

## ÖĞRENMEYİ ve HATIRLAMAYI KOLAYLAŞTIRMA YOLLARI

Dr. Kâmile ÜN(\*)

Öğrenilmiş davranışların en önemli özelliklerinden biri kalıcı izli olmalarıdır. Kalıcı izli olmayan-örneğin; alkol, hastalık, ilaç ya da yorgunluk gibi etkenlerle ortaya çıkan ve bu etkenlerin etkisi geçince ortadan kaybolan-davranışlar öğrenilmiş sayılmazlar. Ayrıca, hepimiz, öğrenilenlerin kalıcı olmasının, gerektiğinde geri getirilip kullanılabilmesinin ne denli önemli olduğunu farkındayız. Bilim adamları da bu konuya gereken önemi vermekte, bazılarının «Yapay Bellek» adını verdikleri alanda bellek destekleyicilerle ilgili araştırmalar giderek hızlanmaktadır. Bu yazıda bellek destekleyiciler tanıtılacak ve bellek destekleyicilerle ilgili bazı araştırma bulgularına yer verilecektir.

Bellek destekleyiciler en genel anlamda, «bilgiyi daha kolay bellenebilir duruma getirmek amacıyla kullanılan kodlama ve örgütleme stratejileri» olarak tanımlanabilir (1). Kodlama, bilginin bellek sistemine yerleştirilmesi süreci, örgütleme ise, bilginin başka bilgilerle işlenerek anlamlı hale getirilmesi süreci olarak ele alınmaktadır. Bellek destekleyiciler bu süreçlerin işlemesi sırasında gerekli olan ipuçlarını sağlayarak öğrenmeyi ve hatırlamayı kolaylaştırırlar. Örneğin, alışverişe çıkacak olan bir kişi alışveriş listesini ezberlemek yerine, bellek destekleyicilerden görsel imgeleri kullanarak işini kolaylaştırabilir.

Diyelim ki, alışverişe çıkacak kişi, bir bisiklet, bir oyuncak ayı, bir ayna, biraz meyva ve süt ile bir de şapka alacaktır. Evden çık-

---

(\*) Hacettepe Üniversitesi Eğitim Fakültesi Araştırma Görevlisi.

1 — Bellezza, F. S. «Mnemonic Devices : Classification, Characteristics and Criteria», *Review of Educational Research*, 1981. s : 253.

madan alacaklarını ezberlemeye çalışmak yerine, «bisiklete binmiş bir oyuncak ayıyı başında şapka, kucığında meyveler ve süt şişeleri ile aynaya bakarken» tasarlayabilir. Zihinsel olarak tasarlanan bu görsel imge, daha sonra alacaklarını hatırlamaya çalışırken, bir başka deyişle, bellek sistemi içinde araştırma yaparken, o kişinin hatırlamayı kolaylaştırıcı ipuçları yakalamasında yardımcı olacaktır. Zaten, çoğu zaman bazı bilgileri hatırlayamamanın ipucu eksikliğinden kaynaklandığı araştırmalarla ortaya çıkarılmıştır<sup>(2)</sup>. Bellek destekleyiciler tarafından sağlanan ipuçları bellek sistemi içindeki araştırma işlemlerini sistematize ederek, yani araştırma alanını sınırlandırarak çabaların sonuçsuz kalmasını önlerler<sup>(3)</sup>. Bu durum, tıpkı kaybedilen bir eşyanın rastgele aranması yerine, nereye konmuş olabileceğinin düşünülerek aranmasına benzer. Kuşkusuz, ikinci durumda, ipucu yakalama, dolayısıyla kayıp eşyayı bulma olasılığı daha yüksek olacaktır.

Bellek destekleyicilerin öğrenme ve hatırlama üzerinde kolaylaştırıcı etkilerinin olduğu ve transfer, bozucu etkiler, öğrenme malzemesinin soyutluk derecesi gibi öğrenme değişkenleri üzerinde olumsuz etkilerinin bulunmadığı araştırmalarla da kanıtlanmıştır<sup>(4)</sup>. Bu araştırmalar sırasında, çeşitli gruplara çeşitli sözcük listeleri sunulmuş, sonra, deneklerin o listelerdeki sözcükleri hatırlamaları istenmiştir. Araştırmaların tümünde, bellek destekleyicilerden yarar-

---

2 — Underwood, B.J. «Interference and Forgetting» **Psychological Review**, 1957, 64 : 1, s : 49-61.

