

## Saatlerle Dans: Zaman Yönetimini Eğlenceli ve Etkili Hale Getirin



Zaman hepimizin eşit sahip olduğumuz bir kaynak ama onu nasıl kullandığımız tamamen bize bağlı. İş hayatında zamanı daha verimli, eğlenceli ve anlamlı bir şekilde yönetmek için biraz koçvari bir yaklaşım denemeye ne dersiniz?

Gelin, zamanı dostumuz haline getirmenin yollarına birlikte göz atalım!



## Farkındalık: Zamanın Dedektifi Olun

Zaman yönetiminde ilk adım, Sherlock Holmes gibi davranmaktır. Gün boyunca vaktinizi nerelerde harcadığınıza bir bakın. İşlerinizi dedektif gibi inceleyin ve kendinize şu soruyu sorun;

☞ “Günün hangi saatinde süper kahraman gibiyim, hangi saatinde Netflix dizisi gibi yavaş ilerliyorum?”

Örneğin, sabahları beyniniz bir Formula 1 aracı gibiyse, o saatleri en zor işler için kullanın. Akşamüstü ise beyin bir "Windows 98" gibi çalışıyorsa, daha kolay işleri o zaman yapın.



## Değerlerle Eşleştirme: Önceliklerde Temizlik

Hani dolabı açıp “Bunu giymiyorum ama belki bir gün...” dediğiniz kıyafetler var ya? İşte işler de öyle. Gereksizleri eleyin! Her iş için kendinize sorun;

☛ “Bu işi yapmazsam kıyamet kopar mı, yoksa bir çay daha mı içerim?”

En önemlilerini seçin. Hayatınıza Marie Kondo dokunuşu yapın: "Sadece size mutluluk ve başarı getiren işleri tutun!"



## Hedef Belirleme: Şampiyonluk Kupası Peşinde Koş

Zamanı iyi yönetmek istiyorsanız, hedefleriniz bir futbol maçındaki gol gibi net olmalı. Topu rastgele kaleye atmaya çalışmayın. Hedef belirlerken şu formülü kullanabilirsiniz:

☞ “Bu hafta tamamladığımda kendimi Ronaldo gibi hissedeceğim bir iş ne olabilir?”

Mesela: "3 önemli e-postayı cevapla, raporu teslim et, ve en önemlisi; Cuma günü biraz erken çık ve hafta sonunun tadını çıkar!"

## Erteleme Canavarını Alt Et: Kahramanlık Hikayesi Yazın



Erteleme, hepimizin içindeki küçük şeytan. Sizi sürekli fısıldar: “Biraz daha Instagram’a bak, rapor orada duruyor nasıl olsa.” İşte burada devreye süper gücünüz giriyor: Mikro adımlar!

☞ Ertelediğiniz işi bir dağ gibi görmeyin, bir tepe gibi düşünün. Başlamak için 5 dakika kuralını uygulayın. "Sadece 5 dakika yapacağım" deyin ve görün bakın, bir bakmışsınız tüm işi bitirmişsiniz.



## Eğlenceyi Kaçırma: Zamanın Kahramanı Ama Aynı Zamanda Komedyeni Olun

Zaman yönetimi ciddi bir iş olabilir ama hayat çok kısa, biraz eğlenin!

- ☞ Görevlerinize komik isimler koyun. Mesela, sıkıcı bir raporu "Rapordan Kaçış Operasyonu" diye adlandırabilirsiniz.
- ☞ Motivasyon müziği açın. Rocky'nin antrenman sahnesindeki müziği açıp e-posta yazmayı deneyin, bir bakmışsınız klavyeden duman çıkıyor



## Teknolojiye Ayar Çek: Zaman Hırsızlarını Yakala

Telefonunuzdaki bildirimler bir grup dedikoducu arkadaş gibi: "Aaa bak şunu da gördün mü?!" Sosyal medyanın sizi zaman tüneline çekmesine izin vermeyin. Teknolojik "temizlik günü" yapın;

👉 Bildirimleri kapatın, telefonunuzu sessize alın, hatta gerekirse onu başka bir odada bırakın.

Unutmayın, Instagram bekler, ama teslim tarihi beklemez!



## Kutlamayı Unutma: Bir Alkış da Kendine

Her başarı küçük ya da büyük fark etmez, kutlanmayı hak eder. Kendinize şunu sorun;

☞ “Bugün yaptığım bir şey beni gururlandırıyor mu? Kendime bir kahve ısmarlasam mı?”

Başarı, hayatınıza minik keyif molaları eklemekle daha tatlı hale gelir. Unutmayın, siz zamanın kölesi değil, kralısınız!





Zaman yönetimi bir savaştan çok, kendi hayatınızı keyifli ve anlamlı hale getirmek için kullandığınız bir araçtır. Elinizde bir sihirli değnek var: Onu harika bir şekilde sallamak tamamen sizin elinizde!

Peki şimdi, bugün için ilk “zaman kahramanı” adımınız ne olacak



**Burcu Gürel**