

# 01

## **Aktif Öğrenme**

Konuyu pasif bir şekilde okumak yerine, öğrenmeye aktif olarak katılın. Not alın, sorular sorun veya öğrendiğinizi başkalarına anlatın.

# 02

## Parçalara Ayırma

Büyük miktardaki bilgiyi daha küçük, anlamlı parçalara bölerek öğrenin.

Örneğin, telefon numaralarını

543-255-24-17 formatında

hatırlamak daha kolaydır.

# 03

## Basitleştirme

Bilgileri anlamayı ve hatırlamayı kolaylaştıracak şekilde basitleştirin.

Basit kelimeler, örnekler, benzetmeler veya metaforlar kullanarak açıklamalar yapın.

# 04

## Anahtar Kelime Tekniđi

Anahtar kelime tekniği, kişinin bir konu hakkında bilgi edinirken akılda kalması gereken kelimeleri farklı bir kağıt üzerine yazmasıdır. Anahtar kelimeler, beyin tarafından algılandığında ait olduğu konunun tamamını anımsatma işlevi gerçekleştirir.

# 05

## Zihinsel Canlandırma

Hayal gücünüzü veya harici yardımcılarını kullanarak bilgiyi zihinsel görüntüler veya resimler halinde canlandırabilirsiniz. Örneğin, tarih öğrenirken olayları bir hikaye gibi hayal edin.

# 06

## Feynman Tekniđi

Bir konuyu kavramak için bilgiyi sanki birine öğretiyormuşsunuz gibi basit ve net bir şekilde açıklamaya çalışın. Eğer açıklama sırasında takıldığınız veya boşluk hissettiğiniz bir konu olursa kaynak materyali yeniden gözden geçirerek daha iyi anlamaya çalışın.

# 07

## **Kendini Test Etme**

Kendinizi test edin ve hatalarınızdan öğrenin. Yapamadığınız soruların çözümünü öğrenin. Öz değerlendirme, öğrenmenizdeki eksiklikleri fark etmenizi sağlar.





01

## Aktif Öğrenme

Konuyu pasif bir şekilde okumak yerine, öğrenmeye aktif olarak katılın. Not alın, sorular sorun veya öğrendiğinizi başkalarına anlatın.

02

## Parçalara Ayırma

Büyük miktardaki bilgiyi daha küçük,  
anlamalı parçalara bölerek öğrenin.

Örneğin, telefon numaralarını

543-255-24-17 formatında

hatırlamak daha kolaydır.

# 03

## **Basitleştirme**

Bilgileri anlamayı ve hatırlamayı kolaylaştıracak şekilde basitleştirin. Basit kelimeler, örnekler, benzetmeler veya metaforlar kullanarak açıklamalar yapın.

# 04

## **Anahtar Kelime Tekniđi**

Anahtar kelime tekniği, kişinin bir konu hakkında bilgi edinirken akılda kalması gereken kelimeleri farklı bir kağıt üzerine yazmasıdır. Anahtar kelimeler, beyin tarafından algılandığında ait olduğu konunun tamamını anımsatma işlevi gerçekleştirir.

05

## Zihinsel Canlandırma

Hayal gücünüzü veya harici yardımcılarını kullanarak bilgiyi zihinsel görüntüler veya resimler halinde canlandırabilirsiniz. Örneğin, tarih öğrenirken olayları bir hikaye gibi hayal edin.

06

## **Feynman Tekniđi**

Bir konuyu kavramak için bilgiyi sanki birine öğretiyormuşsunuz gibi basit ve net bir şekilde açıklamaya çalışın. Eğer açıklama sırasında takıldığınız veya boşluk hissettiğiniz bir konu olursa kaynak materyali yeniden gözden geçirerek daha iyi anlamaya çalışın.

07

## **Konuyu Anlatın**

Konuyu başkasına veya  
kendi kendinize anlatın  
Takıldığınız kısımlara geri  
dönüp tekrar edin.

.

## **Olumlu Tutum**

Derslere karşı olumlu tutum içinde olmanız öğrenmenizi kolaylaştıracaktır.

Sıkıcı □ zor, □ gereksiz, gibi olumsuz düşünceler öğrenmenizi olumsuz etkiler.



## **Öğrenilmiş Çaresizlik**

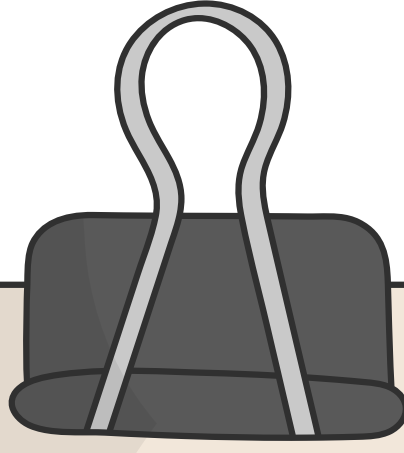
**Kişinin geçmişteki deneyimleri ve başarısız sonuçlardan dolayı ne kadar çaba sarf ederse etsin asla başarılı olamayacağını düşündüğü için çalışmayı bırakmaya karar vermesidir.**

## **Odaklanma**

**Ders çalışırken  
dikkatimizin dağılmaması  
için teknolojik aletlerden  
uzak duralım.**

[www.rehberlikservisim](http://www.rehberlikservisim)

[www.rehberlikservisim](http://www.rehberlikservisim)



## **Anlayarak Öğrenme**

Anlamaya dayalı öğrenme, bilginin sadece ezbere edinilmesini değil, konunun temel ilkelerini anlayarak öğrenilmesine odaklanır. Bu yaklaşım, bilginin daha derinlemesine işlenmesine olanak tanır ve böylece unutma sürecini yavaşlatır. Öğrenciler, öğrendikleri konuyu analiz etmeli, örneklerle ilişkilendirmeli ve günlük yaşamda nasıl kullanabileceklerini düşünmelidir.