AHMET AKAY AZAK

Pratik Alıştırmalı

ÇOCUKLAR İÇİN HIZLI OKUMA TEKNİKLERİ



Hayat

Çocuklar İçin HIZLI OKUMA Teknikleri

© 2014, Hayat Yayıncılık, İletişim, Yapım, Eğitim Hizmetleri ve Tic. Ltd. Şti.
Tüm yayın hakları anlaşmalı olarak Hayat Yayınları'na aittir.
Kaynak gösterilerek alıntı yapılabilir; izinsiz çoğaltılamaz, basılamaz.

ISBN:978-605-151-092-7

Sertifika No: 12451

Hayat Yayınları : 520
Aile ve Çocuk Eğitimi : 50
Kitabın Adı : Çocuklar İçin Hızlı Okuma Teknikleri
Yazarı : Ahmet Akay Azak
Yayın Yönetmeni : Erol Şahnacı
Metin Editörü : Fatoş Tufan
Kapak ve İç Tasarım: Hayat Yayıncılık
Baskı Yeri & Tarihi : İstanbul, 2016
Baskı & Cilt : Alioğlu Matbaacılık
Orta Mahallesi Fatin Rüştü Sokak
No: 13/A Bayrampaşa / İSTANBUL
Tel: (0212) 612 95 59 Fax: (0212) 613 09 83
Sertifika No: 11946

Hayat Yayın Grubu
Nişancı Mahallesi Davutağa Caddesi No: 26/1
34050 Eyüp - İstanbul
Tel: 0212 613 11 00 GSM: 0530 290 99 78 Faks: 0212 613 11 55
www.hayatyayinlari.com - hayat@hayatyayinlari.com
twitter.com/hayatyayinlari - facebook.com/hayatyayinlari

Çocuklar İçin HIZLI OKUMA Teknikleri

AHMET AKAY AZAK

Hayat

AHMET AKAY AZAK

1980 tarihinde İstanbul'da doğan yazar ilk orta ve lise tahsilini tamamladıktan sonra, üniversite tahsili için Birleşik Arap Emirliklerine ve Avustralya'ya gitti ve işletme bölümünü bitirdi. Üniversite tahsili sırasında başlayan iş yaşamında, birçok kurum ve kuruluşta, yönetim ve organizasyon, eğitim yöneticisi pozisyonlarında, kurumsal eğitim yapılması, sorumlulukları ve yöneticilikleri yapmıştır.

Aldığı eğitimler, yaptığı araştırmalar ve edindiği tecrübelerden sonra "Anlayarak Hızlı Okuma Teknikleri – Kişisel Başarı Modeli" üzerine ve "Öğrenci Koçluğu" alanlarında öğrenci ve iş dünyasına yönelik eğitim faaliyetleri yapmaya devam etmektedir.

Öğrenme ve araştırmaya olan merakı ve bireysel gelişime olan ilgisinden dolayı, Üstün Zekâlı ve Yetenekli Çocuklar üzerine çalışmalar yapan AZAK, başta California Üniversitesi ve Üstün Zekâlılar Enstitüsü olmak üzere, Yrd. Doç. Dr. Abdulkadir Bahar, Yrd. Doç. Dr. Nur Çayırdağ, Doç. Dr. Darlene Boyd ve Denis Bridoux gibi alanında uzman isimlerden yurt içinde ve yurt dışında birçok seminer, sertifika ve uzmanlık eğitimlerine katılmıştır.

Yurtiçi ve yurtdışında bireysel gelişimle ilgili yazıları birçok gazete, dergi ve bloglarda yayınlanmıştır. Kitap ve makalelerinin yanı sıra başta TRT olmak üzere birçok ulusal ve yerel televizyon ve radyo programlarına uzman konuk olarak davet edilen AZAK "Bireysel Gelişim ve Anlayarak Hızlı Okuma Teknikleri" konusunda medya tarafından bilgi ve tecrübesine başvurulan bir isim olmuştur.

10 yıldır süren çalışmaların neticesinde bilgi, birikim ve deneyimlerin neticesinde ortaya çıkan eğitim konu başlıklarında, başta Türkiye olmak üzere Birleşik Arap Emirlikleri, Avustralya ve Avrupa'da binlerce öğrenci, öğretmen ve ebeveynlere seminer ve konferanslar vermiştir. Halen yazarın bireysel gelişimle ilgili araştırmaları seminer ve konferansları devam etmektedir

Yayınlanmış Eserleri

- *Anlayarak Hızlı Okuma (2012)*
- *Kendi Yıldızını Yakala (2013)*
- *Hayata Gülümse (2014)*
- *Çocuklar İçin Hızlı Okuma (2014)*
- *Bilgine Hürmet (2015)*
- *Dikkat Geliştirme Egzersizleri*
- *Bir Fırsattır Her Sorun*

Ayrıca eğitim içerikli 100'e yakın yayınlanmış makalesi bulunmaktadır.

Eğitim Verdiği Konu Başlıkları

- *Anlayarak Hızlı Okuma Teknikleri*
- *Öğrenmeyi Öğrenme (Hafıza ve Zihin Haritaları Teknikleri)*
- *Başarının Yolu: Mantalite Değişimi – Alışkanlıklar Değişimi – Gündem Değişimi*
- *Kariyer Planlama*

Okuma Hızı Formülü

Aşağıdaki metni, dakika tutarak normal şekilde okuyun. Amaç, sadece başlangıç seviyenizi tespit etmektir. Ne kadar sürede okuduğunuzu saniye cinsinden (örneğin 140 saniye) tespit edin. Bu metnin, kelime sayısı olan 440'ı saniye sayısına bölüp altmışla çarpın (örneğin 140 saniyede bitirmişseniz yapacağınız işlem: 440 / 140 x 60 = 188).

Kitabı bitirip aşağıdaki örnek metni tekrar okuduğunuzda, daha kısa sürede bitirdiğinizi ve daha iyi anladığınızı fark edeceksiniz.

İçindekiler

Ön Söz 9
Okumanızı Ölçün 11
Hayat Koşullarımız 12
Dikkat Ben Okuyorum 16

Bölüm 1
Hızlı Okuma ve Sorunlar

Hızlı Okuma Nedir? 21
Hızlı Okuma Ne Zaman Ortaya Çıkmıştır? 22
Kişinin Kendisinden Kaynaklanan Yanlış Okuma Tutum ve Davranışları 24
Okumayı Etkileyen Yanlış Alışkanlıklar ve Dış Faktörler 33
Öğrenme Sorunları 38

Bölüm 2
Göz ve Beyin İlişkisi

Beynimizi Tanıyalım 45
Beynimizde Yolculuğa Çıkıyoruz 47

Bölüm 3
Anlayarak Hızlı Okumayı Öğrenmek

Anlayarak Hızlı Okumanın Faydaları 63

Bölüm 4
Göz Egzersizleri

Göz Egzersizleri 77

Bölüm 5
Hafiza, Dikkat ve Gözlem Çalşmaları

Hafıza, Dikkat ve Gözlem Çalışmaları 129
Dikkat ve Konsantrasyon Çalşması 10 143

Bölüm 6
Yönetim Farklılıkları

Anlama Kabiliyeti Nasıl Gelişir? 147

Bölüm 7
Okuyalım ve Anlayalım

Ana Fikri Bulma 167
Okuduğunu Anlama Egzersizleri 169

Bölüm 8
Öğrenme Şekilleri

Öğrenme Şekilleri 231
Görsel Öğrenenlerin Özellikleri 233
İşitsel Öğrenenlerin Özellikleri 235
Kinestetik Öğrenenlerin Özellikleri 237
Sonsöz (1) 240
Sonsöz (2) 241
Kaynakça 245

ÖN SÖZ

Geçmişten günümüze birçok şey değişti ve gelişti. Bunların başında okuma yeteneklerinin geliştirilmesi gelmektedir. Günümüzde hızla gelişen teknoloji ve bunun yanında insanoğlunun zamanla yarışır hale gelmesi toplumu kısa zamanda birçok işi yapma isteğiyle karşı karşıya getirmiştir.

Hızlı Okuma, Bir Ulusal Kalkınma Projesidir. Türkiye'nin gelecekte diğer ülkeler arasında stratejik öneminin daha da artması, bugünkü niteliklerine ilaveten "Bilgi Toplumu" olma özelliğini de kazanması ile gerçekleşebilir. Bilgi Çağı olarak nitelendirilen günümüzde, bilgiyi etkin ve hızlı bir şekilde edinmek bir gereklilik haline gelmiştir.

Hızlı okuma eğitimi sayesinde anlayarak okuma hızınızı, iki üç kat geliştirecek ve tüm okuma sorunlarınızdan kurtulacaksınız. Hem "Hızlı Okuma Metotları"nı öğrenecek, hem de okuduklarınızı daha iyi anlayacaksınız. Okuma ve anlama hızınızı geliştirmek, gün boyunca okumak zorunda kaldığınız ders kitapları, internet bilgileri, gazete, dergi ve kitap gibi materyalleri çok daha kısa bir zaman içerisinde okuyup bitirmenizi sağlayacaktır.

Ahmet Akay AZAK
İstanbul, 2014


Yeni
Başlayanlar
İçin
Hızlı Okuma

BAŞLARKEN...

Örnek Metin

HAYAT KOŞULLARIMIZ

Kelime Sayısı	256
Bitirme Süresi	
Dakikada Okunan Kelime Sayısı	

Hayatınızda bir şeyleri değiştirmeye karar verdiğiniz zaman, bu hayatınızın dönüm noktasıdır. Değişime ihtiyaç duyan ve bunun için gerekli olan bütün sebeplere başvuran kişi, bunu yapabileceği inancıyla hayatını değiştirebilir. Bu karardan sonra tavrınız ve seçimleriniz konusunda bütün sorumluluk sizdedir. İçinde bulunduğunuz şartları değiştirmeye teşebbüs etmeden önce, tavırlarınızın ve kararlarınızın kaynağı olan inançlarınızı gözden geçirmeniz gerekir. Potansiyelinizi açığa çıkaracak olan inançlarınız üzerinde durmalı ve onları güçlendirmeye çalışmalısınız.

Yaygın düşüncelere değil, kendi düşlerine sıkı sıkı yapıştıkları için başarıya ulaşan birçok insan hayranlık ve saygı ile anılır. Onlar sabır ve kararlılıkla, "az tercih edilen yolda" yürümeyi seçtiler ve başarılı oldular.

Şair ve bilim adamı Lauren Iseley bir gün sahilde yürüyüş yapıyormuş. Uzaktan dans eder gibi hareketler yapan bir adam onun dikkatini çekmiş. Merak edip hızlı

hızlı ona doğru yürümüş. Yaklaşınca bir gencin yerden bir şey alıp denize attığını, sonra birkaç adım koşup aynı hareketi sürekli tekrarladığını fark etmiş. Biraz daha yaklaşıp genci selamlamış ve aralarında şu konuşma geçmiş:

Ne yapıyorsun böyle?

Okyanusa denizyıldızı atıyorum.

Denizyıldızı mı?

Evet… Güneş yükseldi ve sular çekiliyor.

- Eğer onları hemen suya atmazsam az sonra ölecekler.

Ama görmüyor musun kilometrelerce sahil var ve baştan aşağı denizyıldızı dolu. Ne fark edecek?

Genç adam eğilerek yerden bir denizyıldızı daha alır ve denize fırlatır sonra da 'bakın' der 'onun için çok şey fark etti". Lauren Iseley geri döndüğünde gördüklerini bir türlü zihninden atamamıştır ve bu genç sadece gözlemci olmayı değil, anı yakalamayı ve aktif olarak bir fayda sağlamayı seçmiş diye düşünmüştür.

Ertesi sabah… Sahile inmiş ve genci bulmuş, saatlerce onunla okyanusa denizyıldızı atmışlar.

"Hayat Koşullarımız" adlı metinle ilgili olan aşağıdaki soruları cevaplayınız. Her soru 25 puandır. Eğer;

- Bir soruya doğru cevap verdiyseniz metnin %25'ini
- İki soruya doğru cevap verdiyseniz metnin %50'sini
- Üç soruya doğru cevap verdiyseniz metnin %75'ini
- Dört soruya doğru cevap verdiyseniz metnin %100'ünü

doğru anlamışsınız demektir.

Sorular

1) Kendi düşlerine sıkı sıkı yapıştıkları için başarıya ulaşan insanlar sevgi ve muhabbetle anılır.
   Doğru – Yanlış

2) Lauren Iseley fizikçidir?
   Doğru – Yanlış

3) Genç çocuk kumsaldan aldığı deniz kabuklarını atıyordu.
   Doğru – Yanlış

4) Okuma parçasının başlığı hayat efsaneleridir.
   Doğru – Yanlış

OKUMA HIZLARI
(Kelime/Dakika)
AZ
80 KELİME
ORTALAMANIN ALTINDA
80-160 KELİME
ORTALAMA SEVİYE
160-220 KELİME
SÜPER
500-800 KELİME
İYİ
320-500 KELİME
ORTALAMANIN ÜSTÜ
220-320 KELİME

Hızlı Okuma Kitabının Amaçları

Bu kitabın sizde oluşturmayı hedeflediği altı amacı vardır:

1) Okuma hızınızı iyi bir biçimde arttırmak.
2) Okuduğunuzu anlamanızı sağlamak ve bunu geliştirmek.
3) Gerek ticari, gerek siyasi, gerekse de akademik hayatta daha etkili bir biçimde kullanabilmeniz için gözlerinizin ve beyninizin işlevini anlamanızı sağlamak.
4) Sözcük dağarcığınızı ve genel kültürünüzü arttırmada yardımcı olmak.
5) Zamandan tasarruf etmenizi sağlamak.
6) Kendinize olan güveninizi arttırmak.

Yanlış Bilinenler
ANLAMAK İÇİN YAVAŞ OKUMALIYIZ
PARMAKLA VEYA SATIRLA TAKİP ETMEK BİZİ YAVAŞLATIR
KONUYA HAKİM OLABİLMEK İÇİN YAVAŞ OKUMALI
OKURKEN ANLAYAMADIĞIMIZ YERE GERİ DÖNMELİYİZ
EN İYİ OKUMA OKUDUĞUMUZU %100 ANLAMADIR
NOKTA VE VİRGÜLLERE DİKKAT ETMEDEN OKUNABİLİR

DİKKAT BEN OKUYORUM

Öğrenmek için gösterdiğimiz zihinsel çabaya 'dikkat' denir. Yeni şeyler öğrenirken veya bildiklerimizi tekrar ederken yeterli düzeyde dikkate sahip olmalıyız. Dikkatimiz dağınıkken yaptığımız çalışmalar, boşuna zaman kaybıdır. Öğrenmenin en yakın arkadaşı dikkattir. Dikkatimiz doğuştan getirdiğimiz bir beceri değildir.



Beynimiz belli bir süre sadece bir tek davranış veya düşünceye odaklanır. Bu süre, hepimizde farklılık gösterebilir. Bazen en sevdiğimiz bilgisayar oyununu oynarken annemizin defalarca seslenmesini duymamamız, dikkat seviyemizin en üst düzeyde olmasından kaynaklanır. Yeni öğrendiğimiz bilgilerde de dikkat seviyemizi, sevdiğimiz oyunlarda gösterdiğimiz dikkat seviyesine getirebilmemiz, başarımıza büyük katkıda bulunur.

Özellikle okurken yeterli dikkate sahip olursak defalarca aynı satırı okumak zorunda kalmayız. Bazen sayfanın sonuna gelmemize rağmen hiçbir şey anlamadığımızı fark ederiz. Bir bakmışsınız zamanınızın çoğu boşa gitmiş. Oysa dikkatlice yaptığımız okumalarda anlama seviyemizi en üste çıkartırız. Okuduklarımızı anlayabilmemizin en kolay yolu ihtiyaç duyduğumuz dikkat seviyesine çıkabilmektir.



Ayrıca, okuduğumuz bir soruya dikkatimizi vermemiz, soruyu doğru cevaplamamıza yardımcı olur.

Dikkatimizi Topluyoruz



Hayatımızın her anında dikkatimize ihtiyaç duyarız. Dikkatimiz, okulda yeni bilgiler öğrenirken veya caddede karşıdan karşıya geçerken bize yardımcı olur. Öğretmenimiz bir konuyu anlatırken dikkatimizin başka bir şeye kayması, eve geldiğimizde tekrar etmemizi zorlaştırır. Karşıdan karşıya geçerken yola dikkatsizce atacağımız adım, tehlike atlatmamıza sebep olabilir.



Yeni bir oyunu öğrenirken ilgimizin dağılması başarılı olmamızı engeller. Bu nedenle dağılan dikkatimizi kısa sürede arttırmak için işte birkaç ipucu:



1. Kolay odaklanabilmek için zihin ve bedenimizi dinlendirmeliyiz.

2. Yoğunlaşabilmek için merak duymalıyız.





3. Odaklanmamızı engelleyen sebeplerden kurtulmalıyız.

4. Hangi hedefle odaklanmamız gerektiğini kendimize hatırlatmalıyız.





5. Dikkatimizi toplayabilmek için başaracağımıza inanmalıyız.

BÖLÜM 1

HIZLI OKUMA VE SORUNLARI


Bugünün Okuyanları
Yarının Liderleridir.
Ahmet Akay AZAK

Hızlı Okuma Nedir?

Okuma esnasında göz, metin üzerinde soldan sağa doğru kayar ve her kelime üzerinde duraklar. Bu duraklamalar esnasında, aynı bir fotoğraf makinesi gibi gördüğü kelimenin resmini çekip beyne gönderir, beyin de daha önceden öğrenmiş olduğu bu sembolleri deşifre ederek bir araya getirir ve fikre ulaşır.

Hızlı okuma tekniği, çeşitli göz egzersizleri vasıtasıyla göz algılama kapasitesini ve duraklama esnasında gözün okuma alanını geliştirme temeline dayanmaktadır. Eğitim neticesinde, okuma ve anlama hızları **iki-üç** kat oranında yükselir.

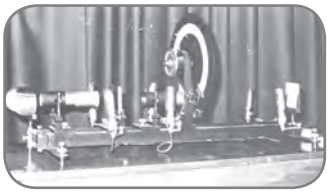
Hızlı Okuma tekniği, metnin sadece belirli bölümlerine bakarak uygulanan bir göz gezdirme ya da çapraz okuma yöntemi değildir. Metnin tümünü, daha doğru bir odaklanma ve daha hızlı bir algılama ile okumaktır.

Hızlı Okuma Ne Zaman Ortaya Çıkmıştır?

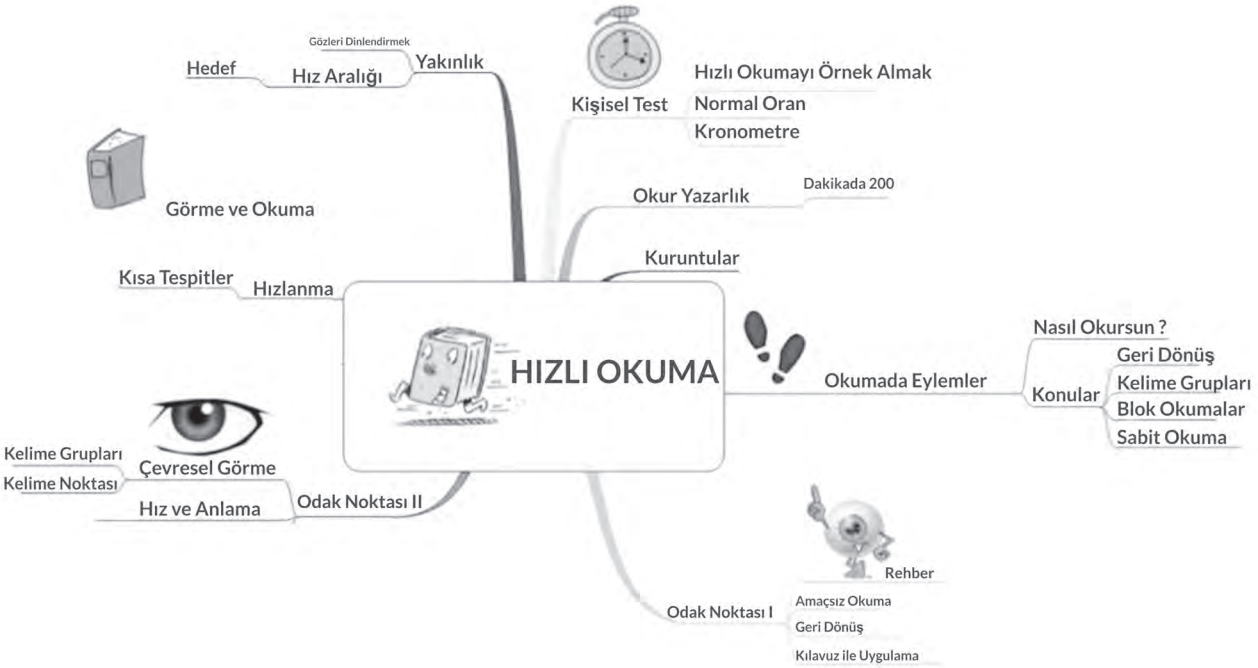
II. Dünya Savaşı sıralarında Luftwafe (Alman Hava Kuvvetleri) Alman Hava Kuvvetleri'nin uçakları İngiltere'yi bombalıyordu. İngiliz askerlerinin gözleri, gece gündüz gökyüzündeki Alman uçaklarında olurdu. Onları takip ederek gördükleri uçakların dost mu düşman mı olduklarını anlamaya çalışırlardı. Uçaklardaki düşman işaretlerini görür görmez sirenlere basarak halkın sığınaklara koşmasını sağlarlardı. Kimi zaman yanlış alarmlar halkı korkuturken, kimi zaman da fark edilemeyen düşman uçakları, sivil halkın üzerine bombaların düşmesine neden olurdu.



Ohio Üniversitesi'nden Dr. Renshaw'ın geliştirdiği 'takistoskop' aletiyle subaylar talim edildi. Göz algılama hızını geliştiren bu aletin merceği, saniyenin 25,50'si ve 100'ü hızlarda resim ve şekiller gösteriyordu. İlk başta, hiçbir şey algılayamayan subaylar, zamanla resim ve şekilleri çok net bir şekilde görmeye başladılar. Nasıl ki, egzersiz sonucu bir atletin bacak kasları gelişiyor ve daha hızlı koşabiliyor ise aynı mantıkla göz algılama kapasitesinin de artabildiği ortaya çıktı. Savaş sonrası, teknik ABD'de okumaya uyarlandı. Resim yerine kelimelerle yapılan takistoskop çalışmaları ile beynin kelimeleri hızlı bir şekilde algılaması ve neticesinde hızlı okuması sağlandı.



NOT: Takistostop sayesinde askerler, büyük bir ekran üzerinde yanıp sönen işaretleri takip ederek dost ve düşman uçakları çok daha hızlı ve doğru bir şekilde görmeye başladılar. Bilim dünyasına kazandırılan bu icadı eğitimciler "Daha başka nerede kullanabiliriz?" diye düşündüklerinde akıllı okuma tekniklerinin temellerini atmış oldular. 1950'li yıllarda takistostop, eğitimciler tarafından kullanılmaya başlandı. Takistostop sayesinde katılımcılara göz egzersizleri yaptırıldı ve bu kişilerin göz esnekliği artırıldı.


HIZLI OKUMA
Hedef
Hız Aralığı
Gözleri Dinlendirmek
Yakınlık
Görme ve Okuma
Kısa Tespitler
Hızlanma
Kelime Grupları
Kelime Noktası
Çevresel Görme
Hız ve Anlama
Odak Noktası II
Kişisel Test
Hızlı Okumayı Örnek Almak
Normal Oran
Kronometre
Okur Yazarlık
Dakikada 200
Kuruntular
Okumada Eylemler
Nasıl Okursun ?
Konular
Geri Dönüş
Kelime Grupları
Blok Okumalar
Sabit Okuma
Rehber
Odak Noktası I
Amaçsız Okuma
Geri Dönüş
Kılavuz ile Uygulama

Kişinin Kendisinden Kaynaklanan Yanlış Okuma Tutum ve Davranışları

Temel okuma becerisinin kavranması ve bu becerilerin günlük yaşama geçirilmesi son derece önemlidir. Bu bölüm de okumanın en önemli engelleri olan ve çalışmada bireyi yanlış okumaya yönelten sebeplerle yanlış okuma tutum ve davranışların nedenleri, çözüm yolları gibi son derece sık karşılaşılan sorunları ele almaktayız.

Hecelemek

Okumayı heceleyerek anlamaya çalışmak ya da seslendirmek gerek algılama gerekse zaman yönünden sakıncalıdır, çünkü düşünce herhangi bir şeyi bütün olarak algılar. Hecelemeden dolayı düşünce sistemleri arasında tam olarak bir bütünlük sağlanmadığı zaman gerek dil becerilerinin gelişimi gerekse kavrama kabiliyeti zarara uğrayabilmektedir. Bu engel, fonksiyonel okumanın dışına çıkarak okuma davranışının önüne set çekmektedir. Bu yanlış okuma oldukça yorucu bir okumadır. Heceleyerek okuma, okuma hızı açısından engelleyicidir, bunun yerine bütünü görme yoluna gidilmelidir.

Heceleme tekniği, bütün olarak kavrama yaklaşımına ters düşmektedir. Çünkü beynin hızı, görme hızından daha fazladır. Hecelemede beyin yorulur ve okuma zevki körelir.

Çözüm Önerileri

a) Resimleme metodu uygulanmalıdır.

b) Cümleyi oluşturan öğeler birlikte verilerek ezberletilmelidir.

c) Daha sonra kelimeye, en sonunda da heceye geçilmelidir.
d) Görme yelpazesi genişletilmelidir.

Kelime Kelime Okumak

Okuma işlemini yapan beynimizdir. Göz, gördüklerini beyne iletir. Beyin, gelen bilgileri deşifre edip sıraya koyarak birbiriyle ilişkilendirir. Eğer okuyucu bir defada bir kelime okuyorsa, okuma ve anlamı kaçırmalarına neden olur. Çünkü beyne ne kadar fazla bilgi gönderilirse beyin o kadar hızlı hareket eder, göz de iletkenlik işlevini kelimelerin üzerinden kayarak değil sıçrayarak yapar.

Göz bir duruş ve sıçrayış sırasında beyne ne kadar çok kelime gönderirse okuyucunun anlama düzeyi de o kadar artar. Diyelim ki on beş kelimelik bir cümleyi okuyan okuyucu eğer kelime kelime okuyorsa gözü on beş kez sıçrama yapacak, bu ağır tempoda gözden çok daha hızlı hareket eden beyin sabırsızlık göstererek okunan cümleye ilgisini kaybedecektir. Uzun bir cümlenin okunuşunda cümlenin sonuna gelindiğinde cümlenin basıyla ilişki kopmuş olduğu için okuyucu cümleyi tekrar bastan alarak okumaya çalışacaktır. Oysaki kelime kelime okuma yerine göz bir defada anlamlı iki üç kelime gönderecek olursa beyin tarafında anlamlı kelime grupları arasındaki ilgi çok çabuk kurulacak, böylece geri dönüşlerin önüne geçilip anlayarak okuma sağlanmış olacaktır.

Çözüm Önerileri

a) Görme yelpazesini genişletme çalışmaları yapılmalıdır.
b) Gözü hızlandırma çalışmaları yapılmalıdır.

c) Cümlenin ilk ve son kelimeleri yuvarlak içine alıp geri kalan kelimelerin altı çizilerek ilk kelimeyi okuyup çizgiyi takip ederek son kelimeyi okunmalıdır.

Önce bir kelimenin birkaç mm altına belirgin bir nokta koyulmalı, koyulan noktaya yoğunlaşıp üstteki kelimeyi görme çalışması yaparak daha sonra birkaç kelimenin altına nokta koyularak aynı çalışma tekrarlatılmalıdır.

Örnek cümlelerin kelimelerini, anlamlı bir şekilde birkaç kelimeyi yuvarlak içine alarak okuma çalışmaları yapılmalıdır.

Yeniden Okumak ve Geri Dönmek

Yeniden okuma ve geri dönme benzer kavramlar gibi görünse de aslında birbirlerinden farklıdır. **Geri dönme**; okunan kelimelere, cümlelere veya paragraflara bilinçli olarak geri dönmek anlamına gelmektedir. Bu, kelimeleri ya da cümleleri kaçırmış olduğunuzu veya konuyu tam olarak anlamamış olduğunuzu düşünmekten kaynaklanmaktadır. Birçok okuyucu, konuyu tam olarak anlayabilmek için başa dönme gereğini hisseder. **Yeniden okuma** ise daha çok görsel olup henüz okunmuş olan kelime veya cümlelere farkında olmaksızın yeniden dönme anlamını taşır. Çoğu zaman aynı cümleleri yeniden okuduğunuzun farkında bile olmazsınız.

Çözüm Önerileri

a) Okunan satırların üzeri kapatılarak yapılacak okuma çalışmalarıdır.

b) "Anlayamam" endişesini ortadan kaldırmak için kelimeleri bir defada okumaya yönelik güven verici telkin ve ikna çalışmalarıdır.

c) Seviye üstü metinleri sadeleştirme çalışmalarıdır.

İlgisizlik ve Yoğunlaşamamak

Okuyucu okuduğu parçada anlamını bilmediği kelimeler ve kavramlarla sık sık karşılaşıyorsa okumaya karşı ilgisizlik ve isteksizlik giderek artar, bu durum algılama seviyesini düşürerek okunan parçaların anlaşılmamasına, anlaşılmama da metne yönelik zaman kayıplarına neden olur. Artık okunan metinden çok günlük başka işlere veya sorunlara doğru ilginin yönelmesi söz konusudur. İlginin okunan parçadan başka şeylere yönelmesi metne yoğunlaşmayı da olumsuz yönde etkileyecek, okuyucunun okuma isteğini azaltacaktır.

Çözüm Önerileri

a) Okunan metinde anlamı bilinmeyen bir kelime tespit edilirse, kelime işaretlenip okumaya devam edilmeli, okuma işlemi bitince kelimenin anlamına sözlükten bakılmalıdır.

b) "Hızlı ve geri dönmeden okursam anlayamam." ön yargısını aşmak, okunan materyale göre (gazete, roman, makale...) okuma hızı tespit edilmelidir.

c) Günlük hayatın telaşından ve gerginliğinden uzaklaşıp okunan parçaya yoğunlaşma öğrenilmelidir.

d) Okumaya başlamadan önce okumaya uygun bir ortam ile okuyucunun ilgi ve dikkatini çekecek materyal hazırlanmalıdır.

Dudak Kıpırdatmak

Dudak kıpırdatarak yapılan okumalar, okuma hızını düşürerek anlamayı olumsuz etkilemektedir. Sesli okuma döneminde, sessiz okumaya yeterince yer verilmediğinden bu problem ortaya çıkmaktadır.

"Sesli okuma, özellikle temel eğitimin birinci kademesinde üzerinde önemle durulması ve örgencilere mutlaka kazandırılması gereken temel dil becerilerindendir." Bu dönem sağlıklı bir şekilde geçirildikten sonra sesli okumaya daha fazla yer verilmemelidir. Sesli okumada gözle algılanıp zihinle kavranan sözcük veya sözcük kümeleri dil yardımıyla seslendirilir. Bu alışkanlık sürekli devam ederse sessiz okuma düzeninde de bu yanlış okuma ortaya çıkar.

Çözüm Önerileri

a) Dudak kıpırdatmasını önlemek için dudaklar arasına bir mendil yerleştirilmelidir.
b) İlk okuma döneminde belirlenen süre aşılmamalıdır.
c) Cümlenin tamamına baktırılmalıdır.

Anlayamama Endişesi

Genellikle seviye üstü metinlerin verilmesi sonucu oluşan bir davranıştır. Okuma engelleriyle karşılaşan okuyucu kendine olan özgüvenini yitirir. Bu durum okuyucunun okuma psikolojisini olumsuz etkiler, zihinsel olarak bireyin okuma becerisi kazanmasını engeller. Okuyucunun bu durumu aşamaması zamanla bir refleks şekline gelerek okumadan uzaklaşmaya se-

bep olur. Bundan dolayı bazı öğrenciler okuldan soğumakta ve hatta okul hayatlarına nokta koyabilmektedir.

Çözüm Önerileri

a) Seviye üstü metinler verilmemelidir.
b) Okuyucunun özgüvenini sağlayacak ve severek okuyacağı eserler verilmelidir.
c) Okumadan zevk alınması sağlanmalıdır.

Ön Yargılar

Geçmiş yaşantılar sonucu oluşmuş davranışlar okumaya karşı olumsuz tutumlar geliştirebilir. Gerek öğretmenler gerekse anne ve babalar çocuklar üzerinde büyük bir etkiye sahiptirler. Onların yaklaşımları çocukların esnek ya da katı okuyucu olmalarına zemin hazırlayacaktır. Bu bakımdan model olabilecek kişilerin okumaya bakışı önemlidir.

Çözüm Önerileri

a) Kontrol edilmiş metinler yoluyla temel yaklaşımlar kazandırılmalıdır.
b) Okuyucu, okuma konusunda serbest bırakılmalıdır.
c) Okumayla ilgili ön bilgi verilirken olumsuz yargılardan kaçınılmalıdır.

Okunanı Sessiz Takip

Sessiz okuma süresince göz, yazıyı tanır tanımaz algılar ve uzun ya da kısa süreli belleğe gönderir. Bu algılama hızlı oku-

ma ve anlamayı olumlu etkiler. Yanlış olan ise okunan metinleri okuyucunun içinden sesli okuyarak takip etmesidir. Bu yanlış okuma tutumu, hem okuma hızını hem de algılamayı olumsuz etkiler.

