

ZAMAN YÖNETİMİ

Veli Bülteni

ZAMAN NEDİR?

Zaman; yerine konması, geri döndürülmesi, yenilenmesi, depolanması ve satın alınması mümkün olmayan en önemli kaynaktır. Zamanımızı boşa harcamak hayatımızı harcamaktır. Zamanın en önemli özelliği, kullanımının diğer kaynaklar gibi daha sonraya ertelenememesidir. Zamanı verimli kullanmak, amaçların, sorumlulukların, zevklerin ve sosyal yaşamın bir arada yürütülebilecek şekilde planlanmasıdır.



ZAMAN YÖNETİMİ NEDİR?

Zaman yönetimi; yapılacak işlerin, organize edilerek belli bir plana bağlanmasıdır. Zamanı iyi yönetmeyi bilen bir kişi daha az endişe taşır, daha az stres yaşar ve daha az hata yapar. Zaman yönetimi, geleceğe yön vermeyi sağlar, koordinasyon becerisini geliştirir ve hedefler için program yapmayı gerektirir.

Daha anlamlı, daha huzurlu, daha kaliteli, çok daha hoşnutluk duyulan, çok daha az "ah edilesi" bir yaşama sahip olmak için zamanı yönetme çabası içinde olduğumuzu fark etmek gerekir.

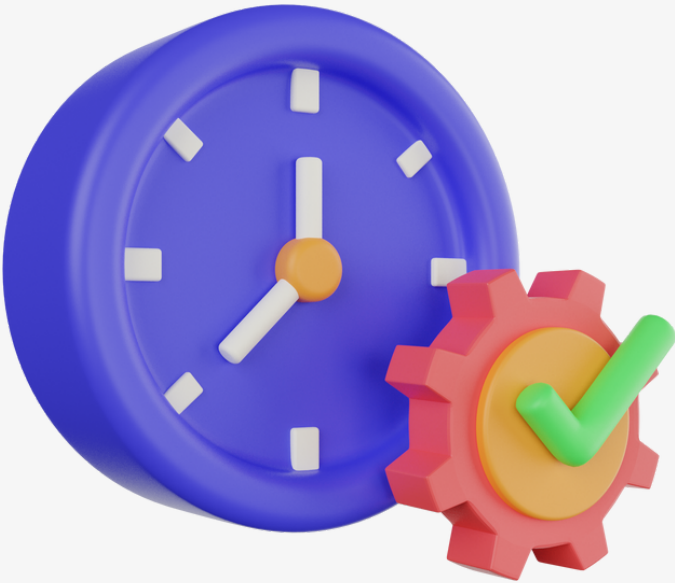


ZAMAN YÖNETİMİ

Uzun ve kısa süreli hedefler koymak, öncelikleri belirlemek, yapılacak işler için bir plan hazırlamak zamanı etkili kullanma konusunda önemli katkılar sağlayacaktır. Zamanımızı daha verimli kullanmayı başarabilirsek; yaşamımızı daha iyi planlama ve geleceğe hazırlanma, daha fazla okuma ve öğrenme, yeni konularda kendimizi geliştirme, insanlarla daha fazla kişisel ilişki kurma, sevdiklerimize daha fazla zaman ayırma, daha fazla dinlenme ve eğlenme ve daha fazla düşünme ve yaratma fırsatları bulabiliriz.



“MÜCEVHERLER, ZAMANLA ALINABİLİR AMA; ZAMANLAR, MÜCEVHERLE ALINAMAZ.” (MEVLANA)



Zaman yönetimi için yapılması gereken ilk şey, zamanın nasıl geçirildiğini belirlemektir. Herkesin yaşamında sabit olan uyku, yemek yemek, kişisel temizlik ve bakım gibi zorunlu işler için harcanan zaman çıkarıldıktan sonra kalan süre iyi planlanmalıdır. Plan yaparken dürüst ve gerçekçi olmalı, zorunlu görevlerin dışında sosyal aktiviteler için de yeterli zaman ayrılmalıdır.

ÇOCUKLARIMIZA ZAMAN YÖNETİMİ BECERİSİNİ KAZANDIRMAMIZ ÖNEMLİ

Çocuk eğitiminde zamanı bilinçli kullanma konusu önemsenmelidir. Çünkü içinde bulunduğumuz çağda karmaşıkleşan hayatın getirileri, zaman baskısının kişilerce daha fazla hissedilmesine sebep olmuş ve dolayısıyla zamanın daha iyi yönetilmesi ihtiyacını ortaya çıkarmıştır. Bir çok temel alışkanlığın ve davranış biçimlerinin çocukluk döneminde kazanıldığı gerçeğı göz önünde bulundurulursa, çocuklarımızı erken yaşlarda zaman kavramının değeri ve kullanımı konusunda eğitmeye başlamak gerekir.



Unutmayın ki; Siz Anne ve Baba olarak etkili zaman yönetimi becerilerine sahip iseniz; çocuğunuz da bu becerilere sizi gözlemleyerek sahip olacaktır.

ANNE VE BABA OLARAK ÇOCUKLARINIZA ZAMAN YÖNETİMİNİ ÖĞRETMEK İÇİN NELER YAPABİLİRSİNİZ?

1

Önceliklerinizi iyi belirleyerek ve zamanınızı planlayıp, bu plana göre davranarak çocuğunuza iyi bir model olabilirsiniz.



2

Çocuğunuzun kişisel bir program hazırlamasını sağlayabilirsiniz. Bu programa uyması konusunda gereken desteği verebilir ve süreç sonunda değerlendirmesine yardımcı olabilirsiniz.



3

Ev işleriyle ilgili bir aile programı oluşturabilir ve tüm aile bireylerinin bu plana göre ev işlerini gerçekleştirmesini sağlayabilirsiniz.



4

Çocuğunuzun yaşına ve ihtiyacına göre zaman yönetimini başarılı şekilde gerçekleştirmesini sağlayacak araçları temin edebilirsiniz. Örneğin; alarmlı saat, kum saati, kronometre vb.

ANNE VE BABA OLARAK ÇOCUKLARINIZA ZAMAN YÖNETİMİNİ ÖĞRETMEK İÇİN NELER YAPABİLİRSİNİZ?

5

Zamanını kötüye kullandığı konularda onu uyarabilir, daha etkili bir zaman yönetimi için gereken önerilerde bulunabilirsiniz.



7

Çocuğunuzun ders ve ödevlerini yapıp yapmadığını takip edebilirsiniz.



6

Telefon görüşmeleri, T.V veya bilgisayar gibi çocuğunuzun zamanını boşa harcamasına neden olabilecek konularda kendilerine sınırlamalar getirmelerine yardımcı olabilirsiniz.



8

Çocuğunuzun belirli hedefler koymasını sağlayabilir ve bu hedefleri gerçekleştirmesi için ona belirli bir süre tanıyabilirsiniz.

**"ALELADE BİR İNSAN ZAMANI NASIL
BİTİRECEĞİNİ, AKILLI BİR İNSAN İSE
ZAMANI NASIL KULLANACAĞINI
DÜŞÜNÜR."** (İmam Şerani)



FATİH İLKOKULU
Psk. Dan. Medine TANGUT
Psk. Dan. İpek YAĞIZ