

مدیریت زمان چیست؟



واحد مشاوره
مبتکران

🎯 به نظر تو نقطه مشترک فعالیت تمام
دانش آموزان ممتاز، تمام انسان های
موفق و ... چیست؟

بله! 😊

درست جواب دادید برنامه ریزی درست
درسی و به عبارت صحیح تر **مدیریت**

صحیح



روزی استاد فلسفه‌ای به همراه یک شیشه و مقداری سنگ، سنگ ریزه، شن و ماسه وارد کلاس شد و شروع کرد به پر کردن شیشه با سنگ، سپس از شاگردان خود پرسید آیا در این ظرف جایی باقی مانده است؟ همه پاسخ دادند: خیر! آن گاه استاد در ظرف را باز کرد و شروع به پر کردن آن با سنگ ریزه نمود. سنگ ریزه‌ها بین فضای سنگ‌ها قرار گرفتند و وارد ظرف شدند و دوباره تکرار سوال و شنیدن همان پاسخ. این بار استاد در ظرف را با اضافه کردن شن و ماسه بست و شروع به تکان دادن ظرف کرد.



● شن و ماسه ها بین فضای سنگ ریزه ها قرار گرفتند و وارد ظرف شدند. سپس استاد پرسید آیا در این ظرف فضایی باقی مانده است؟ همه پاسخ منفی دادند: این بار استاد به ظرف آب اضافه کرد و در آن را بست و شروع به صحبت کرد و گفت: دوستان عزیز من اگر من ابتدا ظرف را با آب یا شن و ماسه پر می کردم جایی برای سنگ و سنگ ریزه ها باقی نمی ماند. شما باید با زمان خود مانند این ظرف برخورد کنید و ابتدا ظرف زمانتان را با سنگ ها که همان کارهای مهم شما هستند پر کنید چرا که همیشه جا برای شن و ماسه هست.



- این داستان بهترین مثال برای اهمیت اولویت بندی فعالیت ها است.
- در یک زمان همه درس ها و مطالعه ی آن ها اهمیت یکسانی ندارند. به عبارت دیگر برای تقویت تمام دروس از برنامه یکسانی نباید استفاده کرد.

○ تکنیک های مدیریت زمان: ← (۱) ذهنی
← (۲) عملی



حذف باورهای ذهنی غلط

○ دانش آموز عزیز، اگر باور تو این است که وجود برنامه یا عدم آن هیچ تاثیری بر روند مطالعه شما نخواهد داشت، قطعاً چنین تفکری مانع استفاده از برنامه های درسی خواهد شد.



چند باور غلط ذهنی درباره‌ی مدیریت زمان

○ الف) برنامه ریزی خلاقیت را از ما می‌گیرد و ما را خشک و کلیشه ای بار می‌آورد.

اگر برنامه ریزی با روحیه ی شما مطابق باشد و تمام موارد زندگی را مورد توجه قرار داده باشد، نه تنها خلاقیت شما را کاهش نمی دهد بلکه با افزایش امکانات زمانی، موجبات پرداختن به تمام امور مورد علاقه ی شما را مهیا می سازد.

○ ب) چون برنامه های درسی معمولاً به طور کامل اجرا نمی شوند، محکوم به شکست هستند.

اگر برنامه‌ی درسی به طور اصولی نیازهای دانش آموز را مورد بررسی قرار دهد و با توان دانش - آموز هماهنگ باشد، بیش تر آن اجرا می شود.

