**BAŞARI İÇIN 8 ÖNERI**

İkinci dönemin ilk haftalarındayız. İlk yarıyılda başarısız olduysanız, bunu değiştirebilmek için dört ayınız var. Hacettepe Üniversitesi öğretim üyesi Doç. Dr. Türkan Doğan size 8 öneri sunuyor.

İkinci dönem geçen hafta başladı. İlk yarıyıl yeterli başarı gösterememiş olabilirsiniz. Ancak bu hiçbir şeyin sonu değil. Hacettepe Üniversitesi Eğitim Fakültesi Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık Ana Bilim Dalı’ndan Doç. Dr. Türkan Doğan, öğrencilere ilk dönemdeki eksiklerini belirlemesini, sonuçtan çok bu noktaya nasıl geldiklerini analiz etmesini ve zaman planlamalarını gözden geçirmesini öneriyor. Ailelere ise “Sevgiyi, başarılı olmaya bağlamayın” diyor. İşte **Doç. Dr. Türkan Doğan’ın önerileri:**

**1- EKSİKLERİNİZİ BELİRLEYİN**

İlk olarak bir önceki dönemdeki eksiklerinizi belirleyin. Zayıf olduğunuz ders ve konuları tespit edip onlara daha fazla zaman ayırın. Zamanı nasıl kullandığınızı gözden geçirin. Etkili zaman kullanımı, plan ve program çerçevesinde olur. Bu nedenle kendinize uygun çalışma planı hazırlayarak, buna uyun. Kişiye özgü olması önemli. Öğrenci zamanını etkili kullanmayı başarırsa sosyal etkinliklere, arkadaşlıklara ve ders çalışmaya vakit ayırabilir.

**2- ÇOK ÇALIŞMAK YETERLİ DEĞİL**

Çok çalışmak tek başına yeterli olmayabilir. Çok çalıştığı halde, etkili ders çalışma yöntemlerini bilmeyerek, istediği başarıyı yakalayamayan birçok öğrenci var. Eğer siz de bunlardan biriyseniz, etkili öğrenme yöntemleri konusunda bilgilenmeye çalışın. Bu, başarınızın artmasını sağlayacak.

**3- SINAV KAYGISIYLA BAŞA ÇIKIN**

Bazı öğrenciler etkili şekilde çalışır ama sınav kaygısı nedeniyle potansiyellerinin altında başarı gösterebilir. Böyle bir sorun yaşıyorsanız, bununla başa çıkmalısınız. Gerektiğinde uzmandan yardım alın.

**4- GELECEĞE ODAKLANIN**

Birinci dönemdeki karne, öğrencinin başarısızlığından ziyade derslerindeki bazı eksikliklerini gösterir. Sonuçtan çok, bu noktaya nasıl geldiğinizi değerlendirmeniz önemli. Geçmişteki başarısızlığa değil, geleceğe odaklanın. İsterseniz notlarınızı düzeltme şansınız var, buna inanın.

**5- DERSLERİ TEKRAR EDİN**

Hafıza ve tekrar arasındaki güçlü ilişkiden yola çıkarak, tekrarı hayatınızın bir parçası haline getirin. O gün okulda öğrendiklerinizi evde gözden geçirin. Bu, sınav dönemlerinde sizi oldukça rahatlatacak.

**6- OLUMSUZ DÜŞÜNMEYİN**

Olumlu düşünmeye çalışın. “Bu sınavdan asla geçemem” gibi olumsuz düşünceler sizi bitkin düşürür, enerjinizi azaltır. Bunun yerine, “Daha çok çalışırsam, iyi olacak” diye düşünün.

**7- BAŞARDIKÇA İSTEK ARTAR**

Ders çalışmaya karşı olumsuz algılarınızı değiştirmek için çabalayın. Örneğin, “Ders çalışmak çok sıkıcı, hiç sevmiyorum” yerine, “Çalıştıkça hoşlanılan, başarılı hissedilen bir faaliyet” diye düşünebilirsiniz. Çalışma isteğinin kendiliğinden gelmediğini hatırlayın. Başarılı oldukça istek artar.

**8- ÖNCE KÜÇÜK HEDEFLER**

Önce küçük hedefler koyun ve onları gerçekleştirmek için çabalayın. Bu sayede orta ve uzun dönemdeki hedeflerinize adım adım ulaşmaya başlayacaksınız.

Aileler sevgiyi başarıya bağlamasın

Anne-babalar sevgiyi başarılı olmaya bağlamayın. Kötü koşullar, yanlış tutumlar, ilgi ve sevgiyi esirgemek onun kendine güvenini zedeleyebilir. Bunlar onu ders çalışmaya yöneltmeyeceği gibi beklenmedik olumsuz davranışlara neden olabilir. Ailesinin kendisine güvendiğini, desteklediğini bilen öğrencinin başarısı artar. Okul ve öğretmenle işbirliği yapın. Çocuklarınızın ilgi, yetenek, ihtiyaç ve kişilik özelliklerini göz önünde bulundurun. Duyarlı olun.