



## YKS Sürecinde Hedef Belirlerken Nelere Dikkat Edilmelidir?

Hedeflerinizi belirlerken kendinize öncelikle şu soruları sormalı ve verdiğiniz cevapların gerçekçi olmasına dikkat etmelisiniz.

- Neyi başarmak istiyorum?
- Hedefime ulaşmak için ne kadar zamana ihtiyacım var?
- Hedefime ulaşmak için nasıl hazırlanmalıyım?
- Çalışmaya başlamak için kendimi hazır hissediyor muyum?
- Hedefime ulaştığımda neyi elde etmiş olacağım?
- Unutmayınız ki hedefler, onlara yönelik çaba gösterdiğiniz zaman bir anlam kazanmaktadır.



## YKS MOTİVASYONUNU ARTIRMANIN YOLLARI

### • NELER YAPILMALIDIR?

Çevresel koşullar ve uyarıcılar öğrenmeyi kolaylaştırabilir ya da zorlaştırabilir. Bu nedenle YYS motivasyonunun artırılması için öğrenme ortamının düzenlenmesi büyük önem taşımaktadır.

Öğrenme ortamının çok sıcak ya da soğuk olmamasına dikkat edilmelidir; çünkü bu ortamlar uykunuzun gelmesine ve dikkatinizin dağılmasına neden olabilir.

Ayrıca ders çalışacağınız ortamda cep telefonu, bilgisayar, tablet ve televizyon gibi cihazların bulunmamasına özen göstermelisiniz.

YKS motivasyonu konusunda sıkıntı yaşayan bir adaysanız çalışmaya iyi olduğunuz derslerden başlamanız faydalı olacaktır. Fakat sürekli olarak iyi olduğunuz dersleri çalışmak eksiklerinizi görmenize engel olur.

Son olarak sınav motivasyonu demek, 7/24 çalışmak demek değildir. Gerçekçi hedefler belirlerken bu durumu da göz önünde bulundurmalısınız.

## YÜREĞİR REHBERLİK VE ARAŞTIRMA MERKEZİ


### PSİKOLOJİK DANIŞMA VE REHBERLİK HİZMETLERİ BÖLÜMÜ

#### YKS MOTİVASYONU ÖĞRENCİ BROŞÜRÜ



 [yuregirram.meb.k12.tr](http://yuregirram.meb.k12.tr)

 0322 328 4840

 yuregirram



# Motivasyon Nedir?

Motivasyon bireylerin belirli bir amacı gerçekleştirmek üzere kendi arzu ve istekleri ile harekete geçmeleri, eylemde bulunmaları durumudur.

Öğrenciler için motivasyon, akademik hayattaki eylemlerinin türünü, şiddetini, kararlılığını ve amaçlarına ulaşmadaki hızını belirleyen en önemli güç kaynaklarından biridir.

“Kararlılık, her gün bir adım daha atarak amaca ulaşmanın anahtarıdır.”

Motivasyonu yüksek öğrencilerin öğrenme içeriğine, öğrenme ortamına, öğretene ve öğrenmeye yönelik algısı ve ilgisi pozitiftir.

Motivasyonu yüksek olan öğrenciler güçlüklerle karşılaştığında, öğrenme içeriği zorlaştığında çalışma istikrarını ve öğrenme azmini daha uzun süre sürdürebilmektedirler.

Çözüm odaklı problem çözme becerileri geliştirirler.

Kolay öfkelenme, çabuk pes etme gibi ders başarısını olumsuz etkileyecek davranışlar motivasyonu yüksek öğrencilerde daha az görülmektedir.



# Motivasyon Nasıl Sağlanır?



“YKS’ye hazırlık sürecinde motivasyon eksikliği yaşıyorsanız bunun nedeni, aslında hedefinizin ne olduğunu ve gelecekte kendinizi nerede görmek istediğinizi bilmemeniz olabilir.”

Bunun için sınava hazırlanmaya ilgi, yetenek, beklenti ve hedeflerinizi belirleyerek başlamalısınız. Ancak hedef ve beklentilerinizi belirlerken kendiniz ile ilgili olumlu bir düşünceye sahip olmalı ve başaracağınıza inanmalısınız.

“Kendinize güvenin, başarıya inanın.”

