

پڑھنا آسان ہے

محسن بھٹی

بطور والدین

ہماری کوشش ہوتی ہے
ہمارے بچے بہترین
تعلیم حاصل کریں۔
تو آئیں۔۔۔!
اپنے بچوں کو وہ سیکھائیں
جو ہم نہیں سیکھ سکے



تعارف



یادداشت اللہ تعالیٰ کی بہت بڑی نعمت ہے۔ ہم زندگی میں جو کچھ سیکھتے ہیں ہمارا ذہن انہیں یاد کر دیتا ہے۔ ذہن نشین تجربات ہمارے مستقبل میں فائدہ مند ہوتے ہیں اگر ایسا نہ ہوتا تو ہم ہر صبح اٹھ کر سوچ رہے ہوتے کہ ہم کون ہیں؟ جبکہ ایسا شخص جس کی یادداشت بہت اچھی ہے وہ ذہن ہوتا ہے۔ ہمارا تعلیمی نظام بھی ہماری یادداشت پر منحصر ہے جو بچہ جتنا اچھا یاد کر سکتا ہے۔ وہ اتنے اچھے نمبر حاصل کر سکتا ہے۔ آپ کو جتنا کچھ یاد ہوگا اتنے ہی آپ ذہن ہوں گے۔ اکثر اوقات بچے پڑھائی سے اس لیے بھی اکتا جاتے ہیں کیونکہ انہیں یاد نہیں ہو رہا ہوتا ہے۔ ہمارے تعلیمی نظام میں بچوں کو صرف پڑھایا جاتا ہے لیکن یہ نہیں سکھایا جاتا کہ یاد کیسے کرنا ہے ہم ہمیشہ سمجھتے ہیں کہ ذہن ہونا خدا داد صلاحیت ہے جبکہ مختلف سائنسی طریقہ کار سے ہم یادداشت کو بڑھا سکتے ہیں۔ یہ کتابچہ آپ کو آگاہی دے گا کہ ہم کیسے اپنی یادداشت کو بڑھا سکتے ہیں اور آپ محسوس کریں گے کہ کتنی جلدی آپ کو چیزیں یاد ہوگی ہیں۔ یادداشت دو چیزوں پر منحصر ہوتی ہے ایک خود اعتمادی کہ آپ ذہن ہیں اور دوسرا یاد کرنے کی عادت یہ کتابچہ آپ کے اندر یہ دونوں چیزیں اُجاگر کرے گا ہمارا مقصد طلباء میں یادداشت کی بہتری کے حوالے سے آگاہی پیدا کرنا ہے تاکہ وہ بہتر مستقبل بنا سکیں

اللہ تعالیٰ ہم سب کا حامی و ناصر ہو

انجینئر محسن بھٹی

اسسٹنٹ پروفیسر

شعبہ کمپیوٹر انجینئرنگ

بہاؤ الدین زکریا یونیورسٹی ملتان



YOU ARE
THE BEST



یادداشت کو بہتر بنانا
کیوں ضروری ہے؟

فوائد

یادداشت کے ان طریقہ کار کو سیکھ کر
آپ کے بچے میں مندرجہ ذیل خوبیاں ہوں گی

← خود اعتمادی

← پڑھائی میں دلچسپی

← بہترین نتائج

← ٹال مٹول کرنے کی

عادت سے چھٹکارا

← وقت کی بچت

← بہترین مستقبل



Table of Contents

☞ **WHAT IS MEMORY?**

یادداشت کیا ہے؟

☞ **HOW OUR BRAIN MEMORIZE?**

ہمارا ذہن کیسے یاد کرتا ہے؟

☞ **PROCESS OF MEMORIZATION**

یاد کرنے کے مراحل

☞ **LEFT BRAIN VS RIGHT BRAIN**

دائیں دماغ اور بائیں دماغ

☞ **MEMORY TECHNIQUES**

یاد کرنے کے طریقے



EDUCATION



یادداشت کیا ہے؟

ہم زندگی میں جو کچھ پڑھتے، دیکھتے، سنتے یا محسوس کرتے ہیں اس کو ذہن میں یاد رکھنا اور ضرورت پڑنے پر دہرانا یادداشت کہلاتا ہے کسی بھی چیز کو صرف یاد کرنا ضروری نہیں اسے دوبارہ حاصل کرنا ہی اصل یادداشت ہے

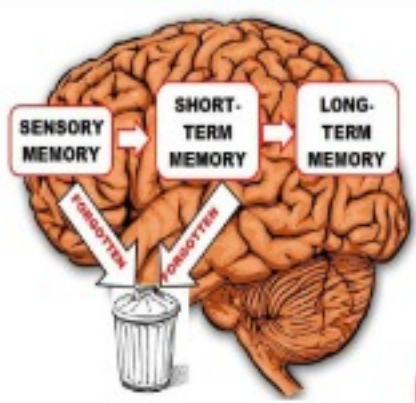


یاد رکھیں!

