

ZAMAN YÖNETİMİ

Sevgili öğrenciler, öğretim faaliyetlerine uzaktan devam ettiğimiz bu günlerde zamanı doğru değerlendirmek fark oluşturacak en önemli unsurlardan biri. Zamanımızı yönetirken amaç ve hedeflerimizin netleşmesi gerekiyor. Bu nedenle amaç ve hedeflerimizi belirlemeli, bu amaç ve hedeflerimize ulaşmak için yapılması gerekenlerin listesini oluşturmalıyız. Okul derslerinden geri kalan zamanımızı dilimlere bölerek ders çalışma saatlerimizi ve diğer etkinlikler için ayırmamız gereken zamanı belirlemeliyiz. Böylece okulda sizler için hazırladığımız ders çalışma programlarının bir benzerini oluşturmuş olursunuz. Sonraki aşama programınızı kararlı bir şekilde uygulamak. Ertelemeden, bahane üretmeden çalışmalarımıza odaklanmalıyız. Okul derslerimiz bittikten sonra günün önemli bir kısmı hedeflerimizi gerçekleştirmek için bizi bekliyor. Kendinize güvenin ve çaba gösterdiğiniz sürece hedefinize ulaşacağınıza inanın. Belki zorluklarımız arttı ama zorlukların bizi güçlendireceğini unutmamalıyız.

Şimdi zaman yönetimine biraz daha yakından bakalım.



ERTELEME

Zamanı etkin kullanamama nedenlerinden biri ertelemektir. Ertelemeyi, tamamlanması gereken işleri yapmaktan kaçınmak olarak ifade edebiliriz. Ertelemek için kendimizce çeşitli gerekçeler bulabiliriz: “Yarın da yapabilirim”, “Daha çok zamanım var”, “Son gün yaptığım çalışmalardan daha fazla verim alıyorum” gibi. Ancak unutmamalıyız ki bu gerekçeler zamanı ziyan ettiğimiz gerçeğini değiştirmez. Peki, ne yapmalıyız?



ZAMANI NASIL YÖNETEBİLİRİZ?

Zaman herkese eşit olarak dağıtılmıştır. Hepimiz için gün 24 saattir. Bu süreyi nasıl değerlendirdiğimiz hayatımızın akışında belirleyici olabilmektedir. Zamanı yönetmek için ilk adım zamanı nasıl kullandığımızı belirlemek. Hemen yarından başlayarak bir hafta boyunca sabah uyandığınız andan gece uyuduğunuz ana kadar ne yaptığınızı ve ne zaman yaptığınızı not alın böylece haftalık bir zaman çizelgesi elde edersiniz. Derse girmek, yemek yemek, spor yapmak, sosyal faaliyetler, ders çalışmak, televizyon izlemek gibi etkinlikleri ne zaman yaptığınızı görmek zamanı nasıl kullandığımızı anlamak için gereklidir. Böyle bir çizelge oluştururken günün aslında ne kadar uzun bir zaman diliminden oluştuğunu fark edeceksiniz.

Sonraki aşamada kendi zaman çizelgemizi hedeflerimize göre oluşturmamız gerekir. Bu çizelgede ders çalışmalarınızı küçük parçalara ayırarak planlamanızda yarar var. Dikkat süremizi de göz önünde bulundurarak bir ders çalışma saatimizi 40 dakika çalışma 10 dakika dinlenme gibi düzenleyebiliriz. Bir hafta boyunca yapmanız gereken ödev ve proje gibi çalışmalarınızı bölerek planlayabilirsiniz. Böylece hem sıkılmamış olursunuz hem enerjinizi verimli kullanmış olursunuz hem de çalışmalarınızı zamanında bitirmiş olursunuz.

ZAMAN HIRSIZLARI



Çoğu öğrencimizden yaptığım programlara uyamıyorum serzenişini duyarız. İyi yapılmış bir programın uygulanamama nedenlerinden biri de hayır diyememektir. Bir oyun davetine, bir sohbet davetine, bir tv izleme davetine hayır diyemezsek hazırladığımız programlara uymamız güçleşir. Bu nedenle programımızda bu tür etkinlikler için ayırdığımız sürede yapmak üzere bu davetleri geri çevirmeliyiz.

En büyük zaman hırsızlarından biri de telefonlarımızdır. Ders çalışırken telefonları kendimizden de ders çalıştığımız yerden de uzak tutmak bu sorunun en doğru çözümüdür.

Unutmayın; zamanı yönetirseniz hedeflerinize ulaşmanız kolaylaşır, zamanı yönetemez ve yaptığınız programlardan uzaklaşırsanız hedeflerinizden de uzaklaşırsınız.

Herkese iyi çalışmalar, sağlıklı günler dileriz.