

Okuma İle İlgili Tavsiyeler

- Kelime kelime okumayı unutuyoruz. Blok şeklinde okuma yapıyoruz.
- Kelimeleri anlamak için değil, metni anlamak için okuyoruz.
- Ön okuma ile metni tanıyor. Metnin zorluğuna, bizim için önemine göre okuma yapıyoruz.
- Ön okumalarda ana düşünce ve konuyu yakalamaya çalışıyoruz.
- Pasif okuma yapmamak için amaç belirliyoruz.
- Ön yargılarımızı bir kenara bırakıyoruz. Bir kitaba karşı ön yargınız varsa anlamanız da zorlaşacaktır.
- Yazarın metni nasıl kaleme aldığını asıl amacını anlamaya çalışıyoruz.
- Her metnin aynı hızla okunmayacağını unutmuyoruz.
- Okuma sırasında seslendirme yapmıyoruz.
- Okuma sırasında geri dönüşler yapmıyoruz.
- Okuma yaparken okuma pozisyonumuza dikkat ediyoruz.
- Okuma yaptığımız yerde okuma eylemi sırasında dikkatimizi dağıtacak bir şeyler olmamalı.
- Tüm dikkatimizi metne veriyoruz. Okuma yaptığımız yer okumak için uygun olmalı (ışık, ses... gibi)
- Anlamını bilmediğimiz kelimelerin anlamlarına sözlükten bakıyoruz.
- Metinlerdeki grafikleri, resimleri, tabloları, haritaları... atlamıyoruz.
- Metni anlamak için yazarı tanımaya çalışıyoruz.
- Metindeki fikirlerle uyuşup uyuşmadığımız yerleri belirliyoruz.
- Zor metinlerde notlar alıyoruz, zihin haritalarından faydalaniyoruz.
- Ön okuma yaptıktan sonra nerelerde kısa aralar vereceğinizi belirleyin. Kısa molalar zihninizi dinç tutacaktır.
- Öğrendiklerimizi unutmamak için sık sık tekrar yapıyoruz.
- Kendinizi geliştirmek istiyorsanız farklı türlerde metinler okuyoruz.
- Okuduğunuz metinlere eleştirel bakıyoruz. Yazarların düşüncelerini anlamaya çalışıyoruz. Burada illa verilen düşüncelere katılmak zorunda değilsiniz. Anlamadan eleştiri yapmanız yanlış olacaktır.
- **Her şeyi çok hızlı okumamanız gerektiğini unutmuyor ve okuma hızlarımızı abartmıyoruz. Her metin hatta aynı metnin içerisindeki farklı yerleri bile aynı hızda okumuyoruz.**



Metinlerin Kurgusunu İyi Tanıyın

Metinlerin nasıl şekillendiğini iyi bilirsek okuduğumuz metinlerin konusunu ve ana düşüncesini daha hızlı kavrarız.

a. Klasik Açıklama Yöntemi:

Bu teknikle yazılan metinlerde yazarın vermek istediği mesajı okuyucuyla iki şekilde paylaşır. Tüm-dengelim yöntemiyle başlanmışsa metnin giriş bölümlerinde verilir. Yardımcı düşüncelerle beslenir. Tümevarım yöntemi ile yazılmışsa vermek istediği sonuç bölümlerinde verilir. Bildiğiniz gibi anlatmaya bağlı metinlerde serim düğüm çözüm, masallarda ek olarak tekerlemeyle başladığı döşeme ve masalların öğüt verdiği dilek kısmı yer alır. Öğretici metinlerde metin giriş, gelişme ve sonuç bölümlerinden oluşur. Hepsinde bunu söylemek mümkündür. Bundan dolayı metinlerin ilk ve son paragraflarını dikkatli okumakta fayda vardır.

b. Hacimli Açıklama Yöntemi:

Bu teknikte yazılan kitaplar bölüm bölüm oluşur. Her bölüm aslında farklı metinlerdir. Her bölümü okurken klasik açıklama yönteminde bahsettiğimiz her şey geçerlidir. Metnin ilk ve son paragrafları dikkatli okunmalı. Bu metinleri okumak zevklidir. Her bölüm iyi anlaşılmalı ki kitap anlaşılmalı olsun. Ders kitaplarını örnek gösterebiliriz.

“ NOT

Fotoğrafik okumalarda metnin tezinin nerde olduğunu bulmaya çalışın.

”

Okuma Ortamı ve Okuma Pozisyonumuz



HIZLI OKUMA TEKNİKLERİ

Yatarak okuma yapmayınız. Okuma yaparken oturma pozisyonumuza dikkat etmemiz gerekiyor. Sandalye ya da koltuğa sırtımızı arkaya dayayarak okumalıyız. Oturduğunuz yer ne çok rahat olacak ne de sizi rahatsız edecek.

Işık ne çok ne de az olmalı. Gün ışığını kullanmakta fayda var. Çok fazla ışık metni okumada gözü yorar. Az ışıktaki yazıları görmekte zorlanırsınız. Elinizi 30 cm kaldırın. Güçlü ve keskin bir gölge bırakıyorsa ışık fazladır. Gölge ne kadar azsa o kadar iyi.

- ✓ Işığın sağ ve ya sol omuz üzerinde gelmesi metni daha rahat okumanızı sağlayacaktır.
- ✓ Masanız dağınık olmasın. Dikkatinizin dağılmaması için bu önemli.
- ✓ Sessizliğe dikkat etmek gerekir. Gürültü anlamayı zorlaştırabilir.
- ✓ Okuma yapmadan önce ihtiyaçlarınızı masanın üzerinde kolay ulaşabileceğiniz bir yere yerleştiriniz.
- ✓ Yazma işi yapmayacaksanız kitabınız 45 derecelik bir açıda bulunsun.
- ✓ Okuma sırasında ara sıra uzak bir noktaya bakınız. Gözleri dinlendirmek için.

HIZLI OKUMA EGZERSİZLER



GÖZ EGZERSİZLERİ

Gözlerimiz kaslardan oluşmuştur. Aktif görme alanı ve açısını genişletmek okuma sırasındaki duraklama ve sıçramaları daha hızlı yapabilmek için göz egzersizleri hızlı okuma teknikleri içerisinde önemli bir yer tutar. Gözleri idmansız bir kişi:

- Duraklama ve sıçrama anları çok zaman alır.
- Unutma fazlaşır.
- Geri dönüşler artar.
- Anlama oranı azalır.
- Okuma süresi uzar.
- Dikkat dağınık.

NOT

Göz egzersizlerini
düzenli yapınız.

Egzersizler sayesinde:

- Göz kaslarımız gelişir.
- Aktif görme alanınız artar.
- Net görme sağlanır.
- Okuma sırasında duraklamaların azalması, sıçramaların daha hızlı olmasıyla daha hızlı okuma gerçekleşir.
- Unutma azalır, metinleri anlama oranınız artar.
- Göz belli bir ritimde hareket eder.

Aktif Görüş Alanı

Gözün bir bakışta görebildiği alana “**görme alanı**” denilmektedir. Görme alanı kişiden kişiye değişebilen bir alandır. Normal bir göz bir nokta üzerinde sabitlendiğinde 70–80 derece sağ ve solunu görebilir. Bu görüş 40 veya 50 derecede kalıyorsa gözde bir sorun vardır. Göz doktorları buna “**tünel görme**” adını vermektedirler.

Bir tek şey üzerinde odaklanmış olsa bile gözlerimiz o cismin çevresinde olan bir sürü bilgiyi de algılama yeteneğine sahiptir. Buna “**çevresel görüş**” adı verilmektedir. Günlük hayatta biz bütün gün gözlerimizin çevresel görüş yeteneğini normal olarak kullanmaktayız. Bundan dolayı da harf veya kelime üzerinde uzun süre yoğunlaşmak gözlerimizi oldukça fazla yormaktadır.

Göz doktorları, çevresel görüşü olmayanları “**tünel görüşlüler**” olarak değerlendirmekte ve bu insanları görme özürlü olarak kabul etmektedirler. Bunun için görüşümüzü tek bir harf ya da tek bir kelime üzerinde yoğunlaştırırsak yanlış yapmış oluruz. Okuma esnasında gözlerimizi serbest bıraktığımızda daha başarılı bir okuma yaparız. Gözlerini iyi eğiten bir okuyucu aktif görme alanını tam olarak kullanabilir. Böylelikle göz, okuma sırasında kelimeler üzerinde sadece bir kez durur.

Sıçrama Mesafeleri

Gözler satırlar üzerinde kaymaz. Sıçrama satırlarda ve sayfalarda, gözlerin her sözcük üzerinde sabitleşmesi ile mümkündür. Her sabitleşme sonrası da sıçrama yaparak diğer sözcüğe geçen göz, okuma işlemini tamamlamış olur. Sabitleşmeler çok küçük zamanlarda gerçekleşirken beyin işlem hâlinindedir. Gözler sıçrama sürecinde nesneleri net olarak göremez. Retina üzerinden geçen bulanık imajlar fark edilmediğinden retinada görüntü olamamaktadır.

Sıçramalar saniyenin onda biri kadar kısa bir zamanda gerçekleştirildiğinden bu zaman ihmal edilmektedir. Görme yelpazesinin diğer bir özelliği de gözlerin dikey ve düşey yönde ilerlemesidir. Gözler bir satırda sözcüğe saplandığında, yerini değiştirmeksizin aynı anda alt ve üst satırda, hatta alttan ve üstten üç dört aşağı ve yukarı satırda bulunan diğer sözcükleri de kavrayabilmektedir.

Okuma, göz hareketlerinin düz bir çizgi biçiminde olmadığından bir dizi sabitleme ve sıçramalardan oluşur. Geri sıçramalar geriye dönük okuma ve yineleme sabitleme sayısını artırdığından sürenin uzamasına neden olmaktadır. Bu yüzden göz sıçramaları oldukça önemlidir.

