

ZAMANTASARRUFEDİCİYÖNTEMLER

Erkenkalkın

Uyanıruyanmazıyatak tankalkma is teği yaratmak için kendinize keyif verecek birdüşünc e geliştirin.

Günlük giyeceklerinizi ve çantanızı akşamdan hazırlayın

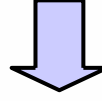
Kararlı olun. Seri hareket edin.

Not alma alışkanlığı edin.

Çalışma esnasında dikkatinizi dağıtacak olanları kaldırın.

Planlamalarınızı bozmalarına izin vermeyin

ÇOCUKLAR EĞER Kİ İŞLERİNİZ



ÖNEMLİ

HEMEN

YAPIN

HERZAMANY
APACAĞIZA
KARARVERİN

BİR

YAKININIDAN
YARDIMALIN

BOŞVERİN

ACİL

ACİLDEĞİL

ÖNEMLİDEĞİL

ŞEKLİNDEYSE

ACİLVEÖNEMLİ=HEMENYAP

ACİLDEĞİLVEÖNEMLİ=NEZAMANYAPILACAĞINA
KARARVER

ACİLAMAÖNEMSİZ=SENİN YERİNE YAPABİLECEK BİRİ
VARSA ONA VER

ACİLDEĞİLVEÖNEMSİZ=DAHASONRAYAPARSIN

ÖZLÜCE NURETTİN TOPÇU
KIZ AİHL



ZAMAN YÖNETİMİ
ÖĞRENCİ BROŞÜRÜ

REHBERLİK SERVİSİ

KÜBRA ASKEROĞLU YAKIN

PSİKOLOJİK DANIŞMAN

ZAMANYÖNETİMİ

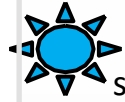
Amaçlara ve hedeflere ulaşmada önemli bir kaynak olan zamanı verimli kullanma çabası olup zamandan en iyi yapılabileceğinin planlanmasıdır.

Zamanı, tutum ve davranışlarımızı yönetebiliriz.

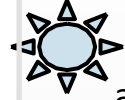


Zamanyönetimi, aslında kendini yönetmek demektir.

ZAMANYÖNETİMİ YÖNTEMLERİ



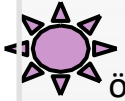
Kendinizi izinde hissettiğiniz saatleri belirleyin ve bu saatlerde önemli görevlerinizi yapın



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



Düzenli olun bir şeyler aramak gibi zamanı kaybettiren işleri yoketmeye çalışın.



Hedeflerinizi belirleyip önceliklendirin. Kısa vade ile uzun vade hedefleriniz olsun.



Ertelemeciliği bırakın. Bun yaparken hayallerinizde ertelediğinizi unutmayın.

Boş vericiliğin üstesinden gelin.

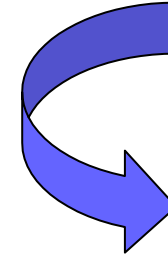


Çünkü düzgün bir insan olabilmek için sorumluluk üstlenen birisi olmak gerekir.

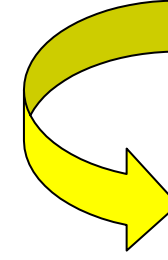
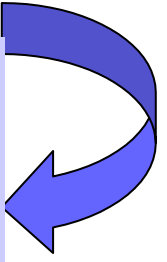
Başkalarının yapabileceği



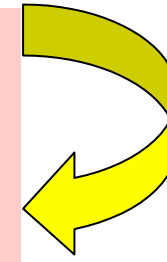
onları devr edin.



'Kötü haber şu ki, zamanı uçuşup gidiyor. İyi haber de şu; pilot sizsiniz.' Michael A. LeTishler



İyi düzenlenmiş zaman, iyi düzenlenmiş bir zihnin kesinişaretidir." Isaac Pitman



"Beni ilgilendirmeyecek bir şey ile ilgilenene kadar vaktim yok." Albert Camus

