Etkili Dinleme ve Not Tutma

Dinleme bir beceridir. Ve bu beceri birtakım ilke ve yöntemlerle çok daha etkili bir şekilde kullanılabilir. İnsan iletişiminin yaklaşık %90 ı sözel olarak yapılmaktadır. Bu iletişinin ancak yarısı kısa bir süre sonra hatırlanabilir. Aradan daha fazla zaman geçtiğinde ise %20-25 ini bile zor hatırlarız. Bütün bu nedenlerden dolayı etkili dinleme ilke ve yöntemlerini öğrenmek ve bunları uygulamak daha da önem kazanmaktadır.
Etkili dinleme sadece söylenilenleri duymak değil, aynı zamanda bu söylenenleri önemli bulmak, kavramak ve değerlendirmektir. Ayrıca etkin dinleme aktif bir süreçtir.
Olaya bir de başka bir boyuttan bakalım. Etkin dinleme öğretmen-öğrenci ilişkilerini de olumlu bir yönde etkiler. Öğretmen genellikle kendini dinleyen ve dinlediğini çeşitli biçimlerde belli eden öğrencilere daha fazla ilgi gösterir ve onlara dönerek konuşur. Öğretmen dersi anlatırken dinleyicilere ihtiyaç duyar. Bu nedenle başını sallayan, not tutan, dikkatini yoğunlaştıran aktif öğrencilere daha fazla ilgi gösterir.
Öğetmenin sınıf içindeki en önemli görevlerinden biri öğrenciye bilgi aktarmaktır ve bunu öğretmen genellikle anlatarak gerçekleştirir Öğrenci ise öğretmenin bu anlattıklarını anlamak amacıyla dinlemektedir. İşte önemli olan da öğrencinin bu dinleme işlevini nasıl yaparsa daha başarılı olacağıdır.
Etkin bir dinleeyici olmak için "İFİKAN" adlı bir yöntemi uygulayabiliriz.
Bu yöntem;
İ - İleriye
F - Fikirler
İ - İşaretler
K - Katıl
A - Araştır
N - Not tut olmak üzere 6 basamaktan oluşmaktadır.
Bu basamakları kısaca açıklayalım.
Öncelikle ileriye bak basamağından başlayalım. Öğrenci sınıfta öğretmenini dinlerken, öğetmenin anlattıklarından yola çıkarak daha sonra neler söyleyebileceğini tahmin etmeye çalışmalıdır. Bu da öğrencinin dikkatinin dağılmasını engeller ve öğrenciyi devamlı uyanık tutar. Hatta öğrencinin aktif olarak katılmasını sağlar. Öğrenci daha önceden o günkü konuları okuyarak sınfa gelirse hem anlatılanlara yabancı kalmamış olur hem de dersteki tahminlerini daha kolayyy bir şekilde yapar. Bu yontemle öğrenci derste anlatılanları daha önce okuduğu için daha kolay bir şekilde hatırlar.
İkinci olarak fikirler basamağı karşımıza çıkıyor. Bu basamak bize önemli fikir ve düşüncelere önem vermemiz gerektiğini ve bunları göz ardı etmememiz gerektiğini anlatmaktadır. Öğrenci öğretmenin bir ders boyunca anlattıklarının ana fikrini bulmaya çalışmalıdır. Ders boyunca kendi kendine bu konunun ana fikri nedir?, Burada anlatılmak istenen nedir? gibi sorular sorması gerekir. Bu sorular öğrencinin ana fikir ve

kavramları bulmasına yardımcı olur.
Üçüncü olarak işaretler basamağına bakalım. Öğrenci sınıf içinde devamlı uyanık olmak zorundadır. Öğretmenin hiçbir dediğini kaçırmamalıdır. Öğretmenin işaretlerine karşı dikkatli ve uyanık olmalıdır. Bir öğretmen konuyu anlatırken mutlaka ufak ipuçları verir. Bazı konuların üzerinde ısrarla durur. Örneğin bir konunun önemli bir bölümünü anlatırken belirli kelimeler kullanır, ses tonunda farklılıklar yaratarak çeşitli ipuçları verir. Öğretmenler seslerini yükselterek ya da "burası önemli", "dikkat ederseniz" gibi sözel vurgularla önemli noktalara işaret ederler. Bir öğretmen hiçbir zaman bu bir sınav sorusudur demez, ama çeşitli ipuçlarıyla bunu belli eder. Bu ipuçlarından birkaçına örnek verirsek: önemli, başlıca, can alıcı, burada esas fikir, şunu unutmayın ki, sonuç olarak, bu sebeple, özetle vb. ...Bu ipuçlarına dikkat edildiği taktirde öğrenci sınavda sorulabilecek soruları tahmin edebilir.
Bir başka basamak ise "katıl" basamağıdır. Öğrenci sınıf içinde devamlı aktif olmalıdır. Pasif bir öğrenci hiçbir zaman başarılı olamaz. Öğrenci derse her fıratta katılmalıdır. Öncelikle derse zamanında gelmeli, sınıfta oturacağı yeri iyi seçmeli, görebileceği, duyabileeği bir yere oturmalıdır. Ve ders sırasında öğretmenin söylediklerine gülümseyerek, kaşlarını çatarak, başını sallayarak olumlu ya da olumsuz tepki göstermelidir. Böylece öğretmen de anlaşılan ya da anlaşılmayan yerleri çok daha iyi bir şekilde görebilir. Ayrıca bu öğretmeni de memnun eder. Onun motivasyonunu artıtırır, onu cesaretlendirir. Öğretmen dinlenildiğinin farkına varır.Oysa ki anlattıklarına karşı hiçbir tepki göstermeyen donuk, pasif öğrenciler karşısında öğretmen de bir şeyler anlatmak istemez. Öğrenciler öğretmene tepkide bulunarak dersin kalitesini yükseltmekte öğrencilerin elindedir.
Beşinci olarak karşımıza "araştır" basamağı çıkıyor. Öğrenciler nedense ders sırasında soru sormaktan çok çekinmektedirler. Ve fikirlerini, görüşlerini rahatça söyleyememektedirler. Oysa ki bu çok yanlıştır. Ders sırasında anlaşılmayan bir yer varsa ya da merak edilen bir soru varsa bu soru rahatlıkla sorulmalıdır. Hiçbir şekilde çekinilecek bir durum söz konusu değildir. Sorulara verilen cevap anlaşılmadıysa ve açıklamalar yeterli değilse, yeni sorular sorulmalı ve açıklama yapılmasmı istenilmelidir. Eğer ders içerisinde zaman yetmediyse, ders bittikten sonra öğretmene ya da diğer öğrencilere de sorulabilir.
En son basamak ise " Not Tutma" basamağıdır. Dinleme yoluyla öğrenilen bilgiler çok uzun süreler hafızada duramaz. Öğrenilenlerin zaman zaman tekrar edilmesi gerekir. Bir öğrenci ders sonunda, o derste dinlediğinin ancak %55 ini hatırlayabilir.Tekrar yapılmadığı sürece bu oran bir hafta sonra %17 lere düşer. Bu yüzden not tutmanın çok büyük bir önemi vardır. Not tutmanın iki önemli yararı vaırdır. Bunlarda birincisi eğitimin temel şartı olan "Aktif katılımı" sağlar. Öğrenci derste pasif durumdan aktif duruma ggeçer. Not tutma sayesinde derste devamlı uyanık olur, dikkatini derse yoğunlaştırır ve dikkatinin dağılmasını engeller. İkinci önemli yararı ise unutmayı engelemesidir. Unutkanlık düşmanını bizim avantajımıza çevirerek en önemli girişim not tutmaktır. Özellikle alınan notlar eve gelince bir de temize çekilirse hafızaya daha iyi yerleşir.
Not tutulurken dikkat edilmesi gereken bazı noktalar bulunmaktadır.
· Öncelikle not tutulan kağıt konusunda cömert olmamız gerekir. İleride okuduğumuz zaman anlayabileceğimiz şekilde, boşluklar bırakılarak not

