VERİMLİ DERS ÇALIŞMA TEKNİKLERİ

**DERS ÇALIŞMA İLE İLGİLİ ŞİKAYETLER**

Öğrenciler bazen ders çalışma ile ilgili şikayetlerini dile getirir. Bazı öğrenciler ders çalışmaya başlamakta güçlük çektiğinden, bazıları çalışmayı sürdüremediğinden, bazıları da çalıştığı halde başarılı olamadığından şikayetçidir. Öğrencilerin ders çalışma konusundaki sorunları başlıca şu nedenlerden kaynaklanmaktadır:

* Öğrencilerin, küçük yaştan itibaren çalışma alışkanlığını edinmemiş olması,
* Yanlış çalışma alışkanlıkları,
* Temel bilgi eksikliğinden dolayı dersleri anlayamama,
* Ailevi sorunlar,

Öğrenciler arasında en yaygın olan neden "Yanlış Çalışma Alışkanlıkları"dır. Yanlış Çalışma Alışkanlıkları genellikle şunlardır:

* Amaçsız çalışma,
* Çalışma ortamının oluşmaması,
* Plansız ve programsız çalışma,
* Evin değişik yerlerinde çalışma,
* Yatarak, uzanarak çalışma,
* Kaynaklardan yararlanmama,
* Derslerden korkma, anlayamadığı dersi bırakma,
* Dersle ilgili ön yargılar.



       Sevgili öğrenciler, ders çalışma konusunda sorunlarınız varsa öncelikle yukarıda sıraladığımız yanlış çalışma alışkanlıklarını inceleyip, hangisinin ya da hangilerinin sizde olup olmadığını düşünün. Eğer yanlış çalışma alışkanlıklarına sahipseniz, ders çalışma konusundaki sorunlarınız büyük ölçüde bundan kaynaklanmaktadır.
      Unutmayın ki yanlış çalışma alışkanlıklarınızın farkında iseniz, sorunlarınızı %50 çözümlemişsiniz demektir.

 **YANLIŞ DERS ÇALIŞMA DAVRANIŞLARI**

 **Yatarak-Uzanarak Çalışma**
       Çalışmadan verim alabilmek için motive olmak ve dikkati yoğunlaştırmak gereklidir. Çalışmaların çalışma masasında yapılması dikkatinizi toplamanıza yardımcı olur. Yatarak veya uzanarak bir materyali okumaya başladıktan bir süre sonra gevşemeye başlarsınız ve dikkatiniz dağılır. Bu şekilde gazete, roman, dergi okunabilir. Ancak öğrenme kompleks bir olaydır ve yalnızca okumak öğrenme için yeterli değildir. Bu nedenle çalışmalarınızı mutlaka çalışma masanızda ve sandalyenizde yapmalısınız.

 **Gürültülü Ortamda Çalışma**
       Müzik dinlenen, radyo veya televizyonun açık bulunduğu veya çevreden çok fazla gürültünün geldiği bir ortamda ders çalışmak çalışmadan alınacak verimi düşürür. Öğrenmenin en önemli koşulu dikkattir. Bu tür ortamlarda ise dikkati derse yoğunlaştırmak çok güçtür. Ders çalışmak için gerekli olan dikkatin müzikle bölüşüldüğü durumlarda, ders çalışmak için ayrılan zamandan yeterince yararlanmak mümkün olmamaktadır.


 **Dağınık Ortamda Çalışma**
       Çalışma odanızın havadar, masanızın temiz ve düzenli olması çalışma veriminizi yükseltecektir. Çalışma masanızın üzerini çalışmaya başlamadan önce toparlar ve sadece çalışacağınız ders ile ilgili materyali bırakırsanız çalışma sırasında dikkatiniz dağılmaz. Yalnızca dersle ilgilenebilirsiniz.

 **Zamanı Verimli Kullanmanın Yolları**
       Enerjisini harcamak, kişiliğini ve yeteneğini geliştirmek çabası içinde olan genç için bu dönemde en büyük engellerden biri pek çok isteğini gerçekleştirecek zamanı bulamamaktır. Oysa güne belirli bir programla başlarsanız ve kendi kendinizle bu programa uyacağınız konusunda anlaşırsanız günü verimli bir şekilde yaşar hayattan da daha çok zevk alırsınız.

 **Televizyon-Radyo**
       Televizyon ve radyo en çok zaman harcanan ve dikkati dağıtan faktörlerden biridir. Televizyon ve radyoda izlemenizin ve dinlemenizin yararlı olduğuna inandığınız programlar ile mutlaka izlemek istediğiniz programlara hazırladığınız programlarda mutlaka yer veriniz. Bunların yanı sıra hiçbir özelliği olmayan, sıradan olan ve benzerlerini yüzlerce kez izlediğiniz veya dinlediğiniz programlara yer vermeyiniz.
        Televizyon ve radyoyu sürekli açık tutmayınız. İzlemek istediğiniz programlardan sonra mutlaka kapatınız. Televizyon ve radyo başında geçirdiğiniz zamanın sizin için bu dönemde yararsız olduğunu unutmayınız.
 **Telefon Konuşmaları**
       Gündelik yaşantı içinde en çok zaman alan faktörlerden biri de telefon konuşmalarıdır. Telefonu amacı dışında kullanmaktan kaçının. Bütün gün birlikte olduğunuz arkadaşlarınızla geceleri uzun süre telefonla konuşmak gereksizdir ve sizin için bir zaman kaybıdır. Ve bu konuşmalarınızı şöyle yapın. Aramak istediğiniz tüm arkadaşlarınızı arka arkaya arayın ve öz olarak görüşmek istediklerinizi söyleyip konuşmayı bitirin. Daha sonra özellikle ders çalışırken telefon görüşmesi yapmak için derse ara vermeyin. Bu tüm dikkatinizi ve motivasyonunuzu bozacağı için zararlıdır. Arkadaşlarınıza da sizi aramalarını istediğiniz saatleri söyleyin. Ders çalıştığınız saatlerde yalnızca ders çalışın.

