

BAŞARIYA GİDEN YOL

Programlı çalışın verimli öğrenin

Anlamakta güçlük çektiğiniz konu ya da dersleri sabahın erken saatlerine kaydırın. Çalışmaya ne kadar zaman ayıracağınızı tespit edin. Bunu yaparken dersin önemi, anlaşılabilirliği ve ağırlığını gözönünde bulundurun

Seyfi adında çok sevdiğim bir arkadaşım vardı, zekiydi ve başarılıydı. Ama aslında çok daha başarılı olabilecek zeka kapasitesine sahipti. Seyfi'nin gözlemleyebildiğimiz bir hatası vardı. Program yapamamak...

Gerçekten Seyfi'yi çoğu zaman defterlerinin kitaplarının başında bir kağıt kalemlerle düşünür görürdüm. "Ne o hayrola?" diye sorduğumda "Program yapmaya çalışıyorum" derdi. Onun bu çalışma planı çıkartması saatler alırdı.

Büyük bir ihtimal sizlerde bu kadar olmasa bile zaman zaman benzer bir şekilde düşünmüşsünüzdür. Kendinize "Acaba şimdi ne yapabilirim?" sorusunu sorduğunuz olmuştur. Bu soruyu sormak doğaldır ancak bu soruya takılı kalmak hatadır.

Kararsızlığa dikkat

Çünkü yaptığımız çalışma planı siz böyle bir soru sorduğunuzda bu soruya hemen cevap verecek kapasitede olmalıdır. Çevrenize göz attığımızda hemen farkedebilirsiniz; başarılı insanlar belli bir plan ve program dahilinde çalışan disiplinli insanlardır. Bunun aksini düşünmek mümkün değildir.

Hiçbir durum karşısında kararsız kalmayın verilen en kötü karar bile kararsızlıktan daha iyidir. Bu gerçek, "Şimdi ne yapabilirim?" sorusunu sorduğunuzda sizleri aydınlatan bir ışık olmalıdır. Kararsızlık ve ne yapacağımı bilememe insanları korkuya, endişeye ve başarısızlığa iter. Şüphesiz hayatımızın her anı güzellikler ve iyiliklerle dolu değildir. Mutlak sorunlarımız ve tabii ki sorumluluklarımız vardır.

Ancak hiçbir şey sonunda bize kazanım sunmayan endişelerle dolu dünyada yok olup gitmemize değmez. Mutlaka her zorluğun bir çıkışı her karanlığın bir aydınlığı vardır. Geleceğe yönelik tamamen muhtemel kötülük ve olumsuzlukları düşünmek, bugünümüzü kendi isteğimizle yok etmemiz akıllı bir davranış değildir.

Endişeye kapılmayın

Endişelenmenin yersizliğini kanıtlamak için en emin yol sizi korkutan endişeye sevkeden nedenleri ortaya koyup, bunlar üzerinde objektif değerlendirmeler yapmaktır. Sonuçta endişe kaynağı olan birçok nedenin boş bir vesveseden ibaret olduğunu farkedersiniz.

Endişe içinde olmak insanın doğru düşünme ve sağlıklı karar verme yeteneğini köreltir. Endişeden kurtulmada inancın hissedilir bir yeri vardır.

Belli bir iradi güç gösterebilen kişi artık programını yapabilir. Çünkü hedefi bellidir. İkinci adım belli program çerçevesinde bu hedefe ulaşmak olmalıdır.

Birçok kişiye program yapmak büyük zaman kaybıymış gibi gelebilir. Program yapma bahanesiyle oyalanmanın dışında bu kesinlikle yanlış bir düşüncedir. Programsız çalışma verimsiz olur, verimsiz çalışmanın sonu da başarısızlıktır. Bu durum beraberinde mutsuzluğu ve organik psikolojik rahatsızlıkları getirir.

Planlanmış programlanmış hayatta dirlik ve düzen vardır, başarı vardır, mutluluk vardır. Etkili ve verimli öğrenmenin temelinde de bu yüzden planlı programlı çalışma yatar.

