذهنی ، دشوارتر و سخت تر می باشد . نکته اینجاست که بسیاری از افراد تلاش جسمی انجام می دهند ولی با منفی نگری و منفی اندیشی و بدون تلاش ذهنی هستند .

تلاش ذهنی ، نگاه مثبت و گمان خوب می باشد که حتی در روایات و احادیث دینی از پیامبر اسلام و ائمه داریم که امور را آسان بگیرید و نسبت به امور ، گان مثبت داشته باشید و مثبت اندیش باشید و مضامینی با محتواهای مشابه وجود داشته است .

پس باید دقت داشته باشیم که همزمان با اینکه تلاش جسمی می کنیم ( مثال : وقتی تلاش می کنیم برای موفقیت در آزمون وکالت و کارشناسی ارشد ) ، مدام با تلاش ذهنی منفی آن را خراب نکنیم . روزی ۱۰ ساعت درس می خوانیم ولی می گوییم من که می دانم قبول نمی شوم و من می دانم که موفق نمی شوم که این باعث می شود علی رغم تلاش جسمی ، مسیر موفقیت ما کند شود چون تلاش ذهنی در کنار این تلاش جسمی وجود ندارد .

وقتی که تلاش جسمی و ذهنی با یکدیگر توأم شوند ، موفقیت شما نزدیک تر می شود .

بحث آموزشی : استاندارد ساعات مطالعه در طول روز و تعداد صفحات مطالعه شده در هر ساعت برای شرکت در آزمون وکالت و کارشناسی ارشد در رشته ی حقوق ، حدوداً شما ۱۰ ماه نیاز به زمان دارید ولی مطمئن باشید امکان مطالعه ی بیش از ۱۳-۱۲ ساعت در طول روز ، منطقی نیست پس مطالعه ی روزی ۱۴ ساعت و یا ۱۵ ساعت به بالا نمی تواند خیلی با کیفیت باشد و سعی کنید بیش از این استاندارد که گفته شد ، مطالعه نکنید و تلاش کنید برای مطالعه ی حدوداً ۷-۸ ساعت و نهایتاً ۱۳ ساعت .

در رابطه با تعداد صفحات نیز شما می توانید در تایم های یک ساعته حدود ۷-۸ صفحه تا ۱۲ صفحه مطالعه کنید که این نیز استاندارد می باشد که تا حدی متغیر است .