



ÖZEL EKİN LİSESİ
"Bilgi Toplumunun Okulu"

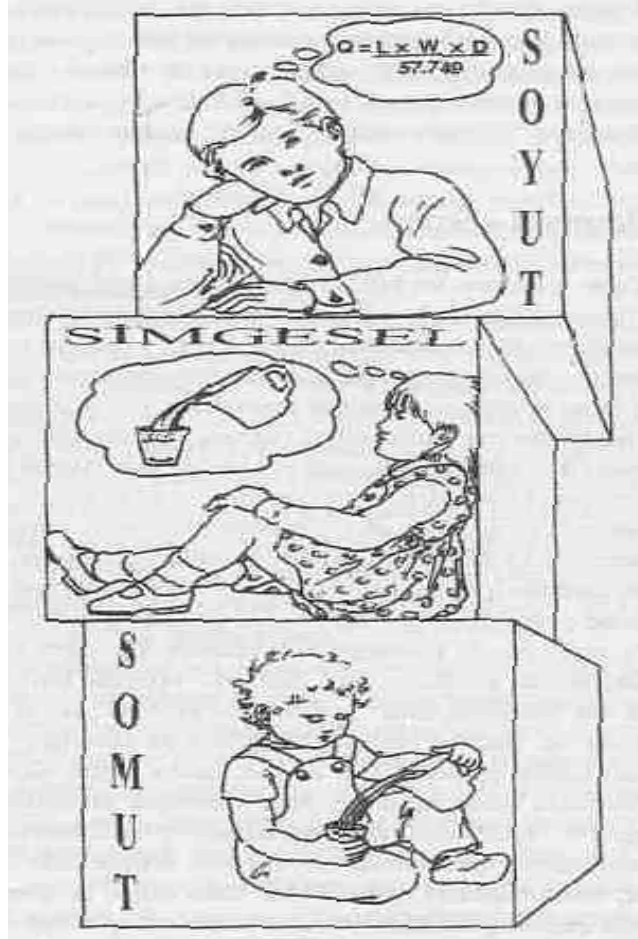
EMPATİ

1

EMPATİ, ÖZEL EKİN LİSESİ P.D.R.H. SERVİSİNİN AYDA BİR YAYIMLANAN SÜRELİ YAYINIDIR. SAYI: 5 Mart - 2002

KONU

BAŞARI İÇİN ETKİLİ VE VERİMLİ ÇALIŞMA



BİLGİ TOPLUMUNUN OKULUNDA eğitimciler ve ana-babalar; kendisini tanıyan, seçme yeteneği gelişmiş, gerçekçi hedeflerine ulaşmak için bilinçli ve coşkulu olan bireyler yetiştirmelidir.

Christy Brawn 1932'de beyin felçli biri olarak doğdu. Dublinli bir duvarcının 23 çocuğundan biriydi. Beyin felci kurbanı olduğu için konuşmasını ve hareketlerini kontrol edemiyordu; **sol ayağı hariç**. Okumayı, yazmayı, resim yapmayı ve nihayet sol ayağının parmağı ile daktilo yazmayı öğrenme mücadelesi verdi.

Felçli, açız ama mücadeleci kişiliği ve uygun aile desteği ile sonunda İrlanda edebiyatının önemli yazarlarından biri olmayı başardı. **SOL AYAĞI İLE....**

BAŞARI İÇİN ETKİLİ VE VERİMLİ ÇALIŞMA

Biz insanlar alışkanlıklar geliştiren canlılarız. Kazanırken zorlandığımız bu alışkanlıkların birçoğu yaşamımızı etkili ve verimli sürdürmemizi sağlarken, bir o kadar da bizi yeniliklere kapatır, atılganlığımızın engeli olarak kalırlar. Çoğu zaman yapabileceğimizin en iyisini yapmak, koşullarımızı sonuna kadar değerlendirmek varken, kendi engellerimize takılır kalırız.

