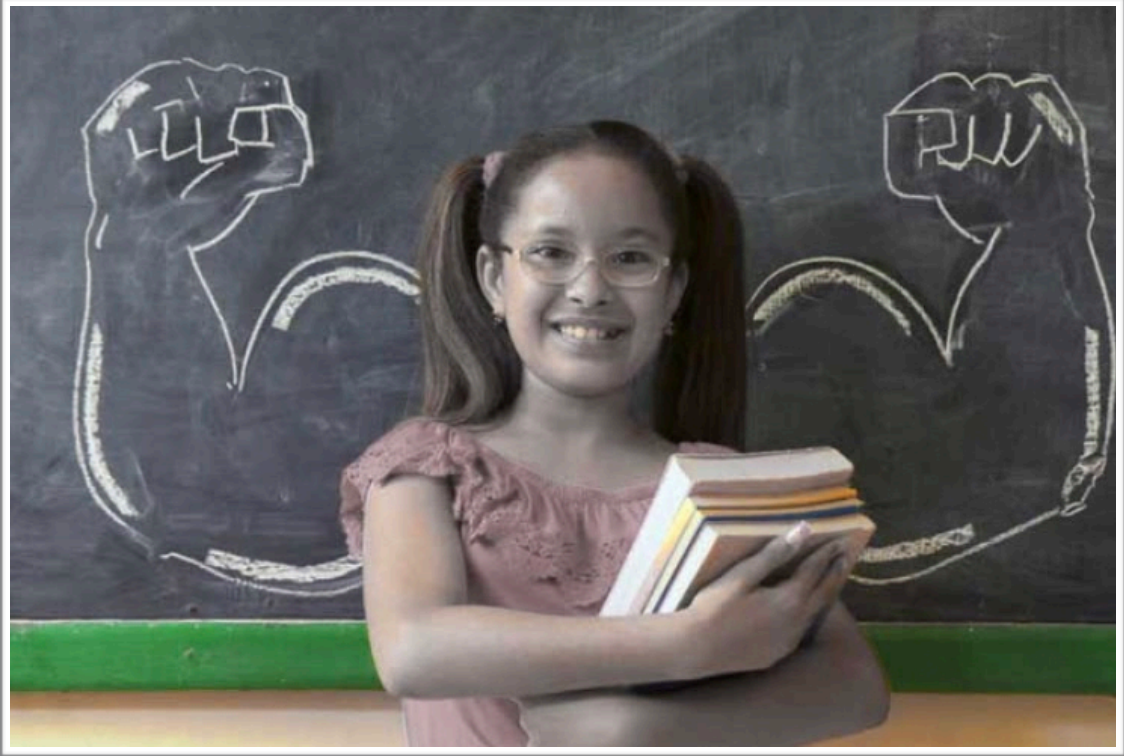


SÜLEYMAN KOÇER

# Verimli Ders Çalışma



Süleyman KOÇER  
Rehberlik ve Psikolojik Danışman

Aralık 2018

# Verimli Ders Çalışma Teknik ve Yöntemleri

Bir öğrencinin verimli ders çalışabilmesi için belli kriterlerin olması gerekir;

1. Hedef koymak
2. Dersi deste öğrenmek
3. Plan Yapmak
4. Merak duygusu
5. Tekrar etmek
6. Soru çözümü
7. Ara vererek ders çalışmak
8. Çalışma ortamı
9. Anı yaşamak



1. Hedef Belirlemek: Hedef, insanın kısa süreli veya uzun süreli olmak üzere bir özgelecek oluşmasıdır. Ete-kemiğe bürünmüş somut bir düşünce haline dönüştürülmesi ölçüsünde öğrencisi güdülenir. Öğrenciye “ne olmak istiyorsun, hedefin nedir?” diye sorduğumuz zaman aldığımız cevap; hemşire, doktor, öğretmen, vs şeklinde ise bu bir hedef değil, temennidir. Temennide bulunan bir öğrencide kararlılık ve ciddiyet beklemek güçtür. Temennide bulunan öğrenci “hemşire” olmak istiyorum derken aslında şunu demek ister: “Hemşirelik istiyorum ama olsa da olur olmasa da” mesajı verir. Hedefi olan kişi, üniversite, bölüm, şehir,



özel çabalar, bölümü bitirdikten sonra yapmak istediklerini detaylı ve göz önüne sermişçesine anlatır. Bu kişi ne için çalışacağını bildiği için başarı kaçınılmaz olur.

2. Dersi Derste Öğrenmek: Etkin dinlemek, konsantre olmak, önemli yerlerin altını çizmek, not almak ve öğretmenle göz teması kurmak dersi derste öğrenmek için önemli ve temel unsurlardır.



3. Plan Yapmak: Bu belki de en önemli konulardan biri. Hangi konulara çalışacağı, ne zaman, ne kadar çalışacağı vb gibi konuları yazılı hale getirmek gerçekten faydalı olacaktır. Gideceğiniz yolu bilmezseniz, bir harita çizmezseniz, nereye varacağınız da belli olmaz. Bunu yapabilmek için ön çalışma gerekli tabi ki. Nedir bu ön çalışma?.. Öğrenci kendi eksikliklerini belirlemeli, hangi konularda, eksikliği var, hangi konulara daha önemli, hangilerinde daha başarılı gibi. İnsan kafasında kurmuş olduğu dünya ve kendisini koşulladığı şeylere göre yol çizer. Doğal olarak plan konuşlanmaların somutlaştırılmasıdır.

