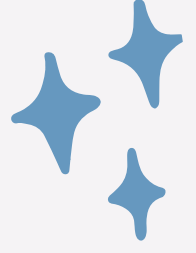


Zaman Yönetimi



Zaman Nedir?

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



Zaman

Geri döndürülemez
Yerine konulamaz
Depolanamaz
İşletilemez
Satın alınamaz
Çoğaltılamaz
SADECE TÜKETİLİR!

Zaman yönetimi daha çok çalışmak değil daha etkin ve daha akıllıca çalışmaktır.

Zaman herkese eşit dağıtılmış kıt bir kaynaktır.

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

- Hiç zamanım yok.
- Çok yoğunum.
- İşim başımdan aşkın.
- Başımı kaşıyacak vaktim yok.
- Nefes alacak vaktim yok.
- Koşuşturmadan kendime vakit ayıramıyorum.
- Bu adam bu kadar enerjiyi nereden buluyor?

*Zaman doğru yönetilemiyorsa hiçbir şey doğru yönetilemiyor demektir.



Zamanı Yönetmek



Zamanı Algılamak

- Zaman yönetimi açısından odaklandığımız "gerçek" zamanın yönetimidir.
- Yapılacak her iş ve hizmet süresiyle birlikte düşünülür.
- Belli bir işi tamamlamak için ortalama bir çalışanın ihtiyaç duyduğu süre 2 saatse o işi 5 saatte yapmak aşırı zaman harcandığına ve muhtemelen verimsiz çalışıldığına işaret eder. Aynı işi 1 saatte yapmak aşırı hızlı olduğuna ve muhtemelen dikkatsizliğe bağlı hataların olabileceğine işaret edebilir.

Zorlukları Fark Etmek

Kişinin zamanla arasındaki kişisel ilişkiyi anlayıp sorunlarını ortaya koyması ve bu sorunları çözmek isteyip istemediğine net olarak karar vermesi gerekir.

- Zamanla ilgili sorunlarımın farkında mıyım?
- Zamanı verimli kullanmak istiyor muyum?
- Zamanı verimli kullanırsam ne gibi kazançlarım olur?
- Zamanı verimli kullanmazsam ne kaybederim?

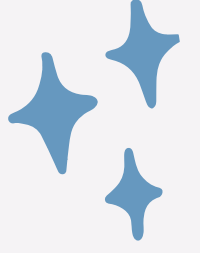
Kendini Tanımak

Önemli olan kişinin güçlü ve zayıf yönlerini iyi analiz etmesi ve zayıf yönlerini kabul ederek geliştirmesidir. Güçlü yönlerini ise fark ederek yararlanmasıdır.

Zaman Tuzakları

Zamanın etkin kullanımının önündeki her türlü engele zaman tuzağı denir.

- Öz disiplin yoksunluğu
- Plansızlık
- Bireysel hedeflerin belirsizliği
- Erteleme ve oyalanma
- Kendine aşırı güven ya da güvensizlik
- Hayır diyememe ya da aşırı sosyallik
- Hafife alma ya da ön yargılar
- Önceliklerin belirsizliği
- Stres ve zaman baskısı
- Olumsuz kişisel tutum
- Alışkanlıkların kontrolünde olma
- Kararsızlık
- Güç olandan kaçınma



Bir şeyin imkansız olduğuna inanırsanız aklınız bunun neden imkansız olduğunu ispat etmek üzerine çalışmaya başlar. Bir şeyi yapabileceğinize gerçekten inandığınızda aklınız yapmak üzere çözümler bulma konusunda size yardım etmek için çalışmaya başlar.
David J. Schwartz

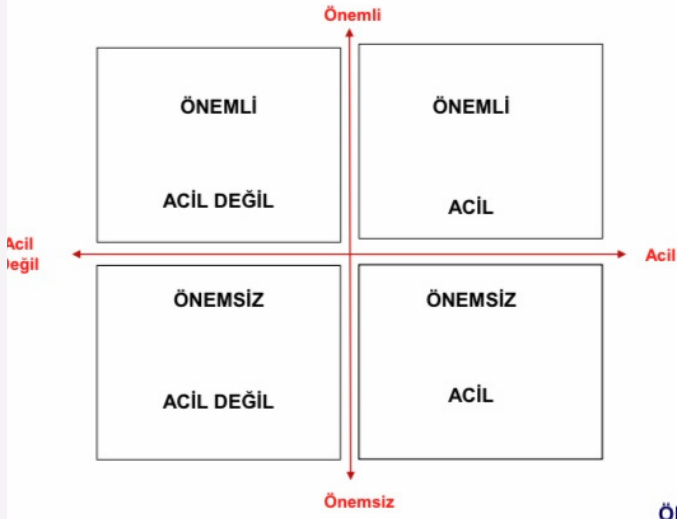
Kendi Kendinize Söz Verin

Bir insanın kendine verdiği sözü kararlılıkla uygulamasına "irade" denir. Her alışkanlıktan ancak güçlü bir iradeyle kurtulabiliriz. Planlamalar yapın, zaman tuzaklarından uzak durun ve kendinize iradeli bir insan olduğunuzu kanıtlayın.

- Zaman yönetimi becerisi kazanmak belli bir miktar emek ve çaba gerektirir.
- Bir kez kazanıldıktan sonra ise otomatik hale gelir.
- Bazı insanlar rahatlığa o kadar alışmıştır ki değişmek için çaba harcamak istemezler.
- Önem verdikleri bir hedefe ulaşmak için anlık haz ya da heyecanlarından vaz geçmek/ onları ertelemek istemezler.
- Bu insanlar başlarına önemli bir şey gelmediği sürece alışkanlıklarını değiştirmezler.
- Zaman yönetimi zorla sevdirecek ya da benimsetilebilecek bir şey değildir.
- Kişi kendi istemedikçe zararlı alışkanlıklarını değiştirmede hiçbir yöntem yararlı olmaz.
- İki yaşındaki bir bebeğe bile zorla yemek yediremezsiniz. Öncelikli olarak kişi değişimi kendi için istemelidir.



Ali Nazım Köseoğlu Ortaokulu



ÖNEMLİ

ÖNEMSİZ

Bu işler acil olmamasına rağmen, onları ertelemeye çalışmamalıyız

Bu işleri yapmak için yeterli vakti mutlaka ayırmalıyız

Bu tür işlere ve durumlara fazlaca zaman ayırmamalıyız

Bu işlere lüzumundan fazla vakit harcamamalıyız

ACİL DEĞİL

ACİL

Günlük iş listenizi oluşturun. Önem ve aciliyet değerlendirmenizi yapın ve zamanınızı verimli kullanma konusunda harekete geçin.

Günün herhangi bir anında kendinize şu soruyu sorun

«ŞU ANDA NE YAPIYORUM?»

Bu soruya verdiğiniz yanıt çerçevesinde zamanı boşa harcıyıp harcamadığınızı değerlendirin .

Sonrada şu soruyu sorun

«ZAMANIMI EN İYİ NASIL DEĞERLENDİREBİLİRİM?»

