

### HEDEF



İnsanlar tarafından bilinçli olarak seçilen, saptanan, istenmeye değer görülen ve düşünce yoluyla belirlenip aktif eylem yoluyla ulaşılması mümkün olan durum.

Hedef belirleme, ideal geleceğinizi düşünmek, bu geleceğe dair vizyonunuzu gerçeğe dönüştürmek ve kendinizi motive etmek için güçlü bir süreçtir.

### Hedef Çeşitleri

#### Sonuç Hedefler

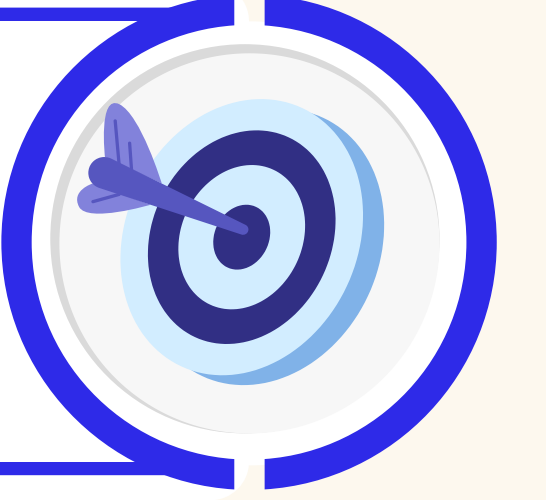
Yapacağınız tüm çalışmaların sonucunda elde etmeyi planladığınız ana hedefinizi tanımlar. Örneğin, Tıp Fakültesi, Boğaziçi Üniversitesi,

#### Performans Hedefler

Bir önceki performansınızın gelişimi için oluşturduğunuz hedeflerdir. Örneğin, 20 Soruluk testten çıkardığınız yanlış yüzdesini azaltmak. 20 Sorudan 4 Yanlış yerine 2 Yanlış çıkarma hedefidir.

#### Süreç Hedefler

Performans hedefine ulaşmak amacıyla yapılması planlanan davranışları içerir. Örneğin yanlış sayısını azaltmak için konu eksiklerinin giderilmesi, Öğretmene yanlış yapılan soruların sorulması vb.



### Hedef Sınırlandırması



**NEDEN:** Hedeflerinizi hangi nedenden dolayı belirliyorsunuz. Hedefim olmalı çünkü.....

**NE:** Belirlediğiniz hedefler nelerdir? Hedefin öncelikleri nelerdir?

**NE ZAMAN:** Hangi zaman aralıklarında hedefin için çalışacaksınız. Hedefine ne zaman ulaşacaksınız?

**NEREDE:** Hedefinize ulaşmak için yapacağınız çalışmalarını nerede gerçekleştireceksiniz?

**NASIL:** Hedefinize nasıl ulaşacaksınız? Çalışma Stratejinizi nasıl çizeceksiniz?

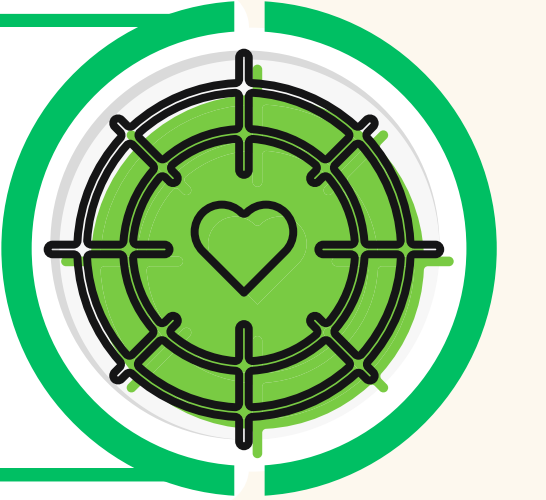
**KİM:** Hedefinizi kim için veya kimlerle beraber belirleyeceksiniz.

### Hedeflerin Özellikleri

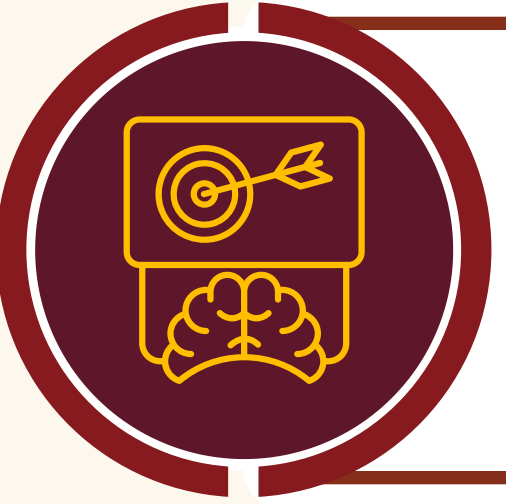
**Belirgin:** Hedefiniz net, açık ve sade olmalıdır. Karışık ve saydam hedefler dikkatini toplamanı engeller. Hedefinizi gerçekçi ve samimi bir şekilde tanımlamanız gerekmektedir. Hedefinizin aşama aşama belirgin olması çok önemlidir. Yol haritanızın olduğundan emin olun.

**Ölçülebilir:** Hedefinizi sayısal veriler ile tanımlayabilmelisiniz. Bir gün, bir ay, bir yıl vb. zaman aralıklