

Zamanı boşa geçirmek, yaşamı boşa geçirmektir.

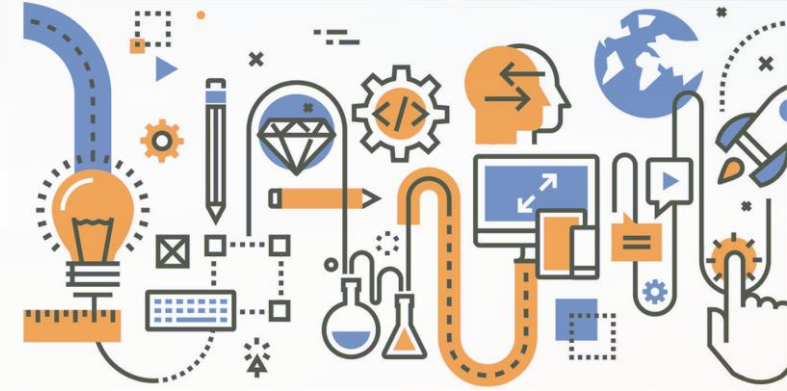


“ Zaman, insanın sahip olduğu yegane sermayedir ve başarının ilk şartı da bu sermayeyi akıllıca kullanmayı bilmektir. ”
Edison

Basit bir insan zamanını nasıl öldüreceğini,
Değerli bir insan zamanını nasıl kazanacağını düşünür.



Mehmet Uygun Mesleki ve Teknik Anadolu Lisesi
Rehberlik Servisi



ZAMAN YÖNETİMİ

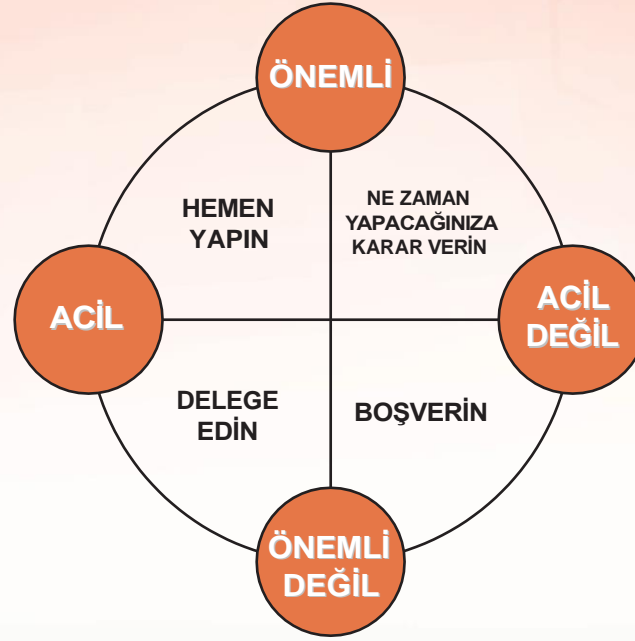
Amaçlara ve hedeflere ulaşmada önemli bir kaynak olan zamanı verimli kullanma çabası olup zamanda nelerin yapılabileceğinin planlanmasıdır.

Zamanı tutum ve davranışlarımızla yönetebiliriz.

Zaman Yönetimi, aslında kendini yönetmek demektir.

ZAMAN YÖNETİMİ ÖNERİLERİ

- > Kendinizi en zinde hissettiğiniz saatleri belirleyin ve bu saatlerde önemli-zor görevlerinizi yapın.
- > Planlı olun. Her gün aynı saatlerde aynı sürelerde çalışmaya gayret edin.z
- > Düzenli olun. Bir şeyler aramak gibi zaman kaybettiren işleri yok edin.
- > Hedefleri belirleyip önceliklendirin. Kısa vadeli ve uzun vadeli hedefleriniz olsun.
- > Ertelemeciliği bırakın. Bunu yaparken hayallerinizi de ertelediğinizi unutmayın.
- > Boşvericiliğin üstesinden gelin. Çünkü düzgün bir insan oİabiImek için sorumluIuk üstİenen birisi oİmak gerekir.
- > Başkalarının yapabileceği işleri onlara devredin.



Acil ve önemli (Krizler)

Hemen yap.

Acil değil ve önemli

Ne zaman yapılacağına karar ver.

Acil ama önemsiz

Senin yerine yapabilecek başka biri varsa ona devret, delege et. (çalan telefon, başkasına ait işler)

Acil değil ve önemsiz

Daha sonra yaparsın.

ZAMAN TASARRUF EDİCİ YÖNTEMLER

- > Erken kalkın.
- > Uyanır uyanmaz yataktan kalkma isteği yaratmak için her gün kendinize eğlence ve keyif verecek bir düşünce geliştirin.
- > Günlük giyeceklerinizi ve çantanızı akşamdan hazırlayın.
- > Kararlı olun, seri hareket edin.
- > Hedefe ulaşmada kestirme ve alternatif yolları bulun, deneyin.
- > Not alma alışkanlığı edinin.
- > Çalışma esnasında dikkatinizi dağıtacak olanları kaldırın.
- > Zihinsel planlama yapın.
- > Hızlı ve etkili okumayı öğrenin.
- > Zihinsel gücünüzün verimliliğini artıracak her unsura (kitap, kurs vs.) yatırım yapın.
- > Planlamalarınızı bozmalarına izin vermeyin.