

متن پرسش

بسمه تعالی سلام دانشجویی هستم در حال تدوین پایان نامه. با اینکه موضوع رساله ام را مطابق علاقه ام انتخاب کردم، ولی با گذشت ۳ ماه شروع تدوین هنوز کار قابل توجهی در پیشبرد آن نکردم. در برنامه ریزی دچار اهمال کاری بسیاری هستم. به روانشناس مراجعه کردم. به تشخیص ایشان بنده فردی آرمانگرا در هدف و در عین حال اهمالکار هستم. در درس موفق بوده ام. ولی ویژگی بارز من دقیقه نودی کار کردن است. به اذعان دوستان و اطرافیان فرد باهوش و با حاقظه قوی هستم. ولی تلاش زیادی در بهتر کردن موقعیتم نداشتم. از جمله اینکه بخونم برای دانشگاههای عالی و برتر. همیشه تنبل و سست بودم. البته این ۲-۳ ساله قبلاً وقتمو تلف نمی‌کردم. برای ساعات زندگی ام برنامه داشتم. از حرفهای بیهوده و جلسه های لهو و لعب پرهیز می‌کردم به هوای اینکه سخنرانی گوش بدم. کتابی بخونم و علمم را افزایش بدم. ملی الان تنبل و بی حوصله شدم. برای پایان نامه در روز وقت زیادی نمیذارم. فکرم بسیار مشغول شده. حتی عبادت و راز و نیازهام هم مثل قبل نیست. برای مطالعه حرص و ولع زیادی مثل قبل ندارم. بیشتر کتابها را تکراری میدانم. از تنوع خوشم میاد. و خلاصه یه دل زدگی در من ایجاد شده که من راه برون رفت از اونو نمیدونم. نمیدونم چطوری برنامه بریزم. پایان نامم را پیش ببرم. افکارم را متمرکز کنم. عبادت با حال داشته باشم. متشکر میشم منو راهنمایی کنید

متن پاسخ

باسمه تعالی؛ علیک السلام: اولاً: نگران نباشید این حالت می‌آید و می‌رود. ثانیاً: یک برنامه‌ریزی کنید و بدون آن که به خودتان سخت بگیرید هر چیزی را در جای خودش قرار دهید و بدون نگرانی و با یک برنامه‌ی ساده کار پایان‌نامه را شروع کنید خودش جلو می‌رود. موفق باشید