Bu yazımızda yaşantımızı daha etkin ve verimli yapmak, irademizi kullanmak, hedefler koymak, karar vermek, zamanı yönetmek, performansımızı bilmek ve değerlendirmek, kısacası **kendimizi gerçekleştirmenin** yollarını, yöntemlerini tartışacağız. Şimdi etkili ve verimli olmaya giden adımları şöyle sıralamak istiyoruz.

Bir vizyon oluşturmak; Gelecekte kendimizden istediğimiz ne? Hedeflerim var mı? Bunları; yakın, uzak, büyük, küçük olarak ayırıyor muyuz? Sorularını kendinize soruyor musunuz?

Shad Helmstter; "Yaşamda yol boyunca başınıza pek çok şeyin geldiğini düşünebilirsiniz. İşin gerçeği, yaşamda, yol boyunca siz, pek çok şeyin başına gelirsiniz. Başka hiç kimse sizin için seçemez. Seçimleriniz yalnızca size aittir, onlar sizin bir parçanızdır." diyor. Kuşkusuz vizyonumuzu yaratmak; gelişim ve değişimleri doğru algılamak, kendi potansiyelimizi doğru fark etmek ve koşullarımızı bilmeyi gerektirir. **"Ne kadar yeterliyim?"** ve **"Neler yapabilirim?"** bilinci, süreç içinde kazanılan ve öğrenilen bir özelliktir.

Görevlerinden biri de çocukları, gençleri eğitmek olan siz anne-babalar ve biz eğitimciler önce bu bilinci kazanmalı ve model olabilmeli, daha sonrada onlara bu bilinci kazandıracak öğrenme ortamları hazırlamalıyız. Yani çocuklarımıza **VİZYON BİLİNCİ** kazandırmalıyız.

1. VİZYON OLUŞUMUNDA ANA-BABANIN SORUMLULUĞU

Vizyon : Gelecekte ulaşılmak istenen hedeflerin gerçeğe uygun düşlerini kurabilmek ve kendi geleceğini yaratmaktır. Yani, geleceğimizi, vizyonumuzu bugün aldığımız kararlar oluşturmaktadır.

Ana-babalar; yaşam deneyimleri, model olma ve bazı uygulamalarla çocuklarına vizyon kazandırabilirler. Örneğin, çocuklarınızla şu tür konuşmaları ve paylaşımları ne sıklıkta yaparsınız?

- İki yıl sonra iyi gitar çalabilmek için bu ay, kurs ve fiyat araştırması yapacağım.
- İşimde daha etkili olmak ve zamanı iyi yönetmek için bu yıl bilgisayar alacağım.
- Gelecek yıl kendimi, yaz tatilinde Paris'te dolaşırken görüyorum.
- Bir yıl sonraki hedefim.. ..dir.
- İşimle, kendimle ilgili ..değişiklikleri yapmayı düşünüyorum
Arnold Swartzeneger, daha hantal bir vücuda sahipken ve vücut geliştirme dersleri

alırken, kendisiyle röportaj yapmaya gelen bir muhabire “Hollywood’un gişe rekorları kıran gelmiş geçmiş en büyük yıldızı olacağım.” demiş. Sonucu biliyoruz.

Çoğu zaman gerçeklerle pek örtüşmese de büyük düşünmek, hayallerimiz gerçekleşmese bile, motivasyonlu, pozitif enerjili olmamızı sağlayabilir.

Ana-babalar olarak bir vizyon oluşturmak ve onu paylaşmak çocuğunuzda;

- gelecek için düşünen, hedefler koyan bir yapının oluşmasına,
- olumlu düşünme, öz motivasyon, zaman yönetimi becerilerinin gelişmesine katkı sağlar.

VİZYON OLUŞUMU İÇİN OKULUMUZDA YAPILAN ÇALIŞMALAR

Okulumuzda, Okul Günlüğü, Ekin’de Ben, Zaman Yönetimi, Etkili Çalışma Davranışı Kazanma, Drama Dersleri, Gezi, Söyleşi, Seminerler **vizyon** oluşumunda kullandığımız alanlar ve araçlardır.

