# څنګه يې شل کړئ؟

(د يوې بريالۍ پوهنتوني دورې شل رازونه)

Ketabton.com

ليکنه: پوهنيار مبارز ځيرمن

(c) ketabton.com: The Digital Library

که په نورو هیوادونو کې د پوهنتون دوره ښه او خوندوره وي، وي به، خو په افغانستان کې د کنکور ستونزو له امله دغه دوره خوندوره نه شي بلل کېدی. هغوی چې دغه دوره یې په هیواد کې دننه نه وي تجربه کړې، ښایي دا خبره راسره په اسانۍ ونه مني، خو هغوی چې همدلته یې د پوهنتون دوره تېره کړې وي، فکر کوم چې باید خامخا راسره موافق واوسي. د دې دورې ستونزې له شخصي څخه نیولې تر کورنیو، ټولنیزو، اقتصادي، فرهنګي، سیاسي او امنیتي او له هغې څخه تر تبعیض، تعصب، قوم پالنې، ژبپالنې، مذهب پالنې، واسطې، رابطې، په ټولګي کې د محصلینو د شمېر زیاتوالي، زړو درسي موادو، د یو شمېر استادنو د پوهې کچې ټیټوالی او د ډول ډول امکاناتو او سهولتونو نه شتون ټولې په ځان کې رانغاړي.

یاده هره ستونزه په خپل ځای جدي او غټه ده او کله چې له دې ستونزو څخه څو یې په یو وخت کې موجودې وي نو د محصلینو لپاره په رښتیا هم ډېره سخته وي چې ورسپارل شوې دنده په سمه توګه ترسره کړي.

ګڼ محصلین د پوهنتون په دوره کې د چانس او ټیټو نمرو او فارغان په خپل مسلک کې د ناپوهۍ دلیل همدا ستونزې یادوي؛ خو ایا دوی په رښتیا هم په حقه دي؟ زه فکر کوم چې ځواب یې «نه» دی. ځکه، که دا ډله محصلین په حقه وبولو، په حقیقت کې به مو هغه نور محصلین له پامه غورځولي وي چې د دې ستونزو سره سره د خپلې کورنۍ، پوهنتون او ټولنې د ویاړ سبب دي.

کېدی شي پوښتنه وشي چې څنګه امکان لري چې د دې ستونزه باوجود هم محصلین خپل مسؤلیت په سمه توګه ترسره کړي؟ په دې لیکنه کې د محصلینو لپاره ځینې سپارښتنې شوې دي چې که دلته یې ونه لولي، ښایي هغه وخت پرې پوه شي چې بیا یې وخت تېر وي.

**۱. له اوسني مسلک سره مینه ولرئ.**

دا مه هېروئ چې هیڅ پوهنځی پر بل پوهنځي فوقیت نه لري. کېدلی شي د یوه محصل لپاره د هغه د ذوق، توانایۍ او امکاناتو په نظر کې نیولو سره یو پوهنځی غوره وي او د یو بل تن لپاره بل.

له بده بخته، ډېری محصلین د کورنۍ او ټولنې څخه د مجبورۍ یا په کانکور کې د ناسم انتخاب له امله د داسې پوهنځي په ویلو مجبورېږي چې د هغه لپاره چندان مناسب نه وي.

(c) ketabton.com: The Digital Library

که تاسې له دا ډول محصلینو له ډلې څخه يئ، دا ومنئ چې د هغه پوهنځي سم ويل د تاسې مجبوريت هم دی او مکلفيت هم. له خپل مسلک، پوهنځي، پوهنتون، ټولګيوالو او نورو ټولو هغو شرايطو سره مينه ولرئ او قبول يې کړئ چې رغېدل مو ورڅخه نه کيږي. همدغه د شرايطو د زړه له تله قبلول د دې سبب ګرځيږي چې خپل مسؤليت په سمه توګه ترسره کړئ. هغه کوم چا ډېر ښه ويلي چې، که تاسې هغه څه نه مومئ چې مينه ورسره لرئ، له هغه څه سره مينه وکړئ چې لرئ يې.

**۲. خپلې چارې د يوه منظم ليکلي پلان له مخې مخ ته يوسئ.**

زمونږ په ټولنه کې ډېری خلک منظم پلان نه لري. يوازې لږ شمېر خلک داسې دي چې د شپې له ويده کېدو وړاندې د سبا ورځې په اړه فکر کوي چې بايد کوم کوم کارونه ترسره کړي.