tutmamız da yarar vardır. Hiçbir zaman küçük bir kağıda sıkışık bir şekilde not tutulmamalıdır. Hatta not tutmak için bir defter olursa daha düzenli not tutulur. Ve de sayfanın altında, üstünde, yan taraflarında boşluk bırakılırsa buralara eksik kalan bigileri daha sonra yazabiliriz.
· Not tutmaya ilk günden başlanılması gerekir. Ve düzenli olarak not tutulması çok önemlidir.
· Dinleme ile not tutma arasında bir denge oluşturmak gerekir. Tüm dikkati dinlemeye ayırırsak, verimli bir şekilde not tutamayız. Aynı şekilde çok ayrıntılı not almaya kalkışırsak bu sefer de anlatılanları anlamamız güçleşir ve bu da dinlemeyi olumsuz etkiler. Dolayısıyla dinleme ve not tutma arasındaki dengeyi çok iyi ayarlamamız gerekir.
· Derste not tutarken ana fikirleri, önemli noktaları not etmek çok önemlidir. Not alırken seçici olmakta yarar vardır. Önemli noktaları belilerken öğretmen bize çeşitli ipuçları verir. "Burası önemli","Burada esas olan", "Dikkat ederseniz" vb. ipuçlarıyla bu bölümlerin önemini vurgular. Bu bölümler mutlaka not alınmalı ve önemli olduğunu belirtmek için de yanına * işareti konmalı ya da altı çizilmelidir.
· Not tutarken zamandan tasarruf etmek ve geri kalmamak için, öğrenci kendi anlayabileceği şekilde çeşitli kısaltmalar kullanmalıdırn. Bu kısaltmalardan bazılarına örnek verirsek:
-ve &
-gibi .
-örneğin ör
-sonuç olarak son.ol.
-kadar =
-matematik mat
-yüzyıl yy
-birbirine 11
-buna ek olarak +
-açısından ?
· Not tutarken öğrenci kendi cümleleriyle not almalıdır. Bu şekilde hem öğrenci öğretmenin anlattıklarını özetleme imkanı bulur, hem de anladığı biçimde not alma imkanı bulur. Bazı durumlarda anlatılanların aynı şekilde not alınması gerekebilir. Ya da tahtada yazılanları aynı şekilde kaydetmek gerekebilir. Bu durumda anlatılanlar ya da yazılanlar aynı şekilde not alınmalıdır.
· Öğrenci not tutarken aklına takılan yerleri ya da anlayamadığı bölümleri öğretmene sormaktan çekinmemelidir. Böylece not alırken hem eksik not alımamış olunur hem de anlayarak not alınır.
· Öğrenci hafızasına çok güvense bile mutlaka sınıfta öğretmen tarafından söylenen ve vnemli gördüğü her şeyinot etmelidir. Böylece unutkanlık sonucu doğabilecek olumsuz sonuçları engellemiş olur.
· Dikkat edilmesi gereken en önemli noktalardan biri de tutulan notların mutlaka temize geçirilmesidir. Öğrenci tuttuğu notları temize geçirirken bir kez daha tekrar etmiş olur ve bu da unutmasını engeller. Eğer mümkünse tutulan notlar o gece ya da bir sonraki dersten önce temize geçirilmelidir.
İyi dinlemek venot tutmak sadece eğitimin değil, hayat başarısının da en önemli unsurudur. İyi bir dinleyici olmanın temel kuralı iyi not tutmak, iyi not tutmanın yolu da iyi bir dinleyici olmaktır. Bu anlamda iyi not tutmak ve iyi bir dinleyici olmak birbirleriyle bağlantılı iki kavramdır.

Teorikte anlatılan bu hususlar, pratikte uygulandığında öğenciye birçok yararlar sağlar. Çok ufakmış gibi görünen ayrıntılar ileride büyük farklar yaratacaktır. Bunu sizler de yaşayıp görebilirsiniz.

ETKİN DİNLEME

Okulda öğrenmeler büyük ölçüde okumaya ve dinlemeye dayanır. Özellikle sınıflarda öğrenci sayısının fazlalığı, uygulamalı dersler için gerekli ortamın oluşturulmaması , derslerin dinleme ağırlıklı olmasına neden olmaktadır. Günlük yaşamdada dinleme temel bir iletişim becerisidir. Bir yetişkin ortalama olarak günün %31'ni dinleyerek geçirir. Diğer iletişim becerileriyle karşılaştırırsak;%7'si yazma, %11'i okuma ve %21'ini konuşma kapsar. Etkili not alma becerisinde bahsedildiği gibi not almada öncelikli adım dinleme becerisinin geliştirilmesidir.

Dinlediğimiz birisinin,öğretmen,arkadaş veya bir konferansta konuşmacı, daha sonra söylediklerinin hiç birini hatırlamadığınızın farkına vardınız mı ? oysa onun konuşmasını duydunuz. Özellikle derslerde öğretmeni duyuyor fakat dikkatinizi veremiyor olabilirsiniz. Bu durum dinleme ile duyma arsındaki farkı ortaya koyar. Duyma pasif, biyolojik bir süreçtir. Çevreden gelen sesler kulak tarafından alınır. Dinleme ise bilişsel bir etkinliği kapsayan bir süreçtir ve gelen bilgi yorumlanır. Dinleme amaçlı ve kısıtlıdır, düşünmeyi içerir.