ہمارا ذہن تصویروں میں کام کرتا ہے
ہر چیز کی تصویر ہمارے ذہن میں محفوظ ہے



یادداشت کی تین قسمیں



☞ **SENSORY MEMORY**

☞ **SHORT TERM MEMORY**

☞ **LONG TREM MEMORY**

کلاس میں ٹیچر نے آپکو بتایا کہ مائیکروسکوپ Zacharias Janssen نے ایجاد کی ہے۔ آپ یہ مشکل نام ہو سکتا ہے کہ فوراً بھول جائیں یہ سنسری میموری کہلاتی ہے۔ اگر پاس بیٹھا دوست آپ سے پوچھے کہ سرنے کیا بتایا ہے اور آپ اُسے بتادیں تو یہ نام آپکو کچھ دیر تک یاد رہے گا۔

یہ شارٹ ٹرم میموری کہلائے گی

اگر آپ اسے بار بار دہراتے ہیں تو یہ زیادہ دیر تک یاد رہے گا۔ یہ لانگ ٹرم میموری کہلاتی ہے۔

سوچیں

آپ کا دوست زکریا جان بوجھ کر آپکو مائیکروسکوپ سے دیکھ (SEEN) رہا ہے تو آپ کبھی نہیں بھولیں

گے کہ مائیکروسکوپ Zacharias Janssen نے ایجاد کی ہے۔



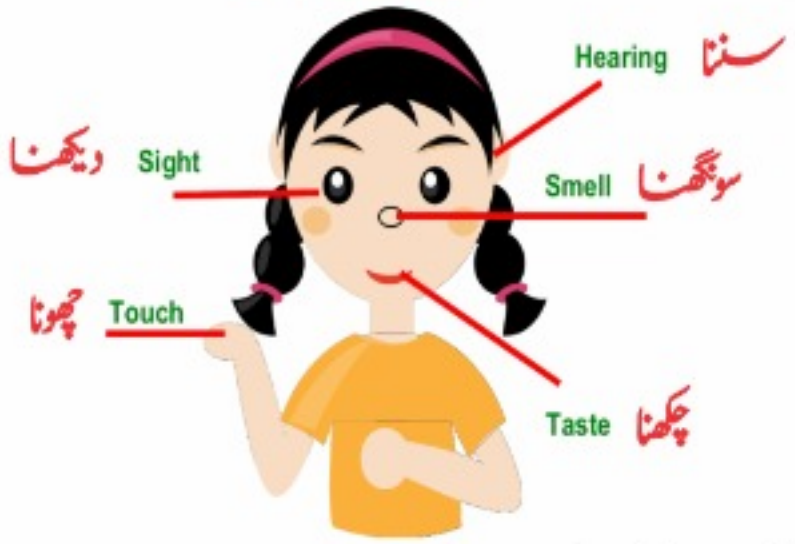
Excellent



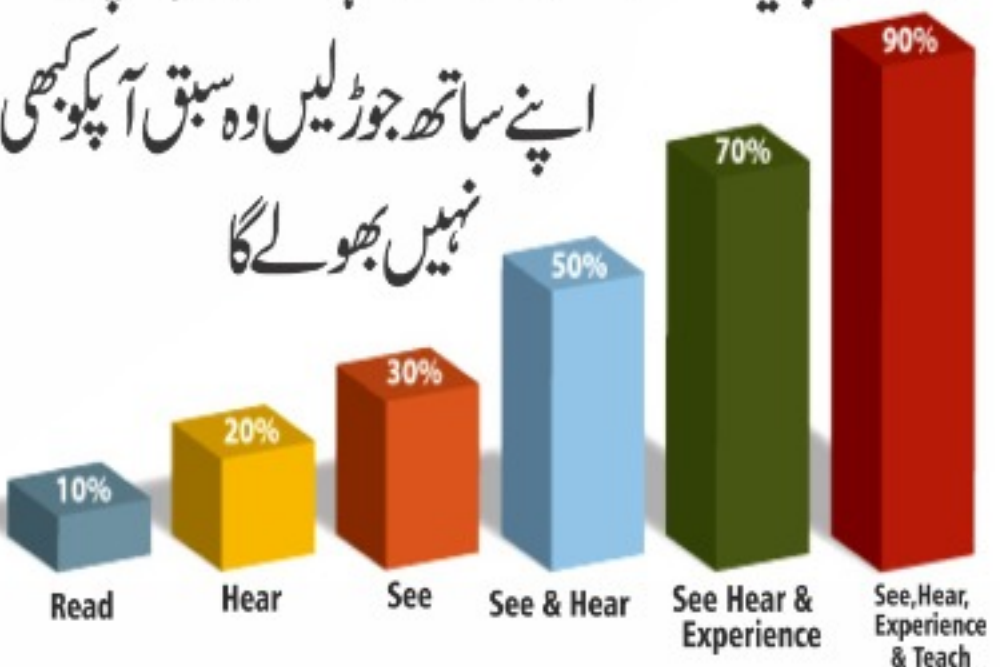
ہمارا ذہن کیسے کام کرتا ہے؟

معلومات ہمارے دماغ میں حواسِ خمسہ کی مدد سے پہنچتی ہیں یاد کرنے کیلئے جتنی زیادہ حس ہم استعمال کریں گے معلومات اتنی دیر تک یاد رہیں گی یہی وجہ ہے کہ فلم یا ڈرامہ ہمیں زیادہ دیر تک یاد رہتا ہے کیونکہ ہم پانچوں حس استعمال کر رہے ہوتے ہیں جبکہ سبق ہم بھول جاتے ہیں کیونکہ ہم صرف ایک یا دو حس استعمال کر رہے ہوتے ہیں

My Five Senses



کسی بھی سبق کو یاد کرنے کیلئے اسے سمجھنا ضروری ہے سمجھنے کیلئے توجہ چاہئے اور توجہ دلچسپی سے آتی ہے۔ سبق کو دلچسپ بنا کر اپنے ساتھ جوڑ لیں وہ سبق آپ کو کبھی نہیں بھولے گا



یاد کرنے کے مراحل

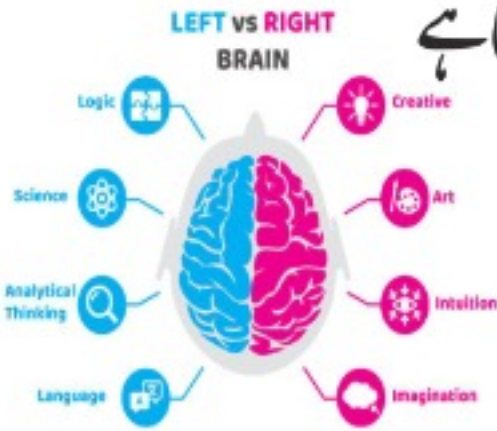


کسی بھی چیز کو یاد کرنے کے تین مراحل ہوتے ہیں



RIGHT BRAIN VS LEFT BRAIN

قدرت نے ہمارے دماغ کو دو حصوں تقسیم کیا ہے