هڅه وکړئ پوهنتون ته داخلېدو سره دا هم زده کړئ چې خپلې چارې د يوه منظم پلان له مخې څنګه مخې ته يوسئ. دا يو لوی بحث دی، خو که په لنډ ډول يې ووايم تاسې بايد اوږدمهالي، منځ مهالي او لنډ مهالي موخې ولرئ. د بېلګې په توګه، تاسې غواړئ شل دېرش کلونه وروسته څه ډول يو شخص واوسئ، راروانو څو کلونو کې کوم ځای ته ورسېږئ او هفته، مياشت يا کال وروسته کومې لاسته راوړنې ولرئ. وروسته له دې چې موخې مو وټاکلې، بيا په دې غور وکړئ چې يادو موخو ته د رسېدو لپاره سمدستي څه کول پکار دي، سبا څه کول پکار دي او يوه اونۍ، يوه مياشت، يو کال يا څو کلونه وروسته بايد کوم کوم کارونه ترسره کړئ او په څه ډول؟

هره شپه له ويده کېدو وړاندې په موبايل يا د يادابنت په کتابچه کې د سبا ورځې چارې داسې تنظيم کړئ چې نظافت، عبادت، خوراک، ورزش، خوب، تفريح، اړيکو، مطالعې او نورو ټولو چارو ته مو پکې وخت بېل کړی وي او دا کارونه بلاخره ان تاسې سره د تاسې اوږدمهالو موخو ته په رسيدو کې مرسته کوي. د پلان په جوړولو کې هغه کارونه چې بايد ترسره شي هغې ته لومړيتوب ورکړئ، ورپسې هغه چارې تنظيم کړئ چې کول يې ډېر ښه وي او په پای کې هغه چارې تنظيم کړئ چې کول يې تر نه کولو ښه وي.

(c) ketabton.com: The Digital Library

**۳. زده کړه په کور/ اطاق کې پیل او په ټولګي کې یې بشپړه کړئ.**

هڅه وکړئ مخکې له دې چې یوه موضوع تاسې ته په ټولګي کې تدریس شي د هغې په اړه ولولئ. دا کار له تاسې سره مرسته کوي څو وپوهېږئ چې د استاد له تدریس څخه څنګه اعظمي ګټه پورته کړئ. تاسې به وپوهېږئ چې تاسې د یوې ځانګړې موضوع په اړه په څه له پخوا څخه پوهېدئ، په څه اوس پوه شوئ او په څه پوهېدل غواړئ.

**۴. په پابندۍ او خپل وخت ټولګي ته حاضر شئ.**

یو شمېر محصلین یوازې د حاضرۍ لپاره پوهنتون ته ځي. که ووینې چې حاضري نه اخیستل کیږي یا یې مراعات کیږي په هغې صورت کې نه ورځي. په داسې حال کې چې حاضري د پوهنتون لپاره جوړه شوې نه پوهنتون د حاضرۍ لپاره!

که حاضري اخیستل کیږي که نه او که د تاسې مراعات کیږي که نه، په پابندۍ او خپل وخت ټولګي ته حاضر شئ. پوهنتون په هر حال کې د زده کړې ځای دی؛ که تاسې کومه ورځ په اګاهانه توګه څه زده نه کړئ، په غیر اګاهانه توګه به داسې څه زده کړئ چې بله ورځ یا بل ځای یې نه شئ زده کولی. د بېلګې په توګه، که کومه ورځ مو استاد غیرحاضر وي، بنایې د خپلو ټولګیوالو سره د ازادې ناستې فرصت ومومئ. په دې صورت کې به مو له یوه لوري ساعت تېر شي او له بل لوري به نوي ملګري ومومئ او له زړو سره مو اړیکې لا ډېرې ټینګې شي. بنایې د تاسې ټولګیوال د مختلفو ولایتونو او مختلفو سیمو څخه وي. ښکاره ده چې د هغوی د پوهې کچه، تجربې، علایق او شخصیتونه به هم توپیر ولري. تاسې به هغوی سره له خبرو او ناستې څخه په غیراګاهانه توګه داسې څه زده کړئ چې بل ځای او بل وخت به امکان نه لري.

**۵. د ټولګي په لومړۍ برخه کې کېنئ.**

دا سمه ده چې په ټولګي کې به د محصلینو شمېر ډېر وي او ټول محصلین نه شي کولی چې تختې او استاد ته نږدې په لومړي، دویم یا دریم قطار کې کېني، خو ما لیدلي دي چې یو شمېر محصلین خپله غواړي چې د ټولګي په وروستۍ برخه کې کې کېني.