Dinlemede dikkatin ders süresince sürdürülebilmesi ve anlatılanların öğrenilebilmesi ve anlatılanların öğrenilebilmesi dinleme becerisinin geliştirilmesine bağlıdır. Derste dinleme yolu ile öğrenme, öğrencinin kendi başına öğrenmesinden hem daha etkili hem de daha kısa sürede gerçekleşir. **Çünkü ;**

1- Sınıf içinde yapılan sözlü anlatımlar konunun özünü ve en can alıcı yanlarını öğrenciye verme olanağı sağlar.

2- Anlatımda yazı tahtası, harita, çizelge v.b. görsel araçların kullanılması görsel-işitsel dinleme olanağı sağlar.

3- Sınıf içi grup etkileşimi öğrenmede etkilidir.

4- Sınıf içi etkileşimde öğrenci, sınavlarda sorumlu olduğu yerlerin ip uçlarını öğrenir. Bu da öğrencinin sınav hazırlığını daha bilinçli yapmasına yardımcı olur. Dolayısıyla ders başarısını artırır.

İyi bir dinleyici olmak etkin dinleme becerilerine sahip olmayı gerektirir ve bu beceriler geliştirilebilir;

1- Ekin dinlemenin ön koşulu dinlemeye hazırlıklı olmaktır. Bunun için dersten önce hazırlık yapılmalıdır.

2- Dinleme karşılaştırma sürecidir; düşünceleri yakalama, düşüncelerin önemini saptama ve diğer düşüncelerle ilişkileri bulmayı içerir.

3- Öğrenci dersi dinlerken öğretmenin söylediklerinden yola çıkarak daha sonra söyleyeceklerini kestirmeye çalışmalıdır.

4- Öğrenci dikkatin konudan kaymasını önlemek için konunun ana ve yardımcı düşüncelerini bulmaya çalışmalıdır. **Temel düşünceleri bulmak için şu sorular sorulabilir?**

- Bu dersin amacı ne? Öğretmenin mesajı nedir? Dersin ana noktaları nelerdir?
- Düşünceler nasıl düzenlenmiştir ? Bir düşünce diğeri için ipucu mu ? Yeni bir düşünce mi ?

5- Öğretmenin özellikleri ve bireysel biçimi ile değil dersin özüne odaklaşmak gerekir.

6- Etkin dinleyici olmak için ders süresince şunlar yapılmalıdır;

- Ders süresince kendinize sorular sorun
- Aralarda konunun ana noktalarını özetleyin.
- Sonuçları kendi kendinize çıkarın.
- Derste geçen düşüncelerin yaşamla ilişkisini kurun.

Öğrenci konuları derste öğrenmek istiyorsa devamı aksatmamalı, öğretmeni en iyi dinleyebileceği yere oturmalı ve öğretmenin anlattıklarını içinden tekrar etmelidir. Hiç şüphesiz not alma bölümünde anlatıldığı gibi derste not tutmak, dinlemenin etkinliğini artıracak ve anımsamayı kolaylaştıracaktır.

NOT TUTMA

Sınıfta sunulan konu öğrenciye ilginç geliyor ve öğretmen de ilgi çekici biçimde işliyorsa, öğrenilen bilgilerin devamlı anımsanacağı zannedilir. Oysa öğrenilenlerin büyük bir kısmı çok kısa sürede unutulur. Bilgiyi saklamanın ve ilerde anımsamanın en etkili yolu not alma ve daha sonra bu bilgileri tekrarlamalıdır. Bir çok öğrenci derste etkili bir biçimde nasıl not alınacağını bilmez. Öğretmenin anlattığı her şeyi onun tümceleri ile yazmaya çalışır.

Oysa bir konuşmacı dakikada yaklaşık 125 sözcük kullanarak konuşur. Öğrenci kısaltarak yazmaya çalışsa bile her söyleneni kaydetmesi olanaksızdır. Sonuçta öğrenci dersi dinleyemez ve elinde uzun, anlaşılmaz bir metin olur.

Not alma, özellikle derslerde ders kitabında bulunmayan açıklamaların, düşüncelerin, okunan kitap ya da yazıların, dinlenilenlerin,

gözlenenlerin ve ya düşünülenlerin ana noktalarının saptanarak, kısaca kaydedilmesidir.

NOT ALMANIN YARARLARI:

1- Derste öğrenciyi edilgen durumdan etkin duruma getirir.

2- Öğrenilenlerin kalıcılığının sağlanması için şart olan tekrarın gerçekleşmesi.

3- Zaman ve enerjiden ekonomi sağlar. Çünkü konuyu anımsamak için notlara bakmak yeter.

4- Sınavdan önce yaşanan kaygıyı azaltır.

5- Ödev ve raporların kolayca hazırlanmasını sağlar.