— Tulving E. «Cue-dependent Forgetting, **American Scientist**, c : 62 s : 74-82.

3 — Wingfield. A., **Human Learning and Memory : An Introduction**, New York, Harper and Row Publishers, 1979, s : 300.

4 — Wood, G. «Mnemonic Systems in Recall» **Journal of Educational Psychology**, 1967, 58 : 6. s : 1-27.

— Bugelski, B. R. «The Image as Mediator in One-trial Paired Associate Learning : III Sequential Functions in Serial Lists», **Journal of Experimental Psychology**, 1974, 103 : 2, s : 298-303.

— Lowry, D.H. «The Effects of Mnemonic Learning Strategies on Transfer, Interference and 48-Hour Retention» **Journal of Experimental Psychology**, 1974. 103 : 1, s : 16-20.

— Ün Kamile, **Yabancı Dil Sözcüklerinin Öğretilmesinde Bellek Destekleyici Anahtar Sözcük Yönteminin Etkileri**, (Yayınlanmamış Doktora Tezi, Hacettepe Üniversitesi : 1984).

lanan deneklerin hatırlama düzeylerinin diğerlerinden daha yüksek olduğu, Wood'un araştırmasında bu oranın % 87'ye, Ün'ün araştırmasında ise % 95'e kadar ulaştığı ortaya çıkarılmıştır.

Bu noktada, gerek yukarıda bazılarında değinilen araştırmalarda, gerekse diğer öğrenme durumlarında yaygın olarak kullanılan bellek destekleyici araçlar ve yöntemler tanıtılacaktır .

**Loci Yöntemi** : Bellek destekleyicilerin en eski ve en önemlilerinden biridir. Romalılar döneminde etkili konuşma yollarından biri olarak kullanıldığı bilinmektedir. Loci yöntemi kullanılırken bir yapının planı ezberlenir. Hatırlanması gereken malzeme (bir konuşma metni, liste vb.) parçalara ayrılarak, herbiri yapının bir bölümüne yerleştirilir ve bir zihinsel imge yaratılır. Daha sonra zihinsel olarak binanın içinde dolaşarak herbir bölmedeki sözcük ya da cümle hatırlanmaya çalışılır. Diyelim ki, alışverişe çıkacak olan kişinin listesinde çay, meyva, temizlik maddeleri, kalem, diş macunu ve sigara bulunmaktadır. Kişi bu malzemeleri daha önceden bildiği evinin planı içine görsel imgeler yaratarak yerleştirebilir. Örneğin, çayı ve meyveyi mutfakta, kalemi ve sigarayı çalışma odasında, temizlik maddeleri ve diş macununu ise banyoda düşünebilir. Alışveriş sırasında zihinsel olarak evi dolaşarak alacaklarını kolaylıkla hatırlayabilir. Başlangıçta, yukarıdaki işlemlerin çok zaman alacağı düşünülebilir. Belki, Loci yöntemini ilk kez kullanırken zorluk da çekilebilir. Ancak yöntemin bir öğrenme ve hatırlama stratejisi halini almasından sonra bu güçlükler ortadan kalkacaktır.

**Eş-Sözcük Yöntemi** : Bu yöntemin uygulaması iki aşamada gerçekleştirilir. İlk aşamada, sayılarla ses benzerliği olan sözcükler (eş sözcükler) liste halinde ezberlenir. Örneğin;

bir — lir  
iki — tilki  
üç — saç  
dört — kurt  
beş — güneş  
altı — kapı

İkinci aşamada, eş sözcükler ile hatırlanması gereken sözcükler eşleştirilerek zihinde bir imge oluşturulur. Loci yöntemiyle ilgili olarak kullanılan örnek alışveriş listesi eşsözcük yöntemiyle hatırlanacak ise şu imgeler kullanılabilir :

- lirin üstünde duran çay paketi
- sigara içen tilki
- saçları olan meyveler
- dişini fırçalamakta olan kurt
- ışınları kalem biçiminde olan güneş
- kapıda asılı duran temizlik maddeleri

Loci Yöntemi kullanılırken karşılaşılan güçlükler Eş - Sözcük Yöntemi için de söz konusudur. Ancak, burada da Loci Yöntemindeki yapı planında olduğu gibi ilk aşamadaki liste bir kez oluşturulduktan sonra pek çok kez kullanılabileceğinden bu güçlükler zamanla ortadan kalkacaktır.

