

## GELECEĞİ PLANLAMA, planlı ders çalışma

Hayallerimizin, ideallerimizin ve şu andan sonraki yaşantımızın nasıl geçeceğini belirleyebilmek, şimdiki eylemlerimizdedir. Bizler şu anki eylemlerimizde geçmişten ders alıp gelecekle bağ kurarak şu anı yaşamalıyız. Hayat ileriye doğru yaşanır ancak geriye doğru anlaşılır. Geleceğimiz doğrultusunda atacağımız adımlar zamanla mazide kalacak ancak arada geçen zaman da mutlu bir yaşam geçirmemizi sağlayacaktır. Yaşamımız konusunda birtakım faktörleri eleyip hayatımızın kontrolünü ele almamız ancak hayatımız konusunda alacağımız bilinçli kararlarla olacaktır. İnsanoğlu yaşamını bilinçli kılabilmesi için geleceğini planlayabilmelidir. Yaşamın neresinde olursanız olun ölümünüze kadar olan muhtemel süre geleceğinizdir, nasıl yaşamak istediğinizi kendinize sorup yanıtlamanız size kalan ömrünüzde daha mutlu, üretken, faydalı bir yaşam geçirmenizi sağlayacaktır.

Hayatımız planlayıp eyleme koyduğumuzda bazen zorluklarla karşılaşabiliriz ancak bu bizim için sadece bir denemeden ibarettir. Vazgeçmeden ayağa kalkabilmeli ve bu sorunlara karşı gereken iradeyi ortaya koyabilmeliyiz. Geçmişte yaşanan başarısızlıkları düşünüp kendimize acıyacağımıza kendimiz için bir ödül olarak addetmeliyiz. Cenap Şehabettin bir sözünde şunu der: Yüksek dağlı tepelerde kuşa da rastlarsınız yılanı da. Ancak birisi oraya uçarak çıkmıştır diğeri ise sürünerek. Uçamıyorsan koş; koşamıyorsan yürü; yürüyemiyorsan, sürün ama o dağ tırman. Aynı geleceğe gitmek gibi. Sakın o dağa tırmanmaktan vazgeçme ama bu tırmanış anında o anın heyecanı, mutluluğu, acısı ve kederini asla yaşamaktan kaçma. O anı yaşa. Unutmayın zaman en iyi yazardır. Sen geçmişte kalıp anı yaşamazsan ve geleceğe adım atmazsan o senin için en kötü sonu yazacaktır.

### Meslek Seçimi

Gelecek planlarımızı yaparken dikkate almamız gereken önemli husus belki de meslek seçimidir. Bu konuda aşağıdaki seçim aşamaları sizlere kendiniz hakkında gerçekçi bir yaklaşımla meslek seçmenize yardımcı olacaktır. Unutmamak gerekir ki: **“Yanlış tercih 1 yıl, yanlış üniversite 4 yıl, yanlış meslek 40 yıl kaybettirir.”**

### Meslek Seçim Aşamaları:

#### 1. Kişinin Kendini Tanıması

- İlgilerimizin farkında mıyız?
- Bizim için neler önemli?
- Yeteneklerimizin ve becerilerimizin farkında mıyız?
- Kişilik özelliklerimizin farkında mıyız?

#### 2. Kişinin Meslekleri Tanıması

- Mesleğin gerektirdiği başlıca faaliyet veya sorumluluklar.
- Çalışma ortamı ve koşulları
- Çalışanlarda aranan nitelikler
- Mesleğe hazırlanma ve giriş nasıl olmaktadır
- Meslekte ilerleme ve kazanç durumu
- İş bulma olanağı ve mesleğin geleceği

#### 3. Karar Verme

- Kendi özelliklerimizle mesleği özellikleri ne derece uyuyor?
- Meslekle uyum olmayan özelliklerimiz mesleki yaşamımızı olumsuz ne derece etkiler?

Bu iki soruya doğru ve gerçekçi bir cevap verebilirsek kendimize uygun mesleği seçmiş oluruz.

