

# Bazı İpuçları!

Kolay öğrenme için sıklıkla kullanılan yöntemleri okudunuz. Şimdi de sıra geldi öğrenme sürecinizi daha verimli hâle getirecek ipuçlarına. Aralarından uygulayabileceğinizi düşündükleriniz varsa görsellerin yanındaki boşlukları işaretleyebilirsiniz.

Belleğinizde tutmanız gereken bir bilgi varsa ve beyninize "Sakın bu bilgiyi unutma! Bize her an lazım olabilir." demek istiyorsanız bu bilgiyi ara ara tekrar etmeniz gerekir. Önce iki günde bir, sonra haftada bir, daha sonra da iki haftada bir kez olacak şekilde bu bilgiyi hatırlamaya çalışarak belleğinize yerleştirebilirsiniz.



Öğrenmeniz gereken pek çok bilgi var ve hangisinden çalışmaya başlayacağınızı bilemiyor musunuz? En zorundan başlayın! Eğer önce kolay olandan başlarsanız zor bilgilere gelene kadar belleğiniz yorulabilir.



Farklı yöntemler ve farklı yerlerde öğrenmeyi deneyimleyerek en çok hangisinin etkili olduğunu keşfedebilirsiniz.



Bazen hiç ara vermeden uzun saatler boyunca çalışmak etkiliymiş gibi gelse de aslında hiç öyle değildir. Uzun süreli çalışmanız gerektiğinde bile sosyal etkinliklere ve spora zaman ayırmamız, çalışmanızın daha etkili olmasına yardım edecektir. Dinlenmek için ayıracağınız zaman, çalışma zamanı kadar önemlidir!

Öğrendiğiniz bilgileri hatırlamak için tekrar tekrar kendi kendinizi test edebilirsiniz. Konuyla ilgili sorular çözmek nerelerde eksikliğiniz olduğunu belirlemenin en kolay yollarından biridir.



Televizyon, telefon, renkli ışıklar ya da oyuncaklar dikkatinizin dağılmasına neden olabilir. Çalışma ortamınızda bunlar gibi uyaranları azaltın ya da bulundurmayın.



Uzun saatler boyunca çalışıp uykusuz kalmanız iyi bir öğrenme yolu değildir. Gece uykusunu güzelce alarak dinlenmiş bir bellek, yorgun ve uykusuz bir bellekten çoğu zaman daha başarılı olabilir.



Öğrendiğiniz bilgiyi, bu konuyu hiç bilmeyen birine anlatmayı deneyebilirsiniz. Böylece anlatırken nerelerde eksiklik olduğunu fark edip bu eksikliklerinize yeniden çalışabilirsiniz.



Sürekli benzer bilgiler öğrenmeye çalışmak dikkatinizin azalmasına neden olabilir. Çalışma programınızda farklı konulara yer vererek ilgi ve isteğinizi kaybetmeden öğrenebilirsiniz.

