

مصاحبه با رتبه های برتر ارشد بهداشت حرفه ای سال ۱۳۹۹

رتبه ۱:

۱- لطفاً خودتان را به طور کامل معرفی نمایید.

مهندسید شهرباف علیانی از مشهد

۲- نام رشته تحصیلی و رتبه قبولی خود را ذکر نمایید.

مهندسی بهداشت حرفه ای، رتبه یک

۳- فارغ التحصیل از کدام واحد دانشگاهی و در چه سالی هستید؟

دانشگاه علوم پزشکی مشهد، ۱۳۹۸

۴- آیا برای اولین بار است در کنکور ارشد شرکت کرده اید؟

خیر، من پارسال هم شرکت کردم و به دلیل اینکه برنامه کارآموزی ما خیلی فشرده بود، فرصت کافی برای مطالعه دروس رو نداشتم و همچنین به دلیل اینکه این رشته در مشهد نبود و فقط تهران مدنظر من بود از انتخاب رشته شهرهای دیگر اجتناب کردم.

۵- از چه زمانی مطالعه برای کنکور را به طور جدی آغاز کردید و تعداد ساعات مطالعه شما به طور میانگین چقدر بوده است؟

به نظر من کیفیت مطالعه خیلی مهمتر از ساعات مطالعه است و از طرفی مطالعه باید پیوسته باشد. من چون با کلاس پیش می رفتم و از طرفی جز استعداد های درخشان دانشکده بودم و پایه خوبی در درس هایی مثل فیزیک، شیمی و زبان داشتم، تقریباً از بهمن شروع کردم و درس هایی مثل نمونه برداری و سم شناسی را مطالعه کردم و چون این دو درس خصوصاً نمونه برداری کمی سنگین است و نکات بیشتری دارد، سعی کردم خلاصه نویسی خوبی برای این دو درس انجام بدهم؛ به نظر من خلاصه نویسی و نکته برداری که هر کس خودش انجام می دهد، خیلی مفید است، چرا که هر کس شیوه مطالعه خاص خودش را دارد.

من خلاصه های خوبی تقریباً برای همه درس ها نوشتم و با این کار کل کتاب و مطالب در مدت زمان کوتاهی مرور و جمع بندی شد، ولی در این مدت به طور پراکنده بقیه درس ها رو هم در برنامه مطالعاتی داشتم، بعد از عید سایر درس ها رو تمام کردم و حدود یک و نیم ماه برای مرور و سوالات سال های گذشته اختصاص دادم ولی باز هم تاکید می کنم من اصلاً زبان مطالعه نکردم شاید در همون یک ماه و نیم فقط تست های سال ۹۵ به بعد رو زدم ولی اگر کسی پایه زبان خوبی ندارد حتماً خیلی زودتر باید شروع کند چون ضریب زبان سه است، پس خیلی کمک کننده خواهد بود.

امسال سبک سوالات ریاضی نسبت به سالهای پیش تغییر کرده بود، من بخشی از تمرکز رو برای سوالات زبان از دست دادم ولی سعی کردم تمرکز رو بدست بیارم و به دوستان توصیه می کنم، اگر در درسی قوی هستن درصد خاصی برای خودشون در نظر بگیرند چرا که ممکن هست سبک سوالات تغییر کند و این استرس زیادی رو براشون به همراه دارد من چون برای ریاضی به تسلط خوبی رسیده بودم و درصد بالا برای خودم در نظر گرفته بودم این موضوع هم روی زبان و هم ریاضی تاثیر گذاشت.

از طرفی توصیه می کنم در آزمون درصدی رو برای خطا برای خود در نظر بگیرید خصوصا در موضوعاتی که به تسلط خوبی رسیده اید، من در آزمون چون بیشتر تمرکز روی خطای کمتر بود کوچکترین شک نسبت به هر سوالی باعث شد از زدن اون تست صرف نظر کنم که این موضوع باعث شد چهار تست بهداشت حرفه ای و سه تست ریاضی که جزو سوالات خوب هم بودند را از دست بدهم.

۶- علت ادامه تحصیل خود را بیان فرمائید.

علاقه زیاد به یادگیری و اخذ مدرک دکترا

۷- درصد دروس شما به چه صورت بوده است؟

بهداشت حرفه ای: ۳۲،۶۳۹

- فیزیک: ۴۳،۳۳۳
- شیمی: ۵۵
- ارگونومی: ۴۰
- ریاضی: ۱۸،۳۳۳
- زبان: ۶۰،۸۳۳

۸- منابعی درسی را که مطالعه کرده اید ذکر کنید.

- نمونه برداری سه جلد دکتر بهرامی و کتاب دکتر چوبینه
- سم شناسی دکتر شاه طاهری
- تنش های حرارتی دکتر گلبابایی
- پرتو دکتر منظم
- ایمنی دکتر محمدفام
- صدا و ارتعاش کتاب دکتر گلمحمدی
- روشنایی دکتر گلمحمدی
- تهویه دکتر جعفری
- حریق دکتر گلمحمدی
- شیمی مورتیمر جلد یک
- برای فیزیک، ارگونومی و زبان، سوالات سالهای پیش عالی هستند.
- ریاضی: تست های بیشتر شما را با نکات بیشتر آشنا می کند.

در کل کتاب های بهداشت حرفه ای به صورت گزیده برای ارشد مهم هستند، که با بررسی سوالات چند سال اخیر متوجه می شوید که برای هر درس کدام بخش ها مهم تر هستند.

۹- در صورتی که در آزمون قبول نمیشدید چه برنامه ای برای سال آینده خود داشتید؟

به این موضوع اصلاً فکر نکردم.