2. ZAMAN YÖNETİMİ VE YAŞAM ÖNCELİKLERİNİN BELİRLENMESİ

Zaman ve hayat aynı anlamda kullanılabilir. Geçen zaman yerine konulamaz, zaman durdurulamaz, eksiltilemez, arttırılmaz ancak planlanıldığında etkili kullanılabilir. Zamani boşa geçirmek, hayatı boşa geçirmek demektir. Buna karşı zamani kontrol etmek, hayatı kontrol etmek, ona hükmetmek anlamına gelmektedir. Bu aynı zamanda zaman yönetimi bilincidir ve öğrenilebilir. Aile ve okul bu öğrenmenin ortamını hazırlar.

Zaman yönetiminin ilk basamağı **planlamadır**. Planlama için gerekli olan ise zaman miktarının ve süresinin ne olduğunun bilinmesi, farkına varılmasıdır. (Zaman Farkındalık Eğitimi)

3. PLANLAMA

Planlama, geleceği bu güne getirmektir. Böylece gelecekle ilgili beklenenleri yapabilmek mümkün olur. Planlamada üç adım vardır.

1. **Uzak Hedefler:** 5 -10 yıl gibi bir zaman dilimi içerisinde gerçekleştirilmesi düşünülen hayat amaçlarıdır. Bir okul bitirmek, işinde terfi almak, iki yabancı dil öğrenmek gibi.
2. **Yakın Hedefler:** 2 ayla 1 yıl içerisinde gerçekleştirilmesi düşünülen hayat amaçlarıdır. Üniversiteyi kazanmak, yıl sonunda takdir almak, bilgisayar alacak kadar para biriktirmek gibi.
3. **Kısa Süreli Hedefler:** 1 günle 2 ay arasında gerçekleştirilmesi düşünülen hayat amaçlarıdır. Yazılıdan iyi not almak, bir bilgi eksikliğini tamamlamak, doğum günü partisi organize etmek gibi.

ZAMAN DÜZENLEME VE PROGRAM YAPMA

Bu aşamada öncelikler önem sırasına göre derecelendirilir. En yüksek öneme sahip olandan en düşük öneme sahip olana doğru bir sıralama yapılır.

1. En yüksek öneme sahip olan hedeflerimiz. “**Olmazsa olmaz**”
2. Orta derecede öneme sahip olanlar. “**Olmali**”
3. Düşük derecede öneme sahip olanlar. “**Olursa iyi olur**”

Aşağıda sizlere ev ortamında yardımcı olacağına inandığımız örnek bir zaman yönetimi çizelgesi sunuyoruz. Bu çizelge öğrenciler için okulumuzca da kullanılmaktadır. Sizler de çocuğunuzla birlikte bu çizelge aracılığıyla zamani yönetmek için onu planlayabilirsiniz.



HAFTALIK ZAMAN YÖNETİMİ ÇİZELGESİ

GÜNLER	PAZARTESİ	SALI	ÇARŞAMBA	PERŞEMBE	CUMA	CUMARTESİ	PAZAR
SAATLER							
07:00-08:00							
08:00-09:00							
09:00-10:00							
10:00-11:00							
11:00-12:00							
12:00-13:00							
13:00-14:00							
14:00-15:00							
15:00-16:00							
16:00-17:00							
17:00-18:00							
18:00-19:00							
19:00-20:00							
20:00-21:00							
21:00-22:00							
22:00-23:00							

ÖRNEKTİR



4. BAŞARI İÇİN ETKİN DİNLEME VE ETKİN OKUMA

A. ETKİN DİNLEME

Öğrenmeye ve başarılı olmaya yardımcı olan önemli beceri alanlarından ve öğrenmenin

ön koşullarından biridir. Etkin dinleme için yaygın ve kabul görmüş bir yöntemi burada paylaşmak istiyoruz. Kısaca **İFİKAN** olarak adlandırılan bu yöntem aşağıda verilen basamakları içermektedir.

