

Mütaliəni verdişə necə çevirməli?

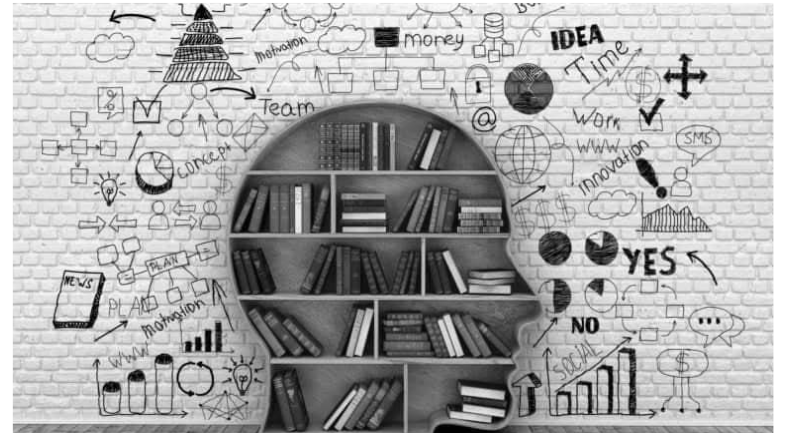


Azərbaycan
Respublikasının
Medianın İnkişafı
Agentliyi

*Yazı Azərbaycan Respublikasının
Medianın İnkişafı Agentliyinin maliyyə
dəstəyi ilə "elmi-kütləvi, mədəni-maarif,
təhsil proqramlarının hazırlanması
"istiqaməti çərçivəsində hazırlanıb*

MÜTALİƏ ETMƏYİN FAYDALARI

Mədəniyyət səviyyəsi-
ni artırmağın ən va-
cib yolu kitab oxu-
maq alışqanlığına sahib ol-
maqdır. Oxumağı sevvən hər
insan aylıq, illik kitab mütaliə
hədəfi qoyur və buna
nail olur. Oxumağı verdiş
halına gətirmək bu baxım-
dan çox vacibdir. Bəs oxu-
maq verdişi nədir və onu
necə inkişaf etdirmək olar?



zanır. Mütaliə verdişi zamanla idrakı artırır və diqqəti inkişaf etdirir.

Mütaliə insanın sosial çevrəsi ilə daha yaxşı dil tapması, şəxsi həyatını zənginləşdirməsi üçün olduqca faydalıdır. Oxumağı verdişə çevirmək üçün əvvəlcə qarşıya məqsəd qoymaq lazımdır. Ayda və ya ildə müəyyən sayda kitab oxumaq məqsədi daha çox kitab oxumağa səbəb ola bilər. Məsələn, ildə 24 kitab və ya ayda 2 kitab oxumaq məqsədi qoymaq verdiş yarat-

Oxumağı həyat fəlsəfəsinə çevirmək oxuma verdişini inkişaf etdirmək deməkdir. Oxuma verdişinin əsas xüsusiyyəti, insanların oxumağı zövq mənbəyi kimi görməsi və bu verdişi həyatları boyu davam etdirməsidir. Oxumaq həvəsi alışqanlıqə çevrildikcə, insanlar oxumağı bir məşğuliyyət, həvəs kimi deyil, ömürlük verdiş və durmadan öyrənmək kimi qəbul edirlər. Oxuma verdişini inkişaf etdirenlər informasiyanı, biliyi, məlumatı yalnız kitablardan deyil, həm də jurnallar, qəzetlər, onlayn mənbələrdən və məqalələrdən əldə edirlər. Yəni, onlar üçün mənbə, vasitə əsas deyil, oxuduqları, mütaliə etdikləri və mənimsədikləri informasiya əhəmiyyətlidir.

Nizam-intizam bir alışqanlığın verdişə çevrilməsi üçün əsas meyardır, bütün intizamlı adamların davam etdirdikləri bir verdiş olur mütləq. Müəyyən edilmiş bir vaxtda və mütləq yerinə yetirilən davranış zamanla verdiş olur. Verdiş həm də diqqəti artırır. Bundan əlavə, oxuduqlarınız üzərində düşünmək və mühakimə bacarığı verdişləri inkişaf etdirməyin əsas aspektidir.

