




Altınoluk İmam Hatip Ortaokulu


Zaman Yönetimi

Rehberlik Servisi

Zaman Nedir?



Zaman; bir işin bir oluşun içinde geçtiği ya da geçeceği veya geçmekte olduğu süre, vakittir



Zaman sadece bir yönde hareket eder. Zaman içinde ilerlemek mümkün, ama geriye doğru değil.

Zaman Yönetimi Nedir?



Bireyin kendisini ve işlerini yaşanan zaman süresi içinde istenen düzeyde planlanmasıdır.



Zamanın planlanması , en verimli biçimde kullanılması çeşitli sorunları engellemektedir.

Zamanın Özellikleri

Zaman herkes için aynı
özelliklere sahiptir.

Durdurulamaz



Biriktirilemez



Geri
döndürülemez



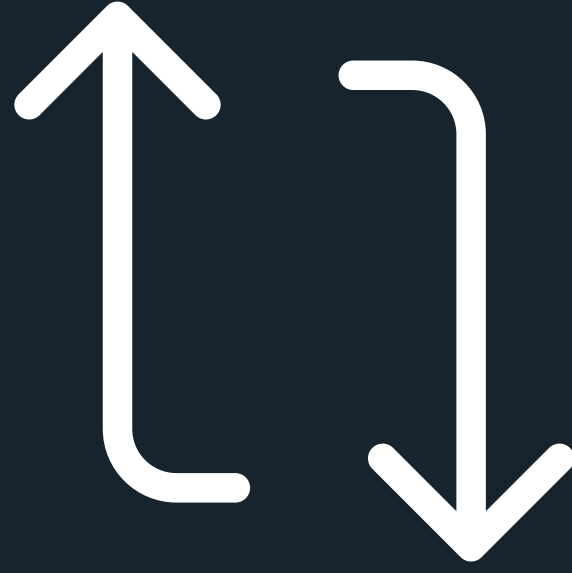
Satın Alınamaz



Düşünelim!!



DÜNYANIN
EN ZENGİNİ
80 YAŞINDA



15 YAŞINDA
SİZ



DÜNYANIN EN
ZENGİN YAŞLI
İNSANI İLE YER
DEĞİŞMEK İSTER
MİSİNİZ?

Cevabınızın "Hayır"
olduğunu duyar
gibiyim...

En deęerli hazinedir ZAMAN

1

İKİ İNSAN ARASINDAKİ
TEK FARK, SAHİP
OLDUKLARI ZAMAN
DEĞİL, BUNU NASIL
KULLANDIKLARIDIR!

2

ZAMANIN KIYMETİNİ
ZAMANINDA BİLMELİ

3

YAPILACAK HER İŞ
İÇİN ZAMAN
GEREKLİDİR.

Zaman Tuzakları

Zamanı yönetebilmenize engel olan etmenler;

Plansızlık



Teknolojinin
Kötü Kullanımı



Ertelemek



Hedef
Belirleyememek



Gereksiz İşler



Acelecilik



Zamanın Yetmediğinden Şikayet Ediyorsanız:



Her gün 2 saat fazladan
zamanımız olsa farklı
olarak neler yapıyor
olurduk?

Aslında hayatımızda
zamanın ne kadar olduğu
değil , bunu nasıl
değerlendirdiğimiz
önemli...

Etkili Zaman Yönetimi İçin Tavsiyeler

Yapılacak işlerinizi listeleyin ve öncelik sırasına dizin.

Günlük yapılacaklar" listesini önceliklerine göre hazırlayın.

Listenizin başındaki işlere büyük bir dikkatle yaklaşın.

Başladığınız işi bir kerede tamamlayın.

"Zamanınızı en iyi şekilde nasıl değerlendirebilirim?" diye kendinize sorun ve uygulayın.

Zamanın deęerini anlamak için:

BİR SENENİN DEğERİNİ ANLAMAK İÇİN ;

sınıfta kalmış bir öğrenciye sor...

BİR AYIN DEğERİNİ ANLAMAK İÇİN ;

8 aylık bir bebek doğuran anneye sor.

BİR HAFTANIN DEğERİNİ ANLAMAK İÇİN ;

haftalık dergi çıkaran bir editöre sor..

BİR DAKİKANIN DEğERİNİ ANLAMAK İÇİN ;

treni kaçıran yolcuya sor..

BİR SANİYENİN DEğERİNİ ANLAMAK İÇİN ;

bir kazayı önleyemeyen sürücüye sor.

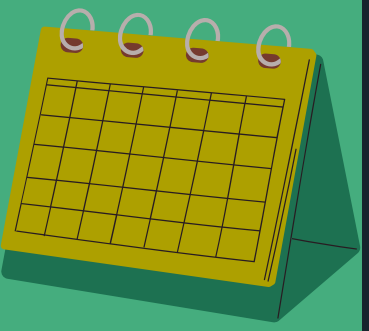
UNUTMAYALIM Kİ:

24 SAAT İÇERİSİNDE
YAPTIKLARIMIZ 1
HAFTAMIZIN ,

1 HAFTA İÇERİSİNDE
YAPTIKLARIMIZ 1
AYIMIZIN,

1 AY İÇERİSİNDE
YAPTIKLARIMIZ 1
YILIMIZIN,

1 YIL İÇERİSİNDE
YAPTIKLARIMIZDA
HAYATIMIZIN
ÖZETİDİR.



Altınoluk İmam Hatip Ortaokulu



Mehmet Ferit AKÇAY

Rehberlik Servisi