#### 4. Harekete Geçme

Seçtiğimiz meslekle ilgili hedefler belirleyip, bu hedefler doğrultusunda planlar yapmalıyız. Bu planları hayata geçirmek için hareket geçmeliyiz.

Sadece karar vermek bir meslek sahibi olmak için yeterli değildir. Unutmayalım ki verdiğimiz kararlar ancak uygulandığı takdirde gerçekleşebilir.

## Plan Yaparken Yapılan Hatalar

Plan yapmak, planlı olmak her öğrencinin sıkıntı yaşadığı bir konu. Oysa bu sıkıntı verici sonuca ulaşana kadar öğrenci o kadar çok yanlış düşünceyi bir araya getirir ki hiçbir plan ona fayda sağlamaz. Eğer çok inatçı ise planlar yaparak geçer zamanı, yaptığı plana uyararak değil.

1. Zannedilir ki plan ders çalışma ihtiyacı doğurur veya plan size ders çalıştırır. Ders çalışma isteği olmayan bir öğrenciye hiçbir plan ders çalıştırmaz. Aslında kendi kendinize, okulda veya dershanede yapılan hiçbir plana uymamanızın bir nedeni budur. Siz size ders çalıştıracak o mükemmel sihrin peşindesiniz... Oysa sihir falan yok, alın teri var.
2. Plan yapmak sanıldığı gibi sadece ders çalışma sürelerini planlamak için yapılmaz. Planın en önemli işlevi aynı zamanda kendinize (hobilerinize, zevklerinize vb.) zaman ayırmaktır. Yapılan en büyük hatalardan biri de bu yanlış kanıyla başlar. Öğrenci büyük bir hevesle sadece ders çalışmak için zamanını planlar, kendisine zaman ayırmadığı için yapılan plan planlamadan öteye de gitmez.
3. Mükemmel plan yoktur. Her planın hataları, kusurları olabilir, olacaktır da. İnsanı makinelerden ayıran ihtiyaçları, beğenileri, arzuları vardır. Örneğin annesi hasta olan birinden hazırlandığı plana uymasını beklemek hatadır. Burada önemli olan planı en küçük eksiklikte çöpe atmamak, onu güncellemek (revize etmek) veya mevcut aksaklığı kısa zamanda telafi etmektir. Siz yeter ki plana uymamayı alışkanlık haline getirmiş olmayın.
4. Öğretmenim bana plan yapar mısınız? Rehber öğretmenlerin en sık duydukları cümle budur. Bu aslında birinci maddenin bir yansımasıdır. O kendisine ders çalıştıracak mükemmel plan arayışının bir başka biçimi. Oysa en iyi planı yine kişinin kendisi hazırlar. Aksaklıklarını en iyi o fark eder. Birinin sizin yaşam düzeninizi, zevklerinizi, sorumluluklarınızı, iyi bildiklerinizi, daha az bildiklerinizi, öğrenme hızınızı vb. her şeyi öğrenmesi sizin onları fark etmenizden daha uzun sürer.
5. Herhangi bir plandaki en büyük hata kontroldür. Plana uyup uymadığınızı, ne derece uyduğunuzu gerçekçi bir biçimde takip etmelisiniz. Eğer bu işi beceremiyorsanız, o noktada ailenizden, öğretmenlerinizden veya rehber öğretmenlerinizden yardım almalısınız.

## Nasıldan Önce Neden?

**“Eğer Bir amaç uğruna ayakta değilsen, her darbe seni yere serebilir.” Malcolm X**

Bir rehber öğretmen olarak nedenleri üzerinde konuşmadan nasıl plan yapılacağını söylemenin boş bir iş olduğunu açıklıkla söyleyebilirim. Bu öğrencinin sadece plana uymak için değil, ders çalışmak için de nedenidir. Bu aynı zamanda motivasyonudur, uzun bir yola çıkarken alacağı nefestir, yakıttır. Niçin ders çalışmalıyım? Bu sorunun yanıtını öğrenci gerçekçi ve tutarlı bir biçimde kendine verebilmelidir. Geçici bir heves olarak değil, kalıcı bir davranış olarak seçmelidir ders çalışmayı. Facebook, instagram, oyun, arkadaş, gezmek, spor, yatmak, diziler, müzik vb bir sürü zaman öğütücü varken kalkıp da ders çalışmak gibi baştan sıkıcı gelen bir uğraşın içine girmeye niyetliyse iyi nedenleri olmalıdır. Nedenleriniz sizi heyecanlandırmalıdır, öyle ki gevşediğiniz anda sizi kendinize getirmelidir.

