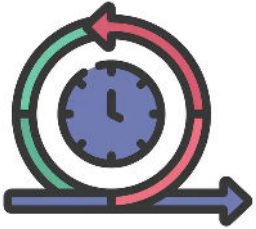




Zamanın Özellikleri

- Yerine konmaz
- Geri döndürülmez
- Yenilenmez
- Depolanmaz
- Satın alınamaz
- Durdurulamaz akıp giden bir kaynaktır



Zaman Yönetimi

Zaman yönetimi, kişinin yapması gereken işleri önem ve aciliyet sırasına göre planlaması ve böylece zamanı kontrol altına alması için kullanılan bir kavramdır. Zaman yönetimi, verimliliği arttırmak ve işleri zamanında yetiştirmek için yapılır.

/sokaihl



Bizi Takip Edin



sehitonurkilickizaihl.meb.k12.tr/

RİZE ŞEHİT ONUR KILIÇ
KIZ ANADOLU İMAM HATİP LİSESİ



Zaman Yönetimi





Zaman Yönetimi İlkeleri

- Kişi bitirmesi gereken işleri belirlemelidir.
- Hedefler net bir şekilde tanımlanmalıdır.
- İşler aciliyet ve önem durumuna göre sınıflandırılmalıdır.
- Yapılması gereken işler sınıflandırıldıktan sonra iş planı çıkarılmalıdır.
- Çalışma ve mola süreleri belirlenmelidir.
- Çalışırken dikkat dağıtıcı faktörlerden uzak durulmalıdır.
- Mola süreleri dinlenmeye ayrılmalı, zihin başka işlerle meşgul edilmemelidir.

Zaman Tuzakları

- Plansızlık
- Bireysel hedeflerin belirsizliği: En önemli nokta doğru hedef belirlemektir. Hatalı hedefler zaman ve enerji kaybına neden olur. Davranışsal olarak tanımlanmış ve küçük adımlar içeren somut hedefler oluşturmak gerekir.
- Erteleme ve oyalanma Erteleme belli bir zaman dilimi içinde yapılması gereken işleri kendi zamanında yapmayıp başka zamana atmaktır.
- Bu durumda sonraki zamandaki işlerde sıkışarak bir başka zamana atılır ve zincirleme bir reaksiyon sürer gider. Ertelemenin kararsızlıkla ilgisi yoktur asıl kaynağı plansızlıktır.
- Hayır diyememe ya da aşırı sosyallik
- Alışkanlıkların kontrolünde olma: Gereksiz telefonlar, dedikodu, internet sohbetleri, internet (haber siteleri, facebook, twitter, oyunlar vb.), televizyon.
-

Zaman Yönetimi Neden Gerekli?

Zaman yönetimi; verimli çalışma, disiplin kazanma, planlı olma noktasında gereklidir. Örneğin öğrencilerin etkili zaman yönetimi yapması; akademik başarılarını arttırmakta ve sınavlardan daha yüksek puan almalarını, ders çalışma sürecinden aldıkları verimi yükseltmelerini sağlamaktadır.