د ټولګي په لومړۍ برخه کې ناسته له تاسې سره مرسته کوي چې تخته په سمه توګه ووینئ، د استاد غږ په سم ډول واورئ او له نومړي سره مو عاطفي اړیکه ټینګه شي.

(c) ketabton.com: The Digital Library

د ټولګي په وروستۍ برخه کې د ناستې په صورت کې که تاسې وغواړئ هم چې ټول پام یوازې درس ته وساتئ، نه توانېږئ. عمدتاً د ټولګي په وروستۍ برخه کې هغه محصلین راټولیږي چې په ټولګي کې ناسته یې مجبوریت وي. هغوی که مرکې او شوخۍ ته فرصت ونه مومي، نو د استاد له غبر څخه په اسانۍ بې کیږي. تاسې نه شئ کولی د دغه ډول اشخاصو څخه ځان بې اغېزې وساتئ.

### ۶. د درس پر مهال له استاد سره د سترګو اړیکه وساتئ.

د استاد د تدریس پر مهال هغه ته په دقت وګورئ او د سترګو او سر په اشاره هغه ته وښایئ چې تاسې نوموړي ته غوږ یئ. که تاسې داسې وکړئ، د استاد پام به مو جلب کړی وي. ډېر امکان لري چې هغه د خپلو خبرو او موضوع د وضاحت پر مهال تاسې په پام کې ونیسي. هغه د خپلې تجربې له مخې حتی د تاسې له څېرې هم پوهېدلی شي چې له تدریس اخذ کولی شئ که نه. په هغه صورت کې چې په اخذ کې ستونزه ولرئ، هغه به یې د تاسې لپاره نور هم ساده کړي.

### ۷. د یادابښت کتابچه له ځان سره ولرئ.

د استاد د تدریس پر مهال خامخا د نوټ کتابچه ولرئ او د استاد له خبرو او تختې څخه پکې نوټ واخلئ. دا هم کېدلی شي چې له تختې څخه عکس واخلئ او یا د استاد لیکچر په تلیفون کې ثبت کړئ.

په یاد ولرئ چې استاد د درسي کتاب د لیکوال په پرتله ډېر ښه پوهیږي چې تاسې ته کومه موضوع اړینه ده او پر هغې څه ډول ښه پوهېدلی شئ.

### ۸. پوښتنه یادابښت کړئ او به مناسب وخت کې یې له استاد څخه وپوښتئ.

هڅه وکړئ د استاد د تدریس پر مهال خپلې ستونزې یادابښت کړئ او په یوه مناسبه موقع کې او یا یې د درس په پای کې له استاد سره د پوښتنې په توګه مطرح کړئ. دا کار دوه ګټې لري: له یوې خوا به مو ستونزه حل شوې  وي او له بلې خوا به مو د استاد سره د نورو محصلینو په پرتله ښې اړیکې ټینګې کړې وي. له یوه نیم استاد څخه پرته چې ښایي د تاسې د پوښتنو ځوابول به یې نه خوښیږي، نور ډېر په دې پوهیږي چې د تاسې پوښتنه په درس کې د تاسې د شتون او په هغې څه ناڅه د پوهېدنې په معنی ده.

(c) ketabton.com: The Digital Library

**۹. د استاد په وړتیا باور ولرئ.**

کله هم استاد ته داسې احساس مه ورکوئ چې تاسې یې په وړتیا شک لرئ. باید دا ومنئ چې د تاسې استادان هم د تاسې غوندې انسانان دي او نه شي کېدی چې هغه دی حتی په خپل مسلک او مضمون بشپړ حاکم وي. هیڅکله د هغه د وړتیا د معلومولو او یا د هغه د بې ځوابه پاتې کېدلو په موخه پوښتنه مه کوئ. که ستونزه ولرئ، خامخا پوښتنه وکړئ، خو په مناسب ډول او مناسب وخت کې. لومړی به مو استاد همغه شېبه پوښتنه ځواب کړای شي او که نه، کوم بل وخت به یې ځواب درکړي.

**۱۰. درسپارل کېدونکی مسؤلیت په ښه توګه ترسره کړئ.**

هڅه وکړئ د استاد له لوري درسپارل کېدونکي دنده له هغې څخه هم په ښه توګه ترسره کړئ چې استاد یې توقع لري. تاسې ته چې هره دنده سپارل کیږي، سمه ده چې د هغې ترسره کول به سخت وي، خو په ډاډ سره درته وایم چې هغه په ډېرې معمولي قربانۍ سره د تاسې د نورو ټولګیوالو په نسبت غوره کېدی شي.

تاسې د استادانو په ذهن کې په سم ډول د درسپارل شوې دندې د ترسروای له امله نه پاتې کېږئ، خو د هغه معمولي قربانۍ له امله چې تاسې یې ورکوئ، د استاد هیڅکله هم نه هېرېږئ. د بېلګې په توګه، که له تاسې څخه غوښتل شوي وي چې د ټولګي مخې د مارکراو تختې څخه په ګټې اخیستنې سره پریزنټېشن ورکړئ، تاسې یوازې په هغې اکتفا مه کوئ. بنایي کوم چارت ترتیب کړئ، کوم عکس له ځانه سره ولرئ، او یا هغه ورځ لږ څه ډېر منظم راشئ.

**۱۱. لوړ اهداف وټاکئ.**

د لوړو اهدافو له ټاکلو وېره مه لرئ. که تاسې څومره لوړ اهداف وټاکئ، همغومره ډېره انرژي به مو په بدن کې پیدا شي. ځینې محصلین یوازې د کامیابۍ او فراغت لپاره زده کړې کوي. دا ډول محصلین هیڅکله هم د پام وړ څه نه شي ترلاسه کولی، بلکې همدا ډول محصلین دي چې چانس خوري یا حتی له فراغته پاتې کېږي.

که تاسې د بېلګې په توګه په هر مضمون کې له نوي څخه پورته نمرې خپله موخه وټاکئ، باور لرم چې تر اتیاوو نمرې اخیستلی شئ او د چانس خوړلو مو هیڅ سوال نه پیدا کیږي.

(c) ketabton.com: The Digital Library

## ۱۲. د استادانو درناوی وکړئ.

د استاد درناوی وکړئ، که څه هم فکر کوئ چې د هغومره درناوي وړ نه دی. البته، باید ووېل شي چې درناوی او چاپلوسي یو له بل سره ډېر توپیر لري.

دا مه هېروئ چې تاسې خپل شخصیت همدا د پوهنتون په دوره کې جوړوئ او له همدې دورې څخه باید د هغې ساتنه هم زده کړئ. په چاپلوسۍ سره مو په حقیقت کې خپل شخصیت ته نه جبریانېدونکی زیان رسوئ. درناوی وکړئ خو له چاپلوسۍ کولو څخه ځان ډېر لرې وساتئ.

## ۱۳. مطالعه د سمستر په اوږدو کې وکړئ.

مطالعه یوازې د ازموینې شپو او ورځو ته مه ساتئ. تاسې نه شئ کولی هغه څه چې په څلور میاشتو کې یې باید ولولئ په یوه یا دوه ورځو کې یې ولولئ. ښه طریقه دا ده، چې د یوه منظم پلان له مخې ټول مضامین له ازموینې وړاندې وړاندې بشپړ مطالعه کړئ. ضرور نه ده چې تاسې دې په هغې خامخا پوه شئ، له کتاب څخه د ځان لپاره لنډ نوټ واخلئ او بیا د ازموینې په شپو او ورځو کې یوازې هماغه مطالعه کړئ.

یو شمېر محصلین له نن څخه سبا او له سبا څخه بل سبا ته مطالعه ځنډوي چې دا کار هغوی ته وروسته ډېر درونډ تمامیږي.

## ۱۴. له درسي کتابونو وراخوا مطالعه ولرئ.

یوازې په درسي کتابونو اکتفا مه کوئ. تاسې اوس په یوه ځانګړې برخه کې زده کړې کوئ او له فراغت وروسته په هماغه برخه کې په دنده ګمارل کېږئ. هڅه وکړئ چې په خپل مسلک کې ازاده مطالعه وکړئ. دا به مو په لنډ او اوږده مهال دواړو کې په درد وخوري.

## ۱۵. د مطالعې او مباحثې ګروپونه جوړ کړئ.

د خپلو ټولګیوالو له منځه د مطالعې او مباحثې ګروپونه جوړ کړئ او هره ورځ یا په اونۍ کې له هغوئ سره ناستې ولرئ او خپلې تجربې او ورتیاوې له یو بل سره شریکې کړئ.

(c) ketabton.com: The Digital Library

**۱۶. د مخکنیو دورو له محصلینو یې زده کړئ.**

هڅه وکړئ له تاسې څخه د مخکې دورو له محصلینو سره اړیکې ولرئ او د هغوی له تجربو او مشورو څخه ګټه پورته کړئ. بنایي هغه ستونزه چې تاسې یې په ورځو ورځو نه شئ حلولی، هغوی یې په یو څو شېبو کې د تاسې لپاره حل کړي.