Xüsusilə yazılı nəşrləri oxumaq



verdişi insanın zehni, idrak və sosial inkişafına çox faydalıdır. Oxumaq şəxsi inkişafın əsas elementidir. Oxumaq lüğət ehtiyatını, danışıq qabiliyyətini, söz bazasını artırır və daha geniş mədəni biliklərə yiyələnməyə kömək edir. Mütaliə empatiya və tolerantlığı inkişaf etdirir. Oxumaq yeni mədəniyyətləri araşdırmaq, başqa insanların, xalqların həyat tərzləri haqqında məlumat əldə etmək üçün imkanlar yaradır. Bu, həmçinin insanın problem həll etmə və tənqidi düşüncə bacarıqlarını artırır. Bundan əlavə, oxumaq yaradıcı düşüncə və təxəyyülü inkişaf etdirir. Müntəzəm olaraq oxuyan insan ətrafındakılarla daha yaxşı ünsiyyət bacarıqları qan-

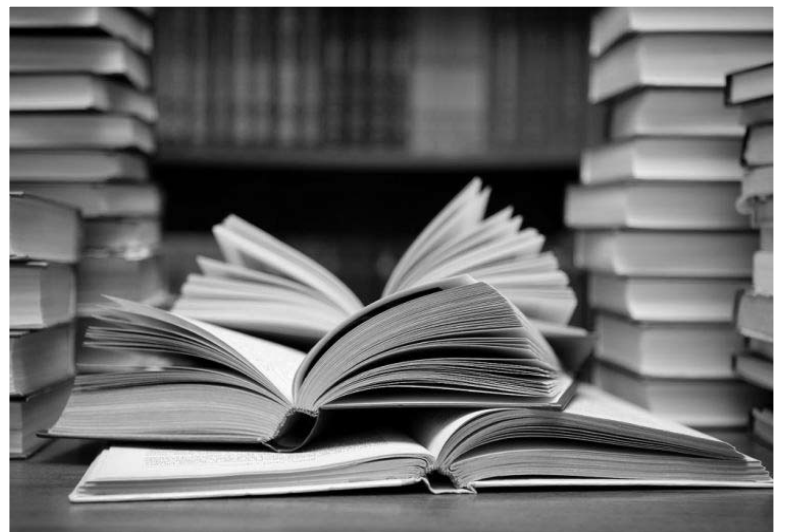
mağı asanlaşdırır. Kitab sayı əvəzinə səhifə sayını təyin etmək də mümkündür.

Kitabların sayını müəyyən etdikdən sonra kitab siyahısı yaratmaq da verdişə yiyələnməyə kömək edəcək. Bəyəndiyiniz janrlarda kitablar seçmək vacibdir. Oxumaq istədiyiniz kitabları seçmək və onları aylara görə sıralamaq oxumağı verdişə çevirməyə kömək edir. Oxuyacağınız kitablar siyahısındakı hər bir kitaba başlama və bitmə tarixlərini təyin etmək və müəyyən qeydlər aparmaq oxuma sürətini artırır.

Verdiş yaratmağın başqa bir yolu gündəlik ən azı 10-20 səhifə oxumağı qarşıya hədəf qoymaqdır.

Gündəlik məqsəd aylıq hədəflərə çatmaq üçün çox vacibdir. Hər gün oxumaq verdişin yaranmasına kömək edir. Həvələndirici vasitələr yaradın, evinizdə mütaliə guşəsi yaratmaq, rahat bir kreslo və ya divan qoymaq, xoş qoxulu ətir yayan eşyalardan istifadə etmək oxuma-

Oxumağa həvəslənmək həmişə asan olmur. Belə hallarda özünüze mütaliə partnyoru tapa bilərsiniz. Partnyor tapmaq oxumağı verdiş halına gətirməkdə sizə kömək edər, onunla birlikdə hədəf seçmək, kitablar haqqında söhbət etmək faydalı olacaq. Yeni kitabları



ğa həvəs yarada bilər. Bundan əlavə, elektron kitab oxuyuculardan və müxtəlif onlayn vasitələrdən istifadə də verdiş inkişaf etdirməyə kömək edə bilər. Bu mərhələdə hansı vasitələrin sizin üçün uyğun və faydalı olduğunu müəyyən etmək vacibdir.

və janrları mütaliə partnyorunuzla müzakirə etmək də sizə zövq verəcək. Oxumağı ömürlük və davamlı bir verdişə çevirmək üçün mütaliəni sevmək lazımdır.

Lalə Mehralı