دائیں طرف والا دماغ تخلیقی دماغ ہوتا ہے
بائیں طرف والا دماغ منطقی دماغ ہوتا ہے
کسی بھی چیز کو یاد کرنے کیلئے دماغ کے دونوں
حصوں کو فعال کرنا ضروری ہے



پڑھائی میں صرف منطقی دماغ کے استعمال پر زور دیا جاتا ہے
جس کی وجہ سے طالب علم تخلیقی دماغ کا استعمال چھوڑ دیتا ہے
اور اسے سبق یاد کرنے میں دشواری کا سامنا کرنا پڑتا ہے



1. Acronyms
2. Mnemonic
3. Number Rhyme System
4. Story Link Method
5. Memory Palace
6. Mental Snapshot Method
7. Major System
8. Mind Mapping



یہ ایک آگاہی کتابچہ ہے مندرجہ بالا سائنسی طریقوں سے یادداشت کو بڑھایا جاسکتا ہے اس کتاب کا مقصد آپ میں آگاہی پیدا کرنا ہے تاکہ ان طریقہ کار کی مدد سے آپ سب کچھ یاد کر سکیں، زندگی میں ایک بار ضروریہ طریقے سیکھیں اور بچوں کو سیکھائیں۔
 آپ پڑھائی میں واضح تبدیلی محسوس کریں گے۔
 آپ ان طریقوں کو با آسانی انٹرنیٹ پر سرچ کر سکتے ہیں۔
 اور ان سے استفادہ حاصل کر سکتے ہیں



BACK TO
SCHOOL



Engr. Mohsin Bhatti
PhD Scholar
BS/MS EE, MBA, LLB



He is memory trainer,
author & Working as Assistant
Professor in the Department
of Computer Engineering
BZU Multan since 2008.

He is eager to solve the problems
of students.

Education is the only solution
for better future but unfortunately
Education has become very
boring & stressful.

His mission is to empower
the students by making study
fun for them.

اپنے والدین، اساتذہ کرام اور طلباء کیساتھ شیئر کریں

خدارا.....!!! بچوں کو ذہنی دباؤ سے بچائیں



Find us on
facebook.

Institute of Memory Training
For Free Training & Seminar

Contact: Engr. Abdur Rehman

0301-3949531



www.mindworkshop.pk