"Beş N" kuralı diye anılan, neyi, nerede, ne zaman, nasıl, niçin yapacağımı bilen bir insanın başarılı olması kadar doğal hiçbir şey yoktur. Bu da ancak gerçekçi bir programla mümkündür.

Program yapın

Program yapmak kimileri için gayet basit bir iş gibi görülebilir. Oysa ben program yapmanın bir sanat olduğuna inanırım. Gerçekten programı yapmak, yapılan programı uygulanabilir kılmak hiç de yabana atılacak beceri değildir. Nitekim bir program uygulanabilirliği ölçüsünde değerlidir.

Herhangi bir dersi çalışmak için oturduğunda sadece 15-20 dakikayla yetinen sonra sıkılıp çalışmayı terkedene birinin saatlerle ifade edilen bir programı uygulaması mümkün değildir. Aksine kendini motive etmiş, inançlı kendine güvenen amacına ulaşmak için attığı ufacak adımların kıymetini bilen gerçek bir mücadele adamı için böylesi bir program yaşanan gerçeğin ta kendisidir.

İşin aslına bakarsanız, programlı çalışma fazla bir efor gerektirmeyen çalışmadır. Plansız programsız saatlerce çalışmaya karşılık neyi, nasıl ve niçin çalışacağını bilen bir kişi öncekinin çok daha azına, daha verimli çalışmalar yapabilir. Planlı çalışma daha kısa zamanda daha verimli çalışmayı ifade eder. Bu başarının iki kelimelik açıklımıdır.

Ders çalışma planı yaparken belli bazı özellikleri gözönünde bulundurmalıyız. Birinci nokta, anlamakta güçlük çektiğiniz konu ya

da dersleri daha iyi anlamaya yönelik saatler olarak bilinen sabahın erken saatlerine kaydırmak... İkinci öncelikli nokta; çalışmaya ne kadar zaman ayıracağınızdır. Bunda da yine dersin önemi anlaşılabilirliği ve ağırlığı gözönünde bulundurulmalıdır. Üçüncü nokta; dersin nasıl çalışılacağıdır. Yazarak, özet çıkararak, okuyarak tekrar ederek, soru çözerek, anlamaya yönelik çalışma, göz gezdirme vs... Tekrar çalışma ve göz gezdirme diğerlerine göre daha az zaman isteyecektir. Ya da aynı zaman diliminde daha fazla yer çalışılmasına fırsat verecektir. Ancak yazarak, özet çıkararak ya da anlamaya yönelik çalışma yöntemleri uzun zaman gerektiren çalışma şekilleridir.

50 dakika ders 10 dakika mola

Şimdi de plan-program nedir ve nasıl yapılır onu öğrenelim...

Programlar günlük, haftalık, aylık, yıllık olarak düzenlenmelidir. (Ajandanız yoksa hemen şimdi bir ajanda alıp programınızı ajanda üzerinde yapınız.)

Öncelikle günlük programınızı yapın. Yapılacak programın daha sağlıklı ve uygulanabilir olması için kendinizi bir hafta kadar gözlemleyerek çalışmaya ayırabilecek boş ya da daha iyi değerlendirilebilecek yarı boş vaktinizi tespit edin. Günlük çalışma, genel programın ilk adımındır. Günlük yapacağımız işleri, sabah kalkış saatinizden başlamak üzere kahvaltı, okula geliş-gidiş, akşam programı ve yatış olmak üzere bir gündeki aktivitelerinizin hemen hepsini not etmelisiniz.

Ayrıca günün hangi saatinde daha verimlisiniz. (Ki bu genelde sabah saatleridir) Bunu mutlaka belirleyin. Çünkü en zor dersler ve anlaşılması, çözülmesi zor problemler o saatlerde programlanırsa daha verimli ve başarılı olunur.