Çözüm Önerileri

Seviye metinleri yoluyla geriye dönüşler engellenebilir.

YAVAŞ OKUMANIN BAŞLICA NEDENLERİ
KELİME KELİME OKUMA
BİLGİ YETERSİZLİĞİ
GERİ DÖNÜŞ
HECELEME
ANLAYAMAMA KORKUSU

Okumayı Etkileyen Yanlış Alışkanlıklar ve Dış Faktörler

Göz ve Başla Takip

Baş ve vücut hareketleriyle satırları takip etmek göz – satır mesafesini bozmaktadır. Bu durum gözü yorduğu gibi beyni de yormaktadır. Bu davranış, parmakla yapılan takip gibidir. Kelimeleri göz ya da başla takip ederek tek tek okuma, okuyucunun dikkatini dağıtacağı gibi algılama süresini de uzatır.

Çözüm Önerileri

a) Başın sabitlenmesi için, üstüne bir kitap konularak sağa sola dönüşleri engellenmelidir.
b) Okuma metni, uygun mesafeye getirilmelidir.
c) Satır araları ve cümle uzunlukları düzeye uygun olmalıdır.

Göz Eğitimsizliği

Göz eğitimsizliği, gözün satırlar üzerinde düzenli hareket edememesidir. Okuma eğitimini yeterince alamayan bir göz, satırlar üzerinde gezinir durur. Sıçramalar ve duraklamalar düzenli olmaz. Kişi sık sık geri dönüşler yapar. Bu nedenle de satırdaki düşünceleri birbirlerine bağlayarak bütünleştirip anlamlandırmada zorlanır. Bunun için gözü, sürat ve çabukluk kazandırıcı bazı yardımcılarla eğitmek gerekir. Örneğin, bir vasıtada giderken ilanları okuyarak ve varsa videoda iki üç kat hızlandırılmış alt yazılı filmleri seyrederek küçük göz

egzersizleri yapabilirsiniz. Başlangıçta yoğun konsantrasyon nedeni ile başınız ağrıyacak, ama bir süre sonra alışacaksınız. Daha sonra alt yazılı bir filmi normal hızında seyrettiğinizde size çok yavaş gelecek ve canınız sıkılacaktır.

Çözüm Önerileri

Okuma sırasında dik oturulmalıdır.

Mesafe yaklaşık 30–40 cm olmalıdır.

Cümlenin tamamı görmeye çalışılmalıdır.

Metinler sütunlar şeklinde verilmelidir.

Ortam Engeli

Okuma ortamı, okumanın gerektirdiği okuma materyallerinden yoksun olduğu zaman, okuyucunun isteğini arttıran ve motive eden temel etkenler olmayacaktır. Bu eksiklik, okuma hızını ve anlamayı olumsuz etkileyecektir. Ortamın araç-gereçlerden yoksun olması okuyucuyu yanlış okuma davranışlarına yöneltebilir.

Çözüm Önerileri

a) Işık direk göze gelmemelidir.
b) Okuma düzeni tek kişilik olmalıdır.
c) Sessizlik sağlanmalıdır.
d) Okuma salonunda Türkçe sözlük bulunmalıdır.
e) Okuma salonunda deyim ve atasözleri sözlüğü bulunmalıdır.
f) İlgi ve seviyeye uygun eserler olmalıdır.

Okumak ve Motivasyon Eksikliği

Okumanın gerçek amacı, anlamı çabuk ve doğru kavramaktır. Kitap veya metni niye okuduğunuzu düşündükten sonra motivasyonunuz kendiliğinden artar.

Okumak yalnızca görmek değildir. Okumak yazarla aktif bir söyleşi şeklinde sürdürülen zihinsel bir süreçtir. Bu anlamda okuyabilmek için görmenin ötesinde zihinsel beceriler gereklidir. Bu zihinsel beceriler de öğrenme yolu ile gerçekleştirilebilir. Örneğin bir metne baktığımızda en fazla iki üç sözcük algılayabilen bir okuyucu belirli bir eğitim programı sonucunda bir bakışta cümlenin ya da paragrafın tümünü algılayabilir hale gelir. Yine öğrenme sonucunda, sürekli olarak her okuma çabasında yazarla aktif bir söyleşi içinde yazarın görüşlerini açığa çıkarmayı öğrenerek etkin bir okuyucu olabilir.

Çözüm Önerileri

a) İhtiyaca göre kitap ya da herhangi bir eser seçilmelidir.
b) Beklenti ve ilgilere cevap veren eserlere yönelinmelidir.
c) Seçicilik özelliği kazandırılmalıdır (Kişi, hangi eserleri niçin okuması gerektiğini bilmelidir.).

Bilgi Düzeyinin Yetersizliği

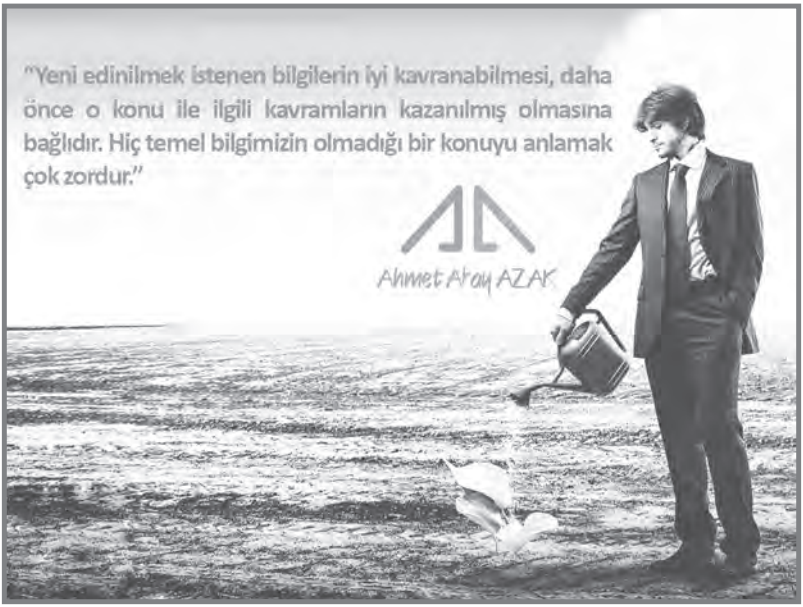
Yeni edinilmek istenen bilgilerin iyi kavranabilmesi, daha önce o konu ile ilgili kavramların kazanılmış olmasına bağlıdır. Hiç temel bilgimizin olmadığı bir konuyu anlamak çok zordur.

Genellikle bilmediğiniz kelimenin anlamı cümleden çıkarılabilir. Şayet bilmediğiniz kelimeler çok fazla karşınıza çıkıyor ise duraksar ve anlam çıkartmaya çalışırsanız zorunlu olarak duraksar ve okuma hızınızı yavaşlatan en önemli nedenlerden biri haline gelir.

Okunan parçada sürekli olarak bilmediğiniz kelimelerle karşılaşırsanız kelimenin altını çizin ve okumaya devam edin. Çünkü devamlı duraksamak okuma hızınızı kesecek ve konsantrasyonunuzu bozacaktır.

Çözüm Önerileri

a) Metinler okuyucunun seviyesine uygun hâle getirilmelidir (kontrol yoluyla).
b) Bilinmeyen kelimelerin miktarı ayarlanmalıdır (7-8'i geçmemeli).
c) Önemli olan çok okumak değil kalıcı ve yararlı bilgiler edinmeyi sağlamaktır.


"Yeni edinilmek istenen bilgilerin iyi kavranabilmesi, daha önce o konu ile ilgili kavramların kazanılmış olmasına bağlıdır. Hiç temel bilgimizin olmadığı bir konuyu anlamak çok zordur."
Ahmet Atay AZAK

ÖĞRENME SORUNLARI

Öğretmenimiz önemli bir konuyu anlatırken, biz pencereden dışarı bakıyorsak veya gözümüz bir arkadaşımıza takıldıysa, öğretmenimizin anlattıklarını hiç duymayız. Aniden konuyla ilgili gelen soruya cevap veremediğimizde sınıfta zor durumda kalabiliriz.

Sınavlarda verilen süre içinde başka düşüncelere dalmamız, soruları tamamlamamızı engeller. Bu yüzden dikkatimizi dağıtan sebeplerden uzak durmamız veya bu sebeplerin farkında olmamız gerekir. İşte dikkatimizin dağılmasına neden olan birkaç sebep:



1. Önemsiz olaylarla beynimizi meşgul etmek.



2. Duygusal sorunlarımızla başa çıkamamak.



3. Yeni bir şey öğrenirken gereksiz ayrıntılara takılmak.



4. Bulunduğumuz ortamdaki diğer seslere kulak vermek.



5. Başarabileceğimize inanmamak.

Benzer Harfleri Karıştırmak

Okumayı yeni öğrenmiş öğrencilerin karşılaştıkları öğrenme sorunlarının başında alfabedeki bazı benzer harfleri karıştırmaları gelmektedir. İlk olarak birbirinin simetriği olan b-d, m-n, u-n gibi harfleri öğrenmede zorlanan öğrenciler genellikle bu harfleri ters olarak algılarlar.

Birbirinin simetriği dışında olan f-t, c-e, a-o, c-ç, s-ş gibi birtakım harflerin yazılışları birbirine karıştırılmaktadır. Birbirine benzer harflerin karıştırılması öğrencinin dikkatsizliğinden bazen de ilgisizliğinden ileri gelmektedir.

Öğrenme sorunları öğrencinin bazı kelimeleri yanlış okuması sonucunu çıkaracağı için okunan metinde cümlenin anlamı bozulmakta ve okuma amaca ulaşmamaktadır. Bu sorunları yaşayan çocuklar, okumaktan soğumakta hatta bazen de arkadaşlarının alaylarıyla durumu kavramayan öğretmenlerin sert tavırlarına maruz kalmakta ve böylece bu sorun ileriki dönemlere uzanmaktadır.

Ters algılama ile karıştırma sonucu ortaya çıkan öğrenme sorunu öğretmen tarafından zamanında tespit edilerek sorunun ileriki yaşlara taşınmasını da önlemek için çözüme yönelik çalışmaların yapılması lâzım gelmektedir.

Çözüm Önerileri

a) Birbirinin simetriği olan harflerden oluşturulmuş kelime grupları oluşturulup simetriği olan harfler renkli kalemle boyanarak okuma çalışmaları yapılmalıdır.

b) Birbirine benzer harflerden oluşan kelimelerden karşılıklı gruplar oluşturarak okuma çalışmaları yapılmalıdır.

c) İlköğretimin I. ve II. kademelerinde okuma etkinliğinin başarıyla tamamlanabilmesi için öğretmen ve aile faktörünün çok önemli olduğu ve özellikle öğretmenin okuma konusunda yeterli bilgi birikimi ve pedagojik formasyona sahip olması gereklidir.

d) Okuma engellerinin genellikle öğretim yöntemi ve kalabalık sınıflardaki öğrencilerin sayısıyla da yakından ilişkili olduğu söylenebilir.

e) Öğretmenin her öğrenciyle bire bir ilgilenmesi kalabalık sınıflarda son derece zordur.

f) Benzer harfleri karıştırma konusunda çok az da olsa zihinsel faktörün etkisi vardır; ama bu durum daha çok psikolojik kökenlidir. Bu bağlamda öğrenciye gerekli uygulama ve yerinde tekrar yaptırıp okuma saatleri düzenlenerek problemler ortadan kaldırılabilir

g) Okumaya hazırlık döneminden eleştirel ya da seçici okuma aşamasına kadar öğretmenler örgenciyi sürekli yapıcı yaklaşımlarla motive edip desteklemelidir. Okuma engeli olan örgenciler sabırla takip edilip yerinde verilecek ödüllerle problemleri halletme yoluna gidilebilir.

h) Özellikle bire bir destek alması gereken öğrencileri ilgili birimlere yönlendirerek onları psikolojik olarak rahatlatmalı, sorunun hızla ortadan kalkmasına ortam hazırlamalı, böylece öğrencinin okumadan zevk alması sağlanmalıdır.

i) Öğrencilerin hedeflenen okuma alışkanlıklarını kazanabilmesi için okuma yönteminin iyi tespit edilip uygulanması gerekmektedir. Öğrencilere okuma öğretilip çalışmalar bırakılmamalı, ayrıca yeni bir yöntemle okuma

çalışmaları yapılarak doğru tutum ve davranışlar alışkanlık hâline getirilmeli ve çocuğun bu okuma çalışmalarından zevk alması, kendine güvenmesi sağlanmalıdır.

j) Bu temel sorunların aşılması, okuma engellileri için önemli bir noktadır. İyi bir okuyucu olmanın temelinde okuduğunu net bir şekilde anlama anlayışı vardır. Okuyucu, kendine duyduğu özgüvenle daha kolay karar verme noktasına ulaşır. Bu durum bireyin olay ve durumlara eleştirel bir bakışla bakmasını sağlamaktadır. Bu bakımdan bir şeyi doğru okumanın doğru anlamayı, doğru anlamanın ise fikir üretme yeteneğini geliştireceği kanaatindeyiz.

Benzer Kelimeleri Karıştırmak

Öğrenme sorunlarından birisi de okuyucuların kökleri birbirine benzeyen bazı kelimeleri karıştırmalarıdır. Tümdengelim yönteminin içinde kelime bir bütün olarak öğretildiği için her kelime yazılış biçimiyle okuyucunun zihninde simgelerden oluşmuş bir imaj yaratmaktadır. Okuyucu kelimenin ilk okunuşunu öğrendikten sonra ya benzer kelimelerle karıştırmakta ya da kelimeyi görür görmez kelimenin tamamına bakmadan ilk aklına geleni söyleyerek ekleri okumamaktadır. Kelimelerin ekleri atlanarak okunmamalıdır, çünkü bu tür yanlış okuma beraberinde okuduğunu anlama güçlüğünü getirecektir.

Çözüm Önerileri

a) İlk okuma dönemindeki temel okuma yanlışlarını saptayıp biraz daha seviye altı metinler verilerek okuyuculara yardımcı olunabilir.

b) Kelime oyunları yoluyla sorun aşılabilir.
c) Karıştırılan kelimeler belirlenerek günlük kullanıma geçirilebilir.
d) Benzer kelimelerden oluşmuş tekerleme ve mâni çalışmaları yapılabilir.

Pasif Okumak (Amaçsız Okumak)

Okuyacağınız yazıya zihninizi yönlendirmeden ana fikri, yazarın düşünce ve olaylara bakış biçimini, üslubunu anlamadan yapılan okumadır. Yazıyı ne amaçla okuduğunuzu bilmeden yapılan okumalar, okuma hızını düşürür. Dikkat yoğunlaşması olmadığı için de anlama olayı oluşmaz. O nedenle önce okunacak konuyu niçin okuyacağınızı belirlemeniz gerekir. Sonra bir ön okuma yaparak sorular belirlemek, soruları yanıtlamak için tekrar dikkatinizi yoğunlaştırarak yeniden okumak, etkili okumayı sağlar.

BÖLÜM 2

GÖZ VE BEYİN İLİŞKİSİ

EĞİTİM ŞART



BEYNİMİZİ TANIYALIM



Beynimiz, kafatasımızın içinde bulunan yumuşak bir dokudur. Bu yumuşak doku, sağ ve sol lop olmak üzere iki parçaya sahiptir. Her ikhK i lobun da kendisine ait özelliklerini birleştirerek akıllı okumada kullandığımızda sonuçlar mükemmel olacaktır.

Son zamanlarda beynimizle ilgili yapılan araştırmalar hızla artmaya başladı. Önceleri, zekânın beynimizin büyük ya da küçüklüğüyle alakalı olduğunu sanıyorduk. Ancak zekâmızın asıl kaynağının, beynimizin kıvrımlarındaki artış olduğu anlaşıldı.

Beynimiz, yaklaşık **100 milyar** nöron hücresinden oluşur. Her nöronumuzun uzun kuyruğa benzer bir parçası ve çok sayıda dalı vardır. Nöronlarımız, bu dallar boyunca çok düşük elektrik akımları geçirerek diğer nöronlara süperhızlı mesajlar iletir.

Nöronlarımız, kendi aralarında bu iletişimde bulunmasaydı, vücudumuz hiçbir şey yapamazdı. Yaptığımız her şey,

her duygu, düşünce ve hareket, nöronlar arası iletişim sayesinde oluşur. Bir hareketi her tekrarladığımızda nöronlarımız arasındaki geçiş de kuvvetlenir ve her defasında geçim hızı kolaylaşır. Bunlara **"alışkanlıklar"** denir.

Kullanmadığımız veya daha az yaptığımız davranışlarda ise nöronlarımız arasındaki bağ zayıflar; hatta zamanla yok olabilir. Örneğin bebeklik çağlarımızda yürümeye başlamadan evvel emekliyorduk. O dönemde emeklemeyi çok hızlı gerçekleştiriyorduk. Sonra yavaş yavaş yürüme becerisini kazandık. Şimdi istesek gene emekleyebiliriz; ancak bebeklik çağımızdaki kadar seri ve hızlı olamadığımızı fark ederiz. Bunun nedeni, nöronlarımız arasındaki geçişi kullanma sıklığımızdır.

Şimdi bir deneme daha yapalım: Derste öğretmenimiz, kendisini dikkatli dinlememizi istediğinde bize "çiçek olun" der. Şimdi hep beraber çiçek olacağız. Bunun için de öncelikle kollarımızı göğüs hizamızda kavuşturacağız. Bu yapmış olduğumuz kavuşturma hareketinde, nöronlarımız arasındaki geçişlerimiz kuvvetli olduğu için zorlanmıyoruz.

Şimdi tam tersini yapmaya çalışın. Yani alttaki kolunuzu üste, üsteki kolunuzu da alta yerleştirmeye çalışın. Nöronlarınız bu eylemde zayıf olduğu için bizi zorluyor ve hızımızı azaltıyor.

BEYNİMİZDE YOLCULUĞA ÇIKIYORUZ



1. Beynimiz, iki yumruk büyüklüğünde ve 1,4 kilogram ağırlığındadır.

2. Beynimizin enerjisi, bir şehre yetecek potansiyelde atom enerjisine sahiptir.

3. Beyin hücreleri, diğer hücrelerimize göre daha geç ve yavaş ölür; ancak yerine yeni hücre üretimi gerçekleşmez.

4. Tüm duygu ve düşüncelerimiz, nöronlar arası elektriksel akım sayesinde gerçekleşir.



5. Beynimizde yaklaşık 100 milyar nöron bulunur ve her nöron, bir diğer nörona 10 milisaniyede ulaşır.

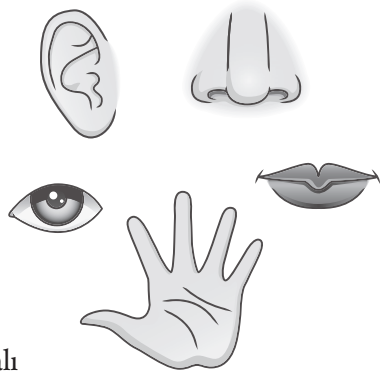
Gözümüzü Tanıyalım

Beş duyu organımızdan biri olan göz, dış dünyamızı algılamamızı sağlayan tek organımızdır. Görme sinirlerimizdeki optik liflerin sayısı 1.200.000'dir. Gözün yapısı tek kişilik bir eve benzer. Önünde dışa doğru kavis almış bir cumba kornea ve arkasından beyne doğru uzanan uzunca bir 'fiber optik' kablo, optik lif bulunur.

Her gözde 130 milyon ışık alıcı hücre vardır. Buraya gelen sinyaller beş santimetrelik görme siniriyle beyne ulaşır. Göz, bir anda beyne 1,5 milyon bilgi sinyali gönderir.

Eğitimlerim sırasında anladım ki, insanların çoğu sadece gözleriyle gördüğünü düşünüyor. Hâlbuki göz gördüğü şeyin fotoğrafını çeker ve beyne gönderir ve daha sonra beynimizin arkasına gider, işte orada görme olayı meydana gelir. Gözümüz o kadar hafiftir ki, takriben yedi sekiz gram ağırlığında olmasına rağmen gece karanlığında 20 km uzaklıktaki bir ışık süzmesini fark edebilecek kadar hassas bir yapıya sahiptir.

ALGILAMA



Düşünceler beynimizden geçtiğinde, her birey kendine göre bir sistem kullanır. Örneğin; bazı arkadaşlarımızdan rüzgârlı bir günde deniz kenarında yürüdükleri günü hatırlamaları istense kimisi dalgalı

denizin görüntüsünü hayalinde canlandırır, kimisi dalgaların kıyıya vurduğunda çıkan sesini duyar, kimisi de dalgaların kıyıya çarpmasından sonra sıçrayan damlaların vücuduna değmesini hisseder.

Hepimizde ortak algılamalar vardır. Sadece bunlardan birini ya da ikisini daha çok kullanmayı tercih ederiz. Örneğin; duygusal bir hikâye okurken dokunsal algı sistemini kullanan bir arkadaşımız, tasvir ağırlıklı bir hikâye okurken görsel algı sistemini kullanarak algılamasını kolaylaştırabilir.

Öğrenmede kullandığımız algı sistemimizi bilmek, okuduklarımızı anlamamıza da yardımcı olur.

Okurken kullandığımız algı sistemini bulmak için, konuşurken kullandığımız kelimelerle, okuduğumuz bir yazıda en çok hangi anlatımın dikkatimizi çektiğini fark etmek bize yol gösterebilir.

Şimdi tarihte yaşanmış bir olayı **üç ayrı** şekilde anlatacağız. Lütfen dikkatlice okuyun. Bu anlatımdaki bölümlerden birinin sizi daha fazla etkilediğini fark edeceksiniz.

Alparslan:

Anadolu Selçuklu Hükümdarı Alparslan, Malazgirt Savaşı'ndan önce tüm ordusunu Malazgirt Ovası'nda topladığında, üzerinde bembeyaz bir elbise ile atının sırtında ordunun önüne geçti. Aşağıya inip atının kuyruğunu bağlayarak askerlerine savaş durumuna geçildiğinin işaretini verdi.

Bu görüntü **görsel** askerler için çok etkileyiciydi. Atının tekrar sırtına bindi ve askerlerine "kumandanlarım, askerlerim, silah arkadaşlarım!" diyerek seslendi.

Konuşmasına başladığında **işitsel** askerlerin dikkatini üzerine çekmeyi başarmıştı. Konuşmasına şöyle devam etti.

"Bu savaş bizim için ölüm kalım savaşıdır. Eğer ben bu savaşta şehit olursam, benim için kefen aramayın. Beni, üzerimdeki bu beyaz elbise ile gömün. Ben bu savaşa kefenimle gidiyorum!" dediğinde **dokunsal** askerlerin hepsi çok heyecanlanmıştı.

Anlatımın tamamı dikkatinizi çekmiş olabilir, ancak hangi kısmın daha etkileyici ve akılda kalıcı olduğunu kendinize göre belirlemeye çalışın.

Şimdi aşağıdaki öyküde anlatılanları zihninizde canlandırmaya konuşmaları **duymaya** ve **duyguları** hissetmeye çalışalım. Öykü bittiğinde aklımızda daha çok şey kaldığını fark edeceğiz.

Bir Hikâye Karınca Kito

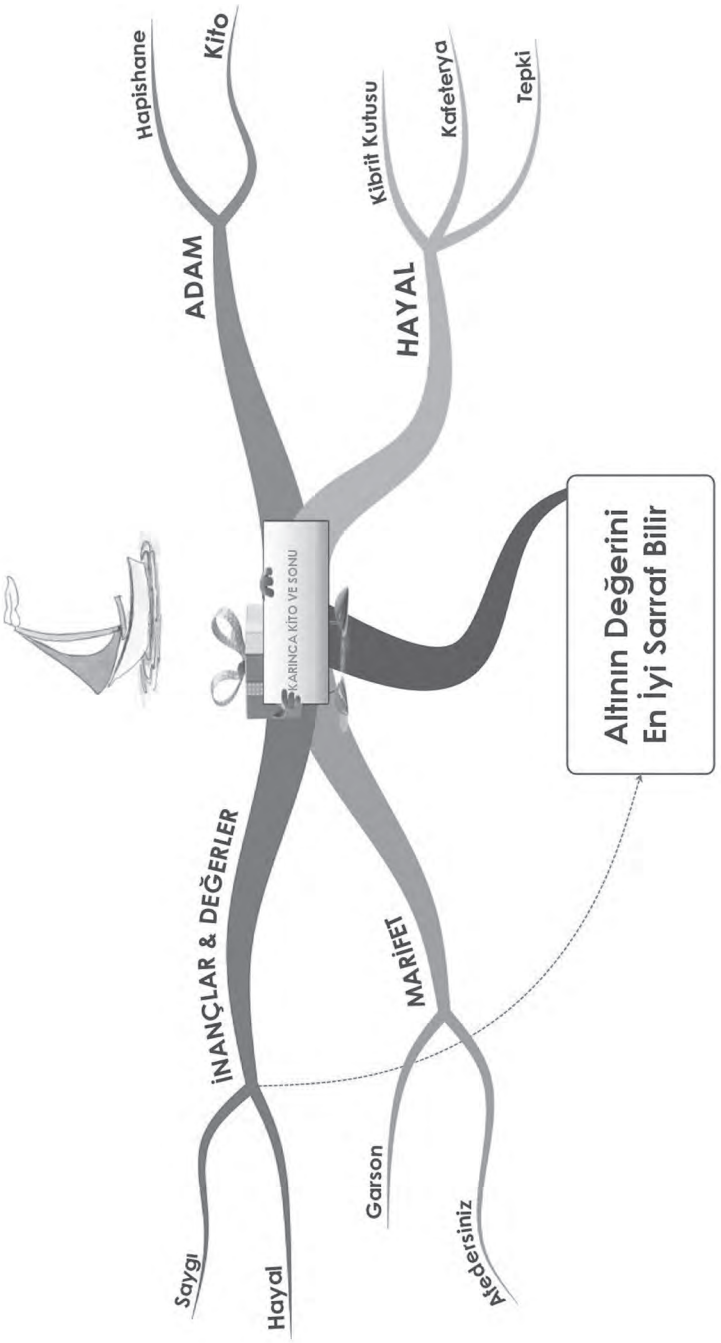
Hapisten yeni çıkmış olan eski bir mahkûm ile onun hapishanede senelerce emek vererek yetiştirdiği Kito adlı üstün yetenekli bir karıncası vardır. Adam Kito'yu alarak bir kafeteryaya gelir. Maksadı, özgürlüğünün tadını çıkarmak ve Kito ile bir şeyler yiyip içmektir. Adam masaya oturur ve kibrit kutusunu açarak Kito ile konuşmaya başlar: "Kito, oğlum artık seninle çok güzel şovlar yapacağız. Paralar kazanacağız... Kito neredesin?... Oğlum kutunun tavanına çıkmışsın. İn oradan aşağı! Haydi, biraz gösteri yap da sana kesme şekerini vereyim."

Kito takla atar, adam ne derse harfiyen yapar. Bu sırada kafeteryanın garsonu, sipariş almak üzere adama yaklaşmaktadır ve eski mahkûmun düşüncesine göre Kito, insanlara ilk şovunu yapma fırsatı

yakalamıştır. Garson Kito'nun şovunu görünce şoke olacaktır. Fakat durum hiç de sandığı gibi olmaz. Garson, masaya yaklaşıp da adamın yanındaki karıncayı görünce hızla elindeki bezi alır ve "Affedersiniz beyefendi" diyerek Kito'yu öldürür.

Ana fikir: Her kişinin kendine ait değerleri ve inançları vardır. Bir kişi için çok önemli olan bir olay, diğeri için pek de önemli olmayabilir.

Çıkarılacak ders: Kişileri, kendi değer ve inanç sistemimize göre değerlendirirsek sorunlarla karşılaşabiliriz. Yapmamız gereken, kişilerin inanç ve değerlerine saygılı olmak ve ilişkilerimizde kendimizi onların yerine koyarak hareket etmektir. Altının değerini en iyi sarraf bilir.


Hapishane
Kito
ADAM
Kibrit Kutusu
Kafeterya
Tepki
HAYAL
KARINCA KİTO VE SONU
İNANÇLAR & DEĞERLER
MARİFET
Saygı
Hayal
Garson
Affedersiniz
Altının Değerini
En İyi Sarraf Bilir

BÜTÜNÜ GÖRME

Çoğunlukla karşılaştığımız olayların birden fazla çözüm yolu vardır. Okula bile birden fazla yolla gidebiliriz. Önemli olan, başka yollara ihtiyaç duymadan da bütün yolları fark edebilmektir. En uygun çözüm için bütüne bakıp, detayı öyle bulmaya çalışmalıyız.

Olayların bütününe bakmak, okumaya çok benzer. Okumada nasıl öncelikle metnin geneline göz atıp, sonra satırlar ve paragraflar üzerinde gözlerimizle buz pateni yapıyorsak olayların da önce bütününe bakıp sonra çözüm yolları üretmeliyiz. Tıpkı bilgenin dediği gibi...

Bir gün hayatındaki engelleri aşamamaktan yakınan bir adam, bilgenin yanına gelir ve "Efendim ben, önüme çıkan engellerin hiçbirini aşamıyorum. Ne yapmam gerekiyor?" der. Bunun üzerine bilge, adamı da yanına alıp pencerenin önüne gelir. Camda kanatlarını açmış çırpınan bir kelebeği gösterir. Kelebek, dışarı çıkmaya çalışırken devamlı camlara çarpmaktadır.

Bilge, kelebeğin çıkışını kolaylaştırmak için yavaşça camı açmasına rağmen kelebek yine çırpınır ve cama çarpmaya devam eder. Bunun üzerine bilge, yanındaki adama döner ve "Kelebek, dışarı çıkması için gerekli olan tek yolun, şeffaf olduğu için dışarıyı gösteren ama gerçekte kapalı olan camların olduğunu sanıyor... Oysa birazcık geri çekilip şöyle bir baksa, dışarı çıkması için kocaman bir camın açıldığını kolayca görecektir. Ne var ki, bütünü göremeyip sadece bir noktaya odaklandığı için kendisini odanın içinde tutsak kalmaya mahkum ediyor. Bazen bizlerin de önüne aşılmayacak sandığımız en-

geller çıkar. Böyle zamanlarda, bütüne bakarak çözüm yolunu bulmaya çalışmalıyız." der.

Sağ beynimizin en önemli özelliği, bütünü görebilmektir.

Bütünü Görebilmek İçin Şunlara Dikkat Etmeliyiz:

1. Farkındalığımızı artırmalıyız.
2. Bütünü beynimize kolay yerleşecek parçalara bölmeliyiz.
3. Her parçayla puzzle gibi bütün oluşturmalıyız.



Okumayı Kolaylaştıracak İpuçları

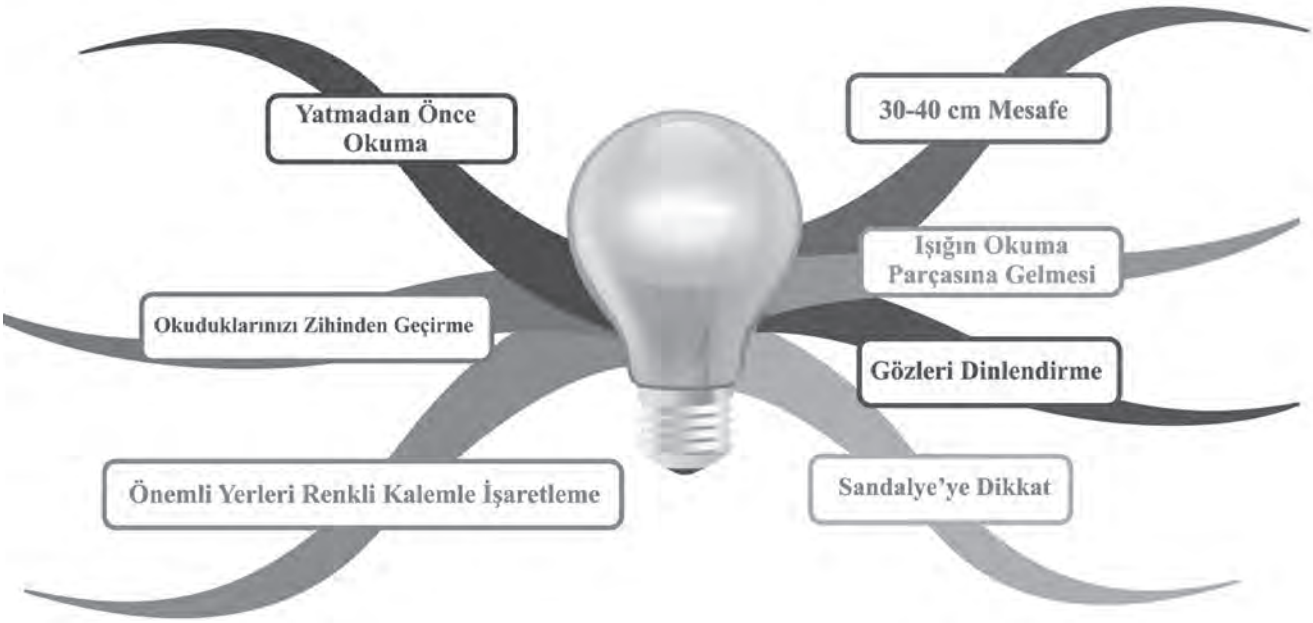
Okuma süresince dikkat edilmesi gereken önemli bir sebep de göz sağlığımızı korumaktır. Okuma yaparken algılayış şekillerimiz diğer arkadaşlarımızdan farklı olsa bile hepimizin okuma süresi boyunca dikkat etmesi gereken şeyler vardır. Bu şekilde algı ve dikkatimizi üst düzeye çıkararak okuduklarımızdan sıkılıp uykumuzun gelmesini engellemiş oluruz.