## İyi Bir Plan İçin Ne Yapmalıyım?

İyi bir plan sizin yaptığınız plandır. Çalışmaya nedenlerinizle birlikte karar verdikten sonrası sadece neyi ne zaman yapacağınıza kalıyor. Burada uzun uzadıya formül vermeden genel bir çerçeve çizeceğim. Her şeyden önce “Günde 10’ ar dakikalık aralarla 3 saat ders çalışacağım” demek de bir plandır. Fakat böyle bir plan karşımıza hangi dersi çalışacağınız ve hangi konuları ne zamana kadar yetiştireceğiniz gibi soru(n)ları çıkarır. O halde ne kadar çalıştığımız kadar ne çalıştığımız da önemlidir. Bu noktada plan sizi büyük bir tehlikeden de koruyacaktır. Sınava hazırlanan öğrencilerin büyük bir kısmı plansız çalışırken uzun süre çalışmalarına rağmen hep aynı dersleri çalışırlar. Bu da genellikle sevdikleri veya yapabildikleri derslerdir. Vicdanen kendilerini rahatlatmalarına veya sorulduğunda ders çalıştıklarını söylemelerine rağmen aslında yeterli bir çalışma değildir bu. Örneğin eşit ağırlık puan türü için bir öğrencinin ders çalışmak için masaya oturduğunda hep Türkçe, Edebiyat, Tarih ve Coğrafyayı çalışırken Matematik ve Geometriden uzak durması gibi. Oysa matematik çalışmadan sınavı kazanmak olası değildir. Özetle ne kadar çalıştığınız kadar neyi çalıştığınız da önemlidir.

Öğrenci hedeflediği üniversite programının puan türüne göre bir plan hazırlamalıdır ki burda yine en önemli konu öğrencinin kendini tanımasıdır yani hangi dersin hangi konusuna hâkim veya değilim. Eğer öğrenci kendini tanırsa hedefi doğrultusunda zamanı daha verimli bir şekilde kullanabilecek, eksikliklerinin bilincinde olduğu için tüm alana daha hakim olabilmek için planlama yapabilecektir.

### **Günlük Çalışma Saatlerini Belirleme**

Gün içinde rutin eylemlerinizi ve etkinliklerinizin dışında ders çalışmak için ayıracağınız süreyi sağlıklı bir biçimde belirlemelisiniz. Okul, etütler, yol, yemek gibi tüm etkinlikler çıktıktan sonra kalan zaman ders çalışma zamanıdır. Bu aynı zamanda sizin hazinenizdir ki bunu hoyratça harcayamazsınız. Bu süre belirlendikten sonra bu sürenin ne kadarının konu anlatımına, ne kadarının soru çözümüne ne kadarınınsa tekrarlara ayrılacağı sorunu belirir. Bu da kişiden kişiye ve konudan konuya göre değişir. Eğer ciddi anlamda bir bilgi(konu) eksikliğinizi olduğunuzu düşünüyorsanız önceliğiniz mutlaka konu anlatımı olmalıdır. Sadece günde 100 soru çözme hedefi koydunuz diye konu eksikliğinizi varken tutup da soru çözmek gerçekçi bir tutum olamaz. Konu eksikliğinizi az olduğunuzu düşünüyorsanız o halde bol bol soru çözümü yapmalısınız. Bu ikisi arasındaki denge değişse de değişmeyecek tek unsur tekrarlarınız olmalıdır. Öğrenmenin gerçekleşme yolu tekrardır. Başarılı olmak isteyen bir öğrencinin en belirgin özelliği tekrar yapmak konusundaki özenidir.