 **VERİMLİ DERS ÇALIŞMA NEDİR?**

       Çalışmanın verimli olması sizin masa başında geçirdiğiniz sürenin uzunluğu değil o çalışmanın sizin için ne kadar etkili olduğuna bağlıdır. Verimli çalışma amaç doğrultusunda zamanı planlı ve programlı kullanmaktır. Bunun için de okul, dershane, arkadaşlık, spor, yemek, uyku vb. etkinliklerin dışında kalan zaman ders çalışmak için ayrılır ve belli bir plan ve programa bağlanır.

       Verimli ders çalışma sadece ders çalışmak için zaman ayırarak diğer etkinlikleri göz ardı etmek değildir. Aksine belli bir plan ve program dahilinde çalışmanız, size hem ders çalışmanız hem de diğer etkinlikleriniz için zaman ayırdığından hayattan daha çok zevk almaya yardımcı olur.

 **DOĞRU DERS ÇALIŞMA ALIŞKANLIKLARI**

 **Amacınızı Belirleyin!**
       Amacı açık seçik belirlenmemiş bir kişi dümeni olmayan bir gemiye benzer. Gemi sürekli yol alır, içindekiler çalıştıklarını zanneder, ancak geminin akıbeti şansa ve kadere kalmıştır. Böyle bir gemi kayalara çarparak parçalanacağı gibi hiç ilgisiz bir limana da gidebilir.

 **Önce Ne İstediğinizi Belirleyin**
       Başarılı olmak, kendini tanımak, inanmak verimli çalışmak ile mümkündür. Hayattan ne istediğinizi hedefler, öncelikler ve idealler kazandırır.

 **Amacınızı Belirlemede Kendinize Şunları Sorun?**
       Hangi mesleği yapıyor olmak istersiniz? Nasıl bir yaşam tarzı size uygundur? Nerede ve Ne Yapıyor olmak sizi mutlu eder?
       Bu sorulara vereceğiniz yanıtlar sizin şu an birinci amacınızdır. Ve artık çalışmalarınızı bu amaca kanalize etmelisiniz. Amacınız ne olursa olsun bu önemli değildir. Önemli olan sizin kendinizi, yeteneklerinizi ve becerilerinizi tanıyıp ne istediğinizi bilmenizdir.

       Öğrenmek amacı ile yapılan her işin kendine özgü bir amacı vardır. Amaçsız çalışma olmaz. Bilinçli çalışma, çalışmanın ne amaçla yapıldığının öğrenci tarafından açık seçik bilinmesini gerektirir. Yaptığı işin amacını bilmek, öğrencinin bu işi benimseyip, ona sahip olmasına ve iş için kendini güdülemesine yardımcı olur.

 **KENDİNİZE GÜVENİN**

       Kişinin yaptığı çalışmaya, kendini vermesi her şeyden önce o işin üstesinden geleceği konusunda "kendine güvenmesini" gerektirir.

       Yetersizlik duyguları içindeki bir öğrencinin bir gün başarı sağlamak için, dikkatli bir çalışma ortamı içinde bulunması güçtür. Bu yönü ile, verimli çalışmada öğrencinin kendine güvenmesinin önemi hiçbir koşulda yadsınamaz. Güven eksikliği olan bir öğrencinin, yapacağı işte kendine güven duymasının en iyi yolu, o işi başaracağına kendisini inandırmasıdır. Bunun için kişinin kendine güven sağlayabilecek küçük ancak etkili kimi çareler araştırıp bulması gerekir.

       Böylesi bir kişinin, örneğin aynı konuda daha önce sağladığı bir başarısını düşünmesi ya da yapabileceği çalışma ile elde edilecek sonucu bir an için düşünmesi vb. biçimdeki iç telkinler yararlı olabilir.

        Öğrenmenin temeli, dikkatin konu üstünde toplanmasına dayandığına göre, o konuya kendini vererek öğrenen kişi kendine karşı bir öz saygı duygusu da geliştirmiş olacaktır. Böylece, kendi kendine yeterli olduğu inancına da katkıda bulunacaktır.

       Kendine güven duygusu aynı zamanda, güçlü bir "irade" ve "kararlılığı" gerekli kılar. Kararlılık, çalışmaya ilişkin belirli bir konuda verilen kararın ortaya çıkan küçük engeller karşısında hemen değiştirilmemesi, tam tersine bu engellerin yenilerek verilmiş olan kararı gerçekleştirmektir.
       Çalışmada kararlılık ile ilgili bir başka noktada, dikkati gerektiği gibi yönlendirebilmek için planlandığı anda çalışmaya başlamaktır. Planladığınız saatte canınız çalışmak istemezse bile kendinizi çalışmaya zorlamalısınız.

       Çalışma zamanı geldiğinde örneğin, "On dakika daha dinleneyim." "Biraz daha televizyon izleyeyim." türündeki düşüncelerle kendinizi oyalamanız, çalışmayı ileriye bırakmak demektir. Bu gibi durumlarda dikkatinizi toplayabilmeniz de, hep ileriye bırakılmış olacaktır.

   Bundan sonraki çalışmalarınızda **VERİMLİ ÇALIŞMA YÖNTEMLERİNİ UYGULAYARAK DAHA BAŞARILI OLABİLİRSİNİZ..!**