

**Hedefinizi
Yazın**

Motive olmak için belirlediğiniz hedeflerinizi bir liste halinde her gün görebileceğiniz bir yere asın.

**Kendinizi
Tanıyın**

Hedefinize ulaşmak için hangi özelliklerinizden yararlanacağınızı, güçlü yönlerinizin neler olduğunu ve geliştirmeniz gereken yönleri nasıl geliştirebileceğinizi belirleyin.

**Yardım
Alabileceğiniz
Kişileri Belirleyin**

Hedefinize ulaşmak için çevrenizde size yardımcı olabilecek kişileri belirleyin.



KASTAMONU
İL MİLLÎ EĞİTİM MÜDÜRLÜĞÜ

*Hayal ettim,
hayalimin
önündeki manileri
tespit ettim.
Manileri
kaldırduğumda,
hayalim
kendiliğinden
gerçekleşti.*

M. Kemal ATATÜRK

**HEDEF
BELİRLEME**

**ÖĞRENCİ
BİLGİLENDİRME
BROŞÜRÜ
2022**

Aktekke Mah., Yalçın Cad., No:12/1
Merkez/Kastamonu
kastamonu.meb.gov.tr



Hedef, belirlenen bir zaman diliminde ulaşılmak istenen amaca uygun yöntem ve araçları belirlemek ve bunları nasıl kullanacağına karar vermektir.



Hedef Belirlemek Neden Önemlidir?

- Daha kolay konsantre olmanızı sağlar.
- Zaman yönetimini kolaylaştırır.
- Dikkat dağıtıcı faktörlere karşı direnci artırır.
- Yolunuza ışık tutar.
- Geleceğinizi netleştirmenize yardım eder.

Hedefleri belirlerken kısa, orta ve uzun süreli olarak üç gruba ayırmak; hedefi bölerek sonuca ulaşmaya çalışmak daha motive edicidir.

KISA VADELİ HEDEFLER

Günlük haftalık hedefler olarak değerdendirilebilir. Gün içinde nelerin yapılacağı haftanın diğer günlerinin nasıl planlanacağı şeklinde düşünülebilir. Araştırmalar hedeflerin günlük faaliyetler ya da kısa süreli planlarla desteklenmesinin başlangıçta bilinçli bir faaliyet olan hedef belirlemeyi alışkanlık haline getirdiğini dolayısıyla hedefe ulaşma olasılığını önemli oranda arttırdığını göstermektedir.

ORTA VADELİ HEDEFLER

Aylık olarak yapılacak faaliyetler olarak düşünülebilir. Belirli zaman içinde konu bitirmek, test kitabının tamamını çözmek orta vadeli hedeflere örnektir. Kısa ve orta vadeli hedefler gelecek ile ilgili hedefleri gerçekleştirirken bir basamak olarak düşünülebilir.

UZUN VADELİ HEDEFLER

Gelecek ile ilgili planlar yıllık gerçekleştirilecek olan hedefler olarak düşünülebilir. Gelecek ile ilgili planlan ve yıllık olarak belirlenen hedeflerdir. Üniversite kazanmak, meslek edinmek, iş bulmak uzun vadeli hedeflere örnektir.

Hedef Belirlemede Ölçütler

1. **Açık ve anlaşılır, net** olmalıdır. Örneğin hedef YKS' de başarılı olmak ise hedef cümlesi, 'üniversiteyi kazanmak' değil, 'X üniversitesi Y bölümünü kazanacağım' şeklinde olmalıdır.
2. Zaman ve nitelik açısından **ölçülebilir** olmalıdır. Örneğin temiz bir odam olsun istiyorum demektense cumartesi gününe kadar çalışma masamı temizlemek istiyorum şeklinde belirlenebilir.
3. **Ulaşılabilir** olmalıdır. Hedefiniz, var olan potansiyelinize uygun olmalıdır. Ulaşılması çok zor hedefler belirlemek motivasyonunuzun düşmesine sebep olacaktır.
4. **Gerçekçi** olmalıdır. Hedefiniz ilginiz, yeteneğiniz ve içinde bulunduğunuz mevcut duruma uygun olmalıdır. Hedefe olan düşük inancın geri dönüşü süreç boyunca düşük motivasyon olacaktır.
5. **Kontrol edilebilir** olmalıdır. Kendi çabasıyla ulaşabileceği şekilde belirlenmelidir, başkasının da kararını ve davranışlarını içermemelidir.
6. **Yapıcı ve geliştirici** olmalıdır.