**۱۷. د ناوړه اشخاصو له ملګرتیا ډډه وکړئ.**

د هغه ټولګیوالو سره له ملګرتیا څخه ډډه وکړئ چې له درسونو سره چندان علاقه نه لري او پوهنتون ته د کورنۍ په غوښتنه یا د کوم بل مجبوریت له مخې راخي. له هغوی سره د نږدې اړیکو په صورت کې ډېر امکان لري چې د هغوی اغېز پر تاسې هم وشي او له خپل مسؤلیت څخه غافله شئ.

**۱۸. په رضاکارانه فعالیتونو کې ونډه واخلئ.**

هڅه وکړئ په خپله ځانګه، پوهنځي او پوهنتون کې په رضاکارانه فعالیتونو کې ونډه واخلئ. دا کار نه یوازې تاسې ته په راتلونکي کې په درد خوري، د اوس لپاره پوهنتون، پوهنځی او ځانګه له تاسې سره تر خپلې وسې مرستې ته اړباسي.

**۱۹. درسي کتابونه په اړونده مسلک کې د خپل ظرفیت د لوړونې لپاره ولولئ، خو د ازموینې لپاره د استاد تدریس درياد کړئ.**

په یاد راوړئ چې استاد مو په ټولګي کې د یوې موضوع په کوم بعد ډېر ټینګار کوه یا یې د یوې موضوع کوم کوم اړخونه توضیح کړل. استاد تاسې ته د یوې موضوع هماغه برخې توضیح کوي چې د هغه په اند مهمې وي. په ازموینه کې هم له همغه ځه څخه له تاسې پوښتنه کوي چې د هغه په نظر مهم وي.

(c) ketabton.com: The Digital Library

## ۲۰. د ازموینې ورکولو مهارت پیدا کړئ.

ازموینه کې ښې نمرې اخیستل یوازې د هغه مضمون په مطالعه هم نه کیږي، بلکې یوه برخه یې په دې پورې اړه لري چې تاسې په ازموینه ورکولو کې څومره مهارت لرئ.

لکه څنګه چې مخکې وویل شول، د ازموینې لپاره چمتووالی یوازې د ازموینې شپې او ورځو ته مه ساتئ، بلکې ښه دا ده چې د سمستر په دوران کې ژوره مطالعه وکړئ او د ازموینې په شپو ورځو کې یوازې هغه تکرار کړئ.

یو شمېر محصلین د ازموینې په شپو او ورځو کې د خوب او لږې تفریح وخت هم مطالعې ته ورکوي. په حقیقت کې ذهن دا نه ګوري چې هغه عادي وخت دی که د ازموینې شپې ورځې دي، بلکې هغه د ښه فعالیت لپاره هر وخت، ښو خوړو، ارام او تفریح ته اړتیا لري.

پکار دا ده چې په ازموینه کې په داسې حال کې ګډون وکړئ چې په خېټه ماړه وئ، خوب مو پوره او ذهن مو ارام وي. کله چې د ازموینې پاڼه ترلاسه کړئ، په سره سینه یو ځل ټول سوالونه ولولئ. هغه پوښتنې چې ځوابول یې اسانه دي او یا ژر ځوابیږي لومړی ځواب کړئ او سختې او د اوږده ځواب والا پوښتنې وروسته ځواب کړئ.

د هرې پوښتنې د ښه ځواب لپاره باید په دې ځان ډاډه کړئ چې په پوښتنه پوه شوي یئ. پوښتنې ته په ځواب کې یوازې هماغه څه ولیکئ چې درڅخه غوښتل شوي وي. ځواب په داسې کلمو پیل کړئ چې د لوستلو پر مهال لوستونکی هر څه ژر پوه شي چې تاسې پوښته په سم ډول ځوابوئ.

په هغه صورت کې چې تاسې مقدمه لیکلې وي او یا په کوم بل ډول اصلي خبرې ته وروسته ورګرځئ، کېدلی شي استاد د وخت د کمبود له امله د تاسې ځواب تر پایه ونه لولي. دغه راز، هڅه وکړئ ځواب په ښایسته خط او د پاڼې په داسې برخه کې ولیکئ چې له لوستلو پاتې نه شي.

په پای کې ټوله پاڼه یو ځل بیا له سترګو تېره کړئ، وګورئ چې کومه پوښتنه خو بې ځوابه نه ده پاتې اویا خو مو کومه پوښتنه نیمګړې نه ده ځواب کړې.

**Get more e-books from www.ketabton.com**
**Ketabton.com: The Digital Library**