

ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿಗಳ ಕಲಿಕೆ ಮತ್ತು ಯಶಸ್ಸಿನಲ್ಲಿ ಪ್ರಮುಖ ಪಾತ್ರ ವಹಿಸುವುದು ಏಕಾಗ್ರತೆ. ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿಗೆ ಏಕಾಗ್ರತೆ ಸಿದ್ಧಿಸದೆ ಹೋದರೆ ಒಳ್ಳೆಯ ಓದು ಸಾಧ್ಯವಿಲ್ಲ. ಹಾಗಾಗಿ, ಏಕಾಗ್ರತೆಯ ಬೆನ್ನು ಬೀಳುವುದು ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿ ಜೀವನದ ಯಶಸ್ಸಿನ ಸೂತ್ರಗಳಲ್ಲೊಂದು. ಅಂದಹಾಗೆ, ಏಕಾಗ್ರತೆ ಸಾಧಿಸುವುದು ಹೇಗೆ? ಇಲ್ಲಿವೆ ಸರಳ-ಪರಿಣಾಮಕಾರಿ ಸೂತ್ರಗಳು.

ಏಕಾಗ್ರತೆ
ಸಾಧಿಸಲು
ಔಷಧಿಗಳಿಲ್ಲ...

■ ಅರವಿಂದ ಚೊಕ್ಕಾಡಿ