YKS’ye Nasıl Çalışmalıyım?

YKS Nasıl Çalışmalıyım

Milyonlarca öğrencinin hayallerindeki üniversiteye girebilmek için aşmaları gereken Yükseköğretim Kurumları Sınavı’na (YKS) öğrenciler nasıl hazırlanmalılar. Sınava hazırlanmak sadece test çözmekten mi ibarettir, psikolojik durumumuz ne kadar etkilidir, motivasyon, süreci nasıl etkiler? Sınava hazırlanma süreci, kuşkusuz çok kolay olmayacaktır. Fakat atacağımız doğru adımlar ile bu süreci hem kolaylaştırabilir hem de hayalimize ulaşma şansımızı artırabiliriz.

Tembel insan yoktur. Sadece kendisine esin kaynağı oluşturacak kadar güçlü amaçları olmayan insanlar vardır. (Anthony Robbins)

Hedefiniz Olsun.

Sınava hazırlık, yoğun bir çalışma temposunu da beraberinde getirir. Çalışma temposunu uzun süre devam ettirebilmek için öncelikle güçlü bir motivasyona ihtiyacınız olacak. Motivasyonu sağlayan etkenlerden birisi de açık, net ve kesin hedeflerinizin olmasıdır. Hedeflerinizi belirlerken dikkatli olmalısınız. Hedefleriniz,ne ulaşamayacağınız kadar yüksek olmalı, ne de çok kolay ulaşabileceğiniz kadar düşük. İki durumda da çalışma motivasyonunuz düşecektir.

“Plansız çalışan kimse, ülke ülke dolaşıp hazine arayan bir insana benzer.”(Descarts)

Planlı Olun

YKS sınavında başarılı olmak için öğrenmeniz gereken çok sayıda ders ve konu bulunmaktadır. Bu kadar fazla konuyu öğrenmek tesadüfi bir çalışma ile mümkün olmayacaktır. *(Basit bir market alışverişine giderken bile ihtiyaçlarımızı belirleyerek yazarız, markette ise fiyat kalite gibi faktörleri*

değerlendirerek alış veriş yaparız.) YKS gibi ciddi bir sınava hazırlık süreci kesinlikle plansız olmamalıdır. Plan hazırlama konusunda zorlanıyorsanız okulunuzdaki rehber öğretmenden yardım alabilir veya buradaki örnek planlardan faydalanabilirsiniz.

Başarıya ulaşamayanların yüzde doksanı yenilgiye uğramamıştır. Sadece pes etmişlerdir.(Paul J. Meyer)

Motivasyonunuzu Yüksek Tutun.

Motivasyonu, kişileri belirli bir amacı gerçekleştirmek için harekete geçiren güç olarak tanımlayabiliriz. Motivasyon, sadece çalışmanın başlatılmasını değil, devam ettirilmesi ve yoğunluğunu da belirleyen en önemli etkendir. Fakat motivasyonu yüksek tutmak her zaman çok kolay olmamaktadır. Hatta kendimiz bile motivasyonumuzu sürekli düşürmekteyiz;

Öğrencilerin,

–***Konuları yetiştiremeyeceğim,***

-Çalıştığım halde bir türlü anlamıyorum,

-Herkes çok çalışıyor fakat ben yeterince çalışmıyorum,

-Sınav yaklaşıyor, eksiklerimi gideremeyeceğim,

-Deneme sınavlarım çok kötü,

-Başarısız olup, aileme, öğretmenlerime, çevreme mahcup olacağım v.b.

olumsuz düşünceler beynimizi sürekli meşgul etmektedir. Bu durum öğrencilerde strese, başarısızlık hissine, umutsuzluğa sebep olmakta ve motivasyonu düşürmektedir. Tabi ki bu düşüncelerin bazılarında haklılık payınız da olabilir. Öyle bile olsa bu düşüncelere odaklanmanın bir faydası olmadığı gibi çalışma isteğinizi ve veriminizi düşürecektir. Öğrenciler tabi ki

eksiklerini tespit etmelidir, fakat bu eksikleri sürekli düşünüp üzülmek ve strese girmek yerine önlem alınmalıdır.

Olumsuzluğa, eksiklerinize ve zayıf noktalarınıza odaklanmak yerine; yapabileceklerinize, güçlü yönlerinize odaklanın. İyi plan yaparak konuları yetiştirebileceğinizi, birçok öğrencinin de sizin durumunuzda olduğunu bilin. Yeterince çalışmıyorum diye üzülmek yerine çalışma sürenizi artırmanın mümkün olup olmadığına odaklanın. Bazı derslerin gerçekten zor olduğunu ve anlamak için zamana ihtiyacınız olduğunu kendinize hatırlatın. Herkesin bilişsel yeteneklerinin farklı olduğunu, sizden daha az çalıştığı halde matematiği sizden daha iyi yapabilen arkadaşlarınız olduğu gibi, sizden çok çalışmasına rağmen sizin kadar yapamayan kişilerin de olduğu gerçeğini görmeye çalışın. Bu kadar fazla konunun olduğu bir sınava, çok çalışsanız bile kendinizi yüzde yüz hazır hissedemeyişinizin normal olduğunu kendinize fısıldayın.

