

ZAMAN TUZAKLARI

Zamanın etkin kullanımının önündeki her türlü engele zaman tuzağı denir.

- Öz Disiplin eksikliği
- Plansızlık
- Bireysel hedeflerin belirsizliği
- Erteleme ve oyalanma
- Kendine aşırı güven ya da güvensizlik
- Hayır diyememe ya da aşırı sosyalite
- Hafife alma ya da ön yargılar
- Önceliklerin belirsizliği
- Stres ve zaman baskısı
- Olumsuz kişisel tutum
- Alışkanlıkların kontrolünde olma
- Kararsızlık
- Acelecilik
- Aşırı teknoloji kullanımı
- Dağınık çalışma ortamı

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



1 yıl herkes için 365 gün. 1 gün herkes için 24 saat, 1 saat herkes için 60 dakikadır.

Zaman doğru yönetilemiyorsa hiçbir şey doğru yönetilemiyor demektir.

Günün herhangi bir anında kendinize şu soruyu sorun;

■ «ŞU ANDA NE YAPIYORUM?»

Bu soruya verdiğiniz yanıt çerçevesinde zamanı boşa harcıyıp harcadığınızı değerlendirin. Sonrada bu soruyu sorun;

■ «ZAMANIMI EN İYİ NASIL DEĞERLENDİREBİLİRİM?»

**AHMET MESUT
YILMAZ
ORTAOKULU**

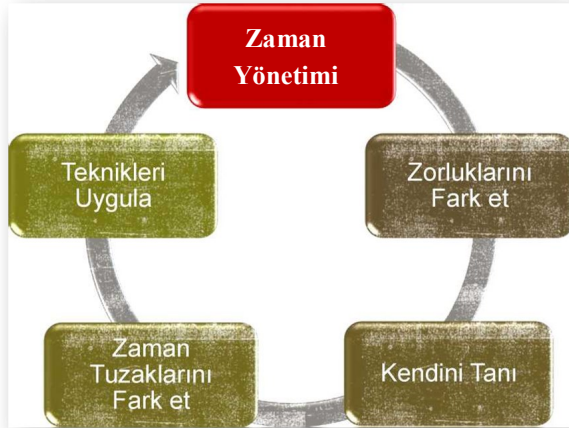
**ZAMAN
YÖNETİMİ
BROŞÜRÜ**

**REHBERLİK VE PSİKOLOJİK
DANIŞMA SERVİSİ**



Zaman yönetimi, kişinin belirli faaliyetlere ne kadar zaman harcanacağını planlama ve kontrol etme sürecidir.

İyi bir zaman yönetimi yapılması; bireyin daha kısa sürede daha fazla işi tamamlamasını sağlar, stresini azaltır ve başarılı olmasını sağlar.



ZAMANIN VERİMLİ KULLANIMI İÇİN;

- *Önem ve aciliyetlerinizi belirleyin
- *Kısa, orta ve uzun vadeli hedeflerinizi belirleyin
- *Plan yapma alışkanlığı geliştirin
- *Günlük planın yanı sıra haftalık plan da yapın
- *Gereksiz duraklamaları önleyin
- *Kolay ve zor işleri arka arkaya gelecek biçimde düzenleyin
- *En zor gelen işi ,dersi en motive olduğunuz zamanda yapın
- *Büyük işleri daha küçük bölümlere ayırın
- *Bir anda tek bir iş üzerine odaklanın
- *Yapacaklarınızı erteleyip son zamana bırakmayın
- *Çalışma ortamınızı düzenleyin
- *Ödevleri ve yapılacakları not edin
- *Masanızı mümkün olduğu ölçüde düzenli ve sistematik tutun
- *İşlerinize başlamadan mutlaka bir zaman sınırı koyun

ZAMANI PLANLAMA ÜZERİNE BİR HİKÂYE

Aşağıdaki gerçek hikâye Kellogg Business School'da (Northwestern Üniversitesi) iş idaresi mastır öğrencileri ile Zaman Yönetimi dersi profesörü arasında geçer.

Profesör sınıfa girip karşısında duran dünyanın en seçilmiş öğrencilerine kısa bir süre baktıktan sonra, "Bu gün Zaman Yönetimi konusunda deneyle karışık bir sınav yapacağız" dedi. Kürsüye yürüdü, kürsünün altından kocaman bir kavanoz çıkardı. Arkadan, kürsünün altından bir düzine yumruk büyüklüğünde taş aldı ve taşları büyük bir dikkatle kavanozun içine yerleştirmeye başladı. Kavanozun daha başka taş almayacağına emin olduktan sonra öğrencilerine döndü ve "Bu kavanoz dolu mu?" diye sordu. Öğrenciler hep bir ağızdan "Doldu" diye cevapladılar. Profesör "Öyle mi?" dedi ve kürsünün altına eğilerek bir kova mıcır çıkarttı. Mıcırı kavanozun ağzından yavaş yavaş döktü. Sonra kavanozu sallayarak mıcırın taşların arasına yerleşmesini sağladı. Sonra öğrencilerine dönerek bir kez daha "Bu kavanoz dolu mu?" diye sordu. Bir öğrenci "Dolmadı herhâlde" diye cevap verdi. "Doğru" dedi profesör ve gene kürsünün altına eğilerek bir kova kum aldı ve yavaş yavaş tüm kum taneleri taşlarla mıcırın arasına nüfuz edene kadar döktü. Gene öğrencilerine döndü ve "Bu kavanoz dolu mu?" diye sordu. Tüm sınıftakiler bir ağızdan "Hayır" diye bağırıldılar. "Güzel" dedi profesör ve kürsünün altına eğilerek bir sürü su aldı ve kavanoz ağzına kadar doluncaya dek suyu boşalttı. Sonra öğrencilerine dönerek "Bu deneyin amacı neydi" diye sordu. Uyanık bir öğrenci hemen "Zamanımız ne kadar dolu görünürse görünsün, daha ayırabileceğimiz zamanımız mutlaka vardır" diye atladı. "Hayır" dedi profesör, "bu deneyin esas anlatmak istediği Eğer büyük taşları baştan yerleştirmesem küçükler girdikten sonra büyükleri hiç bir zaman kavanozun içine koyamazsın gerçeğidir".

Öğrenciler şaşkınlık içinde birbirlerine bakarken profesör devam etti: "Nedir hayatınızdaki büyük taşlar? Çocuklarınız, eşiniz, sevdikleriniz, arkadaşlarınız, eğitiminiz, hayalleriniz, sağlığınız, bir eser yaratmak, başkalarına faydalı olmak, onlara bir şey öğretmek! Büyük taşlarımız belki bunlardan birisi, belki bir kaç, belki hepsi. Bu akşam uykuya yatmadan önce iyice düşünün ve sizin büyük taşlarınız hangileridir iyi karar verin. Bilin ki büyük taşlarınızı kavanoza ilk olarak yerleştirmesem hiç bir zaman bir daha koyamazsınız, o zaman da ne kendinize, ne de çalıştığınız kuruma, ne de ülkenize faydalı olursunuz. Bu da iyi bir iş adamı, gerçekte de iyi bir adam olamayacağınızı gösterir". Profesör, ders bittiği hâlde konuşmadan, oturan öğrencileri sınıfta bırakarak çıktı.