4. Merak: Amaçlı bir şekilde konuya yönelme, istekli olma konuyu daha hızlı anlamamızı, öğrendiklerimizin keyif almamızı ve bilgilerin kalıcı olmasını sağlar. Konuya sorular sormak ve cevabını aramak... Bebekler



ve çocuklar sürekli soru sorarlar. Bu yüzden bilim adamı deriz çocuklar için. Soru sormak kişinin kendisini geliştirmesi iyi bir başlangıçtır.

5. Tekrar Etmek: Konu tekrarı yaparken önemli bilgilerin altını çizin ve en önemli bilgileri karalama şeklinde hızlı not alın. Ayrıca mümkünse içinizden veya dışınızdan tekrar edin. Ya da konuyu bir arkadaşınıza anlatın. Böylelikle bilgiyi hem görsel hem dokunsal hem de işitsel olarak kaydetmiş olursunuz. Öğrenmek tetikte olmak demektir. Bu nedenle

“**şimdi yazıyorum şimdi öğreniyorum**” düşüncesiyle çalışmak gerekir. Tekrar bilgilerin kaybolmasını engelleyip uzun süreli bellekte kalmasını sağlar.

6. Soru Çözümü: Ne kadar çok soru çözerseniz konuyu o kadar çok zihninizde netleştirirsiniz ve bilginizi kullanılabilir hale getirirsiniz.

7. Ara Vererek Ders Çalışmak:

Ders çalışırken mutlaka her 45 dakikada bir 15 dakika ara verin. Bunun için bir kronometre kullanmak çok faydalıdır. Her 45 çalışma süresinin son 4-5 dakikasında o süre içerisinde gördüğünüz konulara, önemli gördüğünüz yerlere göz atın. Bu çalışma, bilgiyi uzun hafızaya atmak açısından çok etkilidir. Aynı zamanda bilgiyi zihninizde daha net görmenizi, konular arasındaki ilişkileri daha iyi kurmanızı kolaylaştırır, genel resmi görmenizi sağlar. **Ara vermek çalışmanın bir parçasıdır.**

Ara vermeden, kesintisiz, non-stop yapılan bütün çalışmalar verimsizdir. Çünkü ara vermek, hem odaklanma gücünü artırır hem de öğrenilen bilgileri



entegre etmemizi sağlar. Aynı zamanda aralıklı olarak bıkmadan uzun süre çalışmamız için çok etkilidir. İnsanlar ara vermeden çalıştıklarında belki 3-4 saat çalışabilirler ancak, ara vererek daha uzun soluklu çalışma imkanı elde ederler. Ayrıca 3-4 saatte, 1 veya 2 saatlik ara vermek de konsantrasyonu artırmak ve bıkmadan çalışmayı sağlamak için çok önemlidir. Ara verilmeden çalışıldığında, bilgileri daha çok karıştırırsınız, iki şıkka indirip yanlış cevaplandırma oranınız artar. İlk 45 dakikadan sonra zayıf kaydetmeye başlarsınız. Çalıştığınızı zannedersiniz, ama etkisiz öğrenirsiniz.



8. Çalışma Ortamı: Verimli ders çalışabilmek için ideal olan bir çalışma odasının bulunmasıdır. Ama mümkün değilse en azından evin bir köşesi ders çalışma alanı olarak düzenlenebilir. Çalışacağınız ortamı düzenlerken şu özelliklere dikkat ediniz. Çalışma ortamında dikkati dağıtıcı afiş, poster, yazı, resim, TV, bilgisayar CD, müzik seti, telefon gibi uyarıcıların olmaması. Çalışma ortamının huzur veren, olumlu yönde etkileyen bir renkte olması. Aydınlatmanın gözü yormayacak ya da

uyku getirmeyecek düzeyde olması. Çalışma ortamında dikkatinizi dağıtacak kişilerin olmaması. Odanızda bir saatin bulunması. Oda ısısının ne çok soğuk ne de çok sıcak olması. Çalışma ortamının ders dışı faaliyetlerde



kullanılmaması.

Çalışma masasının pencereden uzakta olması. Ders çalışılan masa ve sandalyenin sizi rahatsız etmeyecek ergonomik özelliklere sahip olması.

Masanızda sadece çalıştığınız dersle ilgili araç ve gereçlerin bulunması. Çalışmaya başlamadan önce temel ihtiyaçların giderilmesi. Ders çalışma masasında mümkünse bir şey yenilip içilmemesi. Odanın sık sık havalandırılması gerekmektedir.

9. Anı Yaşamak: Bizler geçmişe gidip hatalarımızı düzeltemeyiz. Keşkelerimiz vardır, tamir etmek isteriz. Fakat bu mümkün değildir. Geçmişin elemi bize bir şey kazandırmaz. Gelecek kaygıları ile boğuşur dururuz. Mesela “sınavda bir şey yapamazsam”, “istediğim üniversiteyi kazanamazsam”, “sınav gümü uyuyakalırsam” ve daha nice düşünceler aklımızı kurcalar. Bu zihinsel yorgunluk bize bir şey kazandırmadığı gibi elimizdekileri de kaybetmemize vesile olur. Verimli ve etkili ders çalışma yapabilmek için geçmiş ve geleceği değil yaşadığımız anı düşünmeli ve ona göre hareket etmeliyiz. Şimdi ve burada olursak ne

SÜLEYMAN KOÇER

istediğimizi bilirsek,  
ne yapmamız  
gerektiği konusunda  
fikrimiz varsa o  
zaman Allah'ın izni  
ile başarı kaçınılmaz  
olacaktır.

