

۱۳ اصطلاح کاربردی در مکالمات روزمره برای صحبت کردن درباره "خواب" به زبان انگلیسی

خیلی وقت‌ها در مکالمات روزمره، درباره کیفیت خواب صحبت میکنیم. مثلاً ممکنه به یکی از دوستانمون بگیم که "دیشب سرم به بالشت نرسیده خوابم برد"؛ یا مثلاً بگیم "خیلی عمیق و آرام خوابیدم" یا "دیشب پلک روی هم نداشتم". برای بیان کردن این جملات به زبان انگلیسی از چه عباراتی استفاده میکنید؟ در این مقاله، ۱۳ اصطلاح کاربردی در مکالمات روزمره مربوط به «خواب»، چه «خوب خوابیدن» باشه چه «بد خوابیدن»، و چه «خوابیدن به صورت کلی» بررسی می‌شه. اول توضیحات موجود در جدول را بخونید و بعد برای مرور این توضیحات و همچنین برای تمرین بیان کردن تلفظ درست این اصطلاحات، به فایل صوتی گوش بدید.

چهار اصطلاح کاربردی در مکالمات روزمره مربوط به "خوب خوابیدن".

Good Sleep some expressions that have to do with when you get a good night's sleep and you're happy in the morning		
<p>Note: This is when you go to bed, and <u>right away</u>, you're asleep. It's <u>very easy</u> to fall asleep.</p> <p>Eg. "After I exercise, after I go to the gym, I'm very tired. As soon as I get into my bed, I am out like a light."</p>	<p>مورد اول: منظور زمانی به که شخص خیلی سریع به خواب می‌ره. معادلی که در فارسی براش داریم اینه: «پاش به تخت نرسیده خوابش برد» یا «سرش به بالشت نرسید»</p>	"out like a light"
<p>Note: It means you're so sleepy, you're fast asleep. Nothing can wake you.</p> <p>Eg. "Last night, I was so comfortable. I slept like a log."</p>	<p>مورد دوم: منظور خواب سنگینه.</p>	"sleep like a log"
<p>Note: It means you have a great night sleep. You have no trouble sleeping. Your sleep is perfect. It means I have a very peaceful sleep.</p> <p>Eg. "I sleep like a baby every night."</p>	<p>مورد سوم: منظور خواب آرامه.</p>	"sleep like a baby"
<p>Note: It means that you're able to sleep well. This means that you don't wake up during the night</p>	<p>مورد چهارم: منظور خواب عمیقه</p>	"be a deep sleeper"

چهار اصطلاح کاربردی در مکالمات روزمره مربوط به بد خوابیدن.



Bad Sleep some expressions that mean you've had a terrible sleep	
<p>Note: It means you keep moving during the night. Maybe you have a lot of stress, maybe you're thinking about work the next day, you can't sleep.</p> <p>Eg. "I tossed and turned all night."</p>	<p>مورد اول: منظور زمانی یه که شخص در خواب خیلی غلط بزنه</p> <p>"Toss and turn"</p>
<p>Note: Means I did not sleep at all.</p> <p>Eg. "I didn't sleep a wink".</p>	<p>مورد دوم: همون که در فارسی می‌گیم «پلک روی هم نداشتیم».</p> <p>"Not to sleep a Wink"</p>
<p>Note: Opposite to "<u>deep sleeper</u>". This means during the night, you wake up very easily and with any noise.</p> <p>Eg. "I'm a light sleeper".</p>	<p>مورد سوم: منظور خواب سبکه.</p> <p>"A light sleeper"</p>
<p>Note: When one can't sleep at all. For some, this is an illness. Maybe they have too much stress or maybe there is something going on in their body.</p> <p>Eg. "I have insomnia". (the disease)</p>	<p>مورد چهارم: منظور نوع حاد از بی‌خوابی یه.</p> <p>"Insomnia" "Insomniac"</p>

پنج اصطلاح کاربردی در مکالمات روزمره مربوط به خوابیدن به صورت کلی.

Sleep Expressions some more expressions that just have to do with sleep in general	
<p>=Sleep late. When one wakes up very very late in the day.</p> <p>Eg. "I sleep in on weekends."</p>	<p>مورد اول: منظور زمانی یه که بیشتر از تایم متعارف و همیشگی بخوابیم. مثلاً فرض کنید می‌خوایم از یه فرد شاغل حرف بزنیم که که روزهای جمعه‌ش، بر خلاف همیشه همیشه که ساعت ۶ صبح از خواب پا می‌شه، تا ساعت ۱۰ صبح می‌خوابه. می‌خوابه.</p> <p>"To sleep in"</p>



۱۳ اصطلاح کاربردی در مکالمات روزمره برای صحبت کردن درباره "خواب" به زبان انگلیسی

<p>Note: Used when one sleeps at somebody else's home.</p> <p>Eg. "Want to sleep over?" (means you can stay over at my house)</p>	<p>مورد دوم: خونه‌ی شخص دیگری خوابیدن.</p>	<p>"To sleep over" "To stay the night"</p>
<p>Note: Simply another way to say sleep.</p> <p>Eg. "I'm going to hit the hay".</p>	<p>مورد سوم: به روش دیگه‌ست برای بیان خوابیدن.</p>	<p>"To hit the hay" "To hit the Sack"</p>
<p>Note: Synonym of Sleep</p> <p>Eg. "I'm going to get some shuteye."</p>	<p>مورد چهارم: = خوابیدن.</p>	<p>"To get some shuteye"</p>
<p>Note: We use this when we are thinking about making some big decision. Instead of making the decision at night we wait till the next day.</p> <p>Eg. "I'm not going to make a decision now, I'm going to sleep on it."</p> <p>Eg. "Let's sleep on it."</p>	<p>مورد پنجم: یعنی بذار یه کم روش فکر کنیم.</p>	<p>"To Sleep on it"</p>
<p>Note: Means to make a decision not immediately but the next day after you sleep.</p>		