Günlük çalışma saatlerini planlamanın bir diğer önemli unsuru da hedefinizin bağlı olduğu alandır. Örneğin Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık veya Psikoloji hedefleyen bir öğrenci için sınav puanı içinde Türkçe/Edebiyatın etkisi % 31'dir. Bu öğrenci için Matematik % 43, Coğrafya 1 ve Tarih 1 sınavı da dahil toplam Sosyal Bilimlerin etkisi % 19 ve Fen Bilimlerinin etkisi % 7'dir. Bu demek oluyor ki bu öğrencinin birinci önceliği Matematik, ikinci önceliği Türkçe/Edebiyat olmalıdır. Sadece bu konuların öğrenci için önemi % 74'tür. Bu öğrencinin Matematik ve Edebiyattan hatta sosyal bilimlerden eksikliği varken Fen Bilimleri çalışmasının doğru olmayacağı bellidir. Yine yukarıda belirtildiği gibi Matematik'ten ciddi eksikliği varken sürekli Türkçe/edebiyat çalışmasının da sonuçları öğrenciyi memnun etmeyecektir. Konu anlatımı çalışırken elinizde mutlaka bir başucu kaynağı olmalıdır. Bu yayın bir kitap olabileceği gibi dergi de olabilir; önemli olan yayının kalitesidir.

Günlük kaç saat çalışılacağı planlanırken yapılan hatalardan bir tanesi de öncesinde hiç ders çalışma alışkanlığı olmayan öğrencilerin planda 6-7 saat gibi bir çalışma süresi belirlemeleridir. Öğrenci alışkın olmadığı bir duruma hemen uyum sağlayamadığı için planı uygulamaya koyamadan bu işten vazgeçmektedir. Bunun içinde yine öğrenciler kendi istek ve özellikleri doğrultusunda günlük 2-3 saat ders çalışma süresi belirleyip ilerleyen günlerde bu süreye kendi eksiklikleri doğrultusunda arttırmalıdır.

Ders çalışma süreleri planlanırken süre 45-50 dakikayı geçmemelidir. Bu sürenin sonunda mutlaka ara verilmelidir. Bu konuda yapılan 2 tipik hata vardır. Biri, sürenin gereğinden fazla uzun veya kısa tutulmasıdır. Hoşlandığınız bir dersi gereğinden fazla uzun tutarken, sevmediğiniz dersin süresini kısaltmanız olası bir hatadır. Özellikle 30 dakikanın altına inen ders çalışma süreleri yetersizdir. Diğer bir hata da verilen aralar sonunda tekrar derse dönememektir. Arada yapılan etkinliğe göre ders çalışmanın ertelenmesi çok sık karşılaşılan bir durumdur. Bu noktada öğrencinin öz disiplin sahibi olarak kendisini derse yönlendirebilmesi gerekir.

Konu tekrarı, günlük olabileceği gibi uzun bir süreyi de kapsayabilir. Fakat o gün öğrenilen konuların tekrarı mutlaka yapılmalıdır. Bunu yapmazsanız o konuyu tekrar öğrenmek için harcayacağınız çaba tekrar ederken harcayacağınızdan çok çok daha fazla olacaktır. Kolay unutan öğrencilerin akşam eve gelir gelmez, hafızası iyi olanlarınsa yatmadan önceki yarım saatlik bir dilimde günlük tekrar yapması faydalı olacaktır. Tekrar etmek sizi "Çalışıyorum ama yapamıyorum" handikabından kurtaracaktır. Tekrarlarınızı haftalık ve aylık olarak da yapmalısınız. Haftalık veya aylık olarak o dönemde ne öğrendiğinizi, öğrendiklerinizin daha önceki öğrenmelerinizle ilişkilerini kendinize hatırlatmalısınız.