İ – İLERİYE BAK	Dersten önce derse ön hazırlık yaparak gelmek. Dersi dinlerken anlatılmakta olandan, bir konuyu öğrenirken üzerinde durulan metinden yola çıkarak söylenebilecekleri, anlatılabilecekleri önceden tahmin etmeye çalışmak. Yararı: uyanık kalınır, dikkat kopmaları önlenir, aktif katılım ve motivasyon sağlar.
F – FİKİRLER	Ders konusu, bir konunun temelini oluşturan fikirlerden oluşur. Fikirler örneklerle, açıklamalarla, kanıtlarla desteklenir. Burada kişi kendi kendine "Burada temel fikir nedir?", "Yeni bir fikir mi?", "Bu örneğin sebebi nedir?" gibi sorular sorarak konuyu irdeler. Yararı: uyanık kalınır, ön hazırlık güveni geliştirir.
İ – İŞARETLER	Öğretici, konuyu anlatırken önemli noktalarla ilgili bazı kelimeler kullanarak ve ses tonunu değiştirerek ipuçları verir. Bunlar; başlıca, örneğin, bunun tersine, benzer şekilde, aynı zamanda, en önemli nokta, çoğunlukla, özetle vb. kavramlar olabilir. Yararı: dikkat, soruları tahmin etmek, özetleme, ilişki kurma vb. becerileri geliştirir.
K – KATIL	Öğrenme için; görme, duyma ve katılma açısından uygun yere oturma. Yararı: anlatım, dinleme, işbirliği, cesaret ve karşılıklı güven ilişkisi gelişir.
A – ARAŞTIR	Öğrenilen konuyla ilgili sorular sormak, fikirleri arkadaş, öğretmen, aileden biriyle paylaşmak, bilgiyi farklı kaynaklardan araştırmak becerilerini içerir. Yararı: merak, keşif, öğrenme hazzı, araştırma, işbirliği becerilerini geliştirir.
N – NOT TUT	Duyduğumuz, gördüğümüz bilgilere mantıklı bir çerçeve sağlayarak öğrenmemizi kolaylaştırmaktır. Kısaltma kullanma, anlamayı kolaylaştırıcı şemalar çizme, metnin altını çizme, fosforlu kalem kullanma gibi değişik tekniklerle not tutma becerisi geliştirilebilir. Yararı: Uyanıklık ve dikkat , aktif katılım, motivasyon, geri bildirim, tekrar, pekiştirme becerilerini geliştirir.

B. ETKİN OKUMA

Düzgün, akıcı ve anlayarak okuma öğrenmenin ön koşullarından bir diğeridir. Eğitim-öğretim yaşantımızda ilk kazandırılmaya çalışılan beceri okuma ve yazma becerisidir. Öğrenmenin kalıcı olması ve davranışa dönüşebilmesi kazanılabilen bir beceridir. Aşağıda etkin öğrenme becerisinin kazanılmasına ilişkin bir yöntem önerisi bulunmaktadır. Yöntem, kısaca İSOAT olarak adlandırılmaktadır.

İ – İNCELEMEK	Çalışma metni olarak verilen parçaya veya tüm bölüme göz atmak. Başlığı, tüm altbaşlıkları okumak. Haritalar, tablolar, resimler varsa bakmak. Hepsini nasıl bir araya getiriyor? İlk ve son paragrafları hızla gözden geçirmek. Bölümün sonundaki çalışma kılavuzunu gözden geçirmek. Bu bölümün tüm kitapla ilişkisi ne? Dersle ilişkisi ne? gibi çalışmalarını kapsar. Çocuğunuzu bu adımda harcanan zamanın boşa gitmediği, bunun toplam çalışma süresini kısaltacağı konusunda bilgilendirmek ve örnek uygulamak yapmak etkili olabilir.
----------------------	---

