

ZAMAN YÖNETİMİ

Zaman yönetimi; zamanı etkin kullanma, verimli, başarılı olma dolayısıyla da huzurlu ve mutlu olma çabasıdır. Zaman yönetimi, daha iyi organize olabilmek için zamanı doğru kullanma tekniklerini anlatır.

EN SIK KULLANILAN ZAMAN YÖNETİMİ TEKNİKLERİ

25 dakika çalış, 5 dakika dinlen temposuyla devam eden “pomodoro” tekniği, işleri aciliyet ve önem durumlarına göre gruplayan “zaman yönetimi matrisi” ve işleri yapılacaklar, yapılıyor olanlar ve tamamlananlar olarak üç gruba ayıran “kanban” tekniği en sık kullanılan tekniklerdir.

ZAMAN YÖNETİMİNDE EN ETKİLİ STRATEJİLER

1. Hedeflerinizi Belirleyin
2. Günlük Planlar Oluşturun
3. Tekrar Tekrar Kontrol Edin
4. İşlerinizi Bölünmeye Çalışın
5. Önceliklerinizi Belirleyin
6. Tekrar Tekrar Değerlendirme Yapın



İnternet, telefon, sosyal medya gibi sürekli distraksiyonlar planlama ve organizasyon eksikliği zamanın verimli kullanımını engelleyebilir.





Etkili Zaman Yönetimi Önemli Adımlar ve Teknikleri

Hedefleri Belirleme ve Önceliklendirme

Hedefleri kısa, orta ve uzun vadeli olarak planlamak gerekmektedir.

Yapılması Gerekenler Listesi Oluşturma

Hedefler doğrultusunda yapılması gerekenler tespit edilmeli, somutlaştırılmalı ve etkin şekilde takip edilmelidir.

Doğru Tekniklerin Kullanılması

Yaşam tarzınıza ve bireysel özelliklerinize uygun zaman yönetimi tekniklerinden birini kullanın. "pomodoro" tekniği, zaman yönetimi matrisi "kanban" tekniği en sık kullanılan tekniklerdir.

Zaman Tuzağından Kaçınma.

Telefon, internet gibi kullanımların kontrol altında tutulması ve ertelememe önlemlerinin alınmasıdır.

Doğan Cüceloğlu(1999:291) zaman kullanımında aşağıdaki dört aşamadan söz eder:

- 1. Aşama: Yapılacakların listesi. Yapılacakların unutulmaması için yapılan listedir.*
- 2. Aşama: Takvimleme. Yapılacak işleri zaman sırasına koyma işidir.*
- 3. Aşama: Önceliklerin belirlenmesi. Yapılacak işlerin önemine göre öncelik tanınması.*
- 4. Aşama: Zamanı yönetmeyi değil, yaşamımızı yönetmeyi odak aldığımız zaman ortaya çıkar. Bu aşama, zamana ve ürünlere yönelmek yerine kişilere ve etkili olmaya yöneliktir.*