۱۰- چه عواملی در موفقیت شما تاثیرگذار بوده است؟

باور داشته باشیم که خدا همیشه به کسانی که برای رسیدن به آرزوها و خواسته هاشون تلاش می کنند کمک خواهد کرد و اگر رویایی در سر داریم یعنی قطعاً توانمندی رسیدن به اون رو در وجودتون داریم، پس هرگز از تلاش دست بر نداریم.

۱۱- اگر موردی هست که در سوالات موجود نیست در اینجا بیان کنید.

در پایان برای این موفقیت از خداوند بی نهایت سپاسگزارم و سپاس بیکران از مادر عزیزم که بهترین مشوق و راهنمای من بودن و همچنین تمام عزیزانی که در این راه حمایت کردند، باورم داشتن و برای کسب رتبه یک به من انگیزه دادن و از هیچ کمکی دریغ نکردن.

با آرزوی موفقیت روزافزون برای همه عزیزان

رتبه ۳:

۱- لطفاً خودتان را به طور کامل معرفی نمایید

سلام و وقت بخیر خدمت شما و همه ی دوستان. من آرزو شریفی هستم

۲- نام رشته تحصیلی و رتبه قبولی خود را ذکر نمایید

رتبه ی ۳ ارشد بهداشت حرفه ای سال ۹۹

۳- فارغ التحصیل از کدام واحد دانشگاهی و در چه سالی هستید؟

کارشناسی رو در دانشگاه علوم پزشکی ارومیه گذروندم و فارغ التحصیل اسفند ۹۵ در رشته ی مهندسی بهداشت حرفه ای هستم، حدود ۶ ماه بعد از فارغ التحصیلی طرحم رو در بیمارستان شروع کردم و طی این دوره هم سعی می کردم مطالعه کنم.

۴- آیا برای اولین بار است در کنکور ارشد شرکت کرده اید؟

خیر. در سال ۹۸ نیز در آزمون ارشد بهداشت حرفه ای رتبه ی ۴۴ رو آوردم ولی با توجه به شرایطی که داشتم و محدودیت در انتخاب مجاز به ادامه نشدم.

۵- از چه زمانی مطالعه برای کنکور را به طور جدی آغاز کردید و تعداد ساعات مطالعه شما به طور میانگین چقدر بوده است؟

برای آزمون سال ۹۹ مطالعه رو از آذر ماه شروع کردم با توجه به شناختی که از خودم داشتم برای هر درس زمانی حدود دو هفته و برای بعضی دروس بیشتر در نظر گرفتم و سعی میکردم طی این مدت هر درس رو تموم کنم و اگر فهم مطلبی برام سخت هست یادداشت کنم و خلاصه برداری از نکات داشته باشم تمام خلاصه هام رو چه زبان و چه سایر دروس بصورت فلش کارت در برگه هایی نصف A5 یادداشت کرده بودم که واقعا برای یادگیری و مرور عالیه بخصوص ماه آخر، در ضمن یک فایل مربوط به کتاب کلیات بهداشت حرفه ای دانلود کرده بودم که در اوقاتی که به کتابها و جزواتم دسترسی نداشتم مطالعه میکردم مثلا در مهمونی ها وقتی همه سرشون تو گوشیه

۶- علت ادامه تحصیل خود را بیان کنید.

دلیل ادامه تحصیلم واقعا علاقه به مطالعه هست و بدون کتاب و مطالعه احساس میکنم یه چیزی کم دارم!

۷- درصد دروس شما به چه صورت بوده است؟

- بهداشت حرفه ای ۶/۳۲
- فیزیک ۳/۲۳
- شیمی ۳/۳۳
- ریاضی ۶/۲۱
- ارگونومی ۱۰
- زبان ۹۰

۸- منابعی درسی را که مطالعه کرده اید ذکر کنید.

منابعی که برای آزمون مطالعه کرده بودم تقریبا همون منابعی هست که اکثر رتبه برترهای سال های قبل معرفی کرده بودن ولی برای تمام منابع کتاب های معرفی شده رو به علاوه جزوه هایی که توصیه شده بود خونده بودم، مثلا برای نمونه برداری جلد ۱ و ۲ دکتر بهرامی (جلد ۳ رو نخوندم) بعلاوه جزوه دکتر بهرامی خوندم و خودم هم حین مطالعه نکته برداری می کردم،

برای سم شناسی کتاب دکتر شاه طاهری و جزوه ی دکتر نقاب و خلاصه سم استیسی رو خوندم، برای ایمنی ایمنی برای مهندسین دکتر فام و ایمنی دکتر حبیبی و تعدادی جزوه خوندم که جزوات در گروه های مربوطه وجود داره، برای صدا کتاب صدا و ارتعاش دکتر گل محمدی، روشنائی کتاب روشنائی دکتر گل محمدی و بخشی از کتاب دکتر کاکویی، تنش کتاب دکتر گلبابایی، تهویه کتاب دکتر جعفری،

در مورد دروس عمومی برای شیمی کتاب شیمی ۲ رو بطور کامل خوندم و تعدادی از جزواتی رو که مهندس موسوی آماده کرده بودن که واقعا مفید بودن، برای فیزیک فقط عوامل فیزیکی و دروس تخصصی خودمون، برای زبان ۵۰۴/ لغات ضروری تافل و کتاب لغات تیک ایت سنا که یه کتاب جمع و جور و شدیداً توصیه میشه و علاوه بر این تست های چند سال اخیر و از لزگی میزد، در مورد ریاضی باید بگم که من ریاضیم واقعا ضعیفه و درصدی رو که به دست آوردم واقعا مدیون مهندس موسوی و جزوه خوبشون هستم و مطمئناً اگه سوالات طبق روال سال های قبل بود درصد خیلی بهتری به دست می آوردم.

درصدهام به ترتیب زیر بودن :

چند تا عامل رو در موفقیتم موثر میدونم اول اینکه در راهم ثابت قدم بودم و سعی می کردم مرور و مطالعه ی مستمر داشته باشم و هر روز یک تایمی رو حدود ۵-۶ ساعت مطالعه کنم عامل دوم این بود که طی مطالعه خلاصه برداری می کردم و نکاتی رو که فکر میکردم بایستی برای یادگیریش بیشتر وقت بذارم یادداشت می کردم همین عامل باعث میشد که مرور اون مطلب راحت تر بشه و برای پیدا کردنش لازم نباشه کتاب و زیر و رو کنم و اینکه خلاصه هام و بصورت فلش کارت مینوشتم و این مورد واقعا توصیه میشه.

کتاب مهندس حمه رضایی برای تست خیلی خوبه.

۹- اگر موردی هست که در سوالات موجود نیست در اینجا بیان کنید

در پایان برای موفقیتی که بدست آوردم خدا رو شاکرم و صمیمانه از مهندس موسوی و باقی دوستانی که با جزوات و نکات خوبی که بیان کرده بودن در این مسیر همراهم بودند تشکر می کنم.
موفق باشین.

رتبه ۷:

۱-لطفاً خودتان را به طور کامل معرفی نمایید.

به نام خدا؛سلام

فاطمه روان نخجوانی هستم،

۲-نام رشته تحصیلی و رتبه قبولی خود را ذکر نمایید.

من خداروشکر رتبه ۷ سهمیه و کل رو در رشته مهندسی بهداشت حرفه ای کسب کردم

۳-فارغ التحصیل از کدام واحد دانشگاهی و در چه سالی هستید؟

فارغ التحصیل رشته مهندسی بهداشت حرفه ای از دانشگاه علوم پزشکی اردبیل ورودی ۹۵

۴- آیا برای اولین بار است در کنکور ارشد شرکت کرده اید؟

بله بار اولمه ک در کنکور ارشد شرکت کردم.

۵- از چه زمانی مطالعه برای کنکور را به طور جدی آغاز کردید و تعداد ساعات مطالعه شما به طور میانگین چقدر بوده است؟

من از تابستون پارسال شروع ب جمع اوری منابع کردم و از مهرماه جدی شروع کردم اما از اذرماه تا اسفندو کلا گذاشتم کنار چون دلسرد شده بودم از اسفند ک کرونا شروع شد منم خونه بودم و قتم ازادتر بود دوباره جدی شروع کردم تا خرداد ماه حدودا روزی ۶ ساعت مفید مطالعه داشتم، از خرداد تا روز امتحان ک همزمان با کاراموزیم تو صنعت بود فک میکردم ساعت مطالعم کمتر بشه ولی ب کمک دوستان و مهندسين نازنين کارخانه سيمان آرتا اردبيل تونستم روزانه ۸ ساعت مطالعه داشته باشم

۶- علت ادامه تحصیل خود را بیان فرمائید.

من ب دليل علاقم ب رشتم و همچنين برنامه ای ک برای دکترا دارم کنکور ارشد شرکت کردم.

۷- صدرد دروس شما به چه صورت بوده است؟

ضمن تبریک ب بقیه دوستانی ک قبول شدن؛ من در ارشد بهداشت حرفه ای فقط شرکت کردم.

رتبه ۷ سهمیه و کل

- بهداشت حرفه ای: ۳۶
- فیزیک: ۴۸
- شیمی: ۳۶
- ارگونومی: ۴۳
- ریاضی: ۵
- زبان عمومی: ۴۱

۸- منابعی درسی را که مطالعه کرده اید ذکر کنید.

راجبه منابع

نمونه برداری ۳ جلد بهرامی ولی نه ب طور کامل بلکه فصولی ک بیشتر ارزش سوال اومده بود جلد یک کامل، جلد دو ۴ فصل اول جلد سه ۴ فصل اول ب همراه نکته برداری منظم و مرتب

تهویه دکتر جعفری همه فصول ب جز فصل ۵

سم شناسی شاه طاهری فصول ۱، ۲، ۳، فلزات و حلال و آفت کش ها و جزوه دکتر نقاب و خلاصه نویسی و مرور و مرور و مرور چون فراره خیلی

ارگونومی ارمکی ب طور روزنامه وار خوندم و کتاب ارزیابی پوسچر دکتر کیخامقدم ب طور کامل

ریاضی متاسفانه هیچی ک توصیه اینه بخونن آدم واقعا سر جلسه گیر میکنه

فیزیک، فیزیک دبیرستان جزواتمو و کتاب گاج نقره ای فصول حرکت شناسی دینامیک مغناطیس الکتریسیته آینه ها و نور و صدا

شیمی مورتیمر جلد یک کامل جلد دو سه فصل اول

زبان لزگی اونم کم خوندم و گرنه بهتر میزدم زبان امسال اسون بود من مغرور شدم ب اینکه زبانم خوبه و میتونم اخراهم برسونم و بخونم و دو سه ماه اخر خوندم و ضربه هم خوردم

پرتو جزوه و کتاب دکتر منظم ب طور کامل ب جز فصل ۸

ایمنی فام و شاخص های عملکردی دکتر حبیبی ک هیچی از شون سوال نیومده بود و غافل گیر شدم سر جلسه

صدا و ارتعاش گلمحمدی همه فصول

تنش های حرارتی کتاب دکتر گل بابایی همه فصول منهای فرمولای عجیب غریب

توصیه ام ب همه دوستان اینه ک اول خوب راجعه منابع اطلاعاتت ب دست بیارن بعد برن سراغ خوندن

اطلاعات رو هم میتونن از بررسی سوالات سالهای اخیر و توصیه ی بقیه دوستان ب دست بیارن

۹- در صورتی که در آزمون قبول نمیشدید چه برنامه ای برای سال آینده خود داشتید؟

اگ تو آزمون قبول نمیشدم، میرفتم طرح ثبت نام می کردم.

