ژباړه: عطا محمد میاخېل

په مطالعه کې د انګېزې د رامنځته کولو له پاره نهه آسانه لارې:

د ښې مطالعې له پاره انګېزه ډېره مهمه ده، کله چې انګېزه لرئ، نو وینئ، چې ډېر آرامه او هوسا یاستئ، چې کولای شئ خپل تمرکز وساتئ. کله چې انګېزه نه لرئ، نه یوازې تمرکز لرل ستونزمن دي، بلکې وبه وینئ، چې حتا پیلول هم ډېر سخت دي.

که چېرې انګېزه نه لرئ، نو زموږ ټولې ته ښه راغلاست. احتمالاً هر زده کوونکي دا ستونزه یو یا څو ځله تجربه کړې ده.

دلته په مطالعه کې د انګېزې د ډېرښت له پاره څو تګلارې وړاندې کېږي، هیله مند یم، چې ستاسو له پاره ګټورې وي:

۱ ــ د مطالعې له پاره، ځانته مکافات ورکړئ. د بېلګې په توګه: له یوې بریالۍ مطالعې وروسته، ځانته هغه خوږنیز توکی واخلئ، چې ورسره ډېره مینه لرئ.

۲ ــ له خپلو دوستانو سره مطالعه وکړئ، کولای شئ، لږ بوختیا هم ولرئ، خو افراط مه کوئ.

۳ ــ له خپلو اوږد مهالو موخو څخه ځانته یادونه وکړئ. خپلو موخو ته د رسېدو له پاره زده کړنیزې بریا ته اړتیا لرئ. د زده کړنیزې بریا له پاره هم مطالعې ته اړتیا لرئ.

۴ ــ د حواسو ګډوډونکي لاملونه لرې کړئ. که چېرې د هغو څیزونو تر څنګ، چې د مطالعې په پرتله ورسره ډېره مینه لرئ، په مطالعه بوخت یاستئ، نو د دې امکان ډېر لیدل کېږي، چې د مطالعې پرځای به هماغه کارونه ترسره کړئ.

۵ ــ د لېوالتیا د رامنځته کېدو له پاره، په هرڅه کې چې غواړئ مطالعه وکړئ، نو دا کار به د مطالعې خوند لا پسې ډېر کړي.

۶ ــ استراحت وکړئ، کله مو چې احساس وکړو، چې استراحت ته اړتیا لرئ، نو خپله مطالعه په هغه ځای کې ودروئ، کوم چې ستاسو له پاره د منلو وړ وي، دا کار د دې سبب ګرځي، کله چې غواړئ یو ځل بیا مطالعه وکړئ هوسا واوسئ.

۷ ــ یو آرامه او مناسب چاپېریال را منځته کړئ. که چېرې د آرامتیا احساس وکړئ، نو له مطالعې سره به مو مینه او لېوالتیا لا پسې زیاته شي.

۸ ـــ د مطالعې د هر ناستې له پاره معقولې موخې وټاکئ، که چېرې د خپلې مطالعې ناستې ته د یوه ناشونې ماموریت په سترګه وګورئ، نه شئ کولای، چې ډېر پرمختګ ولرئ.

۹ ــ له یوه انګېزه ښونکي بنر یا پوستر څخه ګټه واخلئ، په هغه ځای کې یې را وځړوئ، چې د مطالعې پرمهال وکولای شئ، وې وینئ. په پوستر کې باید هغه کلمې او انځورونه وي، چې د بریا ښکاروندویي کوي. کولای شئ، یو له دې پوسترونو څخه واخلئ او یا یې خپله ځانته جوړ کړئ. دغه راز کولای شئ د هغو واقعي کسانو په اړه الهام ښونکې کیسې مطالعه کړئ، کوم چې بریا ته رسېدلي دي.