6- Düşünen, eleştiren kişilik özelliği oluşturur.

Not alma kolay bir eylem değildir. İlkokuldan itibaren bu becerinin kazanılması ve geliştirilmesi gerekir. Not almada en önemli nokta, ana düşüncelerin bulunması ve özümsenerek kişinin kendi tümceleriyle yazmasıdır.

Not alma iki temel kaynaktan yapılır. Birincisi kitap, makale gibi yazılı kaynaklar, ikincisi ise dersler, konferanslar ve seminerler gibi konuşmacıyı dinlemelidir.

Derste not alma üç adımda gerçekleştirilmelidir:

(1) Dersten önce hazırlanma.

(2) Dersi dikkatle dinleme ve ders süresince not alma.

(3) Dersten sonra çalışmak için alınan notları kullanma.

İyi not alam konu ile ilgili ön bilgi gerektirir. Öğrenci dersten önce konu ile ilgili bilgi edinmeli, o konu ile ön koşul bilgileri de iyice öğrenmiş olmalıdır. Ancak bu şekilde konunun önemli düşüncelerini not alabilir. Aksi takdirde konunun anlaşılması zorlaşacağı gibi, her söyleneni not alma yangısına düşülür.

Ders başlamadan önce hazırlık yapılmalıdır. Mümkünse dersten önce sınıfa gelip, öğretmenin en rahat görülebileceği ve duyulabileceği bir yere oturulmalıdır. Ders süresince ilgiyi dağıtan arkadaş varsa onunla beraber oturulmamalıdır.

Not almada en pratik yol not kağıdı kullanarak bunları klasörde saklamaktır. Burada dikkat edilmesi gereken nokta her dersin notlarının ayrı bölümlerde biriktirilmesidir.

Dersin ana düşünceleri,öğretmenin dikkatle uygulayarak üzerinde durduğu noktalardır. Öğretmen ana noktaları ayrıntılar, açıklamalar ve örneklerle destekler. Konunun önemli kısımları vurgulanırken öğretmenler bir çok ipuçları verirler. Öğrenci bu ipuçlarına karşı bilgili olursa, ana noktaları bulması kolaylaştırır.

Aşağıda öğretmenlerin sıklıkla kullandıkları ipuçları sıralanmıştır;

1- **Sesin değişmesi:** Bazı öğretmenler ana noktaları vurgulamak için seslerinin tonunu değiştirirler. Öğretmen sesini yükseltir ve alçaltırsa, sertleştirir ve ya yumuşatırsa önemli bir noktayı düşünceyi sunuyor demektir.

2- **Konuşma oranının değişmesi:** Öğretmenler önemli kavramları tartışırken konuşmayı yavaşlata bilir.bazen de önemli bilgilerin yazılabilmesi için yavaş anlatırlar.

3- **Anahtar sözcük ve cümlecik kullanma:** Bu işaret ve sözcükler şunlar olabilir:

- **Beş temel neden:**Öğretmen önemli açıklamalar sıralayacaktır.
- **Bir başka söylemle:**Bu işaret verilen bilginin tekrar edilmesidir.
- **Örneğin:** Verilen bilginin açıklanmasını sağlar.
- **Önemli:** Çok önemli olan düşünceyi belirtir.
- **Sonuç olarak:**Özetle, bu nedenle işaretleri dersi özetler.

4- **Tahtaya yazma:**Bazı öğretmenler temel düşüncenin ana hatlarını söyleyerek tahtaya yazar. Eğer öğretmen tahtaya yazar. Eğer öğretmen tahtaya yazmak için zaman ayırıyorsa yazılanlar önemlidir ve mutlaka not almalıdır.

5- **Göze- kulağa hitap eden araçlar kullanma:**Öğretmenler filmler,video-teypler, fotoğraflar,slaytlar, haritalar kullanarak önemli kavramları ve düşünceleri betimler veya vurgularlar.

6- **Doğrudan bildirme:**Arasıra bir kavram veya düşüncenin önemli olduğu öğretmen doğrudan bildirir. Örneğin; bu durum

önemlidir, bunu unutmayın, bu sınav sorusu olabilir, bunu notlarınızda işaretleyin.

7- **Sözel olmayan ipuçları:** Bir çok öğretmen önemli noktaları sözel ipuçları gibi sözel olmayan ipuçları kullanarak belirtirler. Her öğretmen farklı mimik ve jestler kullanır. Öğrenci gözleyerek sözel olmayan ipuçlarını bulabilir.

Derste not aldıktan sonra mümkün olan en kısa zamanda notların gözden geçirilmesi gerekir.