

ZAMAN YÖNETİMİ

Amaçlara ve hedeflere ulaşmada önemli bir kaynak olan zamanı verimli kullanma çabası olup zamanda nelerin yapılabileceğinin planlanmasıdır.

Zamanı, tutum ve davranışlarımızla yönetebiliriz.

Zaman yönetimi, aslında kendini yönetmek demektir.



ZAMAN YÖNETİMİ YÖNTEMLERİ

☀️ Kendinizi en zinde hissettiğiniz saatleri belirleyin ve bu saatlerde önemli zor görevlerinizi yapın

☀️ Planlı olun. Her gün aynı saatlerde aynı sürelerde çalışmaya gayret ediniz.

☀️ Düzenli olun bir şeyler aramak gibi zaman kaybettiren işleri yok etmeye çalışın. Hedeflerinizi belirleyip önceliklendirin. Kısa vadeli ve uzun vadeli hedefleriniz olsun.

☀️ Ertelemeciliği bırakın. Bunu yaparken hayallerinizi de ertelediğinizi unutmayın.

☀️ Boşvericiliğin üstesinden gelin. Çünkü düzgün bir insan olabilmek için sorumluluk üstlenen birisi olmak gerekir.

☀️ Başkalarının yapabileceği işleri onlara devredin

‘Kötü haber şu ki, zaman uçup gidiyor. İyi haber de şu; pilot sizsiniz.’
Michael Altshuler

‘İyi düzenlenmiş zaman, iyi düzenlenmiş bir zihnin en kesin işaretidir.’
Isaac Pitman

‘Beni ilgilendirmeyecek bir şeyle ilgilenecek kadar vaktim yok.’
Albert Camus



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 gerekçen varsa değişiklik yapmayı unutma!



İstemek, başarmak için gereklidir. Bir işi bitirmek içinse önce başlamak gerekir.