1. Materyallerle aramızda 30-40 cm'lik bir mesafe gerekiyor.
2. Okuma esnasında ışık doğrudan gözünüze değil yalnızca okuduğunuz yazıya gelmeli.
3. Zaman zaman durun ve uzağa bakarak yorulan gözlerinizi dinlendirin.
4. Mat kâğıttaki yazıları parlak, parlak kâğıttaki yazıları mat ışıkta okuyun.
5. Okuma esnasında sandalye veya bir koltukta oturmak daha makul olacaktır. Yatarak veya yüzüstü uzanarak ya-

pılan okumalar sırasında uykunuzun gelmesi yüksektir.

6. Kitap okurken önemli gördüğünüz yerleri renkli kalemle işaretleyiniz veya sayfa kenarına not alınız. Çünkü bazı kitapları bir defa okumak yeterli olmayabiliyor. Belli bir zaman sonra tekrar dönüp gözden geçirip zihninizde tekrar canlanabilir.
7. Kendinizi yorgun hissettiğiniz de lütfen kitap okumayın.
8. Zaman buldukça kitap okumanız size aynı zamanda zihninizi geliştirmeniz için iyi bir fırsat olacaktır.
9. Kısa süreli aralar verip okuduklarınızı zihninizden geçirin. Bu size okuduklarınızı daha iyi kavrama yeteneği sağlayacaktır.
10. Okumayı seven kişilerle arkadaşlık yapın.

OKUMAYI KOLAYLAŞTIRACAK İPUÇLARI



Okumanın Faydaları

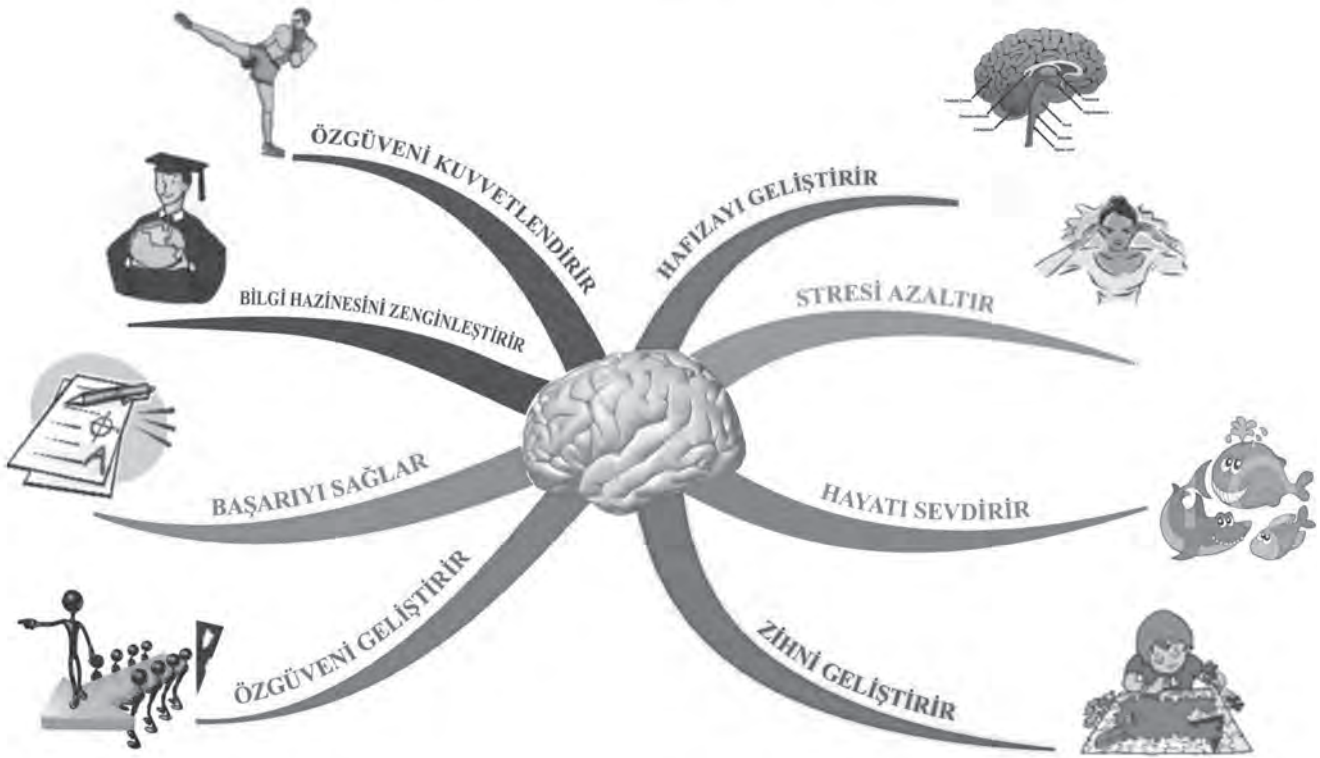
Okumak, doğduğu andan itibaren birçok eğitim süreci geçiren insan için en kolay ve en etkili öğrenme yoludur. Kitapların bir faydası da ifade imkânlarımızı arttırmasıdır. Sadece günlük hayatta konuşulan kelimeler işlerimizi başarabilmemize yetmez. Kimin malzemesi daha bol, daha çeşitli ve daha sağlamsa onun kuracağı yapı daha büyük, daha güzel ve dayanıklı olacaktır. Sahip oldukları bilgilerin %60'ını bu yolu kullanarak edinen gelişmiş ülke toplumları, günümüzde daha fazla okuma alışkanlığına sahip olmanın sağladığı avantajları her alanda yaşamaktadırlar. Geri kalmış toplumların karşılaştıkları sorunların birçoğunun kaynağında ise eğitimsizlik yer almaktadır. Bu toplumlarda kişiler, okuyarak geçirebilecekleri zamanları çoğunlukla yararsız uğraşılarla geçirmektedirler.

Okumanın faydalarını şöyle sıralayabiliriz:

1. Hafızamızı geliştirir.
2. Hayatı sevdirir.
3. Düşünceleri olgunlaştırır, besler, geliştiren ve çabuklaştıran ana kaynaklardan biridir.
4. Stresi azaltır.
5. Zihni geliştirir ve tembellikten kurtarır.
6. Dünya'yı güzel görmemizi sağlar. Güzel gören, güzel düşünür ve konuşur.
7. Hayal gücümüzü arttırır.
8. Hayata pozitif bir enerji yaymayı sağlar.
9. Olaylara farklı bakmamızı sağlar.

10. Bilgi dağarcığımızı ve kelime hazinemizi zenginleştirir.
11. Anlama gücümüzü ve konuşma yeteneğimizi kuvvetlendirir.
12. Genel kültürümüzü arttırır. Etkin ve etkili bir insan olmanın yollarını açar.
13. Meslek hayatımızdaki başarı düzeyimizi yükseltir.
14. Toplumsal ilişkilerimizin kalitesini artırır.
15. Eğitim hayatındaki başarıları pekiştirir.

OKUMANIN FAYDALARI



Beynin İki Tarafı Neleri Temsil Ediyor?

Sol Beyin	Sağ Beyin
Pozitif	Sezgisel
Kesin	Duygusal
Sıralı	Şakacı
Sözel değil	Sözel
Somut	Ayrıntıcı
Mantıklı	Görsel-resimsel
Aktif	Sembolik
Kazanç odaklı	Kariyer odaklı
Kusursuz	Hareketleri uyumlu
Öğrenme	Yaratıcılık

Sol Lobu Baskın Olanlar Sağ Lobu Çalıştırmak İçin Ne Yapmalı?

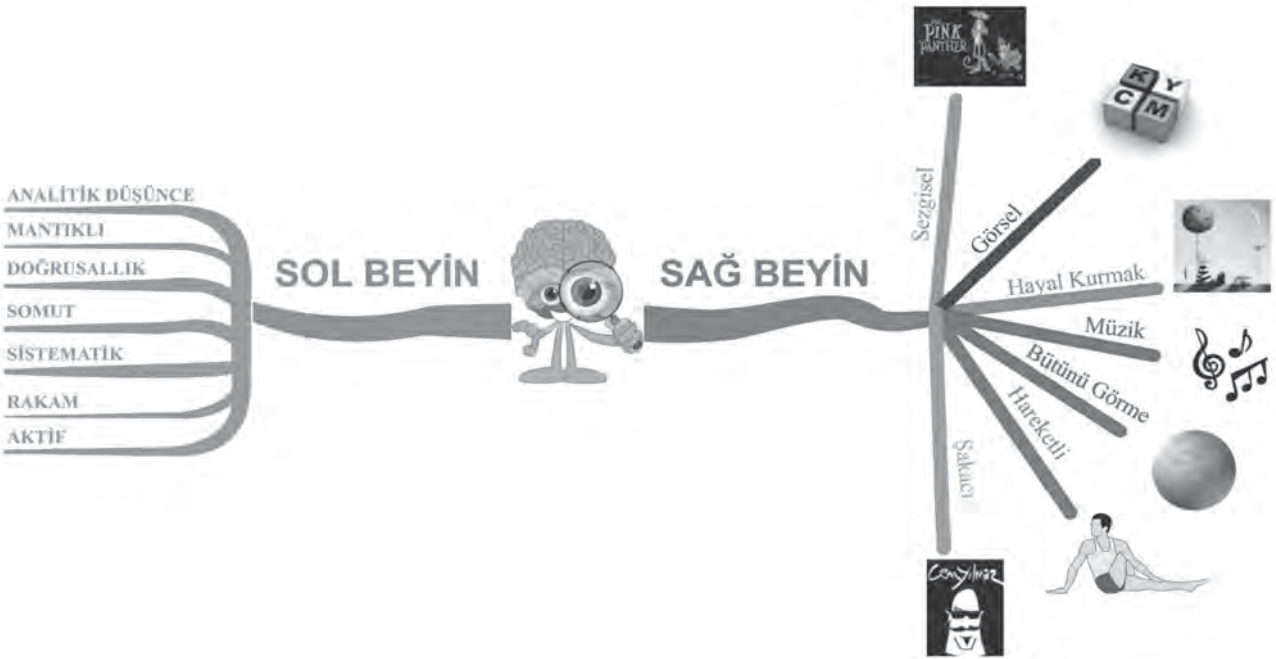
- ✓ Görselleşmeli ve hayal kurmalıdır.
- ✓ Örneklere bakmalıdır.
- ✓ Karşıtları incelemelidir.
- ✓ Vücut dilini ve ses tonunu kullanmalıdır.
- ✓ Çocuğun sağ beynine mesaj vermelidir.
- ✓ Empatik olmalıdır.
- ✓ Vücudunu hareketlendirmelidir.

Sağ Lobu Baskın Olanlar Sol Lobu Çalıştırmak İçin Ne Yapmalı?

- ✓ Notlar almalı, yazmalıdır.
- ✓ Organize olmalı, önceliklerini belirlemelidir.

- ✓ Fikirleri değerlendirmeli, hedefleri belirlemelidir.
- ✓ Vücut dilini ve ses tonunu kontrol etmelidir.
- ✓ Daha mantıklı olmalıdır.
- ✓ Karşılaştırmalı, eleştirmelidir.
- ✓ Sorgulayıcı olmalı, gözden geçirmelidir.

BEYNİMİZ?


ANALİTİK DÜŞÜNCE
MANTIKLI
DOĞRUSALLIK
SOMUT
SİSTEMATİK
RAKAM
AKTİF
SOL BEYİN
SAĞ BEYİN
Sezgisel
Görsel
Hayal Kurmak
Müzik
Bütünü Görme
Hareketli
Şakacı

BÖLÜM 3

ANLAYARAK HIZLI OKUMAYI ÖĞRENMEK



21. Günlük Çalışma
Günlük Egzersiz
30 dk Çalışma
Her Zaman Çalışma

Okuma Hızını Arttırmak

Anlama Hızını Arttırmak

Erteleme, Üşenme

Hedeflerini Belirle

Zaman Çizelgesine Sadık Kal



Hızlı Okumada Ön Bilgiler



Resimleri Kullanmak

Parçayı Ön İzleme Yapmak

Ön izlemeden Sonra Ana Fikri Hatırlamak



Kafandaki Sorulardan Kaçma

Ana Kelimeyi Okumak

Kelimeleri Görselleştirerek Öğrenmek

ANLAYARAK HIZLI OKUMANIN FAYDALARI

Hızlı Okuyabileceğimize İnanmak

Öncelikle bu çalışmanın faydasına inanmamız gerekmektedir. Çünkü insanoğlu inanmadığı bir şeyi başaramaz ve gerçekleştiremez. Küçük yaşlarda nasıl ki yavaş okuduğumuzda daha iyi anlayacağımıza inandıysak, bugünden sonra da hızlı okuyarak daha verimli sonuçlar alacağımıza inanabiliriz. Açıkçası okuma eylemini yavaş yaptığımızda dış verilere olan duyarlılığımız arttığı için dikkatimiz çok daha hızlı dağılmaktadır. Tam tersi olduğunda yani hızlı okuduğumuzda ise sadece metne odaklanırız ve bu bizim metni daha iyi anlamamızı sağlar, ancak buna inanmamız gerekmektedir.

Okuma Hatalarından Kurtulmak

Hızlı okumanın en büyük engelleyicileri olan sesli okuma, kelime kelime okuma, geri dönüşlü okuma, göz saptırma ve kelime bilgisinin az olması sık görülen okuma hata-

larındandır. Bu hatalardan kurtulmak ise sanıldığı kadar zor değildir. Biraz gayret ve dikkat etmekle bu sorunların üstesinden gelebiliriz.

a) Sesli Okuma

Okumayı ilk öğrendiğimiz dönemlerde bu yanlış alışkanlığı kazanırız. Sesli okumayı dudaklarımızı kıpırdatarak yaptığımız gibi, dudaklarımız kapalıyken de yapabiliriz. Dudak kıpırdatma alışkanlığını ortadan kaldırmak için, bir süre dudağımızın üzerine koyacağımız kalemle alıştırma yapmak yeterli olacaktır.

İç seslendirme yapıp yapmadığımızı test etmek için elimizi boğazımızda tutup, okuma esnasında titreşim olup olmadığını kontrol edebiliriz.

Eğer titreşim hissediyorsak, sözsüz müzik eşliğinde okuyabilir veya sakız çiğneyerek ağzımızın içinde tükürük salgısı oluşturabiliriz. Yutkunurken ses tellerimizin hareket yeteneği kısıtlanacaktır. Tabi sakızımızı balonlar şişirerek çiğnememiz gerekmektedir.

Sessiz okumamızı sağlayacak en etkili sistem ise, beynimizin kelime görüntülerini tanır hale gelecek kadar kitap okumak ve kelime dağarcığımızı geliştirmektir. Çünkü beynimiz tanımadığı kelimede geri dönüş yapar ve okuma hızımızı azaltır.

İçimizden gelen sesi tamamen yok etmeye uğraşmaktansa azaltmaya çalışmak daha kolaydır. Bu şekilde okuma esnasında dikkatimizin, içten okuma yapıp yapmadığımızı kontrol etmemize odaklanmasına engel oluruz.

b) Kelimeleri Tek Tek Oku(ma)

Okurken gözler, sanıldığı gibi soldan sağa doğru hareket ederek kelimeler üzerinde tek tek durmaz. Gözler kelimeler üzerinde sıçramalar yapar. Okunan metinlerde her kelimeyi teker teker okumaya çalışmak hem anlam bütünlüğünü bozar hem de hızımızı yavaşlatır.

c) Metinler Üzerinde Geri Dönüşler Yap(ma)

Okuma yaparken kelime veya cümlelere tekrar tekrar geri dönmemiz, anlamamızı kolaylaştıramadığı gibi okuma hızımızı da azaltmaktadır. Kelimeler üzerinde takılıp kaldığımızda dikkatimiz dağılır, geldiğimiz yere kadar olan anlam bütünlüğünü de kaybetmiş oluruz.

Evden markete giderken takılıp düştüğümüzü hayal edelim. Canımız acımadıysa üstümüzü sirkeler ve markete doğru yürümeye devam ederiz. Yürümemiz bozuldu diye evimize geri dönüp en baştan yürümeyiz. Okurken de bazı yerlerde takılmamız normaldir. Önemli olan, korkmadan kaldığımız yerden devam edebilmemizdir.

Okuma sırasında duraklama yapmamıza "okuma frenleri" sebep olur. Bu frenler bir arabanın çıkardığı fren sesi kadar gürültülü değildir ama bir arabanın ki kadar serttir.

Geri dönüşlü okumamak için kalem veya parmağınızla satır takibi yapabilirsiniz. Bu şekilde kalem veya parmağınızı yönlendirici olarak kullanmış olursunuz. Yönlendiricilerimiz yardımıyla 15-20 sözcük fazla okumayı başarabiliriz. Ayrıca geri dönüşlü okuma alışkanlığımızdan kurtulana kadar, okuduğumuz satırları bir karton yardımı ile kapatabiliriz. Bu

şekilde gözünüz, okuyamadığınız satırın üzeri kapalı olduğu için göz kayması yapmayacaktır.

Okuma hataları arasında olan sesli okuma, kelime kelime okuma, geri dönüşlü okuma, göz saptırma ve kelime bilgisinin az olması sık görülen hatalardır. Bu hatalardan kurtulmak ise çok kolaydır.

d) Göz Saptırma(ma)

Okumayı sevmeyen arkadaşlarımızın gözleri satırlar üzerinde yavaş hareket eder. Kimi zaman da satır sonuna geldiklerinde yanlış satır başından başlarlar. Bu yavaşlık ve satır atlama, arkadaşlarımızın okuduğu hikâyeyi anlamalarını zorlaştırır ve zaman kaybetmelerine yol açabilir. Bu yavaşlık, okuma isteğini kırar. Okuma hızımızı artırmak için göz ve okuma egzersizleri yapabiliriz.

e) Kelimelerin Anlamlarını Bilmeme

Metin içinde yer alan ve anlamını bilmediğimiz kelimeler, aklımızın o satırda kalmasına sebep olur. Bir sonraki cümlede kelimenin anlamı olsa bile, okuyamadığımız veya anlamını bilmediğimiz bu kelime dikkatimizi dağıtmaya yeterli olur. Örneğin; anlamını bilmediğimiz "takistostop" kelimesiyle karşılaştığımızda, kelimenin anlamına takılarak okumayı frenleriz. Bu fren, anlam bütünlüğünü kaybetmemize yol açabilir. Okuma sırasında anlamını bilmediğimiz kelimelerin altını çizip, onları okuma bittikten sonra sözlükten öğrenebiliriz. Şimdi "takistostop" kelimesinin anlamını öğrenme zamanı…

Göz Esnekliği

Nasıl bedenimiz için spor ve egzersizler düzenli bir şekilde yapıldığında güç ve esneklik kazanıyorsa gözlerimiz de yapacağımız egzersizlerle güç ve esneklik kazanır. Bilgisayar ortamında veya günlük yaşamda yapılan göz esnekliği artırıcı çalışmalar bir süre sonra göz yelpazesini genişletir. Genişleyen göz yelpazesi, kelimeleri gruplar halinde görmemizi ve okuma hızımızı arttırmamızı sağlayacaktır. Aslında gözlerimiz belli mesafeler için esnekliğe sahiptir. Örneğin, sinemaya gittiğimizde görüntüler ile alt yazı arasındaki koordinasyonu sağlayabilmemiz buna en güzel örnektir. Aynı şekilde araba kullanırken de gözlerimiz sadece önümüzü değil sağımızı, solumuzu ve aşağı açıları da takip edebilecek yetenektedir. Baktığımız şeyle göz arasındaki mesafe azaldıkça görme yelpazesi de daralır.

Yapacağımız göz esnekliği artırıcı egzersizler sayesinde ortalama 30-40 cm mesafeden okuduğunuz metindeki sağ, sol, aşağı ve yukarı satırları görmeniz kolaylaşacaktır.

Okuma Sistemi ve Teknikleri

Etkili Hızlı Okuma Sistemi, dört adımdan oluşup okuyucu için okuma hızını ve okuduklarını anlama yeteneklerini geliştiren, ihtiyaç duyulan bilgiye hızlı bir şekilde ulaşmalarını sağlayan bir sistemdir. Uygulamanın tam manasıyla uygulanması, dört ile altı haftalık bir sürenin sonunda okuyucunun hız grafiği de ortalama iki ile üç kat artacağı gibi, anlama yeteneği de önemli ölçüde yükselir.

Etkili Hızlı Okuma alışkanlığını yerleştirmek için, ortalama 21 günlük 45 dakika sürecek olan günlük egzersiz programı yeterli olacaktır. Bu süre sonunda göze hem ritim hem de hız; beyne de esnek bir tutum kazandıracak ve zamanla da sistem tam olarak oturmuş olacaktır.



Hızlı Okuma Sistemi dört aşamadan oluşur:

1. Fotoğrafik Okuma
2. Ön Okuma
3. Hızlı Okuma
4. Derin Okuma

HABERSİZLİK (bilinçsiz yetersizlik). Okuyucu her aşamayı ilk önce öğrenir. Bu aşamada karşımızdaki şeyin ne olduğunu bilmeyiz.

ÇIRAKLIK (bilinçli yetersizlik). Bu aşamada karşımızdaki şeyin farkındayızdır, ama yine de bildiğimiz şeyler birkaç başlıktan ibarettir.

KALFALIK (bilinçli yeterlilik). Bu aşamada kişi neyle karşı karşıya olduğunu bilir, ama olaya otomatik olarak değil düşünerek yaklaşır.

USTALIK (bilinçsiz yeterlilik). Artık kişi otomatik hareket eder. Bir işte ne kadar bilincinizi devreden çıkarır otomatikleştirirseniz, o işte başarınız o kadar artar.

Fotoğrafik Okuma

Öncelikle zihnin dikkat ve konsantrasyonu yükseltilir. Etkili Hızlı Okuma Sistemi'nin ilk aşaması, fotoğrafik okumadır. Okuyucu, ilk önce basit bir motivasyon süreciyle okumak için en uygun ruh haline girer. Bu hal -bedenin rahatlaması / zihnin canlı okuması ve öğrenmesi için en hazır olduğu durumdur. Bu duruma giren okuyucu, daha sonra hiçbir yere odaklanmaksızın metne bütün bir şekilde bakıp fotoğrafik okur. Bu bakış, normal okumanın aksine, keskin bir bakış değildir; üç boyutlu bir resme bakarmış gibi, metni tüm olarak fark etmektir, algılamaktır.

Ön Okuma

Okumaya hazırlık aşaması, ikinci aşamadır. Hedef, "çok hızlı okuma"dan önce metinle tanışıklık kurmak, metin hakkında biraz fikir elde etmektir. Ön okuma sayesinde, kişi konuya aşina olacağından parçaya ilgi ve merakı artar. Bununla birlikte, bütünü gören beynin detaylara inmesi kolaylaşır.

Kişi, metnin önemli noktalarına hızlıca bir bakarak konuyu öğrenir, daha sonrasında okuyucu bu metni ne amaçla okuduğunu gözden geçirir. Böylece, metni okumaya hazır hale gelmiş olur.

A) Göz Atma Tekniği

Göz atma tekniği, kısa bir sürede metin içindeki dikkat çekici bölümler ve anahtar sözcükler gibi ipuçlarından yararlanarak metnin bütünü hakkında fikir edinmektir. Yapılan araştırmalara göre, bir metinden elde edeceğimiz faydanın %80'i metnin %20'sinde mevcuttur. 20-80 kuralı denen bu yöntem ile işimize yarayacak bilgiye kısa sürede ulaşabilirsiniz.

Başlıca dikkat etmemiz gereken hususlar şöyledir:

a) Ana ve ara başlıklar.
b) Metnin ilk ve son paragrafları.
c) Kalın, italik, tırnak içinde veya büyük harf ile yazılmış kelimeler.
d) Yazının temel fikrini hızlıca yakalamalıyız.
e) Özel isimler, tarihler ve sık kullanılmayan noktalama işaretleri.
f) Kilit cümleleri hemen özümseyerek okumak.
g) Gereksiz ayrıntı veren paragrafları hemen geçmek.

Metni okumaya başlamadan önce bu ipuçlarına göz atmak metni daha hızlı okumayı ve algılamayı sağlayacaktır. Cümleler içinde geçen bazı anahtar kelimeler yardımıyla da düşüncenin akışını takip ederek, ana fikre daha çabuk ulaşabilirsiniz.

a) Ve gibi, vs, bundan başka, buna ilaveten… vb. düşüncede değişiklik olmadığını,
b) Buna rağmen, ama, fakat, hâlbuki… vb. düşüncede değişiklik olduğunu,
c) Buna rağmen, buna karşın… vb. düşüncenin egzersiz olduğunu,

d) Çünkü, yani… vb. bir önceki düşünceyi açıkladığı anlaşılır.

B) Amaç Belirleme

Metni okumaya başlamadan önce ne amaçla okuduğunu ve bu konuyla ilgili daha önceden neler bildiğini okuyucunun kendisine sormasıdır. Sorulan sorulara verilen cevaplar okuyucuyu metni okumaya hazırlayacaktır.

Hızlı Okuma

İnsan okurken metin üzerinde gözler hareket eder. Bu hareket esnasında göz, zaman zaman belirli noktalarda duraklar ve gördüğü kelime veya kelime gruplarının resmini çekip beyne yollar. Sistemin temelini oluşturan Etkili Hızlı Okuma, gözün metin üzerinde daha hızlı anlaması ve daha geniş kelime gruplarına bakılması mantığına dayanır.

Göz, çeşitli egzersizler sonucu hızlanır ve ritim kazanır. Bu süreçte gözün hızı arttırılana kadar ve geniş bloklar halinde bakma alışkanlığı edinilene kadar metinler anlamadan okunmalıdır. Alışkanlık edinildikten sonra anlama beraberinde gelecektir.

a) Aktif Okuma

Bu şekilde okurken yazarla sohbet eder gibi sorular sorarak metinde verilmek istenen düşünceye ulaşılır. Fazlalıklar atılarak öz bilginin kolaylıkla kavranması sağlanır. Aktif okumada yazara sorular sorarmışçasına girilen diyalog ile yazarın fikirleri açığa çıkartılabilir. Bu şekilde metne olan ilgi ve merak artar, konsantrasyon yükselir.

b) Esnek Okuma

Okunacak metnin özelliğine ve okuma amacına göre okuma hızının ayarlanmasıdır. Her metin aynı amaçla okunmadığı gibi aynı hızda da okunmayabilir. Okunan metindeki kelimelere, cümlelerin uzunluğuna ve metne verilen öneme göre okuma süresi azaltılıp uzatılabilir. Örneğin, spora fazla ilgi duymayan bir kişinin spor haberlerini gazeteden okuma hızı ile bir sporcunun spor haberlerini okuma hızı arasında fark oluşacaktır.

Derin Okuma

Derin okuma aşamasında okuyucu, metni okumayı tamamladıktan sonra önemli noktaları tekrardan gözden geçirir. Bu çalışmayı uygularken okuyucu, okuduklarını daha iyi özümsemek ve daha iyi akılda tutabilmek amacıyla not alır, sebep-sonuç bağlantıları kurar, hiyerarşik şemalar oluşturur, akıl haritaları çizer. Böylece, Etkili Hızlı Okuma Sistemi tamamlanmış olur.

BÖLÜM 4

GÖZ EGZERSİZLERİ



At

Kır

Bal

Soğuk

Çok Sev

Ormanı Koru

Kuşları Besle

Kendine Değer Ver

Hayata Olumlu Bak

Çevrene Bak

Hemen

Söyle

Amaç: Gözün kavrama alanını genişletmek

Yöntem: Gözünüzü noktaya odaklayın ve her satırda kaç kelime görebildiğinizi belirleyin. (Bunu 3 defa tekrar edin.)

EGZERSİZ 1

Hedefe varanlar, güneşin ışıklarıyla yola çıkanlardır.

Karanlığa kızmaktansa bir mum yak.

Başarıya çiçekli yollardan gidilmez.

Zaman en büyük hazinedir.

Büyük zaferler

Doğru söyle.

Hedefe var.

İstasyon

Dokuz

Nine

Yol

Ak

Al.

Sen

Ben

Sağlıklı

Gelecek

Bosna

Çınarlar

Çözüme git.

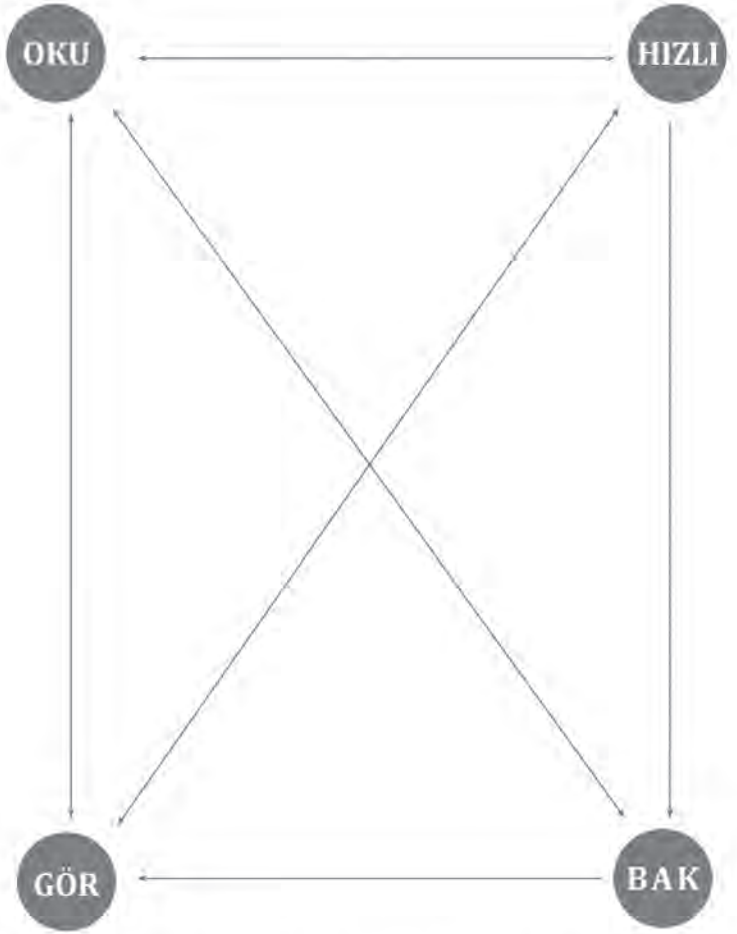
Yalan söyleme.

Canlıyla konuş.

“Başka şansım yok.” deme.

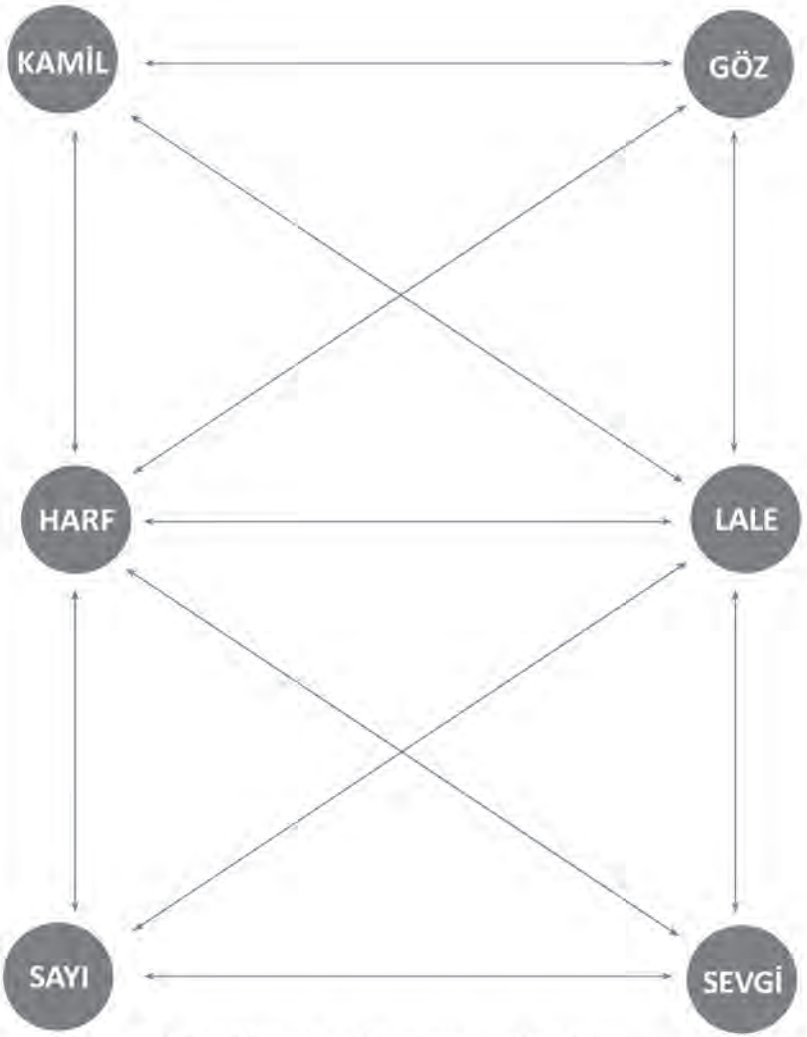
Felsefe, davranışı öğretir.

Öfkenin en iyi ilacı, onu geciktirmektir.



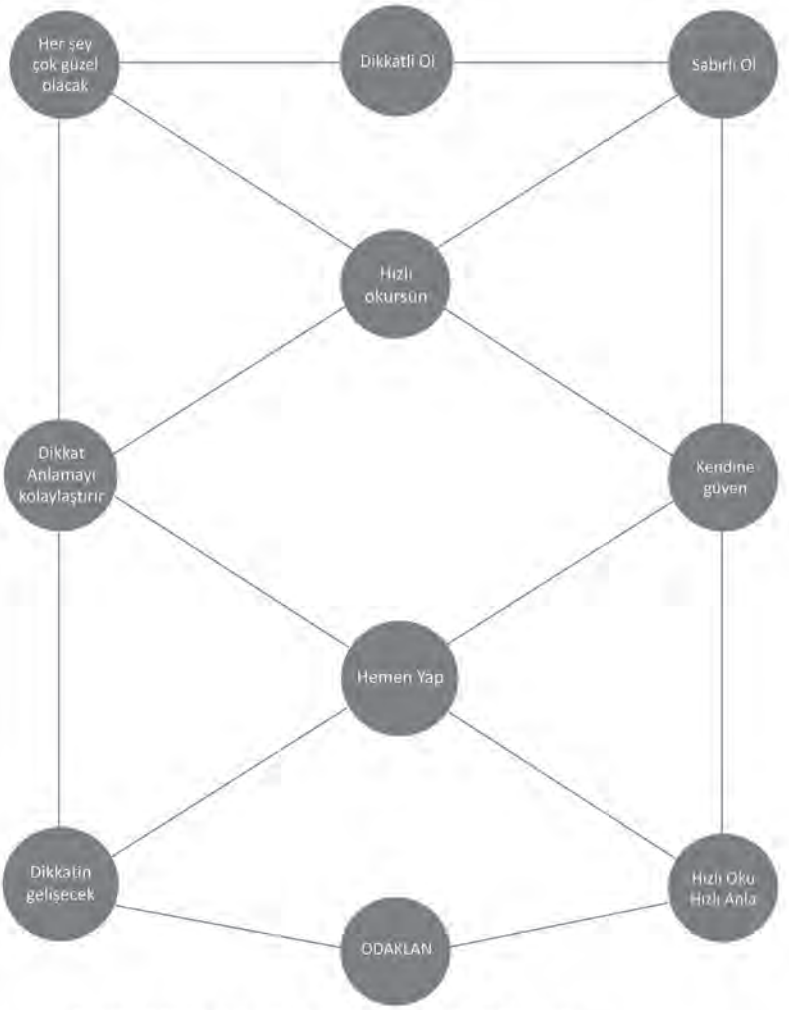
Amaç: Gözün daha hızlı odaklanmasını sağlamak.
Yöntem: Gözünüzü oklar istikametinde (pinpon maçı izliyor gibi) hızlıca hareket ettirerek bir bakışta okuyunuz. Bu çalışmayı 5 defa yapınız.

EGZERSİZ 2-A



Amaç: Gözün daha hızlı odaklanmasını sağlamak.
Yöntem: Gözünüzü oklar istikametinde (pinpon maçı izliyor gibi) hızlıca hareket ettirerek bir bakışta okuyunuz. Bu çalışmayı 5 defa yapınız.

EGZERSİZ 2-B



Amaç: Gözün daha hızlı odaklanmasını sağlamak.
Yöntem: Gözünüzü oklar istikametinde (pinpon maçı izliyor gibi) hızlıca hareket ettirerek bir bakışta okuyunuz. Bu çalışmayı 5 defa yapınız.

EGZERSİZ 2-C



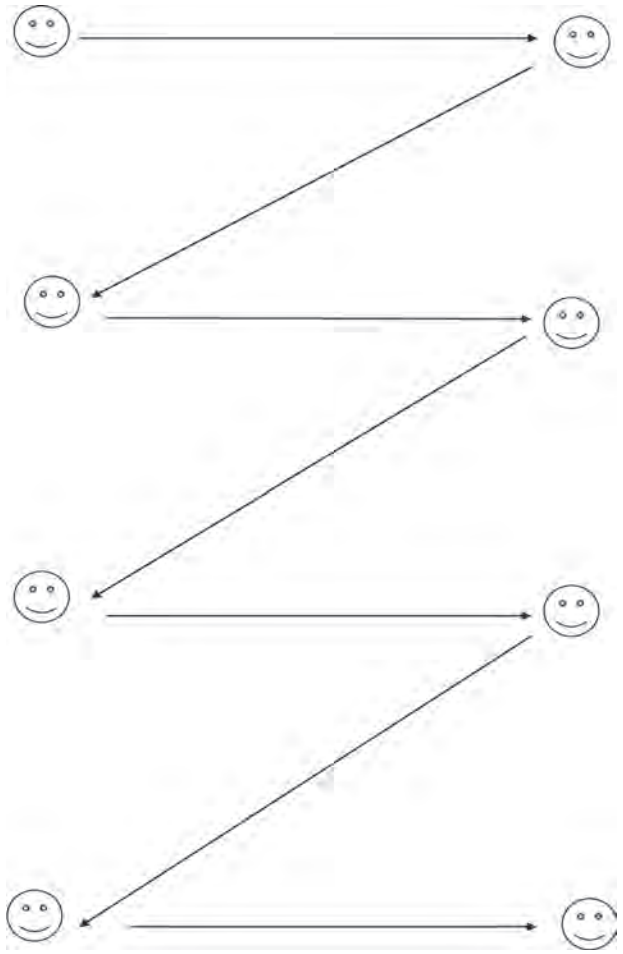
Amaç: Gözün daha hızlı odaklanmasını sağlamak.
Yöntem: Gözünüzü oklar istikametinde (pinpon maçı izliyor gibi) hızlıca hareket ettirerek bir bakışta okuyunuz. Bu çalışmayı 5 defa yapınız.

EGZERSİZ 2-D

EGZERSİZ 3

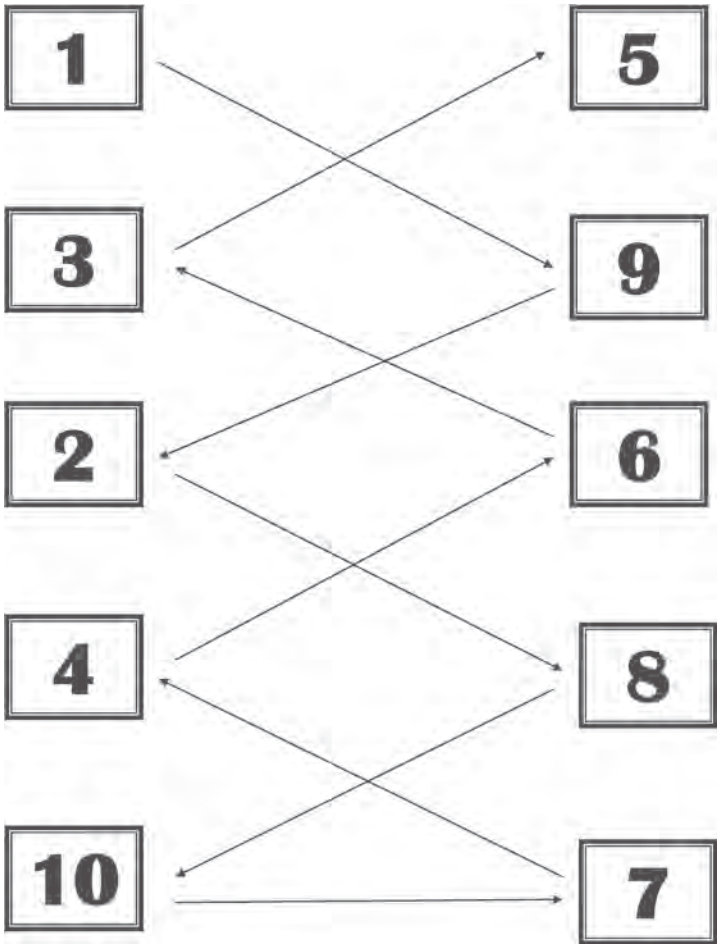
Başınızı hareket ettirmeden gözünüzle ok yönünden başlayarak hızlı bir biçimde bakınız.

Başlangıç



EGZERSİZ 4

Başınızı hareket ettirmeden gözünüzle 1'den başlayarak 10'a kadar hızlı bir biçimde bakınız.



EGZERSİZ 5

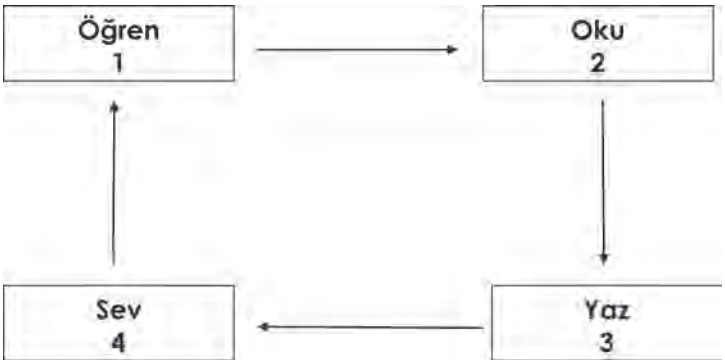


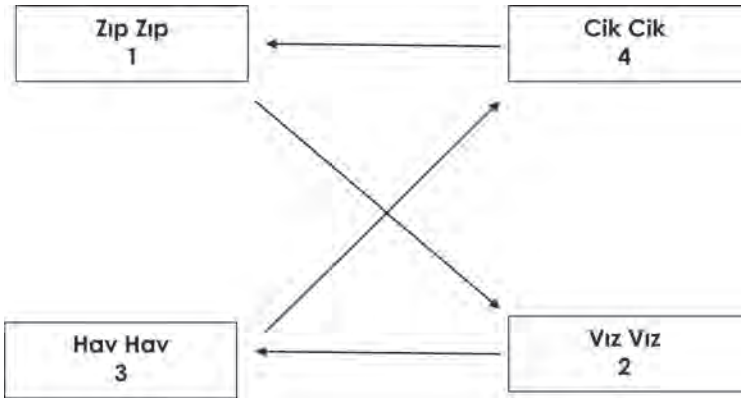
Amaç: Gözü esnetmek

Yöntem: Bulunduğunuz yerde başınızı sabit tutarak gözlerinizi önce mümkün olduğu kadar sola, sonra mümkün olduğu kadar sağa doğru oynatın. Bunu 10 defa yapın. Bunu yaptıktan sonra başınızı yine sabit tutun ve mümkün olduğu kadar yukarı ve sonra da aşağı bakın. Bunu da 10 defa yapın. Her seferinde hızınızı biraz daha arttırmaya çalışın. Daha sonra avuç içlerinizle gözlerinizi kapatın ve karanlığa 15 saniye bakarak gözlerinizi dinlendirin.

EGZERSİZ 6

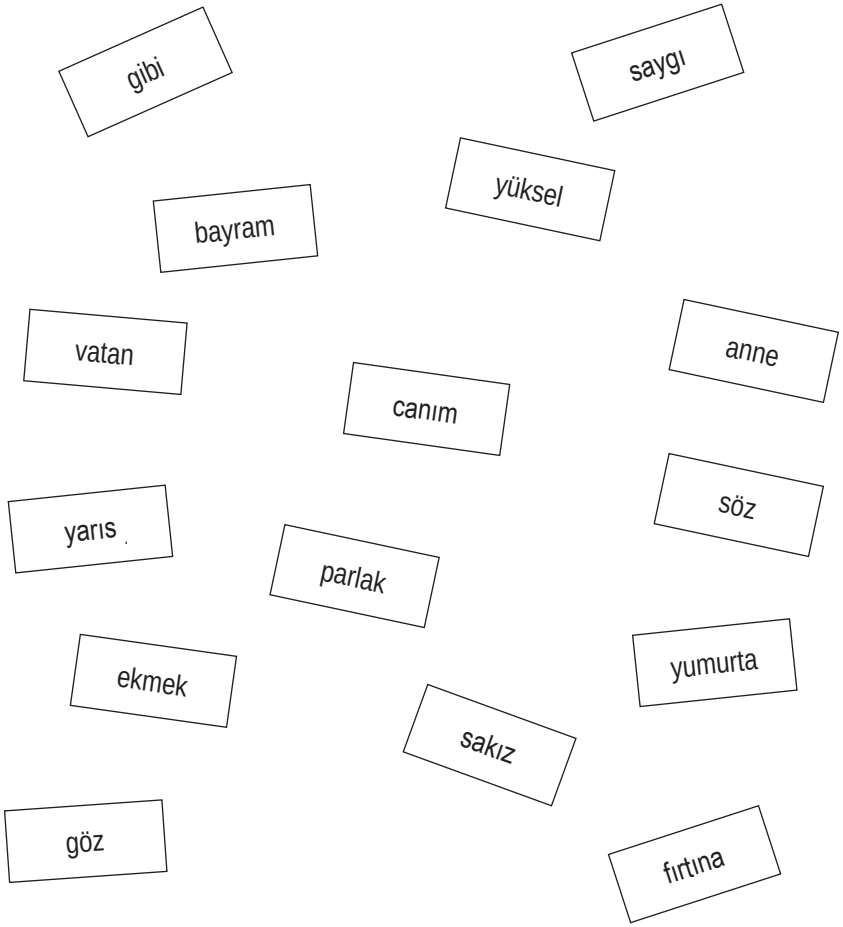
Oklar yönünde hızlı bir şekilde gözlerinizi hareket ettiriniz. Kelimeleri okumaya çalışmayınız.





EGZERSİZ 7

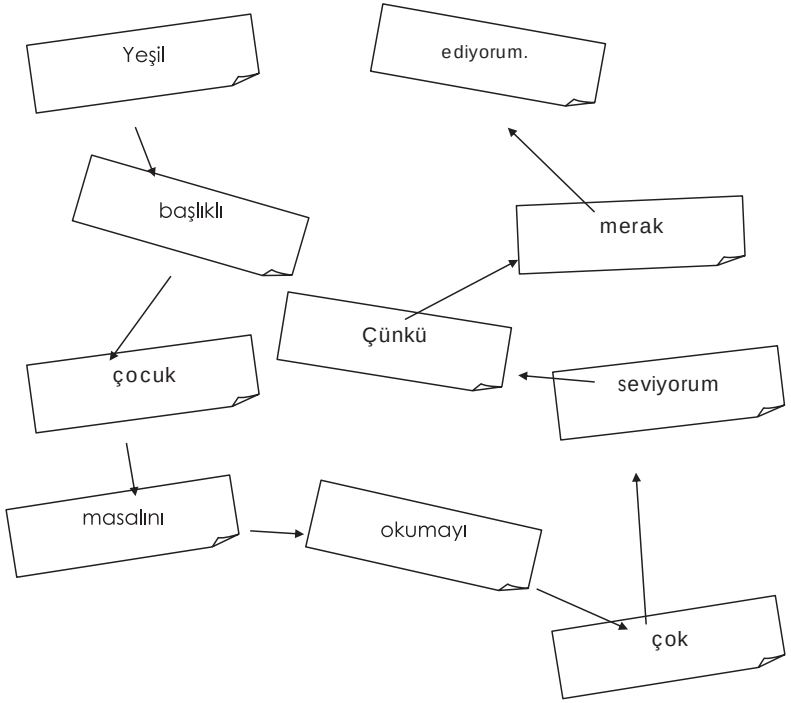
Verilmiş olan sözcükleri bir çırpıda okuyunuz.



EGZERSİZ 8

(Göz Esnekliğini Artırma)

Başınızı sabit tutarak okları takip ediniz. İlk çalışmada metni okumaya çalışmayınız.



Okuduğunuz cümleleri yazınız.

.....

.....

.....

EGZERSİZ 9

Aşağıdaki sözcük sütunlarını yukardan aşağı bir çırpıda okuyunuz.

Göz	Kul
Gözlü	Kula
Gözlük	Kulak
Gözlükçü	Kulaklar
Gözlükçülük	Kulakları
Gözlükçüler	Kulakların
Sev	İncit
İnci	Sevdi
İncitme	İn
sevdiklerim	Sevdik
incitmemeyi	incitmeme
sevdiklerimizi	Sevdiklerimiz

EGZERSİZ 10

(Görme Mesafemizi Arttıralım)

Aşağıdaki metni kâğıtla kapatınız.

Sütundaki metni soldan sağa okuyunuz. Her defasında daha hızlı okuyunuz.

Yeterli tekrardan sonra aşağıdaki metni tekrar okuyunuz.



EGZERSİZ 11
(Blok Okuma Çalışması)

Sütunları yukarıdan aşağıya okuyunuz.

Her defasında bir üstteki cümleyi görmek gerektiğini anlayınız.



EGZERSİZ 12
(Blok Okuma)

Aşağıda sütunlarla verilmiş cümleleri yukardan aşağı okuyunuz.

Her defasında daha hızlı okuyunuz.

Koşuyor.

Sokakta koşuyor.

Sokakta oynayarak koşuyor.

Gençler sokakta oynayarak koşuyor.

Derya'nın arkadaşları sokakta oynayarak geziyor.

Oynadık.

Futbol yaptık.

Konuşarak spor yaptık.

Kenan ile konuşarak spor yaptık.

Arkadaşım Kamil ile yolda konuşarak top oynadık.

EGZERSİZ 13
(Blok Okuma ve Görüş)

Sütundaki yazıların altındaki yuvarlak noktaya odaklanıp bir bakışta bloktaki sözcük grubunu görmeye çalışınız. Okuyunuz.

İlan Tahtası	Çöp Tenekesi
Okul Duvarı	Sınıf Hocası
Soru Kitapçığı	Sınıf Dosyası
Hesap Makinesi	Futbol Sahası
Cevap Anahtarı	Çiçek Bahçesi
Can Simidi	Bisiklet Parkı
Basket Maçı	Öğrenci Kataloğu
Tarih Dersi	Kravat Sepeti
Son Bölüm	Kalem Traş

EGZERSİZ 14
(Blok Okuma ve Görüş)

Sütundaki yazıların altındaki kırmızı noktaya odaklanıp bir bakışta bloktaki sözcük grubunu görmeye çalışınız. Okuyunuz.

Yaz Uykusu	Süper Adam
Karınca ve Arkadaşı	Derya ve Bebeği
Nişan Elbisesi	Ahmet'in Maceraları
Altın Kızlar	Kaplan ve Ailesi
Kırmızı Başlıklı Kız	Sihirli Elma
Arı ve Bal	Şapkalı At
Karınca Kito	Anne ve Çocuğu
Çizmeli Kedi	Karınca ve Ailesi
Tatil'in Adı Maldivler	Kütüphane
Yazılı Belgeler	Sporlar

EGZERSİZ 15
(Aktif Görme Alanını Genişletme)

Harflerinin arası açılmış kelimeleri bir bakışta görüp geçiniz.

İkinci denemede okuyunuz. Her defasında daha hızlı okumaya çalışınız.

L A L E	B A H Ç E
K A L E M	K A M Y O N
S A R M I S A K	T E B E Ş İ R
K A S E	G Ö Z L Ü K
R A D Y O	B A Ş K A N
T E R L İ K	K A S A
K E M E R	H A F I Z A
T E N İ S	D Ü N Y A
H E M Ş İ R E	G Ö R S E L

EGZERSİZ 16
(Görme Yelpazesi)

Aşağıdaki metni her gün 1 defa okuyunuz.
Her defasında biraz daha hızlandığınızı göreceksiniz.

Damla bu sabah erken kalktı. Elini yüzünü yıkadı. Annesine, babasına ve kardeşine "Günaydın." dedi. Sabah kahvaltısında iki dilim kek ve bir yumurta yedi. Sofradan kalkıp doğruca banyoya gidip ellerini yıkadı ve dişlerini fırçaladı. Önlüğünü giyip tam zamanında okula gitti. Arkadaşlarına ve öğretmenine "Günaydın." dedi.

EGZERSİZ 17
(Görme Açımızı Genişletelim)

Aşağıdaki metni başınızı sabit tutarak okuyunuz.

Her tekrarda daha da hızlandığınızı göreceksiniz.

Bir varmış, ... bir yokmuş ... Köyün birinde ... çobanlık yapan Keloğlan ... ve anası yaşarmış. ... Bir gün annesi ... Keloğlan'a evlenme yaşının ... geldiğini söylemiş ... Evlenmek için ... çok para gerekliymiş ... Keloğlan bu parayı ... kazanmak için şehre ... gidip çalışmaya ... karar vermiş ... Sabah erkenden kalkmış ... Annesiyle vedalaşıp ... şehrin yolunu ... tutmuş. Az gitmiş ... uz gitmiş. Dere tepe ... düz gitmiş. Yolda ... çocukluk arkadaşı ... Karaoğlan'a rastlamış.

EGZERSİZ 18
(Tahmin Edelim)

Metni okurken yarım bırakılan sözcüğü diğer sözcüklerin yardımı ile tahmin edelim.

Ayşe annesine dedi ki:

An….. bana pasta yap. Biraz sonra Lale İle Perihan bize gelecek. La…. ve Peri..…. keki ç… sever. Pas… muzlu olsun.

Annesi pas… yaptı. Ay… ç… sevindi. La.… ile Peri..…. geldiler. Doya doya pas… yediler.

Daha sonra limonata içtiler. Pas… ç… güzel olmuştu. Ay…'nin annesine teşekkür ettiler. Pas…. bitince oyun oy… …., şarkı söy…… Lale… ve Peri…. Ayşe'ye veda ettiler. Evlerine git….

EGZERSİZ 19
(Görüş Açımızı Genişletelim)

Metnimizi gözlerimizle takip edip okuyunuz.
Her defasında daha hızlı okumaya çalışınız.

Bütün	hayvanlar	panik
içinde	koşuyordu.	Ağaçlar korku dolu
gözlerle	hayvanlara	bakıyordu.
Çok gerilerde	kalan	kaplumbağa
“Lütfen yardım edin!”	diye seslendi.	Oradan geçen bir geyik
ağzıyla yakaladığı	kaplumbağayı kurtardı.	Yukarıdan neler
Olduğuna bakan bir	serçe bir de	ne görsün
Orman alevler	içinde yanıyor.	Serçe tüm
hayvanlara sakin	olmasını söyledi.	Orman onların eviydi.
Şimdi cayır cayır	yanıyordu.	Hayvanlar ırmak
kenarına toplandılar.	Yangını nasıl	söndüreceklerini
düşündüler.	Sonunda	birlik
olmaya	karar	verdiler.

EGZERSİZ 20

Aşağıda sütun içerisindeki kelimeleri yukarıdan aşağıya sıra ile okutunuz.

Her seferinde daha hızlı okuyunuz.



EGZERSİZ 21

Amaç: Gözün sayfa üzerindeki hareketini hızlandırmak.

Yöntem: Yukarıda verilen yazının her satırında ilk ve son kelime çerçeve içine alınmıştır. Sadece satırın ilk ve son kelimelerini çok hızlı bir şekilde görerek gözlerinizi aşağı doğru kaydırın. Yazının tamamını 40 saniyede bitirmeye çalışın. Bu egzersizi günde en az 5 defa yapın (Yazıyı anlamaya çalışmadan her seferinde hızınızı biraz daha artırın).

Yaşamımız da başımıza ne gelirse gelsin **buna vereceğimiz** yanıtı seçme kapasitesine yalnızca biz **sahibiz**. **Her** koşulda pozitif düşünme alışkanlığını **geliştirirsek yaşam** kalitemiz en yüksek düzeyine ulaşacaktır. **Yaşamdaki tüm** başarılar her gün, her dakika ve her saniye **zihnimizde oluşan** düşüncelerle gelişir ve anlam kazanır. **Hayatta olumlu** düşünmek bir nevi duadır. Olumlu şeyler **düşünüp etrafımıza** olumlu elektrik saçarsak bunun bize **dönüşünde olumlu** olacaktır. Ne güzel söylemiş atalarımız 'ne **ekersen onu** biçersin' diye. Hayatımızın rotasını **düşüncelerimiz**. **Düşüncelerimizin** rotasını ise yalnızca biz **belirleriz**. **Unutmayalım** ki, geminin rotasını kaptan **belirler**.

ABD'de çoğunlukla zencilerin yaşadığı çok **fakir bir** bölgede eğitimciler bir araştırma yaparlar ve **bu araştırmanın** sonucunu bir rapor haline getirirler. **Ortaya**

ilginç bir rapor çıkar. Bu raporu inceleyen eğitimciler bu çocukların hayatlarının üzüntü ve sıkıntılarla geçeceğini, birçoğunun uyuşturucu kullanacağını ve bazılarının da hapishane ile tanışacağını tahmin ederler.

Bu rapora göre, bu çocukların hiçbiri saygın bir meslek sahibi olamayacaklar, topluma üretici olarak değil, tüketici olarak katılacaklardır. Rapor dosyalanarak bir kütüphaneye konur ve uzun yıllar bu raporla kimse ilgilenmez.

30 yıl sonra tez hazırlığı yapan bir psikoloji öğrencisi kütüphanenin tozlu rafları arasında bu raporu bulur. Raporda adı geçen kişilerin durumlarını araştırmaya karar verir. Araştırmaları sonucunda bunlardan birini bulur. Raporda yazıldığının tam aksine, statü aldığını ve saygın bir avukat olduğunu görür. Diğer arkadaşlarının durumunu soran araştırmacıya avukat tüm arkadaşlarının da başarılı birer insan olduğunu ve hepsinin statü atladığını söyler. Bunun nasıl gerçekleştiğini sorduğunda avukat olan kişi tüm arkadaşlarını bir araya getirebileceğini ve bu sorunun cevabını birlikte verebileceklerini söyler. Bir akşam yemeğinde tüm sınıf toplanır. Hepsi de başarılı ve kendilerine güvenen insanlardır. Başarılarının sebeplerini açıklarken hepsi bir noktada birleşirler. Çok sevdikleri bir öğretmendir onları bu başarıya hazırlayan!

Bu öğretmen onları tüm olumsuzluklara rağmen başarabileceklerine inandırmış ve onlara şöyle demiştir:

"Hayatta başarısızlık diye bir şey yoktur. Başarısızlık dediğimiz şey sadece sonuçlardır." İnsan isterse tüm zorlukların üstesinden gelebilir. Engeller, önünde durmak

için değil, aşmak için vardır ve her sabah öğrencilerin tahtaya ve defterlerine yazdıkları bir cümle vardır:

"İnsan, başaracağına inandığı her şeyi başarabilir !"

Bu cümleyi her gün tahtaya ve defterlerine yazan öğrenciler, bir müddet sonra bu sözün doğruluğunu görürler. Ve gerçekten başaracaklarına inandıkları her şeyi yapabildiklerinin farkına varırlar. Ayrıca öğretmenleri onlardan olmak istedikleri meleğin ve bulunmak istedikleri durumun bir resmini çizmelerini ister. Her gün bu resmi çizen öğrenciler günde birçok defa kendilerini hedeflerine ulaşmış gibi görürler ve sürekli olarak birbirlerini motive ederler.

Evlerinde ve çevrelerinde yaşadıkları tüm olumsuzluklara rağmen çocuklarda müthiş bir heyecan meydana gelir. Bir müddet sonra tüm sınıf başaracaklarına inanır ve başarıyı çok yakınlarındagörmeye başlarlar. Hepsi kendilerine bir model seçer, seçtikleri modeller kendilerinin düşledikleri hedefleri gerçekleştirmiş olan kişilerdir.

Ayrıca öğretmenleri onlara her gün şu sözü de yazdırır:

"Eğer dünyada bir insan bir işi başarabiliyorsa, bunu herkes öğrenebilir!"

Sürekli olarak beyinlerini başarıya programlayan çocukların hepsi hedeflerine ulaşır. Diğer insanlara inanılması zor gelen bu başarı öyküsü, bir öğretmenin tüm olumsuzluklara rağmen öğrencilerini başarıya inandırması ve başarıya şartlandırmasıyla gerçekleşmiştir.

EGZERSİZ 22

Amaç: Kelimeleri hızlı bir şekilde görmek.

Yöntem: Kelimelerin tam orta noktalarına bakarak hızlı bir şekilde içten seslendirmeden fotoğraf çeker gibi okuyun. Anlamadan gözünüzü çok hızlı hareket ettirin. Bu egzersizi 10 saniyede bitirmeye çalışın daha sonra bunu 5 saniyeye kadar indirin. (Bu alıştırmaları her gün en az 3 defa tekrarlayın).

İnsan	yok
yeni	defter
iki	durmak
karşılaşması,	fırsat
hayatımızın	bilmek
kâmil	her
aşmak	Her
hayal	gün
niçin	problemle

rutin	gayret
bize	her
Engeller	ray
için	sade ve
kurmak	asır
öyle ise	melemek
ne için?	bir ak
laptop	çoook
aşk	üstesi
bir	insan
sevmek	İşlem
olgun	Açımız
kalem	üç
Bakmak	olumlu
evlerinde	şirin
göstergesi	sonra
ne	gösterge
bakmalı	şey

oturmak	bir
biraz	Edi ve büdü
biraz	önem
sevmeli	bu
gayretle	Gerek
şey	eğitim
gelebilir	sabır
Kar	devamlı
Başarmalı	Ampul
şart	İçi
mert	deneme
cesur	veeee
eğitim	vazgeçmek
etmek	sabırlılı
bulmaktır	üretkenli
binler	adamlar
yapmalı	ayol
aslında	bunun
ene	gerçek
ve ben	sözlü

EGZERSİZ 23

Amaç: Gözün blok okuma alıştırması yapmasını sağlamak.

Yöntem: Hızlı bir şekilde sağ ve soldaki kelimeleri bir bakışta görmeye çalışın. Her satır için aynısını uygulayın. (Bunu 3 defa tekrar edin).

Eğitim önemli	Kendini Bil
Anneni gör	Eyleme Geç
Karar ver	Esnek Olmalı
Analitik Düşün	Sonuçları Değerlendir
Uyumlu Yaklaş	Bahçede Gez
Tarihini Öğren	Sorunları Çöz
Şampiyon Türkiye	Uykusuz Kalma
Piknik Yap	Hedefe Var
Aşka İnan	Kaliteli Yaşam
Kanguru	Avustralya
Beyin	Bütünü Gör
Karanlıktan Korkma	Anneni Dinle
Ayaklarını Yıka	Fidan Dik

EGZERSİZ 24

Amaç: Harfleri hızlı bir şekilde görmek ve benzerlerinden ayrımını çabucak yapmak.

Yöntem: Ortadaki harflere bakarak her iki yandaki harfleri görün ve gözlerinizi aşağı doğru hızlıca kaydırın. (Bunu 3 defa tekrar edin).

a t m	i p k
c n r	r a k
e g ö	b h e
k l m	ğ f z
k y a	k o t
z k t	t f s
v r r	z m i
t h y	f t h
b j k	s l m
p i o	i e t
r a d	a u s
t o z	u a e
a r c	d j z
m g t	ş p u
t l f	c i k

EGZERSİZ 25

Amaç: Gözün aktif görme alanını genişletmek.

Yöntem: Kelimeleri ikili olarak kelimeyi hızlıca görmeye çalışın. (Bunu 3 defa tekrar edin).

zaman geçiyor	çiçekli yollardan
bebek büyüyor	teorideki bilgi
kar yağıyor	uygulamaya geçilmediği
camdan bakıyor	tren kalkıyor
güneşin ışıklarıyla	okul başlıyor
mühim olan	kuş konuyor
doğru yollardan	hedefe varanlar
geçmişi değiştiremezsin	yola çıkanlardır
elinin altındadır	doğru hedeflere
kendine göz	gitmeyi bilmektir
sağlıklı iletişim	fakat gelecek
gidermeye yeterlidir	başarı daima

kırpanlara gülümser

bütün anlaşmazlıkları

hiçbir zafere

gidemez insan

bilgi değerlidir

süre zarfında

kelime kelime oku

gözler ruhun penceresidir

seni öldürmeyen şey

gence şefkat göster

kartallar sinek yakalamaz

güler yüz pek

en çok ses

günde bir elma

kimse mükemmel değildir

kötü millet yoktur

inanç birliği sağlar

bize yardım edeni

başkasına saygı göstermeyen

zirvede bildiğim her şeyi

hiçbir zaman çıktığınız

sakın yalan söyleme

babana hürmet göster

seni güçlü kılar

fakat yaşlıya güven

dürüstlük iyi yöntemdir

çok kapıyı açar

boş varilden gelir

doktoru uzak tutar

kendine iyi davran

kötü insan vardır

birlikten güç doğar

biz asla unutmayız

saygıya layık değildir

dipte öğrendiğimi unutmam

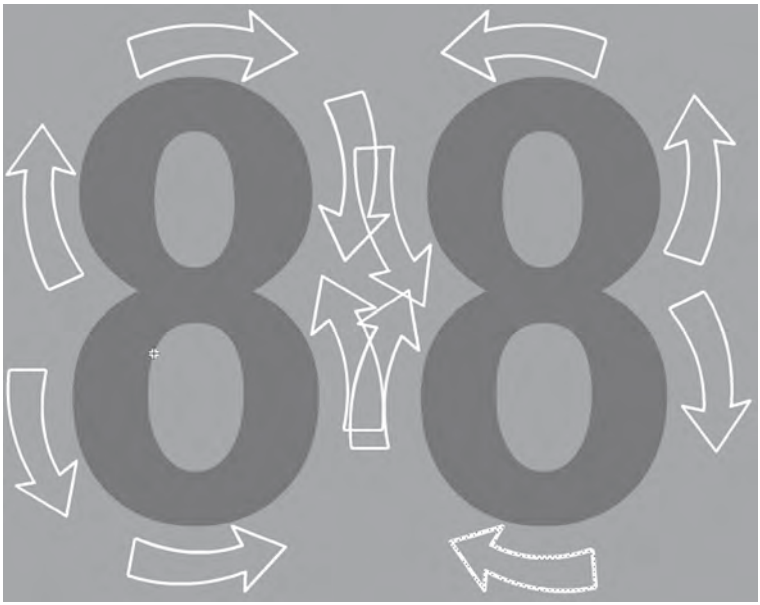
kapıyı hızla çarpmayın

M E N Ü	D A H İ
K A F E	P E K İ
S A A T	N O T A
T A S A	P İ K E
K A L E	P İ R E
Ç İ V İ	T A T U
P E P E	P U M A
S A Y I	A Ç I K
S Ü R E	R İ S K
D Ö R T	H A T A
B A B A	F A R K
A Z A K	U Z A K
M A M A	S E N İ
K A Y A	T A S A
B U N U	K İ Ş İ

EGZERSİZ 26

Amaç: Gözün esnekliğini artırmak.

