

سه روش حفظ انگیزه برای یادگیری زبان انگلیسی



منبع: www.drzaban.com

نویسنده: دکتر زبان (مسعود اکبری)

موضوع: سه روش حفظ انگیزه برای یادگیری زبان انگلیسی
برای خواندن جدیدترین مطالب آموزشی به سایت دکتر زبان مراجعه کنید!
برای دانلود صدها مقاله مشابه این مطلب عضو سایت دکتر زبان شوید!

اگر شما هم مثل من باشید برایتان خیلی سخت است که هنگام یادگیری یک زبان دائماً انگیزه خود را حفظ کنید. همانطور که می دانید برای آنکه به سطح مطلوبی از تسلط به یک زبان برسید باید سال ها زحمت بکشید. خب سوال این است که چطور در طی این همه سال انگیزه مند باقی بمانیم؟

احتمالاً یک دوره یا محصول آموزشی را خریداری می کنید و با اشتیاق تمام به نتایجی که در پایان دوره یا محصول آموزشی به دست خواهید آورد فکر می کنید. هفته اول با جدیت تمام به بررسی و مطالعه مطالب می پردازید. بعد هفته دوم یک مورد دیگر پیش می آید و به آن مورد هم می پردازید و حالا علاقه تان نصف می شود. و بالاخره چند هفته بعد کلاً انگیزه و علاقه خود را از دست می دهید و با بایگانی کردن آن محصول یا دوره در هارد کامپیوتر خود برای همیشه با زبان انگلیسی خداحافظی می کنید. (هر چند با خود می گوئید فعلاً وقت ندارم باشد برای بعد اما این بعد هیچ گاه از راه نمی رسد!) در این جا به معرفی سه راهکار عملی می پردازیم که به شما کمک می کند تا انگیزه خود را در طول مسیر یادگیری زبان انگلیسی حفظ کنید.

۱. یک کار خیلی ساده انجام دهید.

آیا تا به حال دقت کرده اید که چرا برای انجام کارهای مهم این قدر مقاومت به خرج می دهیم؟ دلیل این امر به مغز ما بر میگردد. زیرا مغز ما اساساً به تنبلی گرایش بیشتری دارد. در اغلب موارد دلیل عمده طفره رفتن ما از انجام کارهای مهم این است که با این نوع کارها احساس راحتی نمی کنیم و هیچ گونه لذتی در آن ها نمی بینیم. زیرا تصور می کنیم از انجام این کارها خسته و دلزده خواهیم شد، در نتیجه از انجام هر چیز ناخوشایند خودداری می کنیم. مغز ما ذاتاً خواهان راحتی است و اصلاً چرا نباید باشد؟ بهر حال راحتی لذت بخش است! با این نگاه می توانید موارد مهم را به گونه ای دیگر برنامه ریزی کنید. می توانید فقط یک دقیقه به انجام یک کار بپردازید! مثلاً می توانید برای یادگیری زبان انگلیسی هر روز کلیپ های "یک دقیقه با دکتر زبان" را دنبال کنید و یا هر آموزش کوتاه و جالب دیگر. در نتیجه درگیری ذهنی شما متوقف شده و با خود فکر می کنید "اوهوم، این بدک نیست. چون من می توانم هر روز چند دقیقه تمرین کنم."



۲. استفاده از مسئولیت پذیری

هنگامی که یک فرد از شما انتظار انجام کاری را دارد، اشتیاق شما برای انجام آن کار به طرز چشمگیری افزایش می یابد. این فرد نبایستی الزاماً رئیس یا مادرتان باشد. می تواند یک دوست باشد. مثلاً می توانید با یکی از دوستانتان شرط ببندید که اگر دو روز متوالی به تمرین زبان انگلیسی نپرداختید مبلغی را به او بدهید یا او را به یک شام دعوت کنید. یا یک معلم خصوصی بگیرید و یا در **یک دوره ی آموزشی** شرکت کنید تا با پیگیری های منظم این دوره مجبور به انجام تکالیف خواسته شده باشید.

۳. از اپلیکیشن Habitica استفاده کنید.

برای اندروید از HabitRPG استفاده کنید که به نظرم خیلی فوق العاده است! از این اپلیکیشن برای یادگیری زبان و حتی امور شخصی و کاری نیز می توانید استفاده کنید. در این برنامه کارهای روزمره خود را تعریف می کنید و براساس میزان کارهای انجام شده امتیاز می گیرید. بعد می توانید به ازای هر امتیاز به خودتان جایزه بدهید.

امیدوارم این سه راهکار عملی در حفظ انگیزه برای یادگیری زبان انگلیسی به شما کمک کند. لطفاً نظر خود را در مورد این سه راهکار و نتایجی که از آنها گرفته اید در انتهای همین صفحه برای من بنویسید.

