

HEDEF NEDİR?

Belirli bir zaman diliminde ulaşmak istediğimiz, kendimizi mutlu ve başarılı hissedeceğimiz yerdir.

Alice: Hangi yoldan gideyim?

Tavşan: Nereye gideceğini bilmiyorsan hangi yoldan gittiğinin hiçbir önemi yok!



**KASTAMONU İL MİLLİ EĞİTİM
MÜDÜRLÜĞÜ**

HEDEFİNİ BELİRLE!

Yale Üniversitesi'nde 1953 yılında bir araştırma yapıldı. Buradaki öğrencilere, özel bir hedefleri ve hedeflere nasıl ulaşacaklarına dair bir planlarının olup olmadığı soruldu. Öğrencilerin sadece %3'ü yazılı hedefleri olduklarını belirtti. Bu araştırmayı yapama bilim insanları yirmi yıl sonra bu araştırmaya katılan öğrencilerle görüştüler. Yapılan araştırmanın sonucu oldukça ilginç ve aynı zamanda hedef belirlemenin önemini gösterir yöndeydi. Hedefleri olduğunu ve bunları yazılı olarak ifade eden %3 lük grup maddi bakımdan hedef belirlememiş ve bunu yazılı olarak ifade edememiş gruptan daha varlıklıydı. Aynı zamanda bu grup daha mutluydu, hayattan daha fazla haz duyuyordu.

HEDEF BELİRLEMEK NEDEN ÖNEMLİ ?

***Hedefi olan kişilerin başarı oranı yüksektir.**

***Hedefler hangi yoldan gideceğimizi belirlememizi sağlar.**

***Motivasyonumuzu artırır.**

***Kendimizi tanımamızı sağlar.**

***Zamanı yönetebilmeyi öğretir.**

Hedef belirlerken cevaplamam gereken bazı sorular...

Ne istiyorum?

Hedefim gerçekçi, açık ve net mi?

Güçlü ve zayıf yönlerim neler?

Kimler bana yardım edebilir?

Nasıl bir yol izlemeliyim?

Hedefime ulaştığımda nasıl hissedeceğim?

Hedefe ulaşmak için...

Kendini tanı

Yapabileceklerini ve zayıf yönlerini belirle

Planlama yap

Zamanını düzenle

Düzenli çalışma ortamı oluştur

İlerlemeni kontrol et

Kendini ödüllendir