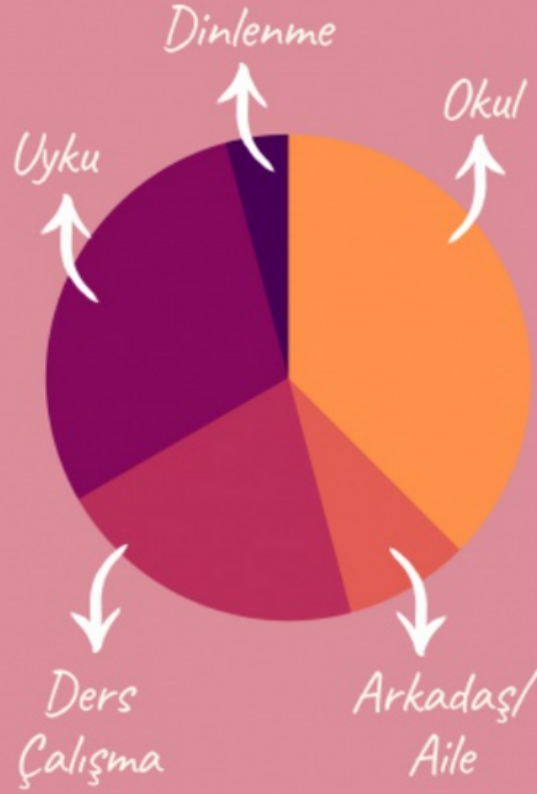


# ZAMANI ETKİN KULLANMA TEKNİKLERİ

- Planlama yapmak
- Hayır diyebilmek
- Aceleci olmamak
- Ertelemekten kaçınmak
- Stresi kontrol altına almak
- Etkin ve hızlı okuma teknikleri



## ZAMANINIZI DENGELİYİN



# ZAMAN

# YÖNETİMİ



# ZAMAN

Geri dönüşümü olmayan, biriktirilemeyen, satın alınamayan ve hiçbir zaman durdurulamayan bir kaynaktır.



# ZAMAN YÖNETİMİ



Bir gün içerisinde harcanan zamanı organize etme durumu ve planlama yeteneğidir. Kısaca; zamanı verimli kullanma çabasıdır.

# ZAMAN

# ENGELLERİ

- **Telefon/ bilgisayar/ tablet vakti**
- **Karasızlık ve erteleme**
- **Unutkanlık**
- **Acelecilik**
- **Sorumluluğumuz olmayan işleri üstlenme**
- **Beklenmeyen misafirler**
- **Dağınıklık/ düzensizlik**

