

HEDEF BELİRLEME STRATEJİLERİ

KARARLILIK

- Hedef belirlenirken öğrencimizin süreç noktasında karar alma sürecinde ve alınan kararı yürütme noktasında kararlılık göstermesi gerekmektedir.
- Kararsızlıklar, öğrencinin hedefinde sürekli değişmelere sebep olur.

ULAŞILABİLİR

- Hedef belirlemenin bir diğer ayağı ulaşılabilir hedefler koymaktır. Örneğin; 1 ayda TYT'yi bitireceğim hedefi, öğrencimiz için ulaşması zor bir hedef olacaktır. Hedefine ulaşamayan öğrencide hayal kırıklığı ve motivasyon düşüklüğüne sebep olacaktır.
- Hedeflerinize ulaşmak için bir zaman takvimi hazırlayın. Hedefleriniz için bir bitiş tarihi belirleyin ve hedef çalışmalarınızı bu tarihe uygun planlayın. Hedeflere ulaşmak için bir başlangıç bir de bitiş tarihi konulması zorunludur.

ROTASI BELLİ

- Rotası belli olmayan bir geminin hangi limanda ne şekilde konaklayacağı belli değildir. Belki de limana hiç ulaşamayacaktır. Hedefe doğru ilerlerken hedeflenen limana ulaşabilmek için rotamızın sınırlarının çok iyi belirlenmesi gerekir.

ANLAMLİ

- Belirlenen hedef, öğrencimizin zihin dünyasında bir anlam ifade etmiyorsa; o hedef öğrenciye ait değildir. Bundan dolayı gerçekleştirilme olasılığı düşüktür.
- Anlamlı gerekçesi olanlar, kendi başarılarını kendileri oluştururlar.
- Hedefin anlam kazanabilmesi için bir amaçtan beslenmesi gerekir. Öğrencimiz amacını gerçekleştirdikçe yaptığı iş anlam kazanacaktır.

NET

- Zihnindeki soru işaretlerinden arınmış, hedefe tam yönelmiş öğrencilerin okul ve ezber süreçleri daha kolay gerçekleşecektir.
- Bu netliği oluşturacak unsurlar; Niyet - Emek - Tevekkül

Huzurlu Bir Yaşamın Şifreleri

- 1) Bir rutine sahip olmak örnek; her gece kitap okumak
- 2) Güne erken başlamak
- 3) Az yemek (günde iki öğün)
- 4) Soğuk duş almak
- 5) Spor yapmak
- 6) Hobi edinmek
- 7) Doğru insanlarla birlikte olmak
- 8) Sevginin içinde olduğunu keşfetmek
- 9) Minimalist yaşamak
- 10) Doğal gıdalar keşfetmek, tüketmek
- 11) Sadece su içmek
- 12) Yazıp, not tutmak (söz, şiir)
- 13) Ertelemeyi bırakmak
- 14) Bitki yetiştirmek
- 15) Başkalarını konuşmayı bırakmak

- 16) Televizyon ve kanallardan kurtulmak
- 17) Sanatla uğraşmak
- 18) Kendine yatırım yapmayı öğrenmek
- 19) Hedeflerle yaşamak
- 20) Birkaç dile aşina olmak
- 21) Az konuşmak
- 22) Hayır demeyi öğrenmek
- 23) Şükretmek
- 24) Kitap okumak
- 25) Yardımsever olmak
- 26) Merak etmek
- 27) Maneviyatı anlamak
- 28) Ölümü unutmamak
- 29) Kendine vakit ayırmak
- 30) Geçmişten kurtulmak

Kaynak: Hikmet Anıl Öztekin, https://www.youtube.com/watch?v=a_PSs_FKCO4