

“Zaman Yönetimi”

(Time Management)

Programın Amacı

Hani hep duyarız ya, “Zamanını iyi yönetemiyosun!!!” diye. Halbuki, çok iyi biliyoruz ki, zamanı yönetebilmek henüz mümkün değil.☺ O halde bizim kendimizi yönetmemiz gerekir, öyle değil mi?



Katılımcılarımızın yaşam amaçlarının farkına varmalarına, bu doğrultuda ulaşılabilir hedefler belirlemelerine, önceliklendirme yapmak sureti ile kendilerini ve yaşamlarını daha etkili bir biçimde planlayabilmelerine, daha mutlu, daha başarılı bireylere dönüşebilmelerine yardımcı olmayı hedeflediğimiz bu programımızda, kullandığımız envanterler aracılığı ile katılımcılarımızın zamanlarını ne kadar iyi yönettikleri, kendilerinin zamanlarını çalan unsurların neler olduğu, erteleme alışkanlıklarının ne düzeyde olduğu konularında farkındalıklarını artırıyor ve gelişim planları hazırlamalarına destek oluyoruz.

Eğitimin İçeriği

❖ Zamanı Gerçekten Yönetebilir Miyiz?

- ✚ Uygulama: “Eğer Daha Fazla Zamanım Olsaydı,Yapardım?”
- ✚ Uygulama: “5 dakikada neler yapılır?”
- ✚ Uygulama: “Ne Tür Davranışlar Zamanımızı Kötü Yönetmemize Neden Olur?”
- ✚ Uygulama: “Zamanımızı Ne Kadar iyi Yönetiyoruz?” / Envanter

❖ Zamanı Neden Yönetmeliyiz?

- ✚ Uygulama: Yaşam Çarkı?

❖ Önceliklendirme (Covey’in Zaman Yönetimi Matrisi)

- ✚ Acil-Önemli
- ✚ Acil Değil-Önemli
- ✚ Acil-Önemli Değil
- ✚ Acil Değil-Önemli Değil

- Uygulama: Workshop; Kendi Bölgelerimizi Belirliyoruz...

❖ **Önceliklendirme**

✚ Uygulama: “Önceliklendiriyoruz...”

❖ **Hedef Belirleme**

✚ Arzular ve Hedefler, Hangisi?

✚ (Smart) Hedef

▪ Uygulama: Hedeflerimizi Yazıyoruz...

❖ **Hedefleri Görev ve Faaliyetlere Dönüştürmek**

❖ **Planlama**

✚ Uygulama: “Aylık Planlama Tablosu”

✚ Uygulama: “Haftalık Planlama Tablosu”

✚ Uygulama: “Günlük Planlama Tablosu” / Yapılacaklar Listesi Oluşturma

❖ **Doğru Planlama Yapmak: Planlamanın İlkeleri**

❖ **Zaman Çalıcılar**

✚ Uygulama: “Sizin Zaman Çalıcılarınız Hangileri...”

✚ Uygulama: “Bölünmeleri Değerlendirme Formu” / Envanter

❖ **Zaman Çalıcılarla Başa Çıkma**

❖ **Erteleme Alışkanlığını Yıkma**

✚ Uygulama: “Erteleme Alışkanlığı Değerlendirme Formu” / Envanter

❖ **Değerlendirme Ve Kapanış**

Eğitim Süresi: 1 Tam Gündür.