Soru çözümü sizin için yardımcı bir öğrenme yolu olmalıdır. Çözdüğünüz soru sayısına göre sınavı kazanmayacaksınız, sınavda çıkan soruları çözdüğünüz oranda bu hedefe yaklaşacaksınız. Soru çözme hedefiniz sınav hedefinizle paralel olmalıdır. Çalışma saatleri için verdiğimiz örnekteki öğrenci için eğer bir hedef söz konusu ise bunun günde 30'ar Türkçe ve Matematik, 15 Sosyal ve 10 Fen Bilimleri olması gibi. Yine rehber öğretmenlere en çok sorulan soruların başında "Sınavı kazanmak için kaç soru çözmeliyim?" sorusu gelir. Bu sorunun net bir yanıtı yok. Fakat öğrenci için doğru olan soru sayılarını da çalışması gibi arttırmasıdır. Başlangıçta günde 100 soru ile başlarken sınava doğru bu

sayının 400-500 aralığına yükselmesi beklenir. Yine çözülen soruların yanıtlarını incelemek, en az soru çözmek kadar önemlidir.

Öğrenciler için önemli olan konulardan bir tanesi de pratik yapmaktır yani deneme sınavı uygulaması ya da süreli soru çözmek gibi. Üniversite sınavlarında önemli olan ne bildiğinden ziyade bildiğini verilen sürede optik forma kodlamandır. Bu durum içinde öğrenciler haftalık deneme sınavları, süre tutarak soru çözmeye gibi alıştırmalar yapmalı ve planlarında mutlaka buna yer ayırmalıdır.

Kitap okumak kimi öğrenci için gereksiz veya önemsiz bulunurken, kimileri içinse ders çalışma sürelerinden çalınarak yapılan ve günde 3-4 saati alan bir etkinliktir. Son yıllarda yapılan sınavlarda okuduğunu anlama üzerine hazırlanan soruların sayısında hayli artış vardır. Bu nedendir ki sınav süreleri ciddi problem haline gelmiştir. Özellikle TYT sınavında adaylara verilen 160 dakika uzun paragraf sorularını da içeren 120 soru için kısıtlı bir zaman dilimidir. Mutlaka kitap okunmalıdır ama planlama yapılırken okumaya günde 40 dakikadan fazla zaman ayrılması diğer yaşam etkinliklerini veya ders çalışmalarınızı sekteye uğratabilir. Kitap okurken de zaman zaman okuma hızınız konusunda çalışmalı, okuduğunuz metinleri dil ve anlam yönünden eleştirebilmelisiniz.

Uyku ve beslenme plan yapılırken üzerinde durulması gereken bir diğer önemli hususlardır. Genelde öğrenciler bu 2 durumun ciddiyeti üzerinde pek durmazlar. Aşırı veya az uyku olmak, kahvaltısız güne başlamak tipik hatalardır. Oysaki uyku ve beslenme vücudun güne hazır hale gelmesini sağlar. Az uykuluyken öğrendiklerimiz zihnimizde ye etmezken aşırı uykuyla da değerli vaktimizi harcamış oluruz. Günde ortalama uyku süresi 7-8 saat aralığında olmalıdır. 8 saati kesinlikle geçmemelidir. Kahvaltı yapmak, bütün besin türlerinden dengeli bir biçimde tüketmek, bol bol sebze ve meyve yemek, fastfood ve aşırı çay kahve tüketiminden uzak durmak hem sağlıklı bir ruh ve beden yapınız olmasını sağlayacak hem de sınav kaygınızı kontrolde de size yardımcı olacaktır.

Planlı bir öğrenci için son söz, zamanı öldüren tuzaklara karşı dikkatli olmasıdır. İnternet, televizyon, arkadaşlar, telefon ciddi zaman tuzaklarıdır. Başlangıçta zor gibi görünse de zamanla hem siz hem de çevreniz planlı halinize alışacaktır.

Unutmayın sizin iyi bir nedeniniz var.

**Güzel bir geleceğe emin adımlarla anın mutluluğu ile beraber yürümeniz dileğiyle...**