

Bir insanın daha fazla özgürlüğe sahip olmasının ilk ve en kolay yolu, zamanı kullanma konusundaki becerisini kanıtlamasıdır.

Zamanı en iyi şekilde kullanmak için planlama yapmak gerekir. Bu planlama hedeflerimiz doğrultu-



sunda olmalıdır.

- * Kısa Vadeli Hedefler (saatler, günler)
- * Uzun Vadeli Hedefler (yıllar)
- * Orta Vadeli Hedefler (haftalar, aylar)

ZAMAN:

Yerine konması, geri döndürülmesi, yenilenmesi, depolanması satın alınması mümkün olmayan bir kaynaktır.

ZAMANI NASIL KULLANDIĞINI ANALİZ ET!

- * Ne zaman ve nerede çalışıyorsun?
- * Genellikle nasıl çalışıyorsun?
- * Ne kadar zamanı boşa harcıyorsun, ne kadar zamanı akıllıca değerlendiriyorsun?
- * Çalışma zamanının kalitesi nasıldır?
- * Düzenli olarak başvurduğun “bahaneler” nelerdir?
- * Önceliklerin nelerdir?



T.C. MİLLÎ EĞİTİM BAKANLIĞI

GAZİANTEP / ŞAHİNBEY

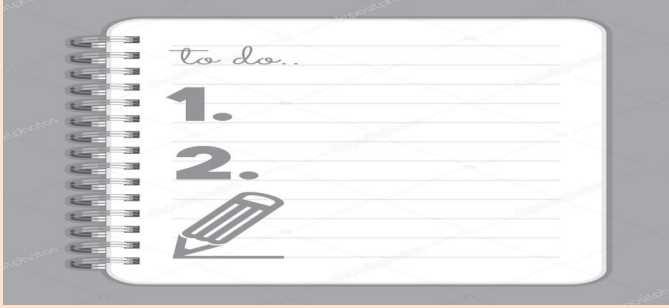
Şahinbey Rehberlik ve

Araştırma Merkezi

ZAMAN YÖNETİMİ

<http://sahinbeyram.meb.k12.tr/>

Zamanı Etkin Kullanmak için mutlaka yapılacaklar listesi ve zaman çizelgesi oluşturun.



“YAPILACAKLAR” LİSTESİ HAZIRLARKEN...

- * Öncelikleri belirlemek üzere kendine has bir kodlama sistemi kullan.
- * Öncelikleri belirlerken aşağıdaki soruları kendine sor:
 - * -yarına kadar ne yapmalıyım?
 - * -şu anda zamanımı en iyi nasıl değerlendirebilirim?
- * Her işi tamamlamak için gerekli süreyi gerçekçi biçimde hesaplayıp, olası aksilikler için üzerine biraz daha zaman ekle.

“Yapılacaklar” listesindeki her işi tamamladıkça kendine bir ödül ver.

ÇİZELGE HAZIRLARKEN...

- * Çizelgeyi biraz esnek hazırla:
- * Günün her saatini programlama.
- * Beklenmedik durumlara yer ayır.
- * Değişikliklere yer ayır, ama sadece iyi bir gerekçeyle değişiklik yap.
- * Okunaklı yaz.
- * En önemlisi “gerçekçi” ol, kendini en iyi sen tanıyorsun.

ZAMAN ÇİZELGESİ NASIL YAPILIR?

- * Günlük faaliyetlerin bir listesini yap ve her işin bitirilmesi için gerekli süreyi gerçekçi biçimde hesapla.
- * Derste geçen zaman.
- * Ders tekrar saatleri.
- * Ödev yapma saatleri.
- * Çalışma saatleri.
- * Yemekler.
- * Uyku.
- * Okul dışındaki dersler.
- * Aileyle yapılan şeyler.
- * Eğlenme zamanı.



ÇİZELGELERİ VERİMLİ KULLANMAK İÇİN...

- * Değişiklik yapmadan önce çizelgeni bir hafta kullanmaya çalış.
- * Çizelgeni zihnine iyice yerleştir ve alışkanlık haline getir.
- * Gün içinde çeşitli defalar görebileceğin bir yere as.
- * Kolayca bakabilmen için yanında da taşı.
- * Esnek olmayı ve sadece iyi bir gerekçe varsa değişiklik yapmayı unutma!



İSTEMEK, BAŞARMAK İÇİN GEREKLİDİR. BİR İŞİ BİTİRMEK İÇİNSE ÖNCE BAŞLAMAK GEREKLİDİR.