Yöntem: Aşağıda verilen şekillerin bir yarış pisti olduğunu ve bu pistte çok hızlı bir şekilde hareket eden yarış motorlarının bulunduğunu varsayın. Gözlerinizle ok yönünde çok hızlı hareket eden bu motorları takip edin. Önce 1. şekilde bunu yapın sonra da 2. şekilde tam tersi yönde bu egzersizi uygulayın (Her bir çalışmaya 7 kez tur atın).



EGZERSİZ 27

Amaç: Gözün kelimeler üzerindeki hareketini hızlandırmak.

Yöntem: Aşağıdaki tabloda dağınık olarak yazılmış olan kelime grubuna hızlı bir şekilde göz atın. Anlamayı düşünmeden bu işlemi 8 saniyede bitirmeye çalışın.

bilgisayar armut
kolonya
bardak
fasülye monitör kurşun
mont
çiçek
kitap raf branda
mukavva klavye
şişe
penguen
fırın kamil lezzet
karnını doyur ekmek
yeşil
torba
ödevini yap
gazete

dolap temiz ol telefon aç

masa

kumanda

hocanı sev

çilek az ye

hikaye hızlı koş yavaş

konuş

hızlı yaşa

kitap yaz tamir et

selam söyle

cesur ol kale dünya

satın al

markete git zafer

kardeşlik

zaman

yola çık galeri

ders çalış

sınav zarf köprü

yola çık

hazine tarih

köprü

asya zarf

istanbul

toka al

araba

ders

proje

başbakan

aile

arap kızı

göz

sanat

peygamber

saygı

türk milli takımı

dostluk

telefon

tablo

güneş

uzay

EGZERSİZ 28

Yöntem: Harflere bakarak gözlerinizi çalıştırınız.

Çalışma süresi: 1 dakika

Amaç: Göze esneklik kazandırmak.

A	K	C	Ö	Ş
I	Z	L	E	R
T	Y	O	P	Ğ
Ü	J	B	C	X
Z	V	Ş	M	Ç
W	V	E	Q	R
F	D	S	A	N
L	K	I	Ö	P
H	G	T	Y	R
E	W	Q	Z	X
C	P	I	U	Y
J	K	Ö	Ç	N
B	H	Y	G	M
V	T	F	R	D

EGZERSİZ 29

Üçlü Kelime Grupları

Amaç: Göz kaslarını esnetmek.

Yöntem: Kelime gruplarını takip etmek.

Çalışma Süre: 1 Dakika

Hızlı Okuma Teknikleri	Üsküdar Çocuk Üniversitesi	İnanç Zincirlerini Kırmalısın	Ben Akay AZAK	Hareketli Göz Kasları
Dikkat Sigara İçilmez	Zirveye Çıkmak Zordur	Şans Hazır Olmaktır	Para Başarı Değildir	Sevmek Ne Güzeldir
Geriye Dönüş Yoktur	İnsan Beyni Yorulur mu?	Sosyoloji Sosyal Hekimliktir	Hayatın Her Alanı	Oku, Düşün, Başar
Canım Neyi Unuttun?	Sev Ülkeni Sev	Önümüzdeki Haftalara Bakacağız	İnanmak Başarının Yarısıdır	Kod Adı Kamil
Karakolda Ayna Var	Sen Sanat Güneşimsin	Ali, Veli, Deli	Bilinçaltı Sürekli Çalışır	Ateş Düştüğü Yeri
İşi Olmayan Giremez	Bilgi Paylaşıldıkça Zenginleşir	Motivasyon Temel İhtiyaçtır	Zaman Çok Değerlidir	Odaklanmanın Gücüne İnan
İnsan Gelişimini Unutma	Hızlı Gör Oku	Hızlı Olan Kazanır	Göz Kaslarını Çalıştır	Dikkat Anlamayı Kolaylaştırır

EGZERSİZ 30

Dörtlü Kelime Grupları

Amaç: Göz kaslarını esnetmek.

Yöntem: Kelime gruplarını takip etmek.

Çalışma Süre: 1 Dakika

Allah'a Güven ve Çalış	Çin İşi Japon İşi	Öğrenci Merkezli Öğrenme Yöntemi	Değişmeyen Tek Şey Değişimdir	Artık Sen de Yapmalısın
Şimdi Hızlı Görmeye Devam	Hemen Yap Ama Hemen	Negatif Limanlardan Pozitif Sulara	Kişisel Gelişim İnsan Gelişimi	Aile İçi Şiddete Son
Beş Günde Hızlı Okuma	Bir Aşk Hikâyesi Bizimkisi	Kitap Oku Hızlı Oku	Aktif Görme Alanı Genişliyor	Başarı Rehberi Kişinin Kendisidir
Kendin İçin Ne Yaptın?	İşte Karşınızda Cem Yılmaz	Beyin Gücünün Farkına Var	Günde Altı Saat Uyumalısın	Kendine Güven Hızlı Oku
Hızlı Oku Hızlı Anla	Her Şey Güzel Olacak	Nokta Atışı Benim İşim	Anlayarak Hızlı Okuma Teknikleri	Zihin Haritaları İle Eğitim
Hızlı Düşün Karar Ver	Ana Fikir İçin Oku	Oku Kelime Hazineni Geliştir	Okuma Hızını Sıkça Ölç	Okuma Hızını Korumak İstiyorsan
Samimiyet Sadakat Cesaret Zenginlik	Doğru Olan Şeyi Görmek	Eğri Olanın Gölgesi de Eğridir	Yapmayacağınız Şeyleri Niçin Söylüyorsunuz?	Söz, Emniyet, Doğruluk, İyilik

EGZERSİZ 31

Amaç: Gözü Hızlandırmak.

Yöntem: Karşılığını bularak sayılandırınız.

Çalışma Süresi: Serbest zaman

Çabuk parlayan	1		Gelir zamanı.
Baca eğri de olsa	2		Pahalıdır vardır bir hikmeti.
Acele işe	3		Bey olduğunu sanır.
Misafir umduğunu	4		İçin virgüle kadar eğilme.
Sakla samanı	5		Uzaktan hoş gelir.
Damlaya damlaya	6		Çabuk söner.
Abdal ata binince	7		Dumanı doğru çıkar.
Nokta kadar menfaat	8		Şeytan karışır.
Davulun sesi	9		Değil bulduğunu yer.
Ucuzdur vardır bir illeti	10		Göl olur.

EGZERSİZ 32

Amaç: Göze esneklik kazandırmak.

Yöntem: Ortadaki harfe bakarak kelimeyi okuyunuz.

Çalışma Süresi: 1 dakika

H	I	Z		D	Ö	N
K	A	N		H	O	Ş
Ş	A	N		K	A	N
S	O	N		K	A	R
S	A	Z		B	A	L
K	U	Ş		K	U	L
F	E	N		T	A	T
K	A	Ç		K	A	Z
T	E	L		T	E	F
Y	A	Z		K	A	Z
K	U	Ş		S	A	Ç
F	A	S		C	A	Z
K	Ö	Z		N	E	Y
S	Ö	Z		T	U	Z
F	İ	Ş		Ş	İ	Ş

EGZERSİZ 33

Amaç: Göz hızını artırmak.

Yöntem: Aşağıdaki harfleri tablodan en kısa sürede bulup yanlarına yazınız.

Çalışma Süre: 1 Dakika

A …..

B …..

C …..

D …..

E …..

F …..

F	C	L	M	A	W
D	A	E	N	K	E
C	B	F	V	D	R
A	E	B	Ş	G	A
D	J	D	İ	F	E
F	H	B	F	C	Z

EGZERSİZ 34

Amaç: Göz hızını artırmak.

Yöntem: Aşağıdaki sayıları tablodan en kısa sürede bulup yanlarına yazınız.

Çalışma Süre: 1 Dakika

110 …..
676 …..
571 …..
632 …..
990 …..
911 …..

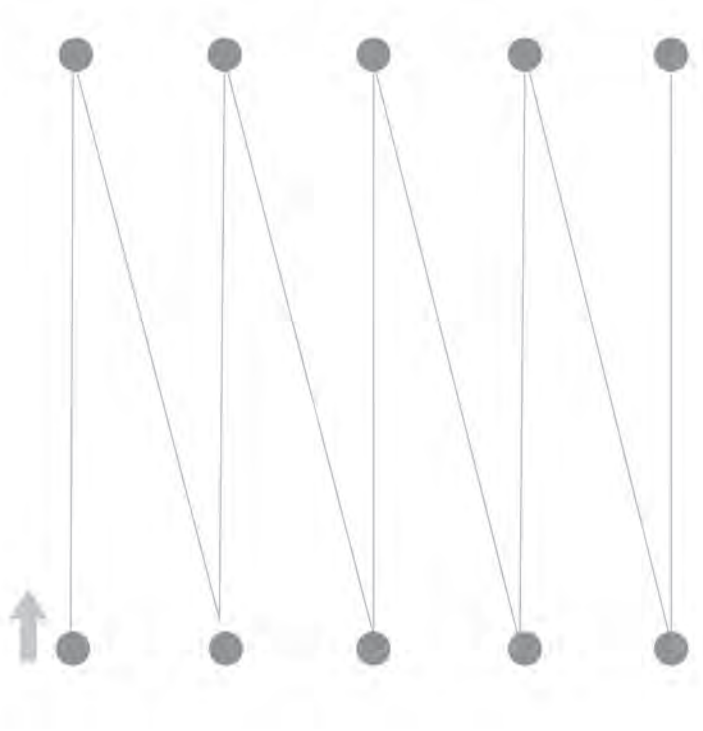
911	676	571	990	110	632
444	111	555	676	789	999
110	345	911	232	000	571
110	400	911	571	123	987
911	900	999	435	676	555
110	632	911	390	567	879

EGZERSİZ 35

Amaç: Göz esnekliğini artırmak.

Yöntem: Ok işaretini takip etmek.

Çalışma Süre: 30 saniye

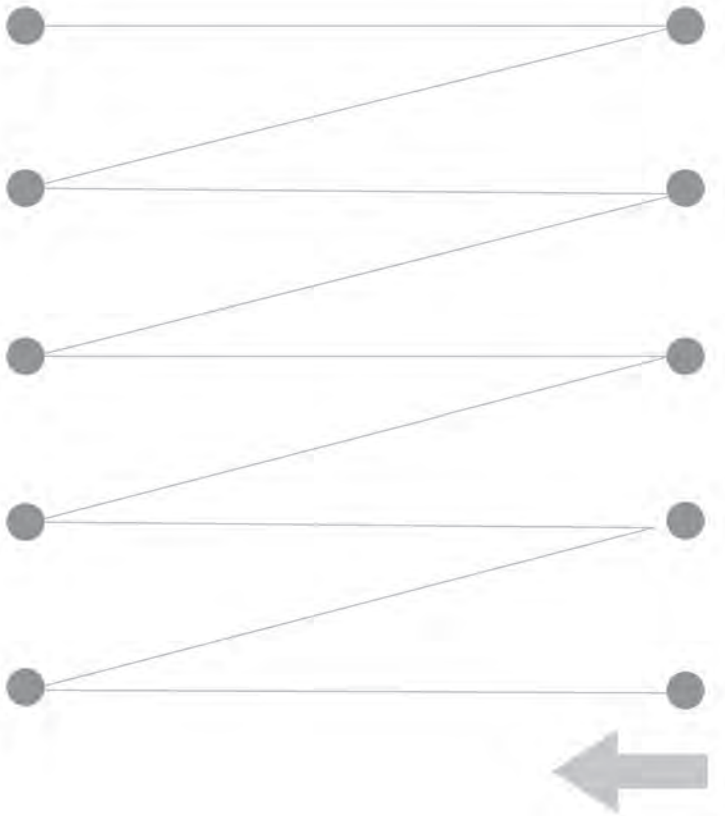


EGZERSİZ 36

Amaç: Göz esnekliğini artırmak.

Yöntem: Ok işaretini takip etmek.

Çalışma Süre: 30 saniye



Tabloda kenarda yazılı olan kelimeleri bulup işaretleyiniz.

Y	A	R	H	E	G	L	P	R	O	P	H	E	T
A	F	P	A	B	A	Z	A	B	Z	D	S	F	Z
V	H	N	V	N	I	R	R	M	R	A	H	M	S
T	M	B	T	H	T	A	Y	N	A	W	X	A	E
R	E	M	E	R	C	Y	O	S	A	E	S	R	A
Y	Q	Y	K	A	A	Z	X	Z	Y	J	Z	Z	S
A	M	A	R	C	Y	D	W	E	N	W	L	A	O
D	C	D	Z	D	X	E	I	N	E	W	E	E	N
I	V	I	J	I	L	X	X	T	W	E	A	T	X
L	B	R	L	C	L	E	E	S	I	E	T	E	U
O	N	O	A	O	G	A	S	E	A	O	I	C	E
H	M	R	H	X	H	C	B	L	A	C	N	T	E
E	I	C	E	Z	E	L	L	G	A	R	D	E	N
M	R	A	M	B	N	Y	L	İ	M	A	F	T	M

- HOLIDAY
- MIRACLE
- SEASON
- FAMİLY
- TRADITION
- PROPHET
- MERCY

Tabloda aşağıda yazılı olan kelimeleri bulup işaretleyiniz.



- BAŞARI
- ÖĞRENME
- HEDEF
- ÖN OKUMA
- DERİN
- HIZLI VE ANLAMA
- ESNEKLİK
- ÇALIŞMA



BÖLÜM 5

HAFIZA, DİKKAT VE GÖZLEM ÇALIŞMALARI



Amaç: Hafıza ve dikkati ölçmek.

Yöntem: İki tablo göreceksiniz. Önce altta bulunan tablodaki kelimeleri kapatın. Daha sonra yukarıdaki 10 kelimeyi hafızanıza alın. **15 saniye** sonra üstteki tabloyu kapatın ve hafızanıza aldığınız kelimeleri alttaki tabloya bakarak işaretleyin.

Dünya	Villa
Tablo	Araç
Güneş	Çiçek
Bisiklet	Laptop
Futbol	Norveç

Ahmet	Fincan	Aşk	Bardak
Bisiklet	İstanbul	Bilgisayar	Telefon
Tarih	Araç	Girişimci	Başbakan
Kanuni	Boyut	Deniz	Altın
Dosya	Rüzgâr	Tatil	Güneş

EGZERSİZ 1

Aynı çalışmayı bu sefer rakamlar üzerinden yapın. (Süreniz 35 saniye)

33	48
259	981
899	6666
1492	0001
571632	135

500	258	1471	300	40
1199	007	355		63
6666	1453	571	1492	632
1480	13	33849	7000	36987
8529	571632	00000	11500	123.456.789

EGZERSİZ 2

DİKKAT VE KONSANTRASYON ÇALIŞMASI (1)

Aranacak Harf: 11 Adet - TR

Süre: 60 sn.



DİKKAT VE KONSANTRASYON ÇALIŞMASI (2)

Birbirine benzemeyen 10 adet kelimeyi bulunuz.

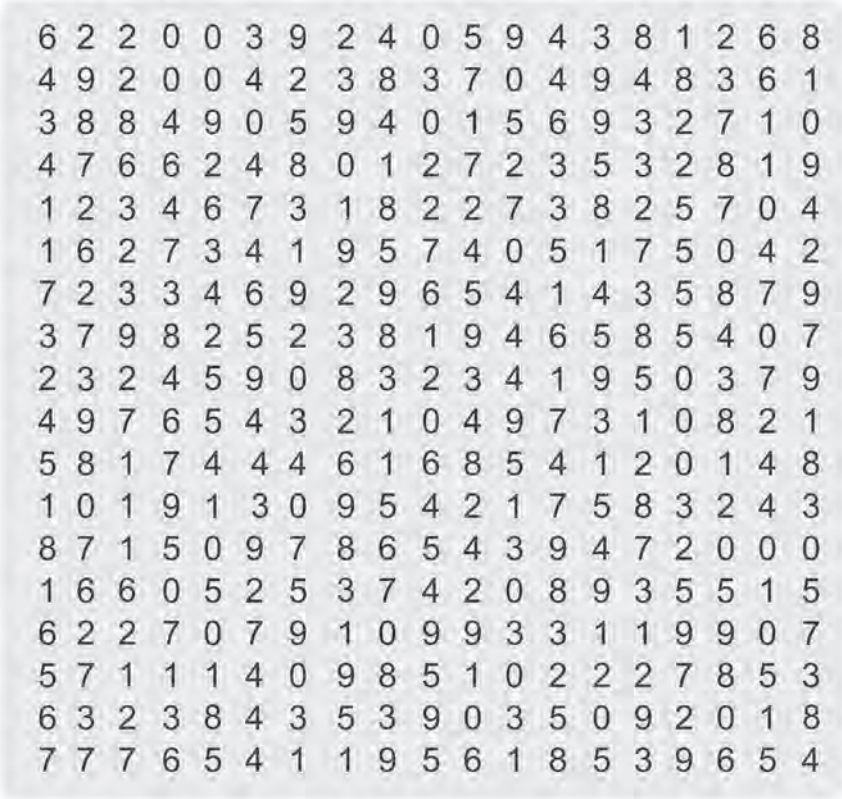
Süre: 30 sn.

price price	order order	value value	exits exifs
fail fail	some same	road rood	road road
brittle brittle	head head	bitter biffer	cross criss
opend opens	grade grade	fling fling	chain chair
birth birth	mice mise	rebel repel	hole hole
white whith	bet bet	dashing dashing	short short

DİKKAT VE KONSANTRASYON ÇALIŞMASI (3)

Aranacak Harf: 7 Adet - 571

Süre: 30 sn.



DİKKAT VE KONSANTRASYON ÇALIŞMASI (4)

Aranacak Kelime: target - love - friend - beautiful - good

Süre: 30 sn.



DİKKAT VE KONSANTRASYON ÇALIŞMASI (5)

Aranacak Cümle: Canlıyı Sev, Doğayı Koru, Hayata Gülümse, Pozitif Düşün, Başarılı Ol

Süre: 60 sn.



DİKKAT VE KONSANTRASYON ÇALIŞMASI (6)

Bulunacak Söz: thanks, respect, love, success, hello

Süre: 1 dk.

k y s k s g h t v t j a i i x u h f t
i t i s p t h x t c h u g i t m j s y
f c k b m h h b a y x s l g i f c a t
q b n l h a d v r v g f a s t n s c l
s m v p i n x h g r p p q j e a y h o
u g d y g k a q e i t b c c g s s t v
c q d s s s h t t r j s i s x u h q e
c f e j t r l n f c p f ı s p g s q q
e f r i ğ i d m v t o n v h t r u n b
s d v g u t y t l y h f h n i y f m n
s e l w x i s i v f i a i q w n l k f
o u a c s h e l l o t s l o v c w f r
v a h x l i c y r i k c d p x q y a s
k f b i t q e d m t n k e e h e d q p
ş t x ğ b o m f o w j i h p h a p f i
j e a s p c h t v t j a i g s o d q u
d e k i h s h o v g c g x y u e i h i
e n g d n p g s v r g l n p e q r c w

DİKKAT VE KONSANTRASYON ÇALIŞMASI (7)

Bulunacak Söz: yap, her, en, yap, ne, iyisini, yaparsan

Süre: 60 sn.

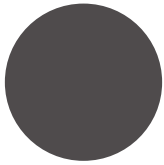


DİKKAT VE KONSANTRASYON ÇALIŞMASI (8)

1. Amaç: Göz kaslarını güçlendirmek.

2. Amaç: Yazıya çok daha iyi odaklanma becerisini geliştirmek.

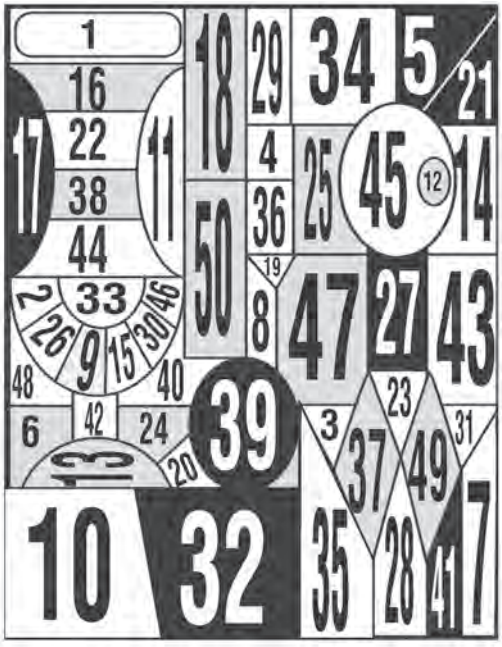
Yöntem: Beyaz A4 kâğıda altı yedi cm ebadında bir daire çizip içini siyah bir kalemle doldurun. Daha sonra bu kâğıdı duvara asıp bir iki metre uzağında bir sandalyeye oturun. Bir dakika süresince gözünüzü kırpmadan karaladığınız noktaya odaklanın. Her çalışmada bu süreyi uzatmaya çalışın. Eğer bu çalışmayı devamlı yaparsanız, 10 gün sonra bu süreniz beş altı dakikaya kadar çıkartabilirsiniz. Devamlı surette yaparsanız göz kaslarınız gelişip güçlenecek ve yoğunlaşma yeteneğiniz zaman içinde gelişecektir.



GÖZLEM ÇALIŞMASI - 1

Aşağıdaki tabloya odaklanın ve 1'den 50'ye kadar (50 dâhil) olan tüm sayıları sırayla bulmaya çalışın.

Not: Burada önemli olan ne kadar sürede tüm sayıları saydığınız, bu nedenle başladığınız ve bitirdiğiniz süreyi not edin.



Eğer;

5-7 dakika içinde tüm sayıları saydıysanız, müthiş bir gözlem yeteneğine sahip olduğunuz söylenebilir.

7-10 dakika; odaklanma gücünüz hiç fena değil.

10-15 dakika; orta seviye

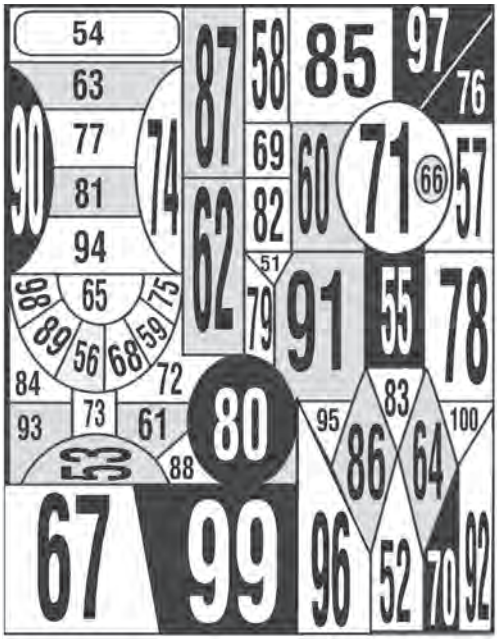
15-20 dakika; orta seviyenin altında

20-25 dakika; konstrasyonunuzun zayıf olduğunu gösterir.

GÖZLEM ÇALIŞMASI - 2

Aşağıdaki tabloya odaklanın ve 51'den 100'e kadar (100 dâhil) olan tüm sayıları sırayla bulmaya çalışın.

Not: Burada önemli olan ne kadar sürede tüm sayıları saydığınız, bu nedenle başladığınız ve bitirdiğiniz süreyi not edin.



Eğer;

5-7 dakika içinde tüm sayıları saydıysanız, müthiş bir gözlem yeteneğine sahip olduğunuz söylenebilir.

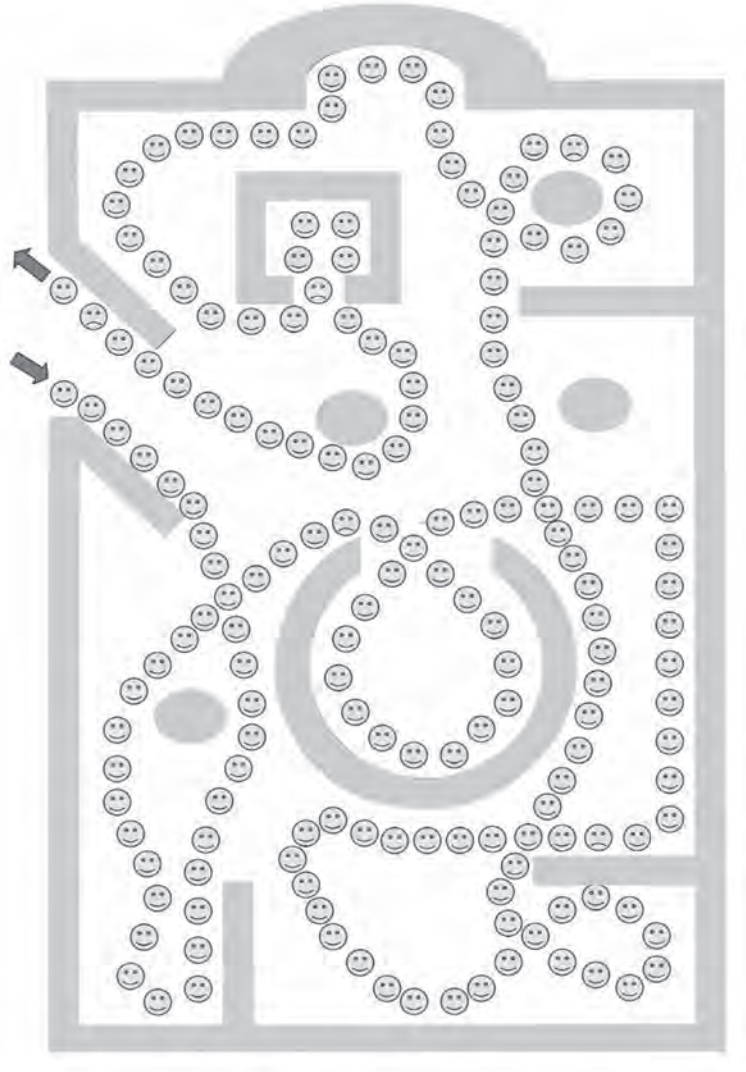
7-10 dakika; odaklanma gücünüz hiç fena değil.

10-15 dakika; orta seviye

15-20 dakika; orta seviyenin altında

20-25 dakika; konstrasyonunuzun zayıf olduğunu gösterir.

GÖZLEM ÇALIŞMASI - 3



Not: 25 saniyede kaç adet gülmeyen yüz olduğunu bulunuz.

BÖLÜM 6

YÖNTEM FARKLILIKLARI



Anlama Kabiliyeti Nasıl Gelişir?

Her insanın farkında olduğu iki nokta vardır. Bunlardan bir tanesi "**görme**" diğeri ise "**düşünme**" yeteneğidir. Eğer biri eksik kalırsa diğerinin çalışma fonksiyonunu olumsuz yönde etkiler. Mesela, aklı süper ancak gözlerinde problem olan kişi okuduğu metni yavaş okuması gerekiyor ki anlasın. Aynı şekilde gözleri harika gören ancak aklı normalin altında çalışan kişinin de anlaması için metni ağır okuması gerekmektedir.

Sevgili arkadaşlar, iyi ve hızlı okumak istiyorsak beynimizi ve gözlerimizi birlikte çalıştırmamız gerekmektedir. Eğer kitaptaki göz egzersizlerini güzel bir şekilde yaparsanız görme yeteneğini geliştiren kişiler arasına gireceğinizden emin olabilirsiniz.

Beynimizi Tanıyalım bölümünde Allah'ın bize vermiş olduğu beynimizden bahsettim. Araçla yolda giderken araç ne kadar hızlı olursa olsun etrafınıza baktığınızda birkaç saniyede gördüğünüz şeyleri fark etme yeteneği sayesinde gördükleriniz beyne bir film şeridi gibi gider. İnanılmaz kapasite ye-

teneğine sahip olan gözlerin, bir metin üzerindeki kelimeleri de bir anda algılama ve ayrıştırma yeteneğine sahip olduğunu anlayacaksınız.

Esnek Okuma ve Öğrenmenin Basamakları

Hızlı okumayla ilgili birçok soru gibi karşımıza çıkan sorulardan bir tanesi de şu: "**Her yazıyı hızlı okumam şart mı?**" Elbette değil. Yazının konusuna göre değişir ve ruh halinize bağlıdır. Spor yazıları gibi rahat olan makaleleri okumakta hızlı olabilir akademik çalışmaları zaman zaman konuya göre ağır okuyabilirsiniz. O sizin o anki zihinsel durumunuza bağlıdır.

Hızlı okuma, öğrenmenin ilk basamağı olan **bilinçsiz yetersizliktir.** Olay ya da durum hakkında hiçbir bilgimiz yoktur. Varlığından haberdar olmadığımız konularla karşılaşma anında öğrenmenin ikinci basamağına, yani **bilinçli yetersizlik** aşamasına geçeriz. Bu basamakta bilmediğimiz veya yapamadığımız şeyi fark ederiz. Örneğin; bir çocuğun bilgisayardan haberdar olmadığı an, **bilinçsiz yetersizlik** aşamasıdır. Bilgisayar hakkında bazı şeyleri duymasıyla neyi bilmediğini ve yapamadığını öğrenmesiyle birlikte bilinçsiz yetersizlik aşamasından bilinçli yetersizlik durumuna geçer. Ardından bilgisayar ve programları hakkında bilgiler toplamaya ve kurslarına katılmaya başlar, ama bilgisayarı kullanırken bazı tereddütleri vardır, çünkü yanlış yapmaktan korkar. Bir süre sonra kişi bilgisayarı ve programlarını çok iyi öğrenir, böylece bilinçli yetersizlikten bilinçli yeterlilik aşamasına geçer. Öğrenci

bilgisayarı ve programları istediği gibi kullanmaya başlayınca **bilinçsiz yeterlilik** aşamasına yükselir. Bir yandan müzik dinleyip konuşurken bir yandan da bilgisayarı kullanabiliyordur.

Kaymağını Alma Tekniği

Bu teknik her insan için harika bir tekniktir. Atlayarak okunan parçaya biz "Kaymağını alma tekniği" diyoruz. Elbette doğru yapıldığı takdirde fayda sağlayacaktır. Örneğin, projede yer alan bir çalışan için kaçınılmaz olan elbette konuyla ilgili haddinden fazla dosyanın okunmasıdır. Kişi biriken dosyaları bu teknik ile konuların özüne inip gereksiz cümlelerden kurtulduğu zaman kendisini rahatlamış hissedecektir.

Başlıca dikkat etmemiz gereken hususlar şöyledir:

a) Yazının temel fikrini hızlıca yakalamalıyız.
b) Kilit cümleleri hemen bulmalıyız.
c) Gereksiz ayrıntı veren paragrafları hemen geçmeliyiz.

Sizinle hemen birkaç örnek yapalım. Vereceğim üç konunun başlığını bulalım.

EGZERSİZ 1

Bitirme Süresi	
Konu Başlığı?	
Kelime Sayısı	169

Ormanda yaşayan kaplan çiftin bir oğlan yavrusu dünyaya gelir. Baba kaplan, bu durumdan çok hoşnut bir şekilde eşine "Bizim oğlan bir kahraman olacak!" der. Yavru kaplan biraz büyüyünce, anne kaplan babayı memnun etmek için avını yavru kaplana verip babasına göstermesini ister. Bunu gören baba çok mutlu olur ve "Benim yavrum kahraman oldu!" der.

Babanın mutlu olduğunu gören anne her gün kendi avını yavrusuna verip babasına göstermesini ister. Derken günlerden bir gün baba kaplan ölür. Anne kaplan yavrusundan avlanmasını ister. Ancak yavru kaplan annesine: "Anne sen bana avlanmayı hiç öğretmedin, avlanmayı bilmiyorum ki" der. Anne yavrusuna hak verip avlanmaya devam eder. Bir süre sonra anne kaplan da ölür. Yavru kaplan yanında annesi olmadan ne yapacağını bilemez ve ormandaki kurtların, tilkilerin, çakalların artıklarıyla karnını doyurmaya başlar. Hayatının sonuna kadar ormandaki diğer hayvanların artıkları ve alayları ile yaşamak zorunda kalır.

Yavrularımıza küçük yaştan itibaren sorumluluk vermeliyiz. İlerlemelerini engelleyecek şekilde kol kanat germek, onların gelecekte özgüveni eksik ve başarısız birer birey olmalarına sebep olabilir.

Yapmanız gereken; çocuklarınıza küçük sorumluluklar vererek onları büyük sorumluluklara hazırlamaktır!

