

سلام. من روز ۹ سپتامبر ۲۰۱۷ توی سنتر سنجش پزشکی GEMS-VUMS امتحان دادم و نمره‌ام ۹۹ (R:29, L:24, S:22, W:24) شد.

در ابتدا کارهایی که انجام دادم و ارزیابی اونها و کاری که اگه به عقب برمیگشتم انجام میدادم رو براتون توضیح میدم. اقدامات اصلاحی که مشخص کردم، به نظرم میتونه متضمن نمره بالای ۱۰۰ باشه.

اقدام (مدت)	نقاط قوت و ضعف مربوط به اقدام	تکرار یا اصلاح اقدام
شخم زدن سه کتاب لغت ۵۰۴، لغات ضروری تافل بررونز و ۴۰۰ لغت تافل با استفاده از جعبه لایت‌نر (۳ ماه، هر کتاب یک ماه)	تقویت پایه لغات کلید پاسخ به سوالات بخش ریدینگ و تا حدود زیادی لیسینینگ هست نقاط قوت کتابها: کتاب ۵۰۴ اهمیت توجه به ریشه لغات رو با استفاده از توضیح کوچکی که در انتهای هر درس در خصوص یکی از لغات اون درس میده، برای فرد آشکار میکنه. کتاب لغات ضروری تافل بررونز، لزوم توجه به فرم های مختلف یک لغت (فعل و صفت و اسم) رو خوب به خواننده تفهیم میکنه ضمن اینکه پاراگرافهای کوتاهی به عنوان تمرین داره که شباهت به ریدینگهای تافل داره خصوصا اونهایی که مربوط به آمریکای شمالی هست. کتاب ۴۰۰ لغت تافل در هر درس لغات مرتبط با یک موضوع رو بررسی میکنه و قاعده کمبودهای احتمالی کتابهای دیگه رو جبران کنه (خصوصا تو بخش لغات مربوط به آیین ها و رسومات تاریخی و روح و روانشناسی و ...)	اگه به عقب بر میگشتم حتما باز هم ۳ ماه لغت میخوندم ولی به هیچ عنوان (تأکید میکنم به هیچ عنوان) کتاب ۵۰۴ رو نمیخوندم. این کتاب نه تنها اصلا برای تافل هیچ آزمون دیگه‌ای تنظیم نشده، بلکه هیچ متدولوژی خاصی برای انتخاب کلماتش وجود نداره و من هنوز منتظرم کلمه Keg به جا به دردم بخوره. همچنین نویسندگان جمهوری خواه راست‌افراطی و یهودی‌پرستی هم داره که با برخی جملات مثال و متنهای تمریناتش واقعا حرص آدم رو درمیارن. فقط با دانلود این کتاب و خوندن بخش آخر چند درس اول که ریشه لغات رو توضیح میدن، به خودم تأکید میکردم که به ریشه لغات باید توجه کرد. کتاب لغات ضروری تافل بررونز رو به عنوان اولین کتاب میخوندم ولی بعدش به جای کتاب ۴۰۰ لغت، ریدینگهای TPO از شماره ۱ تا هرکجا که شد رو بررسی میکردم و لغات اونها رو درمی آوردم و براشون کارت درست میکردم. چرا که به نظر میاد متون آزمون تافل از روی چند کتاب مشخص تنظیم میشه و مثل حلقه های زنجیر با هم مرتبط هستن (مثلا کلمه desiccate توی TPO ۴۰ یا ۴۱ اونقدر جدید و ناآشنا بوده که بلافاصله داخل پراونز تعریف شده، ولی چند تا TPO جلوتر، خودش به عنوان سوال لغت مورد پرسش قرار گرفته و توی یکی دیگه از TPOهای بعدی هم بدون اینکه تعریف بشه استفاده شده، یا مثلا کلمه diurnal هم همینطور)
کلاس استاد اعلائی (۲ ماه)	همه اش نقطه قوت هست و هیچ نقطه ضعفی نداره	همزمان به کلاس مشغول نوشتن یک مقاله‌ی بسیار طولانی و حجیم هم بودم، به همین خاطر از میان تمرینات استاد، فقط اونهایی که میگفت برام ارسال کنید رو انجام میدادم. اگه برمیگشتم عقب، حتما حتما پنجشنبه و جمعه رو اختصاص میدادم به حل اون TPO هایی که استاد هر هفته مشخص میکرد. خیلی اشتباه کردم تمرینات TPO ای که استاد مشخص میکردن رو به بهانه نوشتن مقاله انجام نمیدادم.
مطالعه برای آزمون بعد از کلاس (۱ماه)	به نظرم اگه مشکل لغت رو قبلا حل کرده باشید، ۱ ماه مطالعه مفید بعد از کلاس متضمن نمره بالای ۱۰۰ هست. تنها شرطش مفید بودن مطالعه هست ولی من چون فکر میکردم ۱ ماه کم هست، بیشتر این یک ماه رو به جای مطالعه مفید، به استرس و ترس از اینکه فقط یک ماه باقی مونده و من هیچ کاری نکردم اختصاص دادم!	اگر به یک ماه قبل آزمون برمیگشتم (با فرض اینکه تمرینها رو سر کلاس خوب انجام ندادم)، ریدینگهای TPO ۴۰ به بعد رو حل و بررسی میکردم، از ریدینگهای قبل از TPO ۳۴ هم اونایی که توی اپلیکیشن موبایلی به عنوان difficult مشخص کرده حل و بررسی میکردم. برای لیسینینگ هم همین کار رو میکردم (با فرض اینکه توی کلاس خوب لیسینینگها رو حل نکردم) با این تفاوت که روزی ۱ الی ۲ ساعت لیسینینگهای difficult رو با روشی که استاد اعلائی دارن، با سرعت های مختلف گوش میدادم (این ۱۵ روز)، ۱۵ روز بعدی هم روزی ۲ تا اسپیکینگ (حل اسپیکینگ خیلی کوتاه و در حد نیم ساعت هست) و روزی ۱ رایتینگ از میان موضوعات جدیدی که توی سایت ژان تحت عنوان پیش بینی اومده، حل میکردم. (این روش ماه آخر من با روشی که استاد معرفی میکنن قدری فرق داره، ولی من از این روش به جهت ایجاد استرس کمتر دفاع میکنم، چون توی روز اول ماه ۴ تا مهارت رو لازم نیست یادآوری کنید، بلکه فقط دو مهارت رو استفاده میکنید و توی دو هفته بر اونها مسلط میشید و در دو هفته بعدی بر دو مهارت بعدی)