S – SORGULAMAK	Bunu kim ve neden yazmış? Ben neden okuyorum? (eğlenmek için, sınav için, bazı gereçlerin nasıl yapıldığını öğrenmek için) Ne hakkında? Başlığın akla getirdiği bazı sorular üzerinde düşünmek (Örneğin: Kolonilerin kurulması: Koloniler neydi? Neredeydiler? Kolonicilerin ne kurmaları gerekiyordu? Evler? Dükkanlar? Fabrikalar? Devletler? Bunları nasıl kurdular? İşi kim yaptı?) Soruları nasıl yanıtlayacağını tahmin etmeye çalışmak. Bu adım, çocuğun kişisel olarak katılmasını, kendi yönünü ve okuma gerekçelerini seçmesini sağlar. Bölümdeki tüm konu başlıklarını soru haline getirmek. Bunları ve metinde geçen soruların yanıtlarını birlikte tahmin etmeye çalışın.
O – OKUMAK	Parçayı, bölümü dikkatle okumak. Her bölümde sayfanın kenarına özet yazmak iyi bir alışkanlık olacaktır. Çoğu öğrenci okuduklarının altını fazlaca çizme eğilimindedir. Önce okumalı, sonra geri dönüp yalnızca en önemli noktaların altını çizmelidir.
A – ANLATMAK	Metne bakmadan, başlangıçta sorulan soruları yanıtlamaya çalışmak. Tüm bu konular nasıl bir araya geliyor? Bu bölümün ana fikri ne? Önemli gerçekler ve ayrıntılar neler? Resimler, tablolar ve haritalar konuyla ne yönden ilişkili? gibi konuyu okumadan ön egzersizler .
T – TEKRAR ETMEK	Biraz zaman geçtikten sonra kitabı yeniden ele almak. Önemli olgu ve fikirler hakkında belleğini tazelemek. Düzenli tekrarlar, bellek devreleri yaratmanın en iyi yoludur. Anımsanması gereken gerçekler ve fikirlerden oluşan bir çalışma anahtarı hazırlamak. Bu, öğrencilerin okuduklarını anlamalarına yardımcı olan çok sayıda pratik yöntemden yalnızca biridir. Günümüzde öğretmenler öğrencilerden bir konu hakkında okumaya başlamadan önce, ilgili fikirlerin listesini yapmalarını, tartışmalarını veya bu konuda yazmalarını istiyorlar ve her konuda okuma, yazma ve akıl yürütmeyi bütünleştirmenin ilginç ve heveslendirici yollarını buluyorlar.

ÖĞRENMEYİ DESTEKLEMELİK İÇİN ANA-BABALARA ÖNERİLER

1. öneri: Yardım istenene kadar beklemek

Eğer çocuğunuz ya da öğretmenleri sizden yardım istemiyorsa, büyük olasılıkla buna gerek yok demektir. Bir çocuğu sizinle birlikte çalışmaya zorlamakla, gelecekte size başvurma arzusunda kısa devre yapabilirsiniz. Bir sorun olduğunu seziyorsanız, tavsiye almak için okulla görüşün. Okul ödevinin, kendini sorumlu ve kontrollü durumda görmek isteyen çocuğun etki ve sorumluluk alanına girdiğini unutmayın.

2. öneri: Yardım istendiğinde erişilebilir ve destekleyici olmak

Ev ödevinin önemine ilişkin tavrınız, çocuğunuzun tavrını da biçimlendirecektir. Eğer sizin için bir televizyon programı onun çarpım tablosunu çalışma ihtiyacından daha önemliyse, onun da aynı görüşte olmasına şaşırmayın.