Blok Okuma

Blok okumanın bir diğer ismi de kolon okumadır. Günümüzde metinler daha dar bloklar, kolonlar hâlinde basılmaktadır. Gazetelerde, dergilerde ve büyük magazin dergilerinde bu bloklara daha sık rastlanmaktadır. Söz konusu kolonlar, 5–7 santimetrelilik satırlardan meydana gelmektedir. Dar kolonlar, büyük bir gidiş ve gelişi zorunlu kılan geniş satırlardan daha kolay gözden geçirilmektedir. Yukarıdan aşağı okuma dikkati daha fazla uyarmaktadır. Dar kolonlar her satırda bir veya iki saptamayı gerektirdiğinden ritim konusunda büyük yararlar sağlamaktadır. Göz hareketlerinin ve görme yelpazesinin uygulandığı bir okuma şekli olan kolon okumanın da çeşitleri vardır. Blok okuma, göz gezdirerek okumanın başarı ile uygulanan tekniklerindendir. Sayfalar bloklara bölünür ve sanki bir dik çizgi varmış gibi hızla çizgi üzerinden aşağıya kadar inilir, sonra diğer bloğa geçilir. Göz sadece çizgiye gelen kelimeleri değil, çizginin sağındaki ve solundaki kelimeleri de görür, okur. Kolonlar geniş olursa çizgi sayısı da artırılabilir.¹

1. Bu bölümde Halkla İlişkiler Ve Organizasyon Hizmetleri Alanı Etkin Ve Hızlı Okuma, 800ya0002, Ankara, 2011, adlı eserden yararlanılmıştır.



EGZERSİZLER



Egzersiz:

Parmak uçlarınızla göz çevresine masaj yapın.



Egzersiz:

Gözlerinizi üç saniye sımsıkı kapatıp açın.

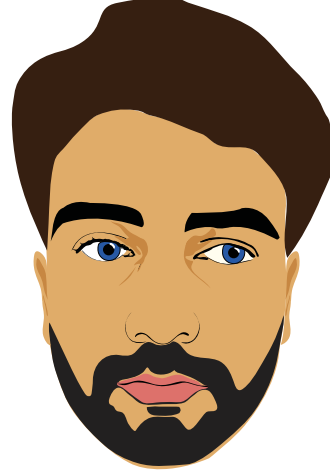
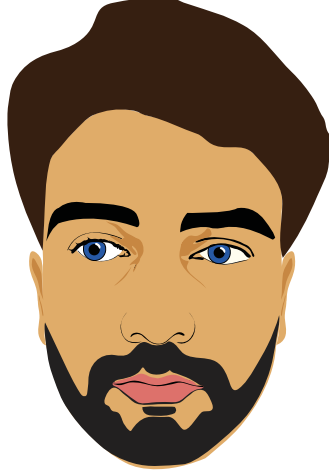


HIZLI OKUMA TEKNİKLERİ



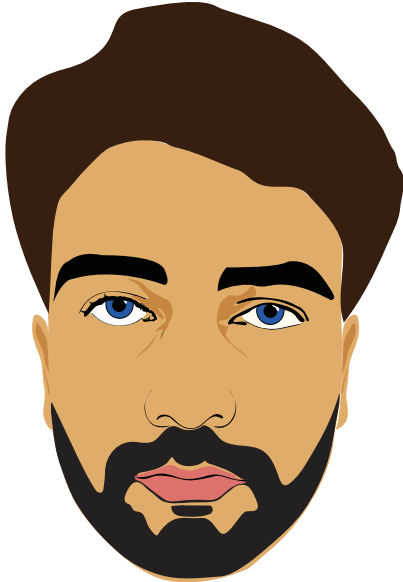
Egzersiz:

Önce sağ tarafa sonra da sol tarafa bakalım. Gözlerimizi gerdirebildiğimiz kadar gerdirelim. On kez tekrarlayın.



Egzersiz:

Yüzümüz karşı yöne bakarken kafamızı oynatmadan önce yukarıya daha sonra aşağıya bakalım. Gözlerimizi gerdirebildiğimiz kadar gerdiriyoruz. On kez tekrarlayın.





EGZERSİZLER



Egzersiz:

Yüzümüz karşı yöne bakarken kafamızı oynatmadan önce sağ üst sol alt sonra da sol üst sağ alt şeklinde hareket ettirelim. Gözlerimizi gerdirebildiğimiz kadar gerdiriyoruz. On kez tekrarlayın.



Egzersiz:

Elinize bir kalem alın. Kalemi burnunuza yaklaştırp görmeye çalışın. Daha sonra uzaklaştırp tekrar görmeye çalışalım. Kalemi burnumuza yaklaştırdığımızda birkaç saniye bekleyelim. Bu hareketi on kez tekrarlayın.