* برای کم‌تر شدن استرس در روز امتحان اکثرا دادن امتحان آزمایشی رو پیشنهاد میکنن، ولی به نظر من اگه در سنتری امتحان دارید که کابینه‌های مجزا برای هر نفر داره، نیازی نیست برید امیربهادر با اون کامپیوترهای بهم چسبیده اش امتحان آزمایشی بدید چون اتفاقا استرستون بیشتر میشه. به جاش از دو هفته قبل امتحان و ایضا روز امتحان، هر روز صبح یک عدد پروپرانولول ۴۰ میلیگرم میل کنید تا بر استرس فائق بیایید.

* منحنی تلاشتون توی این ۶ ماه باید به صورت افزایشی باشه. پیشنهاد میکنم از شروع آتشین و بی رمق بودن در ماه آخر بپرهیزید. سعی کنید بیشترین انرژی رو روی ۲ ماه کلاس استاد اعلائی و ۱ ماه بعد از کلاس بگذارید.

در خصوص سنترسنجش پزشکی هم بخوام قدری توضیح بدم باید بگم که: این سنتر جدیدالتأسیس توی خیابان آزادی و روبروی پارک اوستا قرار داره. قبلاً یه ساختمان زشت با نمای «کولرهای آبی رنگ و رو رفته» بود که به دانشکده طب سنتی دانشگاه علوم پزشکی تهران تعلق داشت ولی توی همین سال ۹۵ و ۹۶ با بازسازی تبدیل به یه ساختمان شیک با نمای «کولر گازی» شده و وزارت بهداشت حسابی برای این مرکز سنجشش مایه گذاشته تا مشکلات و رسوایی‌های تقلب آزمونهای دستیاریش رو حل کنه!

امتحان در دو طبقه برگزار میشه و ظاهراً اینکه هنگام ثبت نام توی اون قسمت A یا B ثبت نام کرده باشید تعیین کننده این هست که توی کدوم طبقه آزمون میدید. سرویس بهداشتی توی طبقه پایین سالن A قرار داره و اگه توی سالن B قرار داشته باشید برای اینکه توی بریک از سرویس بهداشتی استفاده کنید، باید ۲ تا راه پله رو پایین بیایید (مگر اینکه توی همون طبقه وجود داشته ولی من ندیده باشم). رفتار کارمندانش هم از نظر من بسیار خوب و مودبانه بود. در هر طبقه اتاقی وجود داره که توش آب معدنی و کیک و آبمیوه توش هست و قبل شروع آزمون گفتن هر کسی بخواد میتونه بره آب رو بیاره تا توی پارت اول آزمون کنار میزش باشه و استفاده کنه.

کامپیوترهای All-in-one خوب و مدرنی دارن، کیبوردشون طبیعتاً از کیبورد لپ تاپ بدتر هست (چون دکمه‌ها برآمده هستند) ولی نسبت به چیزی که از کیبوردهای سازمان سنجش شنیدم قطعاً بهتر هستن (دوستم میگفت اونجا کیبوردهاشون خیلی قدیمیه و دکمه‌ها رو باید بیشتر از حالت عادی فشار بدی تا عمل کنند). ظاهراً توی تهران فقط سنترهای سنجش، خاتم و سنجش پزشکی هستند که کابین مجزا برای هر فرد دارن و میزهای افراد جدا از هم هستند و توی بقیه سنترها، میز چند نفر مشترک هست و فقط بینشون یک تخته چوب قرار داره. احساس میکنم اشکالش اینه که اگه کسی پاهاش رو بجنبونه، مانیتور بقیه هم میره روی ویبره و داشتن کابین و میز مجزا برای هر نفر باید برای بقیه سنترها هم اجباری بشه. عکسهایی از این سنتر توی اخبار بازدید وزیر بهداشت برای افتتاح مرکز سنجش پزشکی توی سایتهای خبری هست که در لینکهای زیر قابل مشاهده هستند:

http://cdn.yjc.ir/files/fa/news/1396/4/12/6444475_807.jpg

http://cdn.yjc.ir/files/fa/news/1396/4/12/6444474_787.jpg

http://cdn.yjc.ir/files/fa/news/1396/4/12/6444472_777.jpg

<http://media.mehrnews.com/d/2017/07/03/3/2503275.jpg>