3. öneri: Ürüne (sonuca) değil, sürece odaklanmak

Çoğu zaman nihai ürün (yanıt, kusursuz yazı, günlük ev çalışması) öğrenme sürecine göre

ikinci planda kalır. Özendirdiğiniz öğrenme anlayışı üzerinde düşünün:

- "Eğer yeterince sızlanırsam, ödevimi bir başkasına yaptırtabilirim." (**yetersizlik algısı**)
- "Ne zaman yardım istesem, ortaya çıkan şey yeterince iyi değil diye kavgaya tutuşuyoruz." (**mükemmeliyetçilik**)
- "Başta babam da, ben de soruları gerçekten anlayamadık, ama yanıtları arayıp bulmak gerçekten keyifliydi." (**işbirliği ve öğrenme motivasyonu**)

4. öneri: Nihai ürün çocuğun emeğini yansıtmalıdır.

Kötü bir not alacağı korkusuyla, çocuğunuzu değerli öğrenme sürecinden yoksun bırakmayın. Üniversiteye ya da bir işe girdiğinde, onunla birlikte sizi de çağırmayacaklar.

5. öneri : Çocuklar, bize görünmek istediklerinden daha dayanıklıdır.

Eğer ödevler makul olandan daha uzun zaman alıyor gibiyse, şu noktaları gözden geçirmek gerekir. Çocuğunuz zamanını yararlı biçimde düzenliyor mu? Okuldaki çalışma zamanını verimli biçimde kullanıyor mu? Araya telefon sohbetleri giriyor mu? Eğer çocuğun yükü gerçekten ağırsa, sorunu tartışmak üzere okuldan sizin, çocuğun ve öğretmenin katılacağı bir toplantı talep etmeniz gerekir.

6. öneri: Mümkün olan her durumda ona kendi kavgasını yürütme fırsatını vermek.

Moral desteğiniz temel bir önem taşır, ama öğretmenler de dahil dünyadaki insanlarla baş etmesini öğrenmek öğrencinin işidir.

7. öneri: Başarı için gerekli araçları sağlamak.

Çocuğunuzun çalışmak için sakin ve iyi aydınlatılmış bir yere, günlük düzene ve ev ödevi doyurucu biçimde tamamlanincaya kadar televizyona ve video oyunlarına izin verilmemesine ihtiyacı vardır. Bu konuda katı ve tutarlı olmanız önemlidir. Yaşça daha büyük öğrenciler, ayrıca bir kasetçalara, bir daktiloya ya da bir bilgisayara, iyi bir sözlüğe ve size önceden haber vermesi koşuluyla gerektiğinde kütüphaneye götürülmeye gereksinim duyabilirler.

8. öneri: Her şeyi bilmek durumunda değilsiniz.

Anne-babalar her şeyi bilmemekten dolayı rahatsızlık duyarlar; oysa karşılaştığınız açmazı kabul etmeniz ve çocuğunuzla birlikte sorunun içinden çıkmaya çalışmanız verebileceğiniz en iyi öğretimdir. Yanıta ulaşamasanız bile, her ikiniz de en kalıcı öğrenmeye temel oluşturan "bilişsel uyumsuzluğu" yaşamış olursunuz.

ANA-BABALARA ÖNERİLEBİLECEK BAŞARIYI DESTEKLEYİCİ İLETİŞİM TARZI

- Neyin "doğru" olduğunu açıklamaktansa, sorular sormak. (Çocuk: "Yarın ne giyeyim?", Şunu giymek istemiyorum." Anne: "Hava sıcaklığı 22 derece, sence uygun ne olabilir? Bu, "Kırmızı buluzun ve siyah pantolonun sana yakışıyor, onu giy." şeklinde bir yaklaşımdan çok daha uygun olur.)
- Çocuğunuz size bir soru sorduğunda, kendisine merakını uyandırmaya yetecek kadar zor bir soruyla karşılık verin. Elbette, sorunuz çocuğu konudan uzaklaştıracak ve başarısız kılacak kadar karmaşık olmamalıdır. Bu konuda tepkilerini kendinize rehber alın.
- Her yaş düzeyinde ilk adım somut deneyimdir. Örneğin, eğer çocuğunuz sınıflandırma kavramlar kazanmaktaysa, çamaşırlar ya da dergilerden kesilmiş resimleri türlerine göre sınıflandırmasını ve sonra da bunlara kategorik adlar takmasını isteyebilirsiniz. Burada da sorular sorulabilir. ("Kuşlar şimdi hayvan resimleri kümesinde mi? Şimdi bütün hayvanları kaldıralım. Kuşlar gitti mi? Neden?")