EGZERSİZ 2

Bitirme Süresi	
Konu Başlığı?	
Kelime Sayısı	108

Yetişkin filler çok güçlü hayvanlardır, o kadar ki hortumları ile bir tonluk yükü kolayca havaya kaldırabilirler. Ancak küçük yaşta ağır bir zincirle demir kazığa bağlanan bir fil ise henüz güçsüzdür. Bu durumda iken ne kadar zorlarsa zorlasın zinciri kıramaz veya demir kazığı yerinden oynatamaz. Bu şekilde büyüyen bir fil ileride ne kadar büyük ve güçlü olursa olsun demir kazığa bağlandığı takdirde ondan kurtulmaya çalışmaz, çünkü küçükken bunun aksinin mümkün olmadığına inanmıştır.

Her insanın içinde potansiyel büyük bir güç vardır. Ancak pek çok insan bu gücün farkında bile değildir. Engelleri aşmak ve hedeflerimize ulaşmak için içimizdeki bu gücü açığa çıkarmamız gerekir.

Gücünün farkında olmayan birinin başarılı olması mümkün değildir.

EGZERSİZ 3

Bitirme Süresi	
Konu Başlığı?	
Kelime Sayısı	130

İçinde uskumru balıklarının bulunduğu deniz akvaryumuna vahşi bir pirana balığı da konur. Pirana derhal saldırıya geçer ama arada bulunan cam bölme uskumru balıklarına ulaşmasına engel olur. Defalarca cama çarptıktan sonra pirana denemekten vazgeçer. Bir süre sonra aradaki cam bölge kaldırılır. Ancak bölmenin hala yerinde olduğunu düşünen pirana o günden sonra da bölmenin önceden bulunduğu yere kadar yüzer ve geri döner. Bir müddet sonra da açlıktan ölür.

İnsanların çoğu bir konuda hedef belirleyip ona ulaşmaya çalışırken karşılarına çıkan zorluklar yüzünden başaramayacaklarını düşünürler. Yeterince uğraşmadıkları halde hedefe ulaşmaktan vazgeçer ve yeniden denemek istemezler. Bunun psikolojideki adı "öğrenilmiş çaresizlik"tir. Bir başarısızlığa uğradığımızda bunun nedenlerini araştırmalı, kullandığımız metotları değiştirerek bir daha bir daha denemeliyiz. Çaresizliği öğrenmektense asla vazgeçmemeyi öğrenmeliyiz.

Çaresizlik de başarı da öğrenilebilir. Ne yazık ki insanların çoğu çaresizliği öğrenmeyi tercih eder.

EGZERSİZ 4

Aşağıda verilen parçayı size söylenilen şekilde üç dört kelime genişliğindeki dar sütunları okurken gözlerinizi çizgi boyunca aşağıya doğru kaydırınız. Daha önce okuyamadığınızı düşündüğünüz bu çalışmaları devamlı takip ederseniz zaman içerisinde okuma ve anlama oranınız yükselecektir.

Mavi Kurdele

Ömrünü faydasız ve boş şeylerde geçiren, tarlaya tohum ekme vaktini kaçırır, hasat zamanı geldiğinde pişman olur. Nelere sahip olduklarını insanlara gösterir ve onlara güvendiğinizi, inandığınızı ve onları her şeye rağmen sevdiğinizi dile getirirseniz kişinin başarıya ulaşmasında büyük rol üstlenmiş olursunuz. İçimize yerleştirilen potansiyelimiz bizim sermayemizdir. Sermayemizi bilirsek cesurca büyük yatırımlar yapabiliriz. Ama elimizdeki sermayenin farkına varamazsak hiçbir şey elde edemeyiz.

New York'ta yaşayan bir öğretmen, lise son sınıftaki öğrencilerinin diğer insanlardan farklı özelliklerini vurgulayarak onurlandırmaya karar vermiştir. İlk önce öğrencilere sınıf ve kendisi için ne kadar özel olduklarını belirtti. Sonra her birine üzerinde altın harflerle "Siz çok önemlisiniz." yazılı birer mavi kurdele verdi. Daha sonra kabul görmenin toplum üzerinde ne gibi etkileri olacağını anlayabilmek amacıyla sınıfına bir proje yaptırmaya karar verdi.

Her bir öğrencisine üçer tane daha kurdele verip onlardan bu töreni gerçek dünyada devam ettirmelerini istedi. Öğrenciler daha sonra sonuçları takip edecek, kimin kimi onurlandırdığını tespit edecek ve bir hafta boyunca sınıfa bilgi vereceklerdi. Çocuklardan biri, gelecekteki kariyer çalışmaları için kendisine yardımcı olan bir şirketin üst düzey görevlisini onurlandırmış, adamın yakasına mavi kurdeleyi iliştirmişti. Ardından, iki tane daha kurdele vermiş ve "Sınıfta bu konuda bir projemiz var. Sizden onurlandırmanız için birini bulmanızı istiyoruz. Onurlandırdığınız insanlara ekstra kurdele de verin. Böylece onlarda bu projenin devam etmesi için başkalarını bulabilirler. Daha sonra, lütfen bana ne olduğu konusunda bilgi verin." diye rica etti. O gün üst düzey yönetici, suratsız biri olarak bilinen patronunun yanına gitmeye karar verdi. Patronun odasına girdi ve onu "İş dünyasında bir deha olduğundan ötürü" takdir edip örnek aldığını söyledi. Bu mavi kurdeleyi yakasına takması için izin verip vermeyeceğini sordu. Şaşkına dönen patron "Tabii." şeklinde cevap verdi. Yönetici de mavi kurdeleyi, patronun tam kalbinin üstüne, ceketine iliştirdi. Ekstra kurdeleyi verirken de "Bana bir iyilik yapar mısınız? Bunu bana veren çocuk, okulda bir proje yaptıklarını söyledi. Bu kabul görme töreninin devam etmesi gerekiyormuş. Böylece bunun, insanları nasıl etkilediğini belirleyeceklermiş dedi. O gece patron evine geldiğinde on dört yaşındaki oğlunun yanına oturdu. Bu gün inanılmaz bir şey oldu dedi. Ofisteydim üst düzey yöneticilerimden biri içeri geldi, bana hayran olduğunu söyleyip "İş dünyasında bu kadar başarılı olduğum için" göğsüme bu kurdeleyi iliştirdi. Bir hayal etmeye çalış, benim bir dahi olduğumu düşünüyor. "Siz çok önemlisiniz." yazılı bu kur-

deleyi tam göğsümün üstüne taktı. Bana ekstra bir kurdele verdi ve onurlandıracak başka birini bulmamı istedi. Arabayla eve gelirken bu mavi kurdeleyle kimi onurlandırabileceğimi düşündüm ve aklıma sen geldin. Ben "seni" onurlandırmak istiyorum. Sana pek ilgi gösteremiyorum. Günlerim aşırı yorucu geçiyor. Bazen derslerden aldığın notları beğenmeyince veya odanı toparlamayınca sana bağırıp çağırıyorum. Oysa bu gece bir şekilde buraya oturup sana benim için ne kadar farklı ve özel olduğunu söylemek istedim. Annen gibi sen de benim hayatımdaki en önemli insansın. Sen mükemmel bir çocuksun. "Seni Seviyorum." diye devam etti. Şaşkına dönen çocuk şimdi ağlamaya başlamıştı. Bütün vücudu titriyordu. Başını kaldırdı, gözleri yaş içinde olarak babasına baktı ve: "Yarın intihar edecektim. Baba, ben senin... Çünkü ben senin beni hiç sevmediğini, hiç önemsemediğini düşünüyordum. Ama artık her şey çok farklı. Baba, şu an oğlunun hayatını kurtardın."

EGZERSİZ 5

Şimdi de beş altı kelime genişliğinde olan sütunu okuduğunuzda her satırda iki defa durmanız sizin okuma işleminizi daha da kolaylaştıracaktır. Yukarıda bahsettiğim gibi siz sadece ikinci ve dördüncü kelimeleri okuyun, gözleriniz diğerlerinin fotoğrafını çekecektir.

Sabrın Sonu = BAŞARIDIR

Bir işi başarmak için gereken en önemli özellik sabırla çalışmaya devam etmektir. Ampulü bulmak için binlerce deney yapan ve asla vazgeçmeyen en sabırlı ve üretken ilim adamlarından biri olan Edison, bu önemli gerçeği şu sözle ifade ediyor: DEHÂNIN %1'İ İLHAM, %99'U TERDİR…

Başarıyı başaranlardan öğrenin!

Başarılı insanların hayat hikâyelerini okuyun, çünkü başarılı insanlar hedeflerine ulaşırken yapmak istedikleri şeyi gerçekleştirmiş insanlardan çok şey öğrenmişlerdir. İnsanoğlu yapabileceğine inandığı her şeye ulaşabilir. Çevrenizde size yardımcı olabilecek, gelişiminize katkıda bulunabilecek güvenilir kişiler mutlaka vardır. Önemli olan etrafımızı iyi gözlemleyip bu kişileri ya da sebepleri yakalamak için daima hazır bulunmaktır. Her gün, yeni bir umut vaat eder. Her doğan güneş, içinde umudun bereketini taşır. Asla vazgeçmeden yıllarca yapılan çalışmaların olumlu sonuçları ısrarın ve duanın gücüyle açıklanabilir.

On dört yıl adamlarıyla beraber denizlerde define aradıktan sonra defineyi bulan ve çok zengin olan kaptanın tayfalarına sorulan, "On dört yıldır bu motivasyonu nasıl sağladınız?" sorusuna tayfalardan biri şöyle cevap verir : "On dört yıldır her akşam define aramaktan vazgeçiyorduk. Ertesi sabah kaptan, 'Bugün defineyi bulacağız' diyerek bizi motive ediyordu ve biz de tekrar denize açılıyorduk. Sonunda ısrarımızın neticesini aldık ve defineyi bulduk." Azim, ümidin merdivenidir. Her teşebbüs ümitle başlayıp azimle devam etmelidir. Bazen insan yoluna çıkan engellere takılarak ayağını çarpıp tökezlese de önemli olan en zor şartlarda bile insanın azmini kaybetmemesidir. Alışkanlık kazanılmış bir davranış örneğidir. Büyük sonuçlar elde etmek için büyük atılımlar yapmak gerekmez. Yalnızca davranışların istikrarlı olması yeterlidir.

Azim mi, Yoksa Ümit mi?

Çin'de yetiştirilen Bambu ağacı diğer ağaçlardan çok farklıdır. Çinliler bu ağacı şöyle yetiştirir: Önce ağacın tohumu ekilir, tohum sulanır ve gübrelenir. Birinci yıl tohumda herhangi bir değişiklik olmaz. Tohum yeniden sulanıp gübrelenir. Bambu ağacı ikinci yılda da toprağın dışına filiz vermez. Üçüncü ve dördüncü yıllarda her yıl yapılan işlem tekrar edilerek bambu tohumu sulanır ve gübrelenir. Fakat inatçı tohum bu yıllarda da filiz vermez. Çinliler büyük bir sabırla beşinci yılda da Bambuya su ve gübre vermeye devam ederler ve nihayet beşinci yılın sonlarına doğru Bambu yeşermeye başlar ve altı hafta gibi kısa bir sürede yaklaşık 27 metre boyuna ulaşır. Akla gelen ilk soru şudur: Çin'de yetişen Bambu ağacı 27 metre boyuna altı haftada mı yoksa beş yılda mı ulaşmıştır? Bu sorunun cevabını okuyucularımın üstün zekâlarına bırakıyoruz. Bambu ağacının insanların sabrını ölçen bir sa-

bır metre olduğunu rahatlıkla söyleyebiliriz. Çinliler eğer sabretmeselerdi ekilen bu tohumun bir gün ağaç olacağını göremezlerdi. Bütün başarılar belki küçük veya büyük ama günlük ve üretken bir alışkanlık kazanmakla başlar. Her insan inançla yola koyulmalı, önüne çıkan engelleri sabırla aşmalıdır.

Unutmayalım ki, her zafer sabrın meyvesidir, çünkü Allah sabredenlerle beraberdir.

EGZERSİZ 6

Aşağıdaki egzersizi gösterilen şekilde takip edip gözlerinizi aşağıya doğru kaydırınız. Bu yapılan çalışma sayesinde kıvrımların sağa kaydığı yerlerde sağ, sola kaydığı yerlerde sol tarafta gözden kaçanları görme ve yakalama şansını bulacaksınız.

Bir milletin büyüklüğü nüfusunun çokluğuyla değil, akıllı ve faziletli kişi sayısıyla bellidir.

Herkese yabancı bir ülkede öğrenim olanağı nasip olmayabilir. Fakat istenildiği ve peşinden koşulduğu takdirde bu olanak sizinde karşınıza çıkacaktır. Milyonlarca genç gibi bir eğitim aldıktan sonra kişinin kendisini en iyi şekilde geliştirme hakkı, diğer insanlarda da olduğu gibi vardır. Lise mezunlarının bir yükseköğrenim görmek, örneğin yurtdışında bir yükseköğrenime başlamak arzusu, giderek daha da yaygınlık kazanmaktadır. Şu anda yurtdışında öğrenim görmek için birçok önemli neden var: Yurtdışı eğitimi sadece dilsel yetilerin geliştirilmesine katkı sağlamakla kalmaz, ayni zamanda kişinin bağımsız ve kendine yeten bir kimlik kazanmasına, esnek davranabilme ve iletişim kurma yeteneğine de katkıda bulunur ve deneyim ufkunu geliştirir. Aslında öğrenciyi cezbeden yurtdışında yükseokullarda öğrenim avantajlarının öğrenciye tam manasıyla yansıması ile ilgilidir. Bilimsel kaynakların ve üniversite kütüphanelerinin yüksek standartları, profesör başına düşen az miktardaki öğrenci sayısı ve geniş kültürel seçenekleriyle çeşitli imkânlar sunan kampüslerdir.

Tabii ki bu kadarla da yetinilmiyor öğrencinin eğitim hayatını sürdürürken yaşadığı ve kendisinin ileride arzu ettiği yaşam standartlarının geniş bir yelpaze ekseninde dönmesi, kişinin eğitim hayatı bittikten sonra da yaşamının geri kalan zaman dilimini orada geçirmek istemesine sebep olmaktadır. Sadece yaşam standardı değil, bunun yanında her ne kadar farklı kültürlerden bir mozaik oluşmuş olsa da insanların kendilerine olduğu gibi yabancı ırklardan onaya gelmiş insanlara gösterdiği saygı, sevgi ve hoşgörü, kişinin orada kalma düşüncesine bir sebep daha olmaktadır.

Sadece kalabalığın bir parçası olmak istiyorsanız, kalabalığı takip edin. Ama çoğunluktan daha iyi olmak istiyorsanız, başarılı olarak kabul ettiğiniz insanları inceleyiniz. Onların sizin de işinize yarayacağına inandığınız ilkelerini hazmederek, kendi hayatınıza uyarlayınız.

"Dünyanın en iyi reformcuları, reform yapmaya önce kendilerinden başlayan insanlardır." George Bernard Shaw

Başarılı insanların takip ettikleri stratejiler üzerine birçok makale yazılmıştır. Bunları okumamız bizlere önemli ölçüde bilgi ve proje sağlayacaktır. İnsanların, genel anlayışa ve geleneksel beklentilere ters düşen başarılara imza attıklarını siz de defalarca görmüş olmalısınız. Başarılı insanlar, farklı olmaktan ya da hedeflerine ulaşmaları için gereken fazladan çabayı ve zamanı harcamaktan korkmazlar.

Zorluklarla karşı karşıya kaldığımızda ya yıkılırız ya da bundan sonra hayatın önümüze çıkaracağı her şeye dayanabilecek kadar güçleniriz. Unutmayın; uçurtmalar, rüzgâr gücü ile değil, o güce karşı koydukları için yükselirler.

Her insan kendini tanımalı, yeteneklerini geliştirmeli ve sorumluluk almayı bilmeli. Başarılı insanları bugünkü noktaya getiren şey önlerine çıkan engeller değil, bunları aşmaya çalışırken yaşadıkları düş kırıklıklarından ve yenilgilerden aldıkları önemli derslerdir.

Herkesin mutlaka zor zamanları olmuştur. Bu zor dönemlere ayak uyduramayan kimseler akıntıya kapılıp açıklara sürüklenirler ve kıyıya da kalmaz, aynı yerden suya girmekte ısrar ederler ve yeniden akıntıya kapılıp sürüklenince de hayrete düşerler. Başarılı insanlar da bu akıntıya kapılmışlardır kuşkusuz. Ancak onlar deneyimlerinden ders alırlar ve aynı suya bir daha girmezler. Yine de girip de sürüklenmeye başlarlarsa ilk deneyimlerinden edindikleri becerileri kullanarak sağ salim kıyıya varmayı başarırlar.

Bu cennet vatanı bize emanet bırakıp gidenlerin nasıl yetiştiklerini görmekle, şanlı tarihimizin ihtişamlı günlerinde yaşanmış bu büyük ibret ve hikmetli sahne hepinizi duygulandıracak bir olaydır.

Bilindiği üzere şehzadeler, hususi hocalar tarafından sarayda yetiştirilirlerdi. Bu hocalara padişahlar tarafından o kadar geniş salahiyetler verilirdi ki, gerekirse hoca, şehzadeyi dövebilirdi. Gecelerden birinde: Molla Gürani, Fatih'e mutad dersini verdikten sonra odasına çekilmişti. Gece namazına kalktığında şehzadenin lambasının yandığını görünce: "Acaba rahatsız mıdır?" diye şehzadenin odasına kadar gider, kapısını çalar. Şehzade kapısını açınca, hoca sorar: "Hayırdır inşallah, neden uyumadın?" Şehzade cevap verir: "Müzakere ediyordum, efendim." Hoca Gürani: "Hangi dersi müzakere ediyordun?" deyince, şehzade cevap vermez. Masanın üzerindeki kâğıtları gören hoca: "Görebilir miyim, bu kâğıtları?" der. Şehzade kâğıtları takdim edince, hoca kâğıtlar üzerinde bir takım notlar ve haritayı andıran askeri plan ve projeler görür. "Bunlar nedir?" diye sorunca şehzade şu cevabı verir: "Efendim, uykusuz kalışımın sebebini arz edeyim (fakat sır olarak siz de kalması ricasıyla). Gönlümü ateşler içinde bırakan sır şudur: Ta sahabe-i kiram zamanından beri defalarca muhasara edildiği halde Kostantiniye şehri niçin fethedilemiyor? İşte bu gece beni bu saatlere kadar uykusuz bırakan mesele budur.

EGZERSİZ 7

Aşağıdaki yazımızı gösterdiğimiz şekilde zikzak bakışlarla, olabildiğince geniş alan görerek ve çabucak okumaya çalışınız.

Bazen başarıya yaklaştığımızın farkında olamayız.

1942 yılıydı. Üç adam Venezuela'da aylarca elmas arayarak günlerini geçirdiler. Elmas bulma ümidiyle sürekli yürüdüler ve yüzlerce değişik taş topladılar. Ancak bir türlü aradıkları elması bulamadılar. Aralarından biri "Daha uğraşmanın bir anlamı yok. Ben elmas aramaktan vazgeçtim. Şu taşa bakın bulduğum 999.000'ci taş belki de. Ama içlerinden bir tanesi bile elmas çıkmadı." dedi. Diğer ikisinden biri alay ederek: "Bari bir tane daha taş ara da 1.000.000 olsun." dedi. Rafael Salona, şakayla cevap vererek: "Pekâlâ, bu işi bırakmadan önce bir tane daha taş arayayım." dedi. Yorgun gözlerini kapatarak elini elmas umuduyla eşeledikleri taş yığınına uzattı ve yumurta büyüklüğünde bir taşı aldı. "İşte arkadaşlar, milyonuncu taş da tamam. Benden bu kadar. Artık elmas aramayı bırakıyorum." dedi. Ancak elindeki taşın büyüklüğüne göre diğer taşlardan daha ağır olduğunu fark etti. Bunun üzerine Salona, eliyle taşı birkaç kez daha arttı, sonra da: "Bu bir elmas." diye bağırdı. Evet, Rafael Salona, sonunda elması bulmuştu. Daha sonraları "kurtuluş" adı verilen bu taşın, dünyada bulunan en büyük ve en saf elmaslardan biri olduğu anlaşıldı. Rafael Salona, geçte olsa çalışmasının karşılığını almıştı.

Bazen çalışmalarımızın bir sonuç vermediğini düşünür ve hedefimizden vazgeçtiğimiz olur. Oysaki kararlılık başarının en temel prensibidir. Hedefe ulaşmada gösterdiğimiz kararlılık ve azim mutlaka bizim istediğimiz sonucu almamızı sağlayacaktır.

Sultan ve Vezir

Bir oyuncu, sultanın huzurunda kabiliyetlerini sergiliyor, sultanın ve seyircilerin hayranlığını kazanıyormuş. Sultan da bu numaralar karşısında şaşkınlık ve hayranlık içerisinde bağırmış: "Allah'ım bana yardımcı ol, nasıl bir kabiliyet, nasıl bir cinlik!" Fakat vezir, söyledikleriyle sultanın düşüncelerini bölmüş: "Sultanım, hicbir usta gökyüzünden zembille inmez. Oyuncunun sanatı onun çalışkanlık ve pratiğinin sonucudur."

Sultan vezire kızmış. Vezirin kendisinden farklı görüş söylemesi sultanın huzurunu kaçırmış. Veziri hor görerek ona bağırmış: "Seni nankör adam! Yapılan bu kadar numaranın nasıl çalışmayla, pratikle elde edildiğini iddia edebilirsin! Yeteneğin ya vardır ya yoktur! Senin zaten beraberinde zindana götüreceğin hiçbir yeteneğin yok! Orada benim sözlerimi düşünmeye bol bol vaktin olacak. Ama orada yalnız olmayacaksın, kendi türünden bir hücre arkadaşın olacak. Bir danayla beraber zindanda kalacaksın!"

BÖLÜM 7

OKUYALIM VE ANLAYALIM



ANA FİKRİ BULMA

Her yazı bir duygunun ya da düşüncenin verisidir. Yazı, bize bir şey söylemek ister. Yani yazının bize anlatmak istediği temel bir fikir vardır. Bu temel fikre 'ana fikir' denir. Ana fikri olmayan yazı hemen hemen yok gibidir. Ana fikir, bir yazının belkemiğidir. Ana fikir, anlatılmak istenilenden çıkarılması gereken derstir. Bir okuma parçasını anlamanız demek, onun ana fikrini çıkarabilmeniz demektir.

Yazıda birçok fikir bulunabilir. Ama asıl anlatılmak istenen fikir tektir. Ana fikir kısaca, parçanın bir cümlelik özetidir. Ana fikir, bazen parçanın içinde bir cümle halinde verilmiş olabilir. Bu durumda o cümleye 'ana fikir cümlesi' diyebiliriz. Ana fikir, parçada cümle halinde verilmemişse parçanın bütününden ana fikri kendimizin çıkartması gerekir. Bazı parçalarda birden çok ana fikir var gibi görünebilir. İyi hazırlanmış bir parçada kesinlikle tek ana fikir vardır. 'İkinci ana fikir' dediğimiz ikinci görüş, esas ana fikri desteklemek için vardır.

Ana Fikri Bulurken Dikkat Edilmesi Gereken Hususlar

Ana fikrin bulunmasında düşünce akışının hangi yönde olduğunu bulmak önemli bir kuraldır. Düşünce akışının genelden özele gittiği paragraflarda, yani tümdengelim tekniğiyle yazılmış yazılarda ana fikir baştadır. Yazar, ilk cümlede fikrini söyler, sonrakilerde bu fikri destekler, ispatlar.

Düşünce akışının özelden genele gittiği parçalarda ise ana fikir parçanın sonundadır. Yazar, düşüncesini anlattığı paragrafın sonunda fikrini derleyip toparlar ve bir ana fikir cümlesi halinde belirtir.

OKUDUĞUNU ANLAMA EGZERSİZLERİ

HIZLI OKUMA EGZERSİZİ 1

Aşağıdaki metni okuyup okuma hızınızı ölçün. Daha sonra ne anladığınızı bir sonraki sayfaya yazın.

Kelime Sayısı	108
Bitirme Süresi	
Dakika da Okunan Kelime Sayısı	

GÜÇSÜZ FİL

Yetişkin filler çok güçlü hayvanlardır. O kadar ki hortumları ile bir tonluk yükü kolayca havaya kaldırabilirler. Ancak küçük yaşta ağır bir zincirle demir kazığa bağlanan bir fil ise henüz güçsüzdür. Bu durumda iken ne kadar zorlarsa zorlasın zinciri kıramaz veya demir kazığı yerinden oynatamaz. Bu şekilde büyüyen bir fil ileride ne kadar büyük ve güçlü olursa olsun demir kazığa bağlandığı takdirde ondan kurtulmaya çalışmaz, çünkü küçükken bunun aksinin mümkün olmadığına inanmıştır.

Her insanın içinde potansiyel büyük bir güç vardır. Ancak pek çok insan bu gücün farkında bile değildir. Engelleri aşmak ve hedeflerimize ulaşmak için içimizdeki bu gücü açığa çıkarmamız gerekir.

Gücünün farkında olmayan birinin başarılı olması mümkün değildir.

Sıra Sizde

HIZLI OKUMA EGZERSİZİ 2

Aşağıdaki metni okuyup okuma hızınızı ölçün. Daha sonra ne anladığınızı bir sonraki sayfaya yazın.

Kelime Sayısı	66
Bitirme Süresi	
Dakika da Okunan Kelime Sayısı	

SEDİR AĞAÇLARI

Günün birinde Çin imparatoru saray nazırı ile birlikte sarayın bahçesinde dolaşmaktadır. İmparator birden durur, bahçeyi baştan sona süzer ve nazıra şöyle der: "Bu sarayın etrafına sedir ağaçları diksek ne kadar güzel olur?". Nazır şaşkınlıkla konuşur: "Sayın imparatorum, sedir ağaçları 300 senede ancak yetişir". Bunun üzerine imparator zamanın önemi ile ilgili çok güzel bir cevap verir ve saray nazırı çok şaşırır. "Ne duruyorsun, hemen dikmeye başlasana!"

Sıra Sizde

HIZLI OKUMA EGZERSİZİ 3

Aşağıdaki metni okuyup okuma hızınızı ölçün. Daha sonra ne anladığınızı bir sonraki sayfaya yazın.

Kelime Sayısı	139
Bitirme Süresi	
Dakika da Okunan Kelime Sayısı	

ENGEL

Eski zamanlarda bir kral, saraya gelen yolun üzerine kocaman bir kaya koydurmuş, kendisi de pencereye oturmuş. Bakalım neler olacak diye izlemeye başlamış. Sabahtan öğlene kadar ülkenin en zengin tüccarları, en güçlü kervancıları, saray görevlileri birer birer gelmişler. Hepsi kayanın etrafından dolaşıp saraya girmişler. Pek çoğu kralı yüksek sesle eleştirmişler. Halkından bu kadar vergi alıyor, ama yolları temiz tutamıyor demişler. Sonunda saraya meyve sebze getiren bir köylü çıkagelmiş. Sırtındaki küfeyi yere indirmiş, iki eliyle kayaya sarılmış ve kayayı itmeye başlamış. Sonunda kan ter içinde kalmış ama kayayı da yolun kenarına çekmiş. Tam küfesini yeniden sırtına almak üzereymiş ki, kayanın eski yerinde bir kesenin durduğunu görmüş. Keseyi açmış bir de bakmış ki kesenin içi altın doluymuş ve bir de not çıkmış içinden. "Bu altınlar kayayı yoldan çeken kişiye aittir." yazılıymış notta. Köylü, bugün dahi pek çoğumuzun farkında olmadığı bir ders almış.

Sıra Sizde

HIZLI OKUMA EGZERSİZİ 4

Aşağıdaki metni okuyup okuma hızınızı ölçün. Daha sonra ne anladığınızı bir sonraki sayfaya yazın.

Kelime Sayısı	176
Bitirme Süresi	
Dakika da Okunan Kelime Sayısı	

KUYRUĞUNU DİK TUTAN FARE

Ormanın birinde sürekli diğer hayvanlara musallat olan bir fare yaşamaktadır. Fareden çok çeken hayvanlar günün birinde toplanır ve ondan kurtulma görevini "ezeli düşmanı" kediye verir. Farenin peşine düşen kedi, onu bir ağacın altında olacaklardan habersiz beklerken görür, usta bir avcı gibi sessizce yaklaşır arkasından. Pençesini kaldırır, ama kedinin gölgesini gören fare şimşek hızıyla fırlar. Hızlı bir kovalamaca sonunda düz bir ovaya gelirler. Sağına soluna bakan fare kaçacak yer olmadığını görür. Tek çare, düz ovanın ortasında yalnız başına otlamakta olan inektir. Nefes nefese ineğin yanına doğru koşar ve başlar yalvarmaya. Fareden az çekmeyen inek önce yardım etmek istemez ama yalvarmalarına fazla dayanamaz ve onu saklamaya razı olur. İnek "Peki peki, uzatma da geç şöyle arkama." der. Fare arkasına geçince inek pisliğini üzerine bırakır. Fare pisliğin içinde kaybolur, ancak dik

kuyruğu dışarıda kalmıştır. Kuyruğu gören kedi hemen ineğin yanına gelir. Kuyruğundan tuttuğu gibi fareyi pislikten çıkarır ve oracıkta yer.

1. Üzerinize her pislik atan düşmanınız değildir.
2. Sizi pislikten çıkaran herkes dostunuz değildir.
3. Boğazınıza kadar pisliğe gömülmüşseniz, kuyruğunuzu fazla dik tutmayın.

Bilgeliğe ulaşanlar, yaşadıkları olaylardan ders çıkaranlardır.

Sıra Sizde

HIZLI OKUMA EGZERSİZİ 5

Aşağıdaki metni okuyup okuma hızınızı ölçün. Daha sonra ne anladığınızı bir sonraki sayfaya yazın.

Kelime Sayısı	149
Bitirme Süresi	
Dakika da Okunan Kelime Sayısı	

KARINCA KİTO

Mahkûmun biri, yalnız kaldığı hücre içinde bir karınca ile arkadaşlık yapar. Kito adını verdiği bu karınca zaman içerisinde adamın talimatlarına göre hareket eder hatta takla atmayı bile öğrenir.

Mahkûm, insanların Kito'ya hayran kalacağını ve göreceği büyük ilgi sayesinde zengin olacağının hayalini kurmaktadır. Hapisten tahliye olduğu gün Kito'yu kibrit kutusunun içine koyarak bir kafeteryaya gider. Amacı insanların Kito'ya nasıl tepki vereceğini test etmektir. Karıncayı kibrit kutusundan çıkaran eski mahkûm garsonu çağırır. Amacı garsona Kito'nun marifetlerini göstermektir. Garsona: "Masanın üstünde duran şu karıncayı görüyor musun?" diye sorar sormaz, garson elindeki bezle karıncayı alır ve "Affedersiniz beyefendi." diyerek Kito'yu öldürür.

Her kişinin kendine ait değerleri ve inançları vardır. Bir kişi için çok önemli olan bir olay diğeri için pek de önemli olmayabilir. Kişileri kendi inanç sistemimize göre değerlendirirsek sorunlarla karşılaşabiliriz. Yapmamız gereken kişilerin inanç ve değerlerine saygılı olmak ve ilişkilerimizde kendimizi onların yerine koyarak hareket etmektir. Altının değerini en iyi sarraf bilir.

Sıra Sizde

HIZLI OKUMA EGZERSİZİ 6

Aşağıdaki metni okuyup okuma hızınızı ölçün. Daha sonra ne anladığınızı bir sonraki sayfaya yazın.

Kelime Sayısı	169
Bitirme Süresi	
Dakika da Okunan Kelime Sayısı	

37 ÇİVİ

Kötü karakterli bir genç varmış. Bir gün babası ona çivilerle dolu bir torba vermiş. "Arkadaşlarınla tartışıp kavga ettiğin zaman her sefer bu tahta perdeye bir çivi çak." demiş. Genç, birinci günde tahta perdeye 37 çivi çakmış. Sonraki haftalarda kendi kendine kontrol etmeye çalışmış ve geçen her gün daha az çivi çakmis. Nihayet bir gün gelmiş ki hiç çivi çakmamış. Babasına gidip söylemiş. Babası onu yeniden tahta perdenin önüne götürmüş. Gence: "Bugünden başlayarak tartışmayıp kavga etmediğin her gün için tahta perdelerden bir çivi çıkart (sök)." demiş. Günler geçmiş, bir gün gelmiş ki her çivi çıkarılmış. Babası ona: "Aferin iyi davrandın ama bu tahta perdeye dikkatli bak. Artık çok delik var ve hiçbir şey geçmişteki gibi güzel olmayacak." demiş.

"Arkadaşlarla tartışıp kavga edildiği zaman kötü kelimeler söylenilir. Her kötü kelime bir yara (delik) bırakır. Arkadaşına bin defa kendisini affettiğini söyleyebilirsin, ama bu delik aynen kalacaktır (kapanmayacaktır). Bir arkadaş, ender bir mücevher gibidir. Seni güldürür, yüreklendirir, sen ihtiyaç duyduğunda sana yardımcı olur, seni dinler sana yüreğini açar." demiş.

İnsanlar ölür, toprak olur, ama dostluklar ölmez.

Sıra Sizde

HIZLI OKUMA EGZERSİZİ 7

Aşağıdaki metni okuyup okuma hızınızı ölçün. Daha sonra ne anladığınızı bir sonraki sayfaya yazın.