Günlük programda ölü saatlerin değerlendirilmesine, dinlenmeye ve genel anlamda kendinize de vakit ayırmış olmalısınız. Günlük programınızda neyi, ne zaman, nasıl yapacağınız açıkça ve net bir şekilde görülmelidir. Kendinizi gözlemlerken dikkat edeceğiniz nokta her zamanki gibi doğal olmanızdır. Doğru ve objektif bir plan için bu şarttır.

Öncelikleri belirleyin

Her programda olduğu gibi günlük programda da yapacağımız işlerden öncelik arzedenler olabilir. O vakit yaptığımız programı tekrar gözden geçirip öncelikle o işin üzerine giderek bitirmemiz gerekmektedir. Örneğin o gün matematik dersinde işlenen ikinci dereceden iki bilinmeyenli denklemler konusunu hemen okuyup pekiştirmek istiyorsunuz. Bu takdirde tarih, coğrafya, edebiyat gibi diğer derslere öncelik vermeniz anlamsız olur. Bu önceliği kendi konumuza göre sizler belirleyeceksiniz. Sözkonusu sistem, sınav dönemlerinin öncesinde ve çalışma isteğinize göre değişiklikler gösterebilir.

Herşeyin ötesinde şunu kesinlikle aklımızdan çıkartmayın. Ders başında geçirdiğiniz süre değil, ders çalıştığımız zaman zarfında ondan elde ettiğiniz verim önemlidir. Amacımız verimli ders çalışma olmalıdır. On saat ders çalışıyor gözükmekle, bir saat hakkıyla ders çalışmak arasında dağlar kadar verimlilik farkı vardır. Bunlardan birincisi insanı bıkkınlığa, motivasyon eksikliğine ve sonuçta da dersten soğumaya ve başarısızlığa iterken, diğeri dersi cezbedici görünüme sokar. Bunlardan sonraki çalışmalar için teşvik unsuru olur.

Ders çalışma programınızı hazırlarken "5'e 1 yöntemi" olarak adlandırılan sisteme uymanız, yapacağınız en akıllıca davranış olacaktır. Bu sistem kabaca 50 dakika ders, 10 dakika mola şeklinde ifade edilebilir. 50 dakikalık çalışmanın ilk 40 dakikalık bölümünü ders çalışmaya (Bu sistemle çalışmanın ilk günlerinde eğer 40 dakikalık sürede henüz yeni konsantre olmuş ve çalışma ortamından ayrılmak istemiyorsanız büreyi kendinize göre ayarlayabilirsiniz. Ancak zamanla sisteme uyarsanız (sistem size değil) daha iyi olur. On dakikalık kısmını da tekrara ayırmalıyız. Tekrarın belli bir uygulama şekli vardır. On dakikanın ilk beş dakikasında sessiz tekrar, ikinci beş dakikasındaysa kitabı kapatıp sesli tekrar yapılmalıdır.

Yapılan araştırmalar göstermiştir ki, ders çalışma ve dinlemede derse adaptasyondan 35-40 dakika sonra konsantrasyon bozulmaları ve dikkat uçuşmaları başlamaktadır. Bu durum zaman içerisinde konsantrasyonu tamamen bozacak, dersi anlamak zorlaşacak ve sonuç itibarıyla de verimsiz bir ders çalışılmış (!) olacaktır.

5'e 1 kuralını kesinlikle yabana atmayın. Önemsememezlik gibi bir hatay düşmeyin. Çünkü önemi ve geçerliliği olan bir kuraldır. Başarı bu kuralın iyice uygulanmasında yatar. Tekrarlarınızı mutlaka yapın. Öğrenmede tekrar çok önemlidir. Zamanında derslerine çok iyi çalışıp yeterli tekar yapamadıklarından daima performanslarının altında not alan arkadaşlarım olmuştur. Bunların durumuna düşmeniz istemem. Düzenli yapılan her tekrar insanın kendine olan güvenini de artırır. Kendine güvenen ben bu işi yaparım diyen ve yeterince de çalışmış bir kişinin başarılı olmasından daha doğal ne olabilir?