



Kendinize Őu soruları sorun?

-1sene sonra nerede olmak istiyorum?

-5 sene sonra nerede olmak istiyorum?

-10 sene sonra nerede olmak istiyorum?



Başarıya giden yolda en başta yapılması gereken Şey HEDEF BELİRLEMEktir. Hedefi olmayan gemiye hiçbir rüzgar yardım etmez. Hedefler, yapmamız gereken çalışmaların planlanmasında bize yol gösteren kılavuzumuzdur.

HEDEFİNİZ, gerçekçi, yetenek ve ilgilerinize uygun olmalıdır. Gerçekçi olmayacak kadar yüksek ya da ulaşabileceğinizin çok altında kalan hedeflerin sizi hem başarısızlığa hem düş kırıklığına sürükleyeceğini unutmayın.



**HEDEF
BELİRLEME**

GÜMÜŐHANE REHBERLİK
ARAŐTIRMA MERKEZİ

Hedefinizi belirledikten sonra, hedefinize ulaşmak için **PLANLI, VERİMLİ VE ETKİLİ DERS ÇALIŞMA** sisteminizin olması gerekir.

Bunun için de

1-Ders Çalışma Programı oluşturun.

2-Zamanı verimli kullanın.

3-Verimi düşüren etkenleri ortadan kaldırın

4-Uygun çalışma ortamı oluşturun.

5-Dikkatinizi uyanık tutun.

6-Açken ve yeni yemek yediğinizde çalışmayın.

7-Aynı anda farklı derslere odaklanmayın

8-Tekrar yapın.

9-Farklı kaynaklardan yararlanın.

10-Not tutun.

11-Derse hazırlıklı gidin.

Yapmak istediğim şey nedir?

Gerçekleştirmek istediğiniz şeyin çerçevesini açık ve olumlu ifadelerle tanımlayın. Bunu yapacağım, yapmak istiyorum” gibi olumlu ifadeler kullanın

Başarı için insanın hayattan ne beklediğini ve amacının ne olduğunu bilmesi gerekir

Başarılı olmanın ölçüsü belirlenen amaca ulaşabilmek, bu amaç için çalışmak, hayattan ve yaptığı işten zevk alabilmektir.

Hedefleriniz gerçekçi mi?

Sizin için ulaşılması çok zor olan veya mantıksız hedefler sizde bıkkınlık yaratabileceği gibi gerekli olan çabayı göstermenizi engelleyecektir.

Hedefime ulaşmak için gerekli özelliklere sahip miyim?

Hedeflerinizi belirlerken kendi kapasitenizi ve kabiliyetinizi dikkate almalısınız. Kendinizi aşan amaçlar veya size uymayan amaçlar belirlerseniz hayal kırıklığına uğrarsınız ve özgüveniniz sarsılır.

Sık sık gözden geçirmek ve yeniden değerlendirmek

Hedefi sık sık gözden geçirme bu hedefe ulaşmak için gerekli çalışmaların yapılıp yapılmadığını kontrol etmek, eksiklerin giderilmesini, zamanın verimli kullanılmasını ve motivasyonu sağlar.



HEDEFİNİZ sizi çalışmaya motive eder.