Kelime Sayısı	120
Bitirme Süresi	
Dakika da Okunan Kelime Sayısı	

DİREĞE TIRMANAN KURBAĞALAR

Günün birinde kurbağalar arasında direğe tırmanma yarışı yapılır. Yarışmacılar direğe tırmanmaya çalışırken seyirci kurbağalar: "Aptal kurbağalar tırmanamazsınız, aptal kurbağalar tırmanamazsınız!" diye bağırmaktadır. Bu sözlerden etkilenen ve morali bozulan kurbağalar teker teker yere inmeye başlar, ama içlerinden biri tırmanmaya devam eder ve sonunda yarışı kazanır. Sıra ödül törenine geldiğinde kurbağaya nasıl başardığı sorulur. Kurbağa eliyle kulağını işaret ederek bağırır: "Biraz hızlı konuşur musunuz, kulağım iyi duymuyor da."

Hedeflerimizi söylediğimizde insanların çoğu başaramayacağımızı söyler. Bunlar ya kendileri bize inanmazlar ya da hedefe ulaştığımızda geleceğimiz konumu düşünerek kıskanırlar.

Negatif telkinler sonucu insanların çoğu daha uygulamaya bile geçmeden hedeflerinden vazgeçer. Oysa hedefe ulaşmak için bizi yıldırmak isteyen insanların sözünü değil yüreğimizin sesini dinlemeliyiz.

Başarıya ulaşan insanlar, diğerlerinin negatif telkinlerine karşın bunun tersini ispat etmeye çalışanlardır.

Sıra Sizde

HIZLI OKUMA EGZERSİZİ 8

Aşağıdaki metni okuyup okuma hızınızı ölçün. Daha sonra ne anladığınızı bir sonraki sayfaya yazın.

Kelime Sayısı	134
Bitirme Süresi	
Dakika da Okunan Kelime Sayısı	

ANNE KEDİ

Göl kenarında yaşayan ve sudan nefret eden bir kedi doğum yapar. Bu kedinin yavruları ise annelerinden farklı olarak gölde oynamayı ve suya girmeyi çok sevmektedir. Anne kedi de yavruları ile birlikte göle girer ve onlarla suda oynar. Bunu gören bir başka kedi hayretler içinde kalır ve ona sorar: "Sen hep sudan nefret ederdin, ama görüyorum ki artık sudan hiç çıkmıyorsun. Bunun sebebi nedir?" Anne kedi şöyle cevap verir: "Hâlâ suyu sevmiyorum ama yavrularımı çok seviyorum.".

Hepimizin hoşlandığı veya hoşlanmadığı birçok şey vardır. Ancak birini çok seviyor ve onunla bir şeyler paylaşmak istiyorsak, onun hoşlandığı şeylere bakış açımızda esnek olmalıyız. Özellikle ailemize karşı bize düşen daha özverili ve daha hoşgörülü olmaktır. Zararlı bir yönü yoksa sevdiğimiz kişinin hoşlandığı şeyleri sevmeye çalışmalı veya en azından hoşgörülü ve anlayışlı olmalıyız.

İnsanlarla uyum sağlamadan sıcak ilişkiler kuramazsınız.

Sıra Sizde

HIZLI OKUMA EGZERSİZİ 9

Aşağıdaki metni okuyup okuma hızınızı ölçün. Daha sonra ne anladığınızı bir sonraki sayfaya yazın.

Kelime Sayısı	119
Bitirme Süresi	
Dakika da Okunan Kelime Sayısı	

SABRIN SONU

On dört yıl adamlarıyla beraber denizlerde define aradıktan sonra defineyi bulan ve çok zengin olan kaptanın tayfalarına sorulan: "On dört yıldır bu motivasyonu nasıl sağladınız ?" sorusuna tayfalardan biri şöyle cevap verir: "On dört yıldır her akşam define aramaktan vazgeçiyorduk. Ertesi sabah kaptan, 'Bugün defineyi bulacağız.' diyerek bizi motive ediyordu ve biz de tekrar denize açılıyorduk. Sonunda ısrarımızın neticesini aldık ve defineyi bulduk."

Dünyaca ünlü Kartaca Komutanı Annibal'ın büyük dağları aşması gerekiyordu. Romalılarla savaşmak ve bu savaşı kazanabilmek için dağları ve kar yığınlarını geçmeleri şarttı. Çünkü bunlar ordunun ilerleyişini engelliyordu. Bu durumda Kartaca Komutanı Annibal: "Ya bir yol bulacağız ya da bir yol açacağız!" dedi.

Gerçekten hayatta bazen önümüze büyük engeller çıkar ve bu sırada bir karar vermemiz gerekebilir.

Sıra Sizde

HIZLI OKUMA EGZERSİZİ 10

Aşağıdaki metni okuyup okuma hızınızı ölçün. Daha sonra ne anladığınızı bir sonraki sayfaya yazın.

Kelime Sayısı	183
Bitirme Süresi	
Dakika da Okunan Kelime Sayısı	

ZİRVE

29 Mayıs 1953 tarihine kadar zirvesini kimsenin görmediği Everest'e tırmanan ilk kişiydi. Bunu o başardı ve bu başarısı nedeniyle Kraliçe Elizabeth tarafından kendisine şövalye unvanı verildi.

1952 yılında Everest'e çıkma girişiminde bulunmuş, fakat bu girişimi başarısızlıkla sonuçlanmıştı. Bu girişiminden birkaç hafta sonra, İngiltere'de bir okulun öğrencilerine konuşma yapmak için çağrılmıştı. Konuşmanın konusu, onun zirveye tırmanış girişimiydi. Bu girişiminde başarısız olduğunu kabul ettikten sonra bir süre durdu ve mikrofonu bırakıp konuşma kürsüsünün yanında duran Everst'in büyük boy fotoğrafı önüne doğru yürüdü. Sonra fotoğrafa dönüp yumruğunu havaya kaldırarak, yüksek sesle koca zirveye meydan okudu: "Beni bu ilk denememde yendin, ama seninle işim bitmedi, ey Everest!" diye haykırdı: "Bekle beni, sana yine geleceğim ve seni bu kez ayaklarımın altına alacağım!" Everst'e bu meydan okumasından sonra Hillary, salondaki öğrencilere döndü ve onlara, bir yıl sonra ulaşacağı başarısının sırrını o gün açıkladı: "Beni bu kez yendiği için gözümde şimdi daha da büyüdü. Benim bunu bildiğim gibi o da şunu iyi bilmek zorundadır: Onu yenemediğim için, bende ki inanç ve azim daha da büyüdü, daha da güçlendi."

Yaptığı konuşmadan bir yıl sonra Everest, Edmund Hillary'nin ayakları altındaydı.

Sıra Sizde

HIZLI OKUMA EGZERSİZİ 11

Aşağıdaki metni okuyup okuma hızınızı ölçün. Daha sonra ne anladığınızı bir sonraki sayfaya yazın.

Kelime Sayısı	153
Bitirme Süresi	
Dakika da Okunan Kelime Sayısı	

DÜNYA

Baba, bir haftanın yorgunluğundan sonra pazar sabahı kalktığında bütün haftanın yorgunluğunu çıkartmak için eline gazetesini aldı ve bütün gün tembellik yapıp evde oturacağını düşündü. Tam bunları düşünürken oğlu koşarak geldi ve parka ne zaman gideceklerini sordu. Baba oğluna söz vermişti, bu hafta sonu parka götürecekti. Ama hiç dışarı çıkmak istemediğinden bir bahane uydurması gerekiyordu. Sonra gazetenin promosyon olarak dağıttığı dünya haritası gözüne ilişti. Önce dünya haritasını küçük parçalara ayırdı ve oğluna: "Eğer bu haritayı düzeltebilirsen seni parka götüreceğim." dedi. Daha sonra kendi kendine düşündü: "Oh be kurtuldum, en iyi coğrafya profesörü bile getirsen bu haritayı akşama kadar düzeltemez.". Aradan on beş dakika geçmeden oğlu babasının yanına koşarak gelip dedi ki: "Baba haritayı düzelttim, artık parka gidebiliriz." Baba önce inanmadı ve görmek istedi. Gördüğünde de hayretler içinde kaldı ve bunu nasıl yaptığını oğluna sordu, çocuk şöyle cevap verdi; "Baba verdiğin haritanın arkasında bir insan resmi vardı. İnsanı düzelttiğim zaman, bütün dünya düzeldi."

Sıra Sizde

HIZLI OKUMA EGZERSİZİ 12

Aşağıdaki metni okuyup, okuma hızınızı ölçün. Daha sonra ne anladığınızı bir sonraki sayfaya yazın.

Kelime Sayısı	127
Bitirme Süresi	
Dakika da Okunan Kelime Sayısı	

BİR ŞAMPİYON

Muhammed Ali, 1942'de Amerika'da doğdu. 12 yaşındayken bisikletinin çalınmasını önlemek amacıyla boksa başlayan şampiyon, 18 yaşında profesyonel bir boksördü. Ona ününü getiren maçı ise 1964'te Sonny Liston'la yaptığı ve kendisine "Dünya Boks Şampiyonu" unvanını kazandıran karşılaşmaydı.

Muhammed Ali, 1960 yılında ulusal bir boks turnuvasında şampiyon olmuştu. Ali, bu şampiyonadan sonra çok değerli bir madalya aldı. Ancak bu madalya, Ali için yeterli değildi; o dünya şampiyonu olmak istiyordu. Bir gün motosikletiyle bir köprüden geçerken aracını durdurup indi. Boğazına taktığı madalyayı çıkardı ve onu denize fırlattı, sonra da haykırdı: "Bir sonraki dünya boks şampiyonu benim!" Yıllar sonra Ali, dünya ağırsıklet boks şampiyonu oldu. İşte onun hikâyesi bu...

Siyah inci Muhammed Ali, "Günde sekiz saat çalışmak canımı sıkıyor, ama ben dünya şampiyonu olmak istiyorum." dedi ve genç yaşta şampiyon oldu.

Sıra Sizde

HIZLI OKUMA EGZERSİZİ 13

Aşağıdaki metni okuyup, okuma hızınızı ölçün. Daha sonra ne anladığınızı bir sonraki sayfaya yazın.

Kelime Sayısı	186
Bitirme Süresi	
Dakika da Okunan Kelime Sayısı	

ÜÇ KARDEŞ

Bir ihtiyarın üç çocuğu varmış. Ömrünün sonlarına doğru bu ihtiyar, çocuklarını başına toplayarak şöyle öğüt vermiş: "Oğullarım! Görüyorsunuz ki, ben çok hastayım. Son olarak size bir sözüm var: Ben sağlığımda arttırabildiğim paraları bir küpün içine doldurup bahçenin bir köşesine gömmüştüm. Fakat ne tarafa gömdüğümü hatırlamıyorum. Ben öldükten sonra siz, o parayı arayıp bulun." Üç kardeş, babalarını gömdükten sonra toprağın içindeki altın küpünü bulmak için o bahçeyi karış karış kazdılar, toprağı adeta elekten geçirir gibi aktardılar. Fakat altın küpünü bulamadılar ve ümitlerini kestiler. İçlerinden biri dedi ki: "Bu toprağa bu kadar emek vermişken her tarafına bir ekin ekelim. Hiç olmazsa ondan fayda görürüz. Bu sözü, öbürleri de iyi gördüler ve güzel bir tohum bulup bahçenin her tarafına ektiler. Allah öyle bir buğday verdi ki ambarlar dolup taştı. Ellerine pek çok para geçti. Anladılar ki, babalarının söylediği altın dolu küp toprağı kazmak yoluyla çalışıp iş yapmaktaymış. Böylece çalışmanın tadını alan bu üç kardeş, bundan sonra durmadan çalıştılar ve bu sayede çok zengin oldular. İlim, servet, büyük adam olmak hep çalışmakla elde edilir. Çalışan kazanır, büyür, yükselir, herkesin yanında itibarı artar, muradına erer. Çalışmayanı kimse sevmez, çünkü çalışmayanlar tembeldirler.

Sıra Sizde

HIZLI OKUMA EGZERSİZİ 14

Aşağıdaki metni okuyup, okuma hızınızı ölçün. Daha sonra ne anladığınızı bir sonraki sayfaya yazın.

Kelime Sayısı	173
Bitirme Süresi	
Dakika da Okunan Kelime Sayısı	

YOLDA TUTULAN AT

Bir çiftçiyle oğlu günlük işlerini yaparken sahipsiz bir at çıkagelmiş. Atın üstünde herhangi bir damga göremeyen çiftçi ile oğlu, atın sahibini bulmak için atı önlerine katmışlar ve kendi atlarıyla takibe başlamışlar.

At, çiftlik çıkışında bir yola sapmış ve bir süre gitmiş. Sonra yandaki gölü görmüş ve su içmek için yoldan çıkmış. Su içmeyi bırakınca çiftçi, atı yine yola çıkarmış. Bir süre daha ilerledikten sonra karnı acıkan at, yoldan çıkmış ve yemyeşil çimenliğe yönelmiş. Karnını doyuran atı, çiftçi tekrar yola çıkarmış. At, bu şekilde birkaç kere daha yoldan çıkmış ve çiftçi her seferinde onu yola geri getirmiş. Sonunda akşamüstü bir çiftliğe gelmişler. Yanlarına gelen çiftlik sahibi şaşkınlık içerisinde şöyle demiş: "Bu benim atım. İnanamıyorum. Peki, bu atın bana ait olduğunu nasıl anladınız?" Atı getiren çiftçi şöyle yanıtlamış: "Sizi bulan atınızdı, bizim tek yaptığımız şey, onu yolda tutmak oldu."

Çocuklarımız veya birlikte çalıştığımız insanların hedeflerine ulaşmalarını önleyen en büyük engel, sürekli bizim onlara karışmamız ve onların yerine karar vermemizdir. Yapmamız gereken; onlara güvenmek, sorumluluk üstlenmelerini sağlamak ve doğru yolu göstermektir.

Çocuklarınızı kolundan tutmayın, yolunda tutun!

Sıra Sizde

HIZLI OKUMA EGZERSİZİ 15

Aşağıdaki metni okuyup, okuma hızınızı ölçün. Daha sonra ne anladığınızı bir sonraki sayfaya yazın.

Kelime Sayısı	400
Bitirme Süresi	
Dakika da Okunan Kelime Sayısı	

ÇALIŞMANIN VE BAŞARILI OLMANIN KURALLARI

Her işin ve mesleğin kendi bünyesine göre çalışma ve işleme usul ve kuralları vardır. Bunu her meslek sahibi bilir. Bir de fizik ve fikri her türlü iş ve çalışma hayatının ve genellikle başarılı olmanın, düşünen aklın şaşmaz kanunları halinde birtakım genel ve rasyonel düsturları vardır ki; ben, burada bunlardan bildiğim kadarını açıklayacağım.

- ⇨ *Bir günde ve bir zamanda yapman lazım gelen bir işi (bir dersi, bir vazifeyi) ertesi güne bırakma. Zira her günün derdi gibi işi de kendine yeter.*
- ⇨ *Bir zamanda yalnız tek bir iş yap; yalnız bir ders, bir kitap, hatta bir fasıl üzerinde çalış. Ta ki dikkatin ve kuvvetin yayılıp zayıflamasın. Bir zamanda birden fazla iş yapayım diyen kişi, hiçbirini tam ve temiz yapamaz. Dünyaca tanınmış büyük İslam mütefekkiri İmam-ı Gazali'ye "İhya-i Ulum" adlı eserini nasıl bir çalışma ile vücuda getirdiğini sormuşlar: "Bir zamanda yalnız bir fasıl, bir bahis, bir konu üzerinde çalıştım." demiş.*
- ⇨ *Bir günün işini bitirdikten sonra ertesi gün ne iş*

yapacağına karar ver. Yahut hiç olmazsa çalışmaya başlamadan evvel hangi iş veya ders, kitap üzerinde çalışacağını düşünüp kararlaştır ve çalışmaya bu kararla otur.

- Bilmelisin ki, çalışma sevgisi güçlükleri yenmekten doğar ve kuvvetlenir. Güçlüğü yenmekten hâsıl olan manevi zevk, eşsiz bir zevktir. Emin ol ki; harpte zafer ve işte başarı, yılmayanındır. Sebat önünde güçlükler erir ve imkânsız görünen, mümkün olur.
- Bir iş için yorulursan dinlenmek için işini değiştir ve çalışma hızını yavaşlat. Fakat dinlenme bahanesiyle asla boş oturma. Boş oturanın içi, işlenmeyen demir gibi pas tutar.
- Fikri çalışmalar için aynı saatlerde devamlı ve düzenli bir surette, günde iki veya üç saat bile yeterlidir. Büyük İslam düşünürü İbn-i Sina, dünyaca ünlü olan Kitab-u Şifa'sını her gün, sabah namazından sonra Bağdat'taki bir caminin büyük kandili altında oturarak kuşluk vaktine kadar, yani takriben iki saat çalışmak suretiyle vücuda getirmiştir. Meşhur İngiliz düşünürü Spencer, muazzam eserlerini, günde iki saat çalışarak yazmıştır. Her sene bin, bin iki yüz sahifelik eser veren Fransız edibi Emile Zola'ya bu başarısının sırrını sormuşlar: "Her gün yalnız üç saat çalışır ve yazarım." demiş.
- Bir işe başladığın, bir dersi öğrenmeye, bir kitabı okumaya koyulduğun zaman telaş edip sabırsızlanma. Sakin ve metin ol. Yol al, fakat acele etme. Sindirerek çalış ve öğren!

- ⇨ *İşinde ve dersinde, herhangi bir fikri noktayı küçümseyerek ihmal edip geçme. Küçük ihmalden bazen büyük zararlar doğduğunu unutma!*
- ⇨ *Gece yatağına uzandığın zaman, o gün ne yaptığını ve yarın ne yapacağını kendine sormadan sakın uyuma!*

Reha Oğuz TÜRKKAN

Sıra Sizde

HIZLI OKUMA EGZERSİZİ 16

Aşağıdaki metni okuyup okuma hızınızı ölçün. Daha sonra ne anladığınızı bir sonraki sayfaya yazın.

Kelime Sayısı	470
Bitirme Süresi	
Dakika da Okunan Kelime Sayısı	

ÜÇ ADIMDA KİŞİSEL GELİŞİM

Kişisel Gelişim, binlerce kilometrelik bir yolculuktur ve küçücük adımlarla başlar. Bu yolculukta amaç, istediğini elde etmek ve elde ettiklerini sevmektir. Her yolculukta olduğu gibi kişisel gelişim yolculuğunun da birtakım kuralları vardır. Eğer yolculuk süresince bir yolcu olarak üzerimize düşeni yaparsak, istediğimiz adrese gitmiş ve böylece hedefimize ulaşmış oluruz. Üç önemli adım atarak "Kişisel Gelişim Yolculuğu"na çıkmaya hazır mısınız?

Bir yerlere varmak için önce kendine uğramalıdır insan. Çünkü insanın gideceği bütün yollar kendinden geçer. Bu nedenle ilk adımımız, kişilik özelliklerinin keşfedilmesidir. Kişinin kendisiyle tanışması ve 'merhabalaşmasıdır'. Özünü sorgulaması, arayışta olması ve sonunda 'ONU' bulmasıdır. Bu yolculuğun ilk adımında kişilik özelliklerinin farkına varılır. Güçlü ve zayıf yönler çeşitli analizler ile tespit edilir. Hayatımızdaki tüm hedeflerimizin kaynağı olan değerler belirlenir. Olmazsa olmazlar ve kurallar netleşir; kırmızı çizgiler çizilir. İdealler belirlenerek başarıya ve mutluluğa adım adım gitmeye devam edilir. Rengârenktir ilk adım, ama çoğu zaman da

çetrefilli. Kişisel keşif süresince; sosyaller, asosyaller, gelenekseller, girişimciler vb. çıkar ortaya. Mavi, yeşil, sarı ve kırmızı renkler ile eğlenceli analizler... Duygu ile düşünce çeşitleri, motivasyon odakları, ilgi kaynakları, temsil sistemleri ve zeka çeşitleri keşfedilir. Bir ömür boyu süren bu eğlence yerini ikinci adıma yani hedef belirlemeye bırakır.

Hedefi belirlemek, görünmeyeni görünür yapmaktır. Geçmişle, 'neden?' sorusuyla ve sorunlarla meşgul olmayı bırakarak geleceğe, 'Nasıl?' sorusuna ve çözümlere yelken açmak için bu günü yaşamaktır. Kişinin kendisini başkaları ile değil sadece sahip olduğu yetenekleri ile değerlendirmesidir. Tek rakibinin kendisi olduğunu bilmesidir. Hedef belirlemek; hayat boyunca hep bir öncesinden daha iyiye göz dikmektir. İsabet noktalarını belirleyerek yaşama anlam ve heyecan yüklemektir. Hayat boyunca en iyiye ulaşmak için verilen özverili gayrete sahip olmaktır. Kişisel gelişimin ikinci adımı, kişinin kendisini yeterli hale getirme sürecinin en keskin virajıdır. Hedefler belirleyerek yaşam projemizi renklendirir ve üçüncü adımı atarız.

Hayat bisiklete binmek gibidir. Pedalı çevirmeye devam ettiğimiz sürece düşmeyiz. Kişisel gelişim yolculuğumuzda hedefimize gideceğimiz yolu belirledikten sonra, son adımı atmalıyız. Üçüncü ve son adım: Harekete geçmek; azim, gayret ve kararlılıkla yolculuğa devam etmektir. Kişi bu adımda, rüyalarının gerçekleşmesini istiyorsa, uykudan uyanması gerektiğinin bilincine varmalıdır. Harekete geçmeden tüm hedeflerin hayal kalacağını bilmelidir. Üçüncü adımında kişi bedel ödediği kadar ödül alacaktır. Devler gibi eser vermek için karıncalar gibi çalışması gerektiğini anlayacaktır. Ve fedakâr-

lığı öğrenecek, ne kadar çok feda ederse o kadar çok kar elde edeceğinin farkına varacaktır. Üçüncü adımı attığımız da heyecan ve tutku ile yaptığımız, heyecandan kendimizi kaptırdığımız alanlar gittikçe azalabilir. Hayat her zaman sevdiğimiz şeyleri karşımıza getirmeyebilir. Çoğu zaman kişi zorluklar, aksilikler, beklenmedik sonuçlar ve istemediği durumlar ile karşı karşıya kalabilir. İşte bu durumlarda bilinmesi gereken temel nokta: Hayatın içerisinde bazı durumlarda bazı adımları atmak görevimizin gerekli olduğudur. Bu aşamada görev duygusu ve sorumluluk bilincini belirleyen irade kontrol edilmelidir. Sevdiği işi herkesin yapabileceği, ama sevmediği halde başarısı için gerekli olanı yapanların başarılı olacağı unutulmamalıdır.

Başarıya ve mutluluğa gitmek için "Kişisel Gelişim Yolculuğu"na çıkalım. Kendimizi keşfedelim. Hedeflerimizi belirleyelim ve kararlılıkla harekete geçelim. Hepimize iyi yolculuklar…

Bahaddin Ersoy

Sıra Sizde

HIZLI OKUMA EGZERSİZİ 17

Aşağıdaki metni okuyup, okuma hızınızı ölçün. Daha sonra ne anladığınızı bir sonraki sayfaya yazın.

Kelime Sayısı	604
Bitirme Süresi	
Dakika da Okunan Kelime Sayısı	

FARKLI KİŞİLİKLERE GÖRE EKİP YÖNETİMİ

Ekip, belirlenmiş süreler için bir amacın yerine getirilmesi veya bir hedefin gerçekleştirilmesi için bir araya gelmiş ya da getirilmiş insan grubudur. Ekip bir dakikada kurulabilir, ancak yüksek performanslı bir ekibe sahip olmak süreç gerektirir.

Ekiplerde etkili çalışma yapabilmek için üyelerin karakteristik davranış özelliklerini de bilmek gerekir. Ekipler içinde oluşan olumsuzluklar, genellikle kişiler arasındaki farklılıklardan kaynaklanmaktadır. İnsanların kendi kişiliklerini daha iyi tanıyıp anlamaları ve etraflarındaki bireylerle iyi iletişimde bulunmaları sonucunda toplum, maddi ve manevi anlamda pozitif değerler kazanacaktır.

Ekibinizdeki bazı insanlar, Güçlü-Kararlı, bazıları Mükemmeliyetçi, bazıları Barışçıl- Sevecen ve bazıları da Popüler-Neşeli olabilirler. Dört farklı kişilik türünün hiçbiri diğerinden ne daha iyi veya daha kötü değildir. Her birinin güçlü ve zayıf yönleri vardır. Önemli olan, ekipleri oluştururken ve kişileri görevlendirirken bu farklılıkların bilincinde olmaktır. Örneğin;

- İnsanlara huzur veren ve herkesin yardımına koşan barışçıl sevecen insanlar bazen bu yüzden kendi işlerini aksatabilirler.
- Çevrelerine neşe saçan popüler insanlar bu tavırlarını abartırlarsa itici olabilirler.
- Bazı insanlar güçlü-kararlı bir yapıya sahiptirler. Kafalarına koydukları her işi başarabilirler. Ancak, bunu yaparken etraflarındaki birçok insanı da incitebilirler.
- Bazı insanların en güçlü yönü ise planlı ve programlı olmalarıdır. Her şeyi kusursuz yapmaya çalışan bu insanların katı kuralları çevrelerindeki insanları zaman zaman sıkabilir.

İnsanlarda yukarıdaki kişiliklerin her birinden az ya da çok bulunmasına rağmen her insanın çalışma tarzını etkileyen esas bir kişiliği vardır. Bu dört kişilik türünün hepsi de bizde mevcuttur. Ama bunlardan birisi, davranışlarımızı ve yaptığımız işi en çok etkileyen baskın kişiliğimizdir.

Ekiplerde uyumu sağlamak için yapmamız gereken, başkalarını mevcut kişiliğimize uymaya zorlamak yerine diğer kişilik türleriyle uyum sağlamaya çalışmalarının başarıdaki önemini fark edebilmektir. Hepimiz, kendimizin görmediği ancak başka insanların fark ettiği kişiliğimizin baskın özelliklerinin ekip içinde meydana getirdiği etkiyi görüp davranışlarımızda dikkat etmemiz gereken yönlerimizi fark etmeliyiz. Çünkü her bir kişiliğin özelliklerinde, farklı kişiliklerdeki diğer insanlar üzerinde az ya da çok stres yapan yönleri vardır.

Dengeli ilişkiler kurmak için, birlikte çalıştığımız insanların davranış biçimleri ile uyum içinde olmamız gerekir. Farklı kişilerle uyum sağlamak için

bazen onları güçlendirecek önerileri, bazen düzenli, planlı ve programlı bir hayatı, bazen yapılacak işlerin hareketli ve heyecanlı taraflarını, bazen de onları huzura kavuşturacak önerileri bilmemiz ve bunları onlarla paylaşmamız ekip açısından çok önemlidir.

Özellikle iş hayatında birbirimizin çalışma biçimini anlamazsak stresimiz artar ve üretkenliğimiz azalır. Unutmamalıyız ki gerek toplumda, gerek aile içinde ve gerekse modern organizasyonlar içinde hemen her pozisyonda "başkaları ile iyi ilişki kurma becerisi" başarının çok önemli bir faktörü haline gelmiştir. Bu beceri de insan kişiliklerini tanımaktan geçiyor. Kendimizi anlamamız, gerçekten kim olduğumuzu, neden böyle davrandığımızı, olumlu yönlerimizi, onları nasıl güçlendireceğimizi ve olumsuz yönlerimizle onları nasıl olumluya çevireceğimizi bilmek, bu kişilik özelliklerini bilmemizden geçiyor.

Kendimizi tanımadan, kişiliğimizi geliştirmeden başkalarıyla geçinmeyi öğrenemeyiz. İçimizdeki kaynakları fark edip en iyi şekilde kullanmayı bilirsek potansiyelimizin boşu boşuna akıp giden bir su gibi ziyan olmasına da izin vermeyiz. O suyun önüne bir baraj yapar ve onu, kendi lehimize kullanabiliriz. Böylece hayatı ve insanları olduğu gibi kabul edebilir, aslında farklılıkların bir yap-bozun küçük parçalarının yerine konduğunda meydana getirdiği anlam gibi çok şeyler ifade ettiğini fark edebiliriz. Parçalar farklı ve bu farklılık iyi bir şey; çünkü bizler puzzle'ı ancak bu farklı parçalarla bütünleştirebiliriz. İşte her biri bir boşluğu tamamlayan bu kişilik özelliklerini iyi bilirseniz;

- İnsanları daha doğru anlar ve kendinizi de onlara daha doğru anlatabilirsiniz.

- İkna kabiliyetiniz artar.
- Strese girmezsiniz ve karşınızdaki insanların strese girmesine sebep olmazsınız.
- Liderlik becerileriniz gelişir.
- Evinizde ve iş yerinizde daha mutlu ve huzurlu bir hayat yaşarsınız.

İnsan başkalarının kişiliğini tahlil etmeden önce kendi kişiliğinin özelliklerini, olumlu ve olumsuz yönlerini yakından tanımak zorundadır. Bunu en iyi dile getiren de kendi kültür kaynaklarımızdan Yunus Emre'dir:

İlim, ilim bilmektir.
İlim, kendin bilmektir.
Sen kendini bilmezsin,
Bu nice okumaktır?

Oğuz Saygın

Sıra Sizde

HIZLI OKUMA EGZERSİZİ 18

Aşağıdaki metni okuyup okuma hızınızı ve anlama seviyenizi ölçün. Daha sonra ne anladığınızı bir sonraki sayfaya yazın.

Kelime Sayısı	178
Bitirme Süresi	
Dakika da Okunan Kelime Sayısı	

MENEKŞE

Mevsimlerden ilkbaharmış. Rengârenk çiçekler çayırları süslüyormuş. Menekşe, çevresine bakınmış ve:

- En güzel bitki benim, demiş.

Meşe ağacı:

- Neden öyle söylüyorsun, diye çıkışmış.

Gül:

- Neden söylemeyeyim, demiş. Bütün bitkiler bana hayran. Kaktüs çok çirkin. Dikenleri ne korkunç görünüyor!

Diğer çiçekler ve meşe ağacı, gülün sözlerine hayret etmişler:

- Hiç öyle şey olur mu? Her bitkinin kendine göre bir güzelliği var, demişler.

Fakat menekşe onlara aldırmamış. Derken ilkbahar geçmiş, yaz mevsimi gelmiş. Artık hiç yağmur yağmıyormuş. Bitkiler su bulamıyorlarmış. Menekşe de çok susadığı için solmaya başlamış. Bir gün, küçük kuşların kaktüsün gövdesini gagalarıyla deldiklerini görmüş. Şaşkınlıkla meşe ağacına sormuş:

- O serçeler ne yapıyorlar?

- Kaktüsten su içiyorlar, diye cevap vermiş meşe.

Menekşe şaşkınlık içinde:

- Onun suyu mu var, diye cevap vermiş.

- Elbette var, demiş meşe. İstersen kaktüse söyle, serçeler sana da su göndersin.

Menekşe, daha önce kaktüs için söylediği sözlere pişman olmuş.

- Demek her bitkinin kendine göre bir güzelliği varmış, demiş.

Kaktüs, serçelerle güle su göndermiş. Böylece menekşe de solmaktan kurtulmuş.

ANLAMA SEVİYESİ TESTİ

1. Menekşe neden kendini övüyor?

   a) Bülbül ona âşık olduğu için.

   b) Bütün bitkilerden güzel olduğu için.

   c) Yaprakları sarı olduğu için.

   d) Rengi kırmızı olduğu için.

2. Menekşe, neden kaktüsün çirkin olduğunu düşünüyor?

   a) Kaktüsün dikenleri korkunç gözüküyor diye.

   b) Kaktüsün dikenleri insanların ellerine batıyor diye.

   c) Kaktüsün rengi kırmızı değil diye.

   d) Kaktüs ilkbaharda çiçek açmıyor diye.

3. Menekşe neden solmaya başlamış?
   a) Kış geldiği ve üzerine kar yağdığı için.
   b) Yağmurdan ıslanıp hasta olduğu için.
   c) Etrafı sarmaşıklarla sarıldığı için.
   d) Yaz geldiği ve susuz kaldığı için.

4. Serçeler niçin kaktüsün gövdesini gagalıyorlar?
   a) Kaktüsün dikenlerini yok etmek için.
   b) Kaktüsün gövdesinden su içmek için.
   c) Menekşenin intikamını almak için.
   d) Karınlarını doyurmak için.

5. Menekşe neden pişman olmuş?
   a) Kaktüse yardım etmediği için.
   b) Kaktüs hakkında söylediği sözler için.
   c) Meşe ağacına çirkin olduğunu söylediği için.
   d) Kaktüsten yardım istediği için.

Sıra Sizde

HIZLI OKUMA EGZERSİZİ 19

Aşağıdaki metni okuyup okuma hızınızı ve anlama seviyenizi ölçün. Daha sonra ne anladığınızı bir sonraki sayfaya yazın.

Kelime Sayısı	200
Bitirme Süresi	
Dakika da Okunan Kelime Sayısı	

TAVŞAN VE TİLKİ

Tilkinin kurnazlığını bilmeyen yok. Bunu bütün hayvanlar bilir. Hele tavşanlar, çok iyi bilirler. Tilkiler, en çok tavşan avlarlar. Karınlarını onlarla doyururlar. Tavşanlarda akıl ne gezer. Bile bile tilkiye yem olurlar. İşte genç bir tavşan, bir gün karda dolaşıyormuş. Tilkinin birine rastlamış. Hemen söze girmiş:

"Tilki kardeş, bütün hayvanlar seni kötüleyip duruyorlar. Tilkiden kurnazı, tilkiden beteri yok diyorlar. Ondaki kurnazlık kimsede olmaz diyorlar." demiş. "Doğru mu söylenenler?"

