

ZAMAN YÖNETİMİ DÖNGÜSÜ

Zamanı Algıla

Zamanı Yönetmekteki
Zorlukları Fark Et

Zamanı Yönet

Zaman Tuzaklarını Fark Et

Zamanı Verimli Kullan



VELİLER İÇİN ZAMAN YÖNETİMİ
HAKKINDA BİLGİLENDİRME
REHBERİ



ZAMAN YÖNETİMİNİN ÖNEMİ

İşlerin yapılacaklar listesi halinde organize edilip belirli bir plana bağlanması gerekir. Zamanı etkili bir şekilde yönetebilen kişiler daha az endişe duyar, stres yaşamaz ve hata yapma olasılıkları azalır.

ZAMAN YÖNETİMİ

Zaman, geçmişten geleceğe doğru kesintisiz akan, geri getirilemeyen en değerli kaynaktır. Onu nasıl kullandığımız, yaşamımızın yönünü belirler.



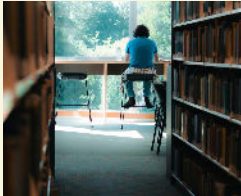


Esnek Olun

Günlük hayatta beklenmeyen olayların yaşanması normaldir. Beklenmeyen olaylar sonrası plan konusunda çocuğu sıkıştırmak stres yaşamasına sebep olabilir.

Planı Takip Edin

Çocuğunuzla birlikte planı inceleyin, günlük planda eksiklik olup olmadığını birlikte kontrol edin. Eğer aksama yaşıyorsa bunu nasıl telafi edebileceğinizi konuşun.



VELİLER NE YAPMALI

Çocuğunuzun ders saatleri, ödevleri, etkinlikleri ve dinlenme zamanını düzenlemesine yardımcı olun. Planlarını yazılı olarak tutmasını ve sürekli ulaşabileceği bir yerde olmasına özen gösterin.

Çocuğunuzun Destekleyin

Çocuğunuzun planlı ve programlı olmak için gösterdiği gayreti desteklediğinizi hissettirin.



NE YAPMAK GEREKİR?

HEDEF BELİRLEME

PLAN YAPMA

ÖNCELİKLENDİRME