۱۰- چه عواملی در موفقیت شما تاثیرگذار بوده است؟

از جمله عوامل موثر در موفقیتیم عضویت در گروه مطالعه گروهی ارشد بهداشت حرفه ای بود، همچنین کمک اساتید

بزرگوام و صد البته همراهی خانواده و دوستان

۱۱- اگر موردی هست که در سوالات موجود نیست در اینجا بیان کنید.

در آخر ممنونم از خانوادم ک همیشه پشت و پناهم بودن، از اساتید بزرگوام جناب آقای مهندس امین بابایی پویا، دکتر روح الله قاسمی، دکتر محمدی و جناب مهندس بهزاد سرانجام هم کمال تشکر و قدردانی رو دارم.

با آرزوی بهترین ها برای تک تک کسانی ک برای آینده شون برنامه های خوب خوب دارن.

رتبه ۹:

۱- لطفاً خودتان را به طور کامل معرفی نمایید.

باسلام. سیده آیدا نقشبندی هستم از سنندج

۲- نام رشته تحصیلی و رتبه قبولی خود را ذکر نمایید.

رشته مهندسی بهداشت حرفه ای رتبه ۹.

۳- فارغ التحصیل از کدام واحد دانشگاهی و در چه سالی هستید؟

فارغ التحصیل دانشگاه علوم پزشکی کردستان سال ۱۳۹۸

۴- آیا برای اولین بار است در کنکور ارشد شرکت کرده اید؟

خیر پارسال هم شرکت کردم ولی به علت کارآموزی و دانشگاه نتونستم زیاد تمرکز کنم و رتبه ۱۰۱ شدم

۵- از چه زمانی مطالعه برای کنکور را به طور جدی آغاز کردید و تعداد ساعات مطالعه شما به طور میانگین چقدر بوده است؟

مطالعه دروسی مانند زبان را از ماه آخر تابستان شروع کردم، و بقیه دروس هم از اوایل آبان ماه. چند ماه اول به طور میانگین ۳ تا ۴ ساعت مطالعه داشتم. حدود یک ماه به علت شرایط نتونستم بخونم و چند ماه آخر هم میانگین روزی ۷ تا ۸ ساعت مطالعه داشتم.

۶- علت ادامه تحصیل خود را بیان فرمائید

پیشرفت هر چه بیشتر در این رشته و ادامه تحصیل در مقطع دکتری و نهایتا تدریس این رشته.

۷- صدرد دروس شما به چه صورت بوده است؟

- بهداشت حرفه ای ۳۸،۸۸۹
- فیزیک ۲۳،۳۳۳
- شیمی ۳۰
- ارگونومی ۰
- ریاضی ۲۰
- زبان ۵۵

۸- منابعی درسی را که مطالعه کرده اید ذکر کنید.

نمونه برداری سه جلد دکتر بهرامی و چوبینه، تمرکز بیشتر روی فصولی بود که مهمترن.

سم شناسی استیسی و بخش هایی از کتاب آقای شاه طاهری و جزوه دکتر نقاب

تهویه صنعتی دکتر جعفری

تنش های حرارتی دکتر گلبابایی

صدا و ارتعاش دکتر محمدی و گلمحمدی

پرتوهای یونساز دکتر منظم

ارگونومی ارمکی

روشنایی گلمحمدی

برای ایمنی، مهندسی ایمنی محمدفام، ایمنی و بهداشت برای مهندسین محمدفام، مهندسی حریق، ارزیابی ریسک جهانگیری، و آیین نامه های حمل بار، کار در ارتفاع، وسایل حفاظت فردی و ایمنی در معادن و جوشکاری

برای زبان ابتدا لغات کتاب تافل و سپس کتاب لزگی رو خوندم

فیزیک مرور سوال های سال های گذشته و بخش هایی از کتاب خیلی سبز

شیمی مورتیمر جلد اول و بخش هایی از جلد دوم

ریاضی از کتاب ریاضیات کارشناسی ارشد وزارت بهداشت آقای هادی علیمزادی و همچنین نکاتی که خودشون پارسال گفته بودند.

کتاب آقای حمه رضایی رو از همون اوایل درس خوندم شروع کردم.

برای همه دروس خلاصه نویسی انجام میدادم و ماه های آخر فقط خلاصه هام رو مرور می کردم. برای ارگونومی سر جلسه وقت کم آوردم و متاسفانه نتونستم جواب بدم..

۹- در صورتی که در آزمون قبول نمیشدید چه برنامه ای برای سال آینده خود داشتید؟

قطعا بیشتر تلاش می کردم تا سال آینده با آمادگی بیشتری در آزمون شرکت کنم.

۱۰- چه عواملی در موفقیت شما تاثیرگذار بوده است؟

برنامه ریزی درست و تمرکز کافی و همچنین حمایت های پدر و مادر و خانواده عزیزم که شرایط خوبی رو برام فراهم کردند.

۱۱- اگر موردی هست که در سوالات موجود نیست در اینجا بیان کنید

من به همه هم رشته ای های عزیزم اکیدا توصیه می کنم به این حرف که جای پیشرفت در این رشته نیست، گوش نکنند، من خودم بارها شنیدم. قطعا میشه در این رشته موفق بود و پیشرفت کرد. و در آخر هم از اساتید بسیار خوبم دکتر کمال الدین عابدی، جناب آقای جمشید خوبی، نهایت قدردانی رو دارم..

رتبه ۱۳:

۱-لطفاً خودتان را به طور کامل معرفی نمایید.

با سلام، پریناز مهدوی هستم، ۲۴ ساله، ساکن استان تهران

۲-نام رشته تحصیلی و رتبه قبولی خود را ذکر نمایید.