- Çocuğun, bir problemin doğru yanına bakmasına yardımcı olunabilir. ("Bardaktaki suyun yüksekliğine baktığında ne anlaşılıyor. Bu, iki sıvının miktarlarının aynı olup olmadığını anlamak için başka bir yol olabilir mi?")
- Bir sorunun yanıtını bilmediğinizde, bunu itiraf edin. Bu sizin için her şeyden daha heyecan verici bir fırsattır. Çocuğunuza, kendi kendinize nasıl sorular sorduğunuzu ve bilgiyi nasıl aradığınızı gösterebilirsiniz.
- Şema ve işlemlerini genişletme ve geliştirme süreci içinde olan bir çocuğun sık sık duraklayabileceğini ve gerileyebileceğini unutmamak, doğal saymak. "Unuttum" yanıtı sabırla karşılanmalı. Bunun anlamı, öğrenmenin henüz pekişmediği olabilir.
- Kendinize şu soruyu sorun: "Bu çocuktan tam olarak ne yapmasını bekliyorum ve onun bu işteki başvuru çerçevesi nedir?"
- Her çocuğun kendine özgü bir öğrenme stili ve stratejisi vardır. Çocuklar daha ana okulundayken farklı öğrenme teknikleri sergilerler. Bu teknikler onlara yardım etmede hayli önem taşır. Anne-baba, çocuğun gereksinimlerinin okul tarafından anlaşılmasına yardım edebilir. Anne-babalar çoğu kez kendi öğrenme tarzlarının çocuklarınıninkine benzediğini söylerler, o nedenle kendi stratejilerini çocuklarla paylaşmak isterler. Ne yazık ki kimi zaman kendi tercihleri nedeniyle çocuğun küçük yaşlardaki deneyimlerini sınırlarlar. Sonuç olarak anne-babalar, çocuklarından kendi öğrenme stilleri ve stratejileri benzeri öğrenme beklentisine girmemeli ve bir başkasıyla böyle bir karşılaştırma yapmamalı. Farklı öğrenme stil ve stratejileri çocuğa tanıtılmalı, bilgi verilmeli ancak, seçimi ona bırakmalı.

☒ LÜTFEN YAYINIMIZ HAKKINDAKİ GÖRÜŞ, ÖNERİ VE BEKLENTİLERİNİZİ BİZE YAZINIZ YA DA TELEFONLA İLETİNİZ. İŞ BİRLİĞİNİZ İÇİN TEŞEKKÜR EDERİZ.

E-MAIL: ekinpdrh@ozelekinlisesi.com - r.turhan@ozelekinlisesi.com - y.gunes@ozelekinlisesi

AYIN KİTAP ÖNERİLERİ

1. BİZİ BİZ YAPAN SEÇİMLERİMİZ	Shad Helmstetter	Sistem Yayıncılık
2. SOL AYAĞIM	Christy Brown	Arion Yayıncılık
3. ÜSTÜN BAŞARI	Acar Baltaş	Remzi Kitabevi

AYIN FİLM ÖNERİLERİ

* Forest Gamp * Billy Elliot * Can Dostum

KAYNAKÇA

Baltaş, Acar.	(1999)	Üstün Başarı	Remzi Kitabevi
Burley, Madeyn.	(1997)	Zihinsel Becerileri Geliştirmek	Rota Yayınları
Healy, Jane. M.	(1997)	Çocuğunuzun Gelişen Akli	Enka Yayınları
Özel Ekin Lisesi	(1998)	Temel Eğitim Sorunlar - Çözümler	Etki Yayıncılık

6. SAYIMIZIN KONUSU

İLKÖĞRETİM ÇOCUKLARINDA SOSYAL GELİŞİM