Ayrıca, hem Loci hem de Eş-Sözcük Yöntemleri birden fazla bellek destekleyici bir arada kullanıldığı için (eş sözcük ve görsel imge) oldukça etkilidirler. Nitekim, bu yöntemlerin hatırlamayı, serbest hatırlama oranının iki üç katına çıkardığı kaydedilmektedir (5).

**Zincirleme Tipi Bellek Destekleyiciler :** Bu gruptaki bellek destekleyiciler daha çok dizilerin hatırlanmasında kullanılabilir. En çok bilinenlerinden olan ÖYKÜ yönteminin kullanılması sırasında arka arkaya gelen sözcüklerle bir öykü oluşturulur. Yazının başında verilen alışveriş listesi düşünüldüğünde; «Bisiklete binen oyuncak ayı, başında şapkası, elinde aynasıyla bir yandan meyve yiyor, diğer yandan süt içiyordu.» biçiminde bir öykü oluşturulabilir.

Yine zincirleme tipi bellek destekleyicilerden olan İLK HARF YÖNTEMİ'nin kullanılması sırasında ise belli bir sıra içinde hatırlanması gereken dizideki sözel birimlerin ilk harfleri kullanılarak anlamlı bir bütün oluşturulabilir. Örneğin, güneş sistemindeki gezegenler öğrenilirken, gezegenlerin (Merkürü, Venüs, Dünya, Mars, Jupiter, Satürn, Uranüs, Neptün, Pluto) ilk harfleriyle başlayan sözcükler kullanılarak anlamlı bir cümle oluşturulabilir. Şu cümlede olduğu gibi : **Mustafa ve Doğan jilet, meyva satarak uzaktaki nişanlılarına para gönderdiler. Bir öğrencim de, Biyoloji dersinde canlıların sınıflanmasında kullanılan «Tür, Cins, Familya, Takım, Sınıf, Şube, Alem» dizisini hatırlamak için şu sümleden yararlandığını belirtti : Türkiye Cumhuriyeti Futbol Takımı Sahada Şut Attı. Yapılan araştırmalarda,**

5 — Zanden, J.W.V. *Educational Psychology in Theory and Practice*, NY : Random House 1980. P : 197.

İlk Harf Yönteminin hatırlamayı büyük ölçüde kolaylaştırdığı ortaya çıkarılmıştır (6).

**Duyusal İmgeler** : Duyumların anlamlı bütünler haline getirilmesiyle elde edilirler. Örneğin, anlamsız ses ya da heceler anlamlı bütünler haline dönüştürülürse (örneğin, GRŞ'nin GİRİŞ'e dönüştürülmesi gibi) öğrenilmeleri daha kolay olur. Sözel birim ya da sembollerin gözün önünde canlandırılması da hatırlama oranını yükseltmektedir (7)

Buraya kadar, bellek destekleyicilerin en çok bilinenleri üzerinde durulmuştur. Kuşkusuz bellek destekleyiciler bunlarla sınırlı değildir. Sayıların, telefon numaralarının hatırlanmasından soyut sözcüklerin hatırlanmasına kadar pek çok durumda bellek destekleyicilerden yararlanılabilir. Sonuç olarak, bellek destekleyicilerin öğrenmeyi ve hatırlamayı kolaylaştırdıkları, sınıf içinde ya da dışında bir öğrenme stratejisi haline getirildiğinde, harcanan zaman ve emeğin verimliliğini artırdığı söylenebilir.

---

6 — Nelson, D.L. ve Archer, C.S. «**The First Letter Mnemonic**» Journal of Educational Psychology, 1972, 63 : 5, p : 482-486.

7 — Higbee, K.L. Recent Research on Visual Mnemonics : Historical Roots and Educational Fruits «**Review of Educational Research**, 1979, 49 : 4, p : 611-629.