Tilki: "Ben ne desem boş kardeş, demiş. Sen kendin gör, kendin karar ver. Gel bize kadar gidelim. Gözlerinle her şeyi gör, anla. Hem ayrıca yemekte misafirim olursun. Karnını bir güzel doyurursun."

Tavşan bir sevinmiş bir sevinmiş ki sormayın. İçinden söylenmiş: "Hani tilki kurnaz diyorlardı. Ben ondan kurnazım. Benim övgülerime kandı, beni evine yemeğe davet etti. Bana hiç yoktan bir ziyaret çıktı. "Peki." deyip tilkinin davetini kabul etmiş. Beraberce tilkinin evine gitmişler. Tavşan bak-

mış bakmış, şaşırmış. Tilkinin evinde hiçbir şey yok. Ne yiyecek, ne içecek. En iyi yiyecek kendisi.

"İnandım tilki kardeş." demiş. Gerçekten senden kurnazı yok. Boşuna söylememişler. Beni tuzağa düşürdün. Akşam yemeğini çıkarttın kendine. Benim gibi akılsızların sonu budur. "Afiyetle beni yiyebilirsin."

Tilki artık durur mu, siz karar verin.

ANLAMA SEVİYESİ TESTİ

1. Okuduğumuz hikâyeye göre tilki hangi özelliğini kullanarak tavşan avlar?

   a) İkna edici konuşmasıyla

   b) Kurnazlığıyla

   c) Sesiyle

   d) Saldırganlığıyla

2. Tilki tavşanı avlayabilmek için onu nasıl kandırır?

   a) Evine yemeğe davet ederek

   b) İlerdeki mağaraya götürerek

   c) Kendisinin iyi niyetli olduğunu söyleyerek

   d) Havuç ikram ederek

3. Tavşan tilkinin daveti üzerine aşağıdakilerden hangisini düşünmemiştir?
   a) Tilkiden kurnaz olduğunu
   b) Tilkiyi yenebileceğini
   c) Bedava yemek yeme fırsatı bulduğunu
   d) Tilkiyi övgüleriyle kandırdığını

4. Tavşan tilkinin evine gidince niçin şaşırır?
   a) Tilki ona güzel yemekler hazırladığı için
   b) Tilkinin evinde yiyecek bir şey olmadığı için
   c) Tilkinin onu yiyeceğini söylediği için
   d) Tilki ona kötü davrandığı için

5. Okuduğumuz hikâyeden aşağıdakilerden hangisini çıkartamayız?
   a) Tilkinin kurnazlığıyla tavşanı avladığını
   b) Tavşanın diğer hayvanların sözünü dinlemesi gerektiğini
   c) Tavşanın övgüleri sonucu tilkiyi kandırdığını
   d) Tilkinin akşam yemeği davetinin bir komplo olduğunu

Sıra Sizde

HIZLI OKUMA EGZERSİZİ 20

Aşağıdaki metni okuyup okuma hızınızı ve anlama seviyenizi ölçün. Daha sonra ne anladığınızı bir sonraki sayfaya yazın.

Kelime Sayısı	494
Bitirme Süresi	
Dakika da Okunan Kelime Sayısı	

SEPETİN İÇİNDEKİ SIR

Zihinsel açıdan sağlıklı olabilmemizin ilk şartı, hayatta karışılacağımız olumlu ve olumsuz sonuçları olduğu gibi kabullenmemizdir. Bu noktada, gerçeği kabullenmekle boyun eğmek kavramlarını birbirinden ayırmak istiyorum.

Gerçeğe boyun eğmek, var olan sonucu değiştirmek için yapacak hiçbir şeyimizin olmadığı anlamına gelir. Gerçeği kabullenmek ise, bir durumu değiştirmek için yapıcı adımlar atabileceğimiz anlamına gelir.

İnsan sırtında taşıdıklarına dönüp baktığında, kendi hızını kesen korkularla yüzleşmeli ve asıl hızını kesen şeyin kendisi olduğunun farkına varmalıdır. Amerikalı yazar Helen Keler'ın dediği gibi: "Hayat, cesur bir tecrübedir ya da hiçtir." Ya hiçe talip olacaksınız ya da hiçlikten sıyrılıp kendi gücünüzün farkına varacaksınız. İnsan hayatı boyunca tercihler yapmak zorundadır, bu kişiliği için de geçerlidir. Ya olduğu insanı ya da olmak istediği insanı seçecektir. Allah fındığı yaratmıştır, ancak kırık olarak insanoğlunun hizmetine sunmamıştır.

Zaman, hayat sona ererken geriye bakıp "ah"lanmak yerine dolu dolu yaşanmış bir ömürle dünyadan ayrılma zevkinin elimizden kaçmasına, sadece bizim neden olabileceğimizin farkına varma zamanıdır. Çünkü hayat bir kerelik bir fırsat ve bu yüzden çok değerlidir. Unutmamalı ki, insanların yaptıklarına dair pişmanlıkları geçer ama isteyip de yapmadıklarına dair pişmanlıkları ise asla peşini bırakmaz.

Antik zamanda yaşamış yaşlı bir adamla genç bir çocuğun hikâyesidir bu…

Yaşlı adamın adı Sarbetus genç çocuğun ise Kim'dir. Kim, yalnız yaşayan yiyecek ve başını örtecek bir çatıdan çok sebep arayan, köyden köye dolaşan bir yetimdi. "NEDEN?" diye merak ederdi. Neden her şey bu kadar zor? Biz kendimiz mi zorlaştırıyoruz, yoksa mücadele etmemiz gerektiği için mi zor?

Bir gün Kim, aynı yolda seyahat eden yaşlı bir adamla tanışır. Yaşlı adam, sırtında oldukça ağır görünen üzeri örtülü büyük bir sepet taşıyordu. Birlikte yürümeye başladılar. Yaşlı adam, varını yoğunu bu sepette taşıyor gibiydi. "Sepetin içinde onu bu kadar ağır yapan şey nedir?" diye sordu Kim. Yaşlı adama 'İstersen senin yerine onu ben taşıyabilirim.' dedi. Sana göre ben daha genç ve güçlüyüm.

O senin benim yerime taşıyabileceğin bir şey değil diye cevapladı yaşlı adam. Ve ekledi "Bir gün sende kendi yolunda yürüyeceksin ve benim gibi ağır bir sepet taşıyacaksın." dedi.

Günlerce ve kilometrelerce birlikte yürüdüler. Kim, Sarbetus'a insanların neden böyle kendi kendilerine eziyet ettikleri hakkında sorular sordu. Ama ne sorusunun cevabını ne de sırtında taşıdığı sepetteki ağır yükün ne olduğunu öğrenebildi. So-

nunda Sarbetus, artık daha fazla yürüyemeyeceğini anlamıştı. Yolun kenarına uzandı ve sepetin içindeki sırrı söyledi, neden insanların kendi kendilerine eziyet ettiklerinin de cevabını verdi. "Bu sepette kendim hakkında inandığım ama gerçek olmayan şeyler var. Onlar, yolculuğum boyunca ağırlık yapan taşlardı. Şüphenin her çakıl taşının, tereddüdün her kum tanesinin ve yanılgının yol boyunca topladığım kilometre taşının ağırlığını ömrümce sırtımda taşıdım. Bunlar olmasaydı çok daha ilerilere gidebilirdim. Hayalimde canlandırdığım insan olabilirdim. Ama gördüğün gibi yolun sonunda bunlarla baş başayım." Ve yaşlı adam, sözlerinin sonunda sepeti kendisine bağlayan ipleri bile çözemeden gözlerini kapayıp son uykusuna daldı.

Kim, sepeti Sarbetus'un sırtından çözdü ve içini merakla açtı. Sepetin içi boştu. Ve o anda bütün sorularının cevabını anlar gibi oldu. Çoğumuz, sırtımızdaki bir sepette korkularımızı ve kendi oluşturduğumuz sınırlarımızı taşıyarak yaşadığımız için hayallerimizle gömülüyoruz.

ANLAMA SEVİYESİ TESTİ

1. Başarı için insanoğlunun hızını kesen nedir?

a) Ailesi

b) Çevresi

c) Sevdikleri

d) Kendisi

2. Hikâye hangi zamanda geçiyor?
   a) Osmanlı dönemi
   b) Yunan dönemi
   c) Antik dönem
   d) Roma dönemi

3. Sepetin içindeki sır hangisi değildir?
   a) Gerçek olanlar
   b) Şüphe
   c) Hayaller
   d) Tereddüt

Sıra Sizde

HIZLI OKUMA EGZERSİZİ 21

Aşağıdaki metni okuyup okuma hızınızı ve anlama seviyenizi ölçün. Daha sonra ne anladığınızı bir sonraki sayfaya yazın.

Kelime Sayısı	360
Bitirme Süresi	
Dakika da Okunan Kelime Sayısı	

VERİMLİ DERS ÇALIŞMANIN TEKNİKLERİ

Saatlerce çalışma masanızdan kalkmadan sınava hazırlanıyorsunuz ya da ödevi yetiştirmeye çalışıyorsunuz. En yakın arkadaşınızsa son akşamını film seyrederek geçiriyor ve başarılı oluyor. İnanılır gibi değil! Siz de başarabilirsiniz. Sorun, çalışmanın ve öğrenmenin yollarını bilmemenizden kaynaklanabilir.

ÖĞRENME İLKELERİ

Öğrenme, bir amaca yönelik olmalıdır. Amaçsız öğrenme olamaz. Amaçlı çalışma aynı zamanda öğrenmeye karşı bireyde istek uyandırır. Öğrenme, isteğe bağlı olmalıdır, bu istek de öğrenilecek konunun ana hatlarının önceden kavranmış olması ile yakından ilgilidir.

PLANLI ÇALIŞINIZ

Başarılı olmak için planlı çalışmak gerekmektedir. Planlı çalışmak, bir işi parçalara bölmek, sonunda da zamanlara paylaştırılan işi adım adım gerçekleştirmektir. Plan, sizi belli zamanlarda belli işleri

bitirmeye zorlayacaktır ve bu plan doğrultusunda çalışan öğrencinin başarısı mutlaka artacaktır.

Planlı çalışabilmek için, günlük zaman cetveli hazırlamak ilk adımdır. Günlük plan, sadece çalıştığınız konularda değil günlük diğer çalışmalarınızın, dinlenme, eğlenme konularınızın neler olacağını, bunlara ne kadar zaman ayrılacağınızı da göstermelidir. Belirlediğiniz bu zaman çizelgesini kullanmak kolay iş değildir, özellikle başlangıçta bu konuda kendinizi zorlamanız gerekmektedir. Kısa süreli bu sıkıntılarınızın, ileride sizi bekleyen mutlu, başarılı ve doyurucu yıllar için yatırım olduğunu düşünmek sizi çalışmaya yönlendirecektir. Alışkanlık oluşmaya başladığında ise belli zamanlarda belli işleri yapmadığınızda duyacağınız sıkıntı, düzenli çalışma alışkanlığının pekişmesine neden olacaktır. En önemli nokta, hazırladığınız planınızı zorunlu olmadıkça günü gününe, saati saatine hiç değişiklik yapmadan, herhangi birini atlamadan gerçekleştirebilmektir.

ÇALIŞMA ZAMANINI İYİ AYARLAYIN

Çalışmanızı, en kolay öğrendiğiniz, dikkatinizi en kolay toplayabildiğiniz saatlerde gerçekleştirmeniz de fayda vardır.

Yaygın görüşe göre, yarım saatten az bir çalışma verimsizdir. Yarım saatten kısa süreler, bir kitabı karıştırmak, liste yapmak gibi işler için kullanılabilir. Verimli çalışma için en yararlı zaman dilimleri birer saatlik sürelerdir. Ancak yazı yazma, ödev hazırlama gibi çalışmalar için iki üç saat ayrılabilir. Çalışmanızı en kolay öğrendiğiniz, dikkatinizi en kolay toplayabildiğiniz saatlerde gerçekleştirmeniz gerekmektedir. En verimli saatler, birçok insan için sabah saatleridir.

Zamanınızı planlarken; başkasını örnek almak yerine, kendi yetenek, ön bilgi, beceri, tutum ve ihtiyaçlarınızdan yola çıkmanız daha yararlı olacaktır.

Bir öğrenci için okul saati dışında iki saatlik dinlenme süresi uygun görülmektedir. Bu saatleri sosyal faaliyetler, sohbet, dinlendirici okuma, resim, müzik, spor ve koleksiyon çalışmalarının biri ya da birkaçı ile doldurabilirsiniz. 40–60 dakikalık etkili bir çalışmadan sonra 5–15 dakika kadar dinlenmek gerekmektedir. Kısa dinlenmelerde, dikkatin dağılmaması için çalışma yerinden fazla uzaklaşmamak gerekmektedir.

Uzman Psikolog Şule ÇELİK

ANLAMA SEVİYESİ TESTİ

1. Parçaya göre, olumlu ve yeterli ortama sahip olmalarına rağmen, bazı öğrencilerin başarısız olmalarının nedeni nedir?

   a) Akıllı ve becerikli olmamalarıdır.

   b) Tembellik ve haylazlık.

   c) Verimli çalışma ve öğrenme yollarını bilmemeleridir.

   d) Derslere karşı ilgisizliktendir.

2. Çalışmak için en doğru zaman ne zamandır?

   a) Okul saatlerdir.

   b) Akşamüzeri yemek öncesi saatlerdir.

   c) En kolay öğrendiğiniz, dikkatinizi en kolay toplayabildiğiniz saatlerdir.

   d) Yemek sonrası akşam saatleridir.

3. Verimli çalışmak için çalışma ne kadar uzun olmalıdır?
   a) Bir saattir veya daha azdır.
   b) Yarım saattir.
   c) 15–20 dakikadır.
   d) Üç saattir.

4. Aşağıdakilerden hangisi, dinlenme ile ilgili yazarın bahsettiklerinden biri değildir?
   a) Kısa dinlenmelerde dikkatin dağılmaması için çalışma yerinden fazla uzaklaşmamak gerekmektedir.
   b) Dinlenme esnasında öğrenci, televizyon seyretmeli ya da bilgisayar oynamalıdır.
   c) Bir öğrenci için okul saati dışında iki saatlik dinlenme süresi uygun görülmektedir.
   d) 40–60 dakikalık etkili bir çalışmadan sonra 5–15 dakika kadar dinlenmek gerekmektedir.

Sıra Sizde

BÖLÜM 8

ÖĞRENME ŞEKİLLERİ



ÖĞRENME ŞEKİLLERİ

Öğrenme şekilleri kavramı ilk defa 1960 yılında Rita Dunn tarafından ortaya atıldı. "Öğrenme şekilleri, her bir öğrencinin yeni ve zor bilgiyi öğrenmeye hazırlanırken, öğrenirken ve hatırlarken farklı ve kendilerine özgü yollar kullanmasıdır."

- ☺ Öğrenme şekillerimiz, doğuştan var olan ve başarıyı etkileyen karakteristik özelliğimizdir.
- ☺ Öğrenme şeklimiz, yaşam boyu değişmez ama yaşamımızı değiştirir.
- ☺ Öğrenme şeklimiz, yürürken, yatarken, otururken, konuşurken, oynarken, yazarken kısaca yaşamımızın her anında ve her boyutunda bizi etkiler. Biz eylemlerimizi bu özelliğimize göre yaparız.
- ☺ Öğrenme şekilleri ile zekâ arasında bir bağlantı yoktur.

Öğrenme şekillerini görsel, işitsel ve kinestetik diyebileceğimiz üç ana özellikte toplayabiliriz. Her insanın bu şekillerinden yalnız birine sahip olması gerekmez. Çoğunlukta biri ağırlıklıdır ama ikisine ya da üçüne de sahip olabiliriz.

Bireyin kendisi için etkili ve verimli ders çalışma sistemini oluşturabilmesi için, öğrenme şeklini ve baskın olan öğrenme şekli dışındaki öğrenme şekillerinden hangisine yakınsa, bu öğrenme şeklinin özelliklerini de bilmesi gerekir.

GÖRSEL ÖĞRENENLERİN ÖZELLİKLERİ

- Özel yaşamlarında genellikle düzenli ve titizdir. Çantaları, dolapları her zaman düzenlidir. Karışıklık ve dağınıklıktan rahatsız olurlar. Örneğin; dağınık bir masada çalışamazlar, önce masayı kendilerine göre düzenlerler, daha sonra çalışmaya başlarlar.
- Genellikle daha sessizdirler, sessiz ortamları severler. Etraflarındaki gürültülerden işitseller kadar rahatsız olmazlar.
- Olayları görüntü ile birlikte algılarlar.
- Oyunları hareketli olmakla beraber hiçbir zaman kinestetik düşünenler gibi hareketli olmaz.
- Eşyalarını çok iyi korurlar ve görüntülerine önem verirler.
- Yapbozları ve diğer görsel oyunları severler.
- Resim yapmaya isteklidirler. Renkleri küçük yaşta ayırt edebilirler.
- Kılık kıyafete önem verirler.
- Yazmayı sevmeseler bile defterlerini düzenli ve itinalı kullanırlar.
- Düz anlatım -okullarda öğretmenin ya da bir öğrencinin dersi anlatması- öğretim tarzından yeterince yararlanamazlar. Tam anlamaları, kolay öğrenmeleri ve hatırlama-

ları için dersin mutlaka görsel malzemeler (harita, poster, şema, grafik gibi) ile desteklenmesi gerekir.

- Öğrendikleri konuları gözlerinin önüne getirerek hatırlamaya çalışırlar.
- Gördüklerini hatırlarlar.
- Defterlerinde karalama olmaz, tertemiz kullanmaya gayret ederler.
- Anlatılan masalları mükemmel bir şekilde görüntü olarak hayallerinde canlandırabilirler.
- Programlı ve organize olurlar.
- Ödevlerini itina ile yaparlar.
- Kendi kendilerine kural belirlerler. Mesela başlıkları kırmızı, alt başlıkları sarı ile yazıyorsa ve kazayla alt başlığı kırmızı ile yazmışsa mutlaka o sayfayı yırtıp yeniden yazmayı göze alırlar.
- Kurallara uymak ve disiplinli olmak en büyük özellikleridir.

İŞİTSEL ÖĞRENENLERİN ÖZELLİKLERİ

- İşitseller, küçük yaşlarda kendi kendilerine konuşarak oynarlar. Çok konuşkandırlar.
- İşitsel çocuklar, yaşlarına göre daha kapsamlı cümleler kurabilirler, kelime dağarcıkları geniştir. Okul öncesinde kendilerine söylenen cümleleri rahatlıkla tekrarlayabilirler.
- Okul öncesi konuşmalarında bir ahenk ve melodi vardır.
- Ses ve müziğe duyarlıdırlar.
- Sohbet etmeyi, birileri ile çalışmayı severler.
- Genellikle ahenkli ve güzel konuşurlar.
- İşittiklerini daha iyi anlarlar. Daha çok konuşarak, tartışarak öğrenirler.
- Bir kelimenin yazılışını hatırlamak için sesli kelimeyi tekrar ederler ya da etmeleri önerilir.
- Grup ve ikili çalışmalarda konuşma ve dinleme olanakları olduğu için iyi öğrenirler.
- Bilgi alırken dinlemeyi, okumaya tercih ederler. Olay ve kavramları birinin anlatması ile daha iyi anlarlar.
- Hatırlamak istediklerini, birisi kendilerine anlatıyor ya da söylüyormuş gibi işiterek hatırlarlar.
- Sınıf içerisinde sesten çok rahatsız olurlar. Gürültülü bir sınıfta, öğretmenin anlattıklarını takip etmekte zorlanırlar.

- Yabancı dil öğrenmeye yatkındırlar. Özellikle konuşma ve dinleme becerileri çok iyidir.
- Problem çözerken sesli düşünmelerine izin verilmelidir. Bu, problemde verilen ve isteneni kavramak için gereklidir.
- Sese duyarlılıkları, müzikte de kendini gösterir ve okul şarkılarını kolaylıkla öğrenebilirler. Küçük yaşta pek çok şarkıyı baştan sona kadar sadece dinleyerek ve tekrar ederek öğrenebilirler.

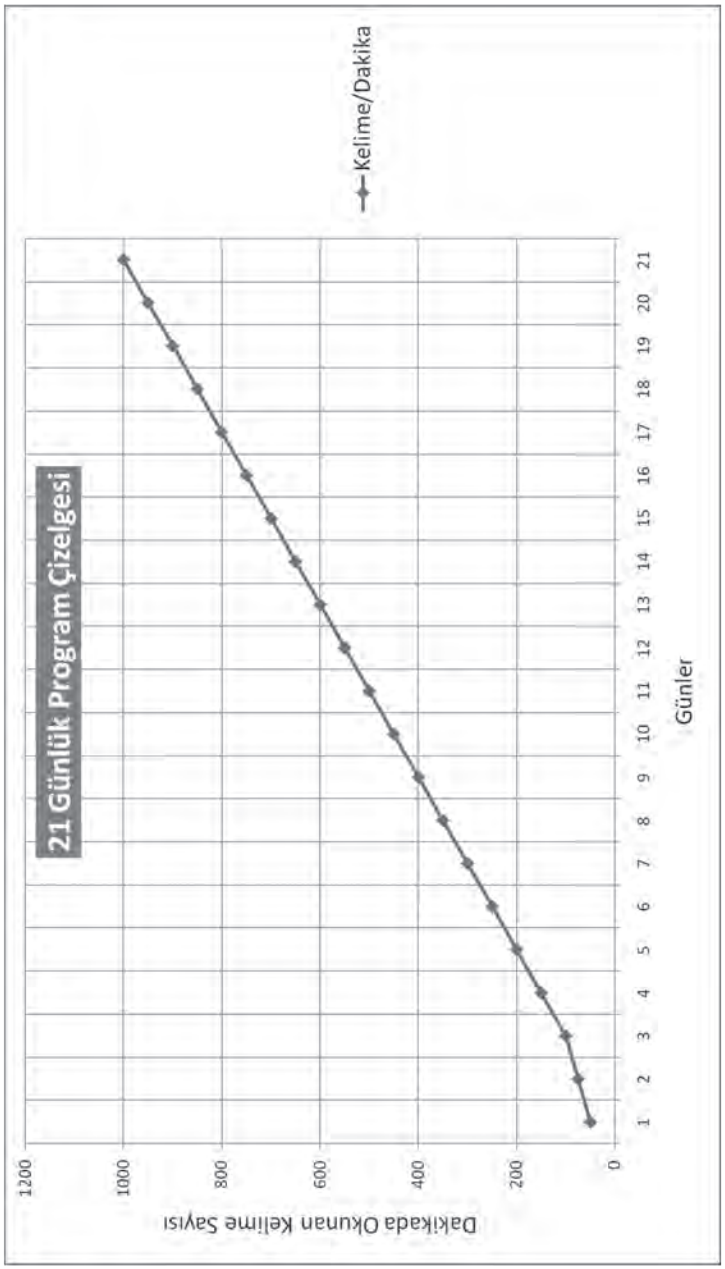
KİNESTETİK ÖĞRENENLERİN ÖZELLİKLERİ

- Dokunmayı, dokunulmayı severler. Bu iletişimin ve sevginin dışa yansımasıdır.
- Oldukça hareketli olurlar.
- Kas belleğine sahip oldukları için ancak yaparak algılayabilirler.
- Tahta-tebeşir-anlatım ders işleme sisteminden en az yararlananlar onlardır.
- Dünyayı adeta vücutları ile hissederler ve o dünyayı anlamak için tüm vücutlarını kullanırlar.
- Öğrenebilmeleri için mutlaka ellerini kullanacakları, yaparak-yaşayarak öğrenme tekniklerinin uygulanması gerekir. Sınıf yerine okul bahçesi veya laboratuarda dokunarak, ellerini kullanarak olayların içinde yaşayarak çok daha iyi öğrenirler.
- Eşyalarının düzensiz ve karışık olmasından hiç rahatsız olmazlar. Düzen, onlar için önemsiz bir ayrıntıdır.
- Evlerin dışında oynarlarsa taşlar, topraklar, duvarlar, kayalar, ağaçlar ile sarmaş dolaştırlar. Adeta onlarla bütünleşmeye çalışırlar.
- Tertemiz bir kıyafetle evden çıkarlar. Geri döndüklerinde pantolonları sökülmüş, etekleri yırtılmış, düğmeleri

kopmuş, dizleri sıyrılmış, üstleri toz toprak, çamur ve büyük ihtimalle de sırılsıklam ter içinde geri dönerler.

- Duygularını konuşmayı severler.
- Laboratuar ortamında başarılıdırlar.

Görsel Öğrenme	İşitsel Öğrenme	Dokunsal Öğrenme
• Genellikle gözlem yapar. • Mantığından çok sezgilerini kullanır.	• Ders çalışırken yüksek sesle okur. • Okuyarak öğrenmektense dinleyerek öğrenmede başarılıdır.	• Çalışırken ve konuşurken el ve kollarını hareket ettirir. • Okumak ya da dinlemekten çok hareket etmeyi tercih eder. • Özel eşyalarına karşı titizdir.


21 Günlük Program Çizelgesi
Dakikada Okunan Kelime Sayısı
0
200
400
600
800
1000
1200
1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 11 12 13 14 15 16 17 18 19 20 21
Günler
Kelime/Dakika

SONSÖZ

✓ Gözünü Kelime Gruplarını Görmeye Alıştırmalısın.	✓ Günün Belli Saatlerinde Kitap Okumalısın.
✓ Göz Esneklik Egzersizlerini Yapmalısın.	✓ Zaman Zaman Okuma Hızını Ölçmelisin.
✓ Kelime Hazineni Geliştirmelisin.	✓ Ana Fikri Hemen Bulmalısın.
✓ Süre Tutarak Okuma Yapmalısın.	✓ Kendine Okuma Hedefleri Koymalısın.
✓ Okuduklarını Geri Dönüş Yapmadan Bir Kerede Anlamalısın.	✓ Okuma Sistemi ve Aşamalarını Dikkat Etmelisin.
✓ Burun ve Parmak Egzersizleri Yapmalısın.	✓ 21 Günlük Egzersiz Çalışmalarını İhmal Etmemelisin.

Dikkat Edilmesi Gerekenler

✓ Dersleri Kaçırırsan	✓ Hızlı Okuduğunda Anlayamadığını Düşünürsen
✓ Göz Esneklik Egzersizlerini Yapmazsan	✓ Eski Bilgilerine Bağlı Kalmaya Devam Edersen
✓ Yeni Teknikleri Hayatına Geçirmezsen	✓ Anlamak İçin Kendini Şartlar ve Yavaş Okumaya Odaklanırsan
✓ Okuma ve Çalışma Ortamını Uygun Hale Getirmezsen	✓ Kendine Okuma Hedefleri Koymazsan
✓ Dikkat ve Motivasyonu Önemsemezsen	✓ Okuma Sistemi ve Aşamalarına Dikkat Etmezsen
✓ Kendine Çalışma Stratejisi Belirlemezsen	✓ 21 Günlük Egzersiz Çalışmalarını İhmal Edersen

KESİNLİKLE İYİ BİR HIZLI OKUYUCU OLAMAZSIN!

CEVAP ANAHTARI

1 - Sayfa 13

1)	2)	3)	4)
YANLIŞ	YANLIŞ	YANLIŞ	YANLIŞ

2 - Sayfa 234

1)	2)	3)	4)	5)
b	a	d	b	b

3 - Sayfa 238

1)	2)	3)	4)	5)
b	a	d	b	c

4 - Sayfa 243

1)	2)	3)
d	c	a

5 - Sayfa 248

1)	2)	3)	4)
c	c	a	b

KAYNAKÇA

Türkkan, Reha Oğuz. Kendi Kendine Etkin Hızlı Okuma. Pegasus Yayınları, İstanbul; 2010

Buzan, Tony. Hızlı Okuma. Alfa Yayınları, İstanbul; 2007

Saygın, Oğuz. Hızlı Okuma ve Okuduğunu Anlama. Art Design, İstanbul; 2011

Baran, Ziya. Kendi Kendine Hızlı Okuma. Zambak Yayınları, İzmir; 2010

Çifçi Musa, Sesli Okuma, Bilge Dergisi, AKMY, Ankara, 2000.

Demirel, Özcan. Türkçe Öğretimi, PegemA Yayıncılık, Ankara, 2003.

Güleryüz, Hasan. Yaratıcı Çocuk Edebiyatı, PegemA Yayıncılık, Ankara 2003.

Güneş, Firdevs. Okuma Yazma Öğretimi ve Beyin Teknolojisi, Ocak Yayınları, Ankara, 1997.

Korkmaz, Alaattin. Türkçe Kompozisyon, Ecdat Yayın ve Pazarlama, Ankara,1988.

Maviş, Adil. Anlayarak Hızlı Okuma ve Öğrenme Teknikleri, Hayat Yayınları, İstanbul, 2000.

Michel, F.R ve Gauouelin, François, Anlayarak Çok Hızlı Okuma Teknikleri, ikon Yayıncılık, Ankara, 1990.

Nas, Recep. Çocuk Edebiyatı, Ezgi Kitabevi, Bursa, 2002.

Ruşen, Mustafa. Hızlı Okuma, Alfa Yayınları, İstanbul, 2000.

Sever, Sedat ve Diğerleri. Güzel Konuşma ve Yazma, YA-PA Yayınları, İstanbul, 1990.

Sevinç Gül, Ömer. Güzel Konuşma ve Yazma Sanatı, Zafer Yayınları, İstanbul, 1989.

Ünalan, Şükrü. Türkçe Öğretimi, Nobel Yayınları, Ankara, 2001.

Vassaf, B. B. Halim, Öğrenme Yetersizliği, MEB Yayınları, İstanbul, 2003.

Brain and Mind Magazine, (Nöroloji Dergisi), Ekim 99.

Ilfaculty. washington.edu/chudler

www.futurehealt.org

www.newhorizons.org

YAYIN LİSTESİ

KİŞİSEL GELİŞİM-BAŞARI DİZİSİ

Okumanın Gücü	Ahmet Altıntaş
Başarının Büyüsü	Ali Erkan Kavaklı
Dehanı Keşfet Zekânı ve Hafızanı Geliştir	Ali Erkan Kavaklı
Sınav Stresini Yenme	Ali Erkan Kavaklı
Yüreğini Ateşle	Ali Erkan Kavaklı
Hikâyelerle Mizaç ve Karakter Eğitimi	A.Rahşan Gürel-Perihan Gürel
Mutlu Yaşamın Şifreleri	Ayşe Aslı Tufan
Mutluluk Bakış Açımızda	Davut Can
Gemileri Yakmak	Davut Can
Cesur Sorular	Dost Can Deniz
Anlayarak Hızlı Okuma	Gülseren Şenyüzlü
Beyaz Zambaklar Ülkesinde	Grigory Petrov
Aklın Kör Noktası	Dr. Habip Demirel-Nergis Erdem
İletişim Dünyamız	Hayati Odabaşı
Ben Buldum Başkasının Oldu	Kemal Yamankaradeniz
Elfabe	Mehmet Ali Bulut
Ruhun Deşifresi	Mehmet Ali Bulut
Gizemli Sorular	Mehmet Ali Bulut
Hayatın Pusulası	Münir Arıkan
Nitelikli İnsan	Münir Arıkan
Kaybettiğimiz Hayat	Nazlı Özburun
Bedenden Ötesi	Nejat Sezik
Hafıza Teknikleri ile Beyin Gücü	Oğuz Sayın
Metalik Kadınlar Kadife Erkekler	Selahattin Yaylamaz
Eş Frekans Yasası	Selahattin Yaylamaz
Okuma Zekâsı	Selahattin Yaylamaz
Stresine Sahip Çık	Serap Duygulu
Başarılı Konuşma Teknikleri	Sırrı Er
Etkili ve Güzel Konuşma Sanatı	Sırrı Er
Sözün Büyüsü	Sırrı Er
Temel Konuşma Teknikleri Diksiyon	Sırrı Er
Topluluk Önünde Etkili Konuşma	Sırrı Er
Doğru Hitabet ve Sözün Büyüsü	Sırrı Er
Başarıya Gülümse	Sıtkı Aslanhan
Geleceğe Gülümse	Sıtkı Aslanhan
Hayata Gülümse	Sıtkı Aslanhan
İnsancıklar İçinde İnsan Olmak	Sıtkı Aslanhan
Siz İyi Bir İnsan mısınız	Sıtkı Aslanhan
Üzüntüden Nasıl Kurtulurum	Süleyman Karacelil
Yer Çekimine Karşı Temel Bilgiler	Dr. Şaban Kızıldağ

Değerli Okurumuz,

İş dünyası, kişisel gelişim, yönetim, başarı-motivasyon, üretim, pazarlama, insan kaynakları, eğitim, edebiyat, tarih, maneviyat, sağlık ve çocuk konularıyla ilgili yayınlarımızı:

- Size en yakın kitapçınızdan, www.hayatyayinlari.com adresimizde satış noktaları bölümündeki kitabevlerinden alabilirsiniz.
- 0212 613 11 00 - 0530 290 99 78 nolu telefondan sipariş edebilirsiniz.

Yayınlarımızla ilgili görüş ve düşüncelerinizi

twitter.com/hayatyayinlari veya

facebook.com/hayatyayinlari adresimize iletmeniz bizlere ışık tutacaktır.

Kitap ihtiyaçlarınızı Hayat Yayın Grubu ile temin edebilir, varsa kitap çalışmalarınız bizimle paylaşarak hayata katabilirsiniz.

İlginize teşekkür ederiz.

Saygılarımızla,

Hayat Yayınları