Tabi ki, motivasyonunuzu düşüren sadece siz değilsiniz. Çevreniz, aileniz, arkadaşlarınız ve hatta öğretmenleriniz de niyetleri iyi de olsa motivasyonunuzu düşürebiliyorlar. Özellikle öğretmen ve aileler öğrencilerin daha çok çalışması için, *"Sen böyle çalışırsan üniversiteyi ancak rüyanda görürsün. Bu sınav sonuçları ile hiçbir yere gidemezsin. Sınava hazırlanıyorsun, ne gezmesi. Rakipleriniz çalışırken sen ne yapıyorsun. Sınava az kaldı ama senin umurunda değil."* gibi cümleleri ve çok daha orijinal cümleleri kurabilmekteler.. Öğrenciler bilmeliler ki bu cümleler her ne kadar sizi motive etmese de, aileleriniz ve öğretmenleriniz motive edeceğine inanıyor. Amaçları sizin moralinizi bozmak veya sizi strese sokmak değil.

Öğretmen ve ailelere önerim ise bu tür olumsuz cümleler öğrencinin çalışma motivasyonunu ve başarısını artırmasına katkı sağlamıyor hatta düşürüyor. Görüşme yaptığım birçok öğrenci buna benzer konuşmalara maruz kaldığında çalışma istediğinin azaldığını söylemekte.

Başarı bir yolculuktur, bir varış noktası değil. (Ben Sweetland)

Sevgili öğrenciler, unutmamanız gereken en önemli husus, sizin göreviniz elinizden gelen çabayı göstermektir. Çalışmaktır, emek vermektir, sabır göstermektir. Zorluklarla karşılaştığınızda vazgeçmemektir. Başarıya ulaşmanın kolay olmayacağının farkında olmaktır. Tüm bunları yapsanız bile istediğiniz üniversiteyi kazanacağınızın *(hiçbir şeyin garantisi olmadığı gibi*) garantisi yoktur. Fakat yaptığınız her doğru davranış, izlediğiniz doğru strateji kazanma ihtimalinizi artıracaktır.

Sadece sınav odaklı düşünüp kazanıp kazanamayacağınıza yoğunlaşırsanız sürece odaklanamazsınız. Sürücüler sadece gidecekleri yeri düşünürlerse, yola odaklanamazlar ve kaza yapma ihtimalleri artar. Sınav süreci de bir yolculuk gibidir. Şoförün görevi yola odaklanmak, aşırı hız yapmamak, telefonla konuşmamak kısacası tüm kurallara uymaktır. Ama şoför tüm kurallara uysa bile gideceği yere varmasının garantisi yoktur. Çünkü tüm koşullar onun elinde değildir. Başka bir şoförün hatasının kurbanı olabilir. Ancak, aşırı hız yapan, hatalı sollama yapan, direksiyon başında mesaj yazan bir şoförün kaza yapma ihtimali ile kurallara uyan bir şoförün kaza yapma ihtimali aynı olmayacaktır. Kısacası siz sınav sürecini doğru şekilde yürütün üzerinize düşeni yapın. Sonuç ne olacak bekleyip göreceğiz.

Doğru yöntemle çalışın.

Beynimiz dünyanın en gelişmiş bilgisayarlarından bile daha muhteşem ve bellek kapasitesi daha yüksektir. Beynimiz gibi bir bilgisayar yapmak mümkün olsa bile bunun için trilyonlarca dolar gerekeceği söylenmektedir. Bilgisayar kullanmayı bilmeyen birisinin bilgisayarın nimetlerinden faydalanamayacağı gibi bizde beynimizi etkin kullanamıyoruz maalesef, çünkü beynimizi tanımıyoruz. Yazıyı çok fazla uzatmamak için sadece bir kaç bilgi vermek istiyorum.

Nasıl Daha İyi Öğreniriz?

Yeni bir şey öğrendiğimizde beynimizde nöronlar (beyin hücresi) arasında bağlantı kurulur. Eğer bağlantı zayıf olursa öğrendiğimiz bilgi unutulur ya da bilgiyi hatırlamakta zorlanırız. Bağlantılar güçlü olursa kolay hatırlarız.

- **Odaklandığımız bilgileri daha iyi öğreniriz.** (Odaklanabilmek için de motivasyon gerekir.)
- **Tekrar yapılan bilgiler daha iyi öğrenilir.**
- **İşin içinde duygu varsa çok daha kolay öğreniriz.** *(Geçmişinize kısaca bir göz atın en mutlu olduğunuz, üzüldüğünüz, ve korktuğunuz gibi yoğun duygular yaşadığınız anılar yıllar geçmesine rağmen hala canlıdır.)*
- **İlgi duyduğunuz merak ettiğiniz konuları daha çabuk öğrenirsiniz.** Konu ilginizi çekmiyorsa bile konuyu öğrenmenin faydalarına, yaşayacağınız mutluluğa odaklanın. Bu konu ne kadar saçma ne işimize yarayacak diye düşünerek o konuyu öğrenmeniz pek kolay olmayacaktır.
- **Kodlama, gruplama, ilişki kurma, hikaye uydurma, zihin haritaları gibi etkili öğrenme yöntemleri kullandığınızda çok daha kolay hatırlarız.**