رشته ی مهندسی بهداشت حرفه ای، رتبه ۱۳

۳-فارغ التحصیل از کدام واحد دانشگاهی و در چه سالی هستید؟

فارغ التحصیل دانشگاه علوم پزشکی شهید بهشتی، بهمن ۹۸

۴-آیا برای اولین بار است در کنکور ارشد شرکت کرده اید؟

بله

۵-از چه زمانی مطالعه برای کنکور را به طور جدی آغاز کردید و تعداد ساعات مطالعه شما به طور میانگین چقدر بوده است؟

من از مرداد ۹۸ شروع کردم یک دور عوامل فیزیکی شامل صدا و ارتعاش، پرتو، روشنائی رو خوندم و خلاصه برداری کردم از مهر تا بهمن به علت کارآموزی دانشگاه زمان درس خوندم کاهش پیدا کرد اما سعی میکردم طی هر ۵/۱ ماه دو درس رو تموم کنم مثلاً سم شناسی با ریاضی، و طی ماه های بعدی علاوه بر شروع دروس جدید، دروس خونده شده قبلی رو از روی کتاب یا خلاصه نویسی ها دوره می کردم، در خرداد یک توقف دو هفته ای دادم و فقط دروسی که خونده بودم رو دوره کردم و تست زدم، دو هفته آخر خرداد و تیر ماه رو هم دروس باقی مانده رو به اتمام رساندم.

مرداد هم مجدد دوره کردم و تست زدم.

در ارتباط با تایم درس خوندن در طول روز باید بگم که گاهی اوقات ۸ ساعت هم میشد که درس میخوندم ولی گاهی روزا هم به علت نداشتن انرژی یا اتفاق های دیگه ممکن بود کلاً ۳ ساعت درس بخونم یا کلاً نخونم.

پس خودتونو سرزنش نکنید اگه یه روز یا چند روز در ماه کم خوندید یا حتی نخوندید!

چون به هر حال کنکور یه پروسه چند ماهه است طبیعیه که خسته شین و یا حتی گاهی احساس بی انگیزگی و نا امیدی داشته باشین.

۶-علت ادامه تحصیل خود را بیان فرمائید

کسب سطح علمی و اجتماعی بالاتر

۷-صدر درد دروس شما به چه صورت بوده است؟

- بهداشت حرفه ای: ۳۴،۰۲٪
- فیزیک: ۲۰٪
- شیمی: ۳۵٪
- ارگونومی: ۲۳،۳۳٪
- ریاضی: ۱۳،۳۳٪
- زبان عمومی: ۵۶،۶۶٪

۸- منابعی درسی را که مطالعه کرده اید ذکر کنید

صدا و ارتعاش: کتاب صدا ارتعاش دکتر رستم گل محمدی

روشنایی: کتاب مهندسی روشنایی دکتر رستم گل محمدی

پرتو: کتاب جنبه های بهداشتی پرتوهای یونساز دکتر محمدرضا منظم

تنش حرارتی: انسان و تنش های حرارتی محیط کار دکتر فریده گلبابایی

ایمنی: ایمنی برای مهندسین محمد فام

سم شناسی: سم شناسی شغلی استیسی

ریاضی: استفاده از فایل های ریاضی موجود در اینترنت (مباحث حد و پیوستگی، انتگرال، مشتق، لگاریتم، مجموعه ها)

فیزیک: جزوه ی موسسه دکتر خلیلی

ارگونومی: جزوه موسسه دکتر خلیلی

تهویه و نمونه برداری: جزوه موسسه دکتر خلیلی + نکات تست های ۱۰ سال اخیر

زبان: لزگی

شیمی: جلد یک و دو شیمی مورتیمر

۹- در صورتی که در آزمون قبول نمیشدید چه برنامه ای برای سال آینده خود داشتید؟

وارد بازار کار می شدم، شاید هم مجدد درس می خوندم تا یکبار دیگه کنکور بدم

۱۰- چه عواملی در موفقیت شما تاثیرگذار بوده است؟

داشتن پشتکار و عقب نکشیدن حتی در اوج ناامیدی و بی انگیزگی! و همچنین درس زبان کمک زیادی کرد در کسب رتبه بهتر

۱۱- اگر موردی هست که در سوالات موجود نیست در اینجا بیان کنید.

اول از همه اینکه اهمیت درس زبان در کنکور کارشناسی ارشد رو کاملاً جدی بگیرند چرا که درس زبان تاثیر بسزایی در رتبه داره
دوم اینکه بعد از یک دور خوندن دروس سراغ تست های سال های اخیر بروند تا متوجه مطالب پراهمیت بشوند و هنگام دوره به اون
مطالب بیشتر بپردازند و سوم اینکه در فاصله های زمانی مشخص دروسی که خوندن رو دوره کنند که کاملاً تثبیت شه.

رتبه ۱۵:

۱- لطفاً خودتان را به طور کامل معرفی نمایید.

بنده فاطمه مسعودی هستم

۲- نام رشته تحصیلی و رتبه قبولی خود را ذکر نمایید.

رشته ی تحصیلی من مهندسی بهداشت حرفه ای هستش و رتبه ی کل ۱۵ رشته مهندسی بهداشت حرفه ای و رتبه ی کل ۳۲
رشته ی hse هستم.

۳- فارغ التحصیل از کدام واحد دانشگاهی و در چه سالی هستید؟

ورودی سال ۹۵ و فارغ التحصیل دانشگاه علوم پزشکی کرمان هستم

۴- آیا برای اولین بار است در کنکور ارشد شرکت کرده اید؟

اولین باری بود که در آزمون شرکت می کردم.

۵- از چه زمانی مطالعه برای کنکور را به طور جدی آغاز کردید و تعداد ساعات مطالعه شما به طور میانگین چقدر بوده
است؟

به طور جدی از مهرماه سال ۹۸ که ترم ۷ بودم شروع به خوندن برای ارشد کردم و میانگین روزانه ۵ الی ۶ ساعت درس می خوندم.

۶- علت ادامه تحصیل خود را بیان فرمائید.

از اساتید دانشگاهمون دکتر اسحاقی و دکتر زارع خیلی ما رو با رشته مون بیشتر آشنا کردن و باعث شدن که من علاقمند بشم به
ادامه تحصیل و توی مقطع کارشناسی نمونم که جا داره ازشون تشکر کنم. و با اینکه محیط کار رشته رو دوست دارم اما خواستم که
اطلاعاتم رو افزایش بدم و به نظرم راهش انجام کارهای پژوهشی و تحقیقی در مقاطع بالاتر هست.

۷- صدرد دروس شما به چه صورت بوده است؟

بهداشت حرفه ای:

- بهداشت حرفه ای: ۳۱/۹
- فیزیک: ۲۸/۳

- شیمی: ۱۸
- ریاضی: ۲۰
- ارگونومی: ۱۶/۶
- زبان عمومی: ۶۷/۵

Hse:

- بهداشت حرفه ای: ۱۹
- بهداشت محیط: ۳
- اصول ایمنی: صفر
- اصول و مبانی مدیریت: صفر
- کلیات بهداشت عمومی: صفر
- آمار و اپیدمیولوژی: صفر
- زبان عمومی: ۹۵

۸- منابعی درسی را که مطالعه کرده اید ذکر کنید.

سم شناسی: کتاب سم شناسی شغلی استیسی

نمونه برداری: سه جلد دکتر بهرامی

صدا و ارتعاش: مهندسی صدا و ارتعاش دکتر گلمحمدی

روشنایی: مهندسی روشنایی دکتر گلمحمدی

تنش های حرارتی دکتر گلبابایی

ایمنی: خیلی گسترده اس و به یک منبع همیشه اکتفا کرد که همه سوالات رو بتونی جواب بدی اما اگر تصمیم به خوندنش دارین کتاب دکتر فام جامع ترینه و از کتاب ایمنی در صنایع دکتر حبیبی هم سوال اومده بود سال های قبل (امسال هیچ سوالی نبود ازش)

تهویه: من نخوندم اما کتاب تهویه دکتر جعفری

پرتوهای دکتر منظم (هرسال دو سه تا سوال میاد ازش حدودی که من خیلی کم خوندم چون هم ارزش نداشت و هم استادمون خوب درس داده بودن یادم بود حدودی)

ریاضی: یه سری مباحث خاص دبیرستان (من فقط سه هفته آخر خوندم)

فیزیک: فیزیک دبیرستان

شیمی: دبیرستان کتاب مبتکران

زبان هم که فقط لزگی

کتاب تست هم جامع ترین کتاب در حال حاضر کتاب تست حمه رضایی هست که سوالات سال قبل رو داره و خیلی خیلی مفیده
براتون مرور کردن سوالات سال قبل

۹- در صورتی که در آزمون قبول نمیشدید چه برنامه ای برای سال آینده خود داشتید؟

برنامه ی من برای سال آینده مشغول کار شدن بود و برنامه ای برای شرکت مجدد در آزمون نداشتم

۱۰- چه عواملی در موفقیت شما تاثیرگذار بوده است؟

مهم ترین عاملی که تونست به من کمک کنه این بود که ممکن هست در طول سال بازه های یک هفته ای تا ده روز تو درس نخونی
و بعدش فکر کنی جا موندی اما اصلن اینجوری نیست و تو میتونی دوباره شروع کنی و اینکه فقط باید به خودت و تلاش های خودت
نگاه کنی و برات مهم نباشه بقیه چیکار میکنن.

۱۱- اگر موردی هست که در سوالات موجود نیست در اینجا بیان کنید

ممنونم از شما.

رتبه ۱۷:

۱- لطفاً خودتان را به طور کامل معرفی نمایید.

با عرض سلام و احترام، کسری شیرشکن پور هستم فارغ التحصیل مقطع کارشناسی از دانشگاه علوم پزشکی شیراز با معدل ۱۶

۲- نام رشته تحصیلی و رتبه قبولی خود را ذکر نمایید.

مهندسی بهداشت حرفه ای با رتبه ۱۷

۳- فارغ التحصیل از کدام واحد دانشگاهی و در چه سالی هستید؟

ورودی ۹۵ دانشگاه علوم پزشکی شیراز و فارغ التحصیل سال ۹۹

۴- آیا برای اولین بار است در کنکور ارشد شرکت کرده اید؟

بلی

۵- از چه زمانی مطالعه برای کنکور را به طور جدی آغاز کردید و تعداد ساعات مطالعه شما به طور میانگین چقدر بوده است؟

از یکماه مانده به آزمون مطالعه رو به طور جدی شروع و یک هفته مانده به کنکور صرفا تست های ده سال اخیر رو کار کردم

۶- علت ادامه تحصیل خود را بیان فرمائید.

در این رشته تحصیلی از نظر بازار کار مقطع کارشناسی کاملاً مناسب و به جاست اما با توجه به علاقه شخصی به محیط آکادمیک و کسب مقاطع علمی بالاتر و با توجه به تاخیر پیش آمده در زمان برگزاری کنکور تصمیم به مطالعه جدی برای شرکت در آزمون گرفتم یعنی از دقیقاً از تاریخ ۲۵ مرداد ۹۹ تا ۲۴ تیر ماه ۹۹ که زمان برگزاری کنکور ارشد پزشکی بود.

با توجه به اینکه در این زمان در حال گذراندن کارآموزی بودم بالطبع زمان مطالعه شاید به روزی ۳ ساعت هم نمی‌رسید اما یک‌هفته مانده به آزمون با مطالعه روزی ۶ ساعت فرصت کردم تمامی تست‌های ده سال اخیر رو بررسی کنم و با مراجعه به جزوات پیشین اساتید موارد مورد نیاز رو به شکل خلاصه مطالعه و یادآوری کنم.

۷- صدر در درس شما به چه صورت بوده است؟

- زبان تخصصی : ۷۳ درصد
- فیزیک : ۵۶,۶ درصد
- و بهداشت حرفه‌ای : ۲۵ درصد

۸- منابعی درسی را که مطالعه کرده اید ذکر کنید.

منابع مشخصی مطالعه نکردم و صرفاً از تست‌های سال‌های گذشته و پاسخ‌های تحلیلی کتاب جناب حمه رضایی استفاده کردم

۹- در صورتیکه در آزمون قبول نمیشدید چه برنامه‌ای برای سال آینده خود داشتید؟

سربازی

۱۰- چه عواملی در موفقیت شما تاثیرگذار بوده است؟

مشورت با اساتید و دوستانی که در سال‌های اخیر رتبه‌های برتر کشور بودند در تقسیم زمان مطالعه بر روی مباحث بسیار تاثیر گذار بود.

۱۱- اگر موردی هست که در سوالات موجود نیست در اینجا بیان کنید.

برای داوطلبین سال‌های آینده

با توجه به ضریب بالای درس زبان پیشنهاد میکنم بیش از پیش بر روی این درس سرمایه‌گذاری کنند و همچنین توجه داشته باشند که با مطالعه در زمان کم‌تر از یک‌ماه می‌توان رتبه خوب کسب کرد پس هیچ وقت دیر نیست.

رتبه ۱۸:

۱- لطفاً خودتان را به طور کامل معرفی نمایید.

با سلام و سپاس فراوان

مهندس عسگری هستم از قزوین

۲- نام رشته تحصیلی و رتبه قبولی خود را ذکر نمایید.

رشته مهندسی بهداشت حرفه ای، رتبه در سهمیه ۱۸ و رتبه کل هم ۱۸

۳- فارغ التحصیل از کدام واحد دانشگاهی و در چه سالی هستید؟

فارغ التحصیل سال ۹۹ از دانشگاه علوم پزشکی قزوین

۴- آیا برای اولین بار است در کنکور ارشد شرکت کرده اید؟

بله اولین بار می باشد

۵- از چه زمانی مطالعه برای کنکور را به طور جدی آغاز کردید و تعداد ساعات مطالعه شما به طور میانگین چقدر بوده است؟

من از اوایل دوران کارشناسی قصد ادامه تحصیل در مقطع کارشناسی ارشد را داشتم، ولی مطالعه جدی ام از فروردین ماه ۹۹ شروع شد.

۶- علت ادامه تحصیل خود را بیان فرمائید.

علاقه بسیار زیاد به ادامه تحصیل در مقاطع بالاتر در رشته مهندسی بهداشت حرفه ای

۷- صدرد دروس شما به چه صورت بوده است؟

- بهداشت حرفه ای : ۱۹،۴۴
- فیزیک: ۴۵
- شیمی: ۳۵
- ارگونومی: ۴۰
- ریاضی : ۱۸،۳۳
- زبان : ۶۱،۶۶

۸- منابعی درسی را که مطالعه کرده اید ذکر کنید.

به دلیل کارآموز بودنم و عدم وقت کافی برای مطالعه منابع اصلی، درسنامه های سیگما را مطالعه کردم و بسیار بسیار راضی بودم.

۹- در صورتی که در آزمون قبول نمیشدید چه برنامه ای برای سال آینده خود داشتید؟

قطعا برای کنکور سال بعد شرکت می کردم

۱۰- چه عواملی در موفقیت شما تاثیرگذار بوده است؟

لطف خدای مهربان، پدر، مادر و برادر عزیزم که همیشه حامی من بوده اند و توصیه های آقای مهندس وحید احمدی که از همینجا از ایشان بسیار تشکر می کنم و امیدوارم در تمامی مراحل زندگی شان موفق باشند.

۱۱- اگر موردی هست که در سوالات موجود نیست در اینجا بیان کنید.

هیچ وقت از خواسته ی خودشان دست نکشند و برایش تلاش کنند.

اصلا و ابدا هیچ کدام از دروس تخصصی را حذف نکنند و به تعداد سوالاتی که از هر درس در کنکور های سال گذشته آمده است اعتماد نکنند، بهترین چیز در کنکور ارشد رعایت اعتدال در تمامی دروس است، سعی کنند تمامی دروس را حداقل در حد متوسط بخوانند که ضرر نکنند.

اشتباه من در کنکور امسال حذف کردن درس تهویه بود، که متاسفانه تعداد سوالات این درس امسال برخلاف سالهای گذشته بیشتر شده بود.

از درس زبان غافل نشوند و روزانه حداقل نیم ساعت زبان را مطالعه کنند، بالا زدن درس زبان کمک بسیار زیادی به داوطلبان می کند.

رتبه ۲۱:

۱- لطفاً خودتان را به طور کامل معرفی نمایید.

سلام زهرا کشاورز هستم از الیگودرز، فارغ التحصیل از دانشگاه علوم پزشکی کاشان با معدل ۲۳/۱۷

۲- نام رشته تحصیلی و رتبه قبولی خود را ذکر نمایید.

رشته ی مهندسی بهداشت حرفه ای و رتبه ی ۲۱ کنکور ارشد

۳- فارغ التحصیل از کدام واحد دانشگاهی و در چه سالی هستید؟

بنده ورودی ۹۵ دانشگاه علوم پزشکی کاشان بودم و در سال ۹۹ فارغ التحصیل شدم

۴- آیا برای اولین بار است در کنکور ارشد شرکت کرده اید؟

بله برای بار اول بود که در کنکور ارشد شرکت کردم.

۵- از چه زمانی مطالعه برای کنکور را به طور جدی آغاز کردید و تعداد ساعات مطالعه شما به طور میانگین چقدر بوده است؟

من اوایل اصلا قصد شرکت در کنکور ارشد را نداشتم، از ترم ۶ به بعد تقریباً نظرم عوض شد و تصمیم گرفتم که به کنکور ارشد فکر کنم و از اوایل ترم هفت دنبال منابع ارشد و مشورت با یک سری از دوستانم که ارشد میخواندن بودم ولی متاسفانه یکم سهل انگاری کردم و کنکور را خیلی جدی نگرفتم و اصلا نخواندم تا اینکه اواسط فرودین ۹۹ دیگر تصمیمم واقعا برای ارشد و قبولی جدی شد و باتوجه به اینکه تقریباً زمان زیادی برای درس خواندن باقی نمانده بود و تنها چهارماه فرصت داشتم، و مشکل دیگر این بود که اصلا

رفرنس نداشتیم و تمام کتابهایم در خوابگاه بود و بخاطر وضعیت بیماری کرونا اصلا نمیتوانستیم که به کتاب ها دسترسی داشته باشیم و تنها کتاب هایی که در خانه داشتم کتاب های تست آقای حمه رضایی و کتاب زبان لزگی بود، و دیگر کم کم در همان زمان با جزوه هایی که در دسترس داشتم و همچنین یک سری فایلایی که از گروه ارشد دانلود کرده بودم شروع به خواندن کردم و درکنارش چون وقت زیادی برایم باقی نمانده بود تست کار می کردم و در آن چهار ماه بطور میانگین روزی ۹ الی ۱۰ ساعت درس می خواندم، البته یکماه و نیم هم درگیر کارآموزی بودم که باعث شد تو اون تایم ساعت مطالعه به ۵ الی ۶ ساعت برسد.

تقریبا تمام تست های تخصصی بهداشت حرفه ای دو جلد کتاب حمه رضایی را کامل کار کردم. یعنی تقریبا حدود ۱۸ سال کنکور سال های اخیر و حدود ۱۰ سال اخیرش را هم کامل با دروس عمومی کار کردم و دو بار هم تست ها را مرور کردم و در کنارش خلاصه نویسی نکات مهم را هم انجام میدادم که برای روزهای پایانی خیلی موثر بود و کمکم کرد

و به جرات می توانم بگویم که در این ۴ ماه همان تست هایی که خوب کار کرده بودم خیلی بهم کمک کرد و باز هم تاکید می کنم که تست ها باید حتما مرور شوند حتی بعضی وقت ها میشد که من بعضی از تست ها را دو الی سه بار مرور می کردم تا در ذهنم تثبیت شوند.

۶- علت ادامه تحصیل خود را بیان کنید

قطعا هدفم دکترا و هیئت علمی شدن می باشد. و اینکه بتوانم دراین رشته خیلی پیشرفت کنم.

۷- درصد دروس شما به چه صورت بوده است؟

- بهداشت حرفه ای ۲۸/۴۷ درصد
- فیزیک ۲۲/۶۶ درصد
- شیمی ۳۳/۳۳ درصد
- ارگونومی ۳/۳۳ درصد
- ریاضی ۲۸/۳۳ درصد
- زبان ۳۷/۵ درصد

۸- منابعی درسی را که مطالعه کرده اید ذکر کنید.

خب من همانطور که بالا عرض کردم وقت زیادی برای رفرنس خواندن نداشتیم و فقط جزوه خواندم و بیشتر تست کار کردم ولی به دوستانی که وقتشان زیاداست حتما حتما توصیه میکنم که تمام رفرنس ها را کامل بخوانند.

رفرنس های مهم ارشد:

صدا و ارتعاش: کتاب صدا و ارتعاش دکتر رستم گل محمدی

روشنایی: کتاب مهندسی روشنایی دکتر رستم گل محمدی

پرتو: کتاب جنبه های بهداشتی پرتوهای دکتر محمدرضا منظم

تنش حرارتی: انسان و تنش های حرارتی محیط کار دکتر فریده گلبابایی

ایمنی: ایمنی برای مهندسین محمدمقام

سم شناسی: سم شناسی شغلی استیسی و سم شناسی شاه طاهری

ریاضی: جزوه ها و کتاب تست های دبیرستان می تواند خیلی موثر باشد

فیزیک: کتاب تست های گاج نقره ای

نمونه برداری: کتاب های دکتر بهرامی هر سه جلد و نمونه برداری دکتر چوبینه

تهویه: کتاب تهویه دکتر جعفری

شیمی: شیمی دبیرستان و جلد یک و دو شیمی مورتیمر

من برای درس ارگونومی واقعا خیلی وقت نداشتیم، جزوه ی بعضی اساتید شاید بتواند موثر باشد.

و برای درس زبان هم از کتاب تست لزگی استفاده کردم

و توصیه می کنم درس زبان را خیلی جدی بگیرید و برای زبان خیلی وقت بگذارید.

۹- در صورتی که در آزمون قبول نمیشدید چه برنامه ای برای سال آینده خود داشتید؟

اگر در آزمون قبول نمیشدم تصمیم داشتم که به طرح بروم و بعد از پایان دو سال طرح، مجددا در آزمون ارشد شرکت می کردم.

۱۰- چه عواملی در موفقیت شما تاثیرگذار بوده است؟

استفاده از تجربیات دوستانی که سال های قبل رتبه برتر بودند واقعا خیلی به من کمک کرد. از تک تک این عزیزانی که به بنده کمک کردند نهایت تشکر را دارم.

۱۱- اگر موردی هست که در سوالات موجود نیست در اینجا بیان کنید

فقط از خانواده خیلی ممنونم که همه جوهره و در هر شرایطی مثل همیشه من را حمایت کردند.

و در آخر بگم که برای هدفتون بجنگید راز موفقیت در سماجت است.

پایان مصاحبه با رتبه های برتر کنکور ارشد بهداشت حرفه ای سال ۱۳۹۹

دانشجویان بهداشت حرفه ای

www.ACGIH.ir