

1-En önemli grup: Bu maddeler istek sıralamasında en önde yer alan temel isteklerdir.

2-Orta derecede önemli grup: Önemli olmakla beraber, bir süre için bir kenara bırakılabilecek olan isteklerdir. Bunlar yine çok istenmekle birlikte en önemli gruptakilerin arasına koyuldukları takdirde, gerekli zamanı ayırmanın mümkün olmadığı isteklerdir.

3-Alt grup: Bir kenara bırakıldıklarında herhangi bir sakınca doğurmayacak olan isteklerdir.

Listelerinizde yer alan maddeleri önem sırasına dizdiğinizde üzerinde çalışmaya başlamakten hoşlanacağınız her listedeki en üst iki grup maddeyi birleştirin.

Böylece içinde bulunduğunuz şu günlerdeki uzun, orta ve kısa dönemdeki amaçlarınızı yansıtan en büyük önem derecesine sahip altı maddeden oluşan yeni bir liste elde etmiş olursunuz. Bunlar, üzerinde çalışmaya başlayacağınız amaçlarınızdır.

AMAÇ PLAN CETVELİ

Bilgisayar mühendisi olmak

İngilizceyi iyi derecede bilmek

Lise diploması almak

Üniversitede bilgisayar mühendisliği bölümünü kazanmak

Matematik sınavından geçer not almak

Coğrafya sözlüsünde başarılı olmak.

Şimdi bu listeyi çalışma masanızın üzerine uygun bir yere veya oturduğunuz yerden göreceğiniz şekilde duvara asın. En başta yer alan amacınızı ayrıca bir kartona yazarak tam karşınıza yerleştirin. Öyle ki, ders çalışırken kafanızı her kaldırırsınızda amacınızla karşılaşsın. Göreceksiniz hem dikkatiniz daha az dağılacak, hem dersten kopmalarınız azalacaktır. Çünkü amaçlar motivasyon için temel oluşturur ve davranışı yönlendirir.

Bundan sonra kendinize haftalık ve günlük programlar yapın.

Haftalık programınızda amaç plan cetvelinizde bulunan maddelere mutlaka yer verin. Aynı şekilde günlük programlarınız da haftalık programınızdaki maddeleri içermelidir. Aksi takdirde amaçlarınıza ulaşmanız mümkün olamaz.

ÇUBUK REHBERLİK VE ARAŞTIRMA MERKEZİ

Yavuz Selim mh. Selimiye cd. No:6
Çubak- ANKARA

Telefon: 0 (312) 838 35 50

Faks: 0 (312) 838 43 59

E-posta:cubukramram@hotmail.com

ETKİLİ DERS ÇALIŞMA II Amaçların Belirlenmesi

ÇUBUK REHBERLİK VE ARAŞTIRMA MERKEZİ



Amaçların Önceliklerin Belirlenmesi

Zaman veya hayat aynı anlamda kullanılabilir. Geçen zaman yerine konamaz ve telafi edilemez. Zamanı boşa geçirmek, hayatı boşa geçirmek demektir. Buna karşılık zamanı kontrol etmek ve hükmetmek, hayatı kontrol etmek ve hükmetmek anlamına gelir. Gerçekte ise kontrol planlama ile başlar .

Planlama geleceği bugüne getirmek demektir. Böylece gelecekle ilgili beklenenleri yapabilmek mümkün olabilir. Zamanını iyi kullanan insan hayatının kalitesini yükseltir ve geçen zamandan kendisi ve amaçları açısından en iyi biçimde yararlanır.

ÖNCELİKLERİN BELİRLENMESİ

Şimdi üç tane küçük liste düzenleyeceğiz ve şu sıralarda zamanı kullanım biçiminizi önemli amaçlarınız açısından değerlendireceğiz.

Birinci listenin yapılmasını kolaylaştırmak için on yıl sonrasını düşünün... Gözlerinizi kapatın, arkanıza yaslanın... Sükunet içinde bir dakika düşünün...

On yıl sonra hayatınızda neyi başarmış, hangi noktaya varmış olmak istediniz... ?

Sizi en çok gururlandıracak olan nedir... ?

Hayal gücünüzü toplayın ve aklınıza gelen her şeyi bir araya getirin... Tartışmaya ve yorumlamaya girmeyin, sadece aklınıza gelenleri yazın. Uzun süreli amaçlarımız olarak neleri gördüğünüzü iyice süzün.

Hayat amaçlarınızı sıralarken hiç şüphesiz "mutluluk"

"başarı", "sevgi", "topluma katkıda bulunmak" gibi konular aklınıza gelecektir. Ancak listenize bunları almayın. Bu tür kavramlar yerine "başarı"dan "topluma katkıda bulunmak"tan neyi kastediyorsanız, onu yazın. Bir başka ifadeyle listenizde soyut kavramlar değil, ölçülebilir ve doğrudan üzerinde çalışmanın mümkün olabileceği somut kavramlar bulunsun.

İkinci listenin yapılması için yine gözlerinizi kapatın ve arkanıza yaslanın... Bu defa makul bir ölçüde başarıma şansı olan yıllık amaçlarınızı düşünün...

Bir yıl sonra neleri başarmış olmak istediniz?

Neleri başarmış olmak, sizde geçmiş olan bir yılın verimli bir yıl olduğu duygusunu uyandırır mı ? Bunları sıralayın.

Son olarak da gelecek ay yapmanız gerekenleri, ders önceliklerini, dinlenme, eğlence ve katılmak istediğiniz sosyal etkinlikleri yazın. Daha sonra her listede bulunanları önem sırasına göre numaralandırın.

Hayat Amaçları Listesi

Bilgisayar mühendisi olmak

İngilizceyi iyi derecede bilmek

Görüşlerime uyan partiden milletvekili seçilmeye hazırlanmak .

Basketbol da birinci lig takımında oynamak

Bir Yıllık Amaçlar Listesi

İngilizceden 6. kuru tamamlamak

Lise diplomamı almak

Üniversitede bilgisayar mühendisliği bölümünü kazanmak

Birinci takıma seçilecekler arasında bulunmak

Bir Aylık Amaçlar Listesi

Matematik sınavından geçer not almak

Coğrafya sözlüsünde başarılı olmak

Arkadaşımın doğum günü partisinin hazırlıklarında ona yardımcı olmak

Hafta sonunda okuldan arkadaşlarla geziye gitmek

ÇUBUK REHBERLİK VE ARAŞTIRMA MERKEZİ

Yavuz Selim mh. Selimiye cd. No:6
Çubak- ANKARA

Telefon: 0 (312) 838 35 50
Faks: 0 (312) 838 43 59
E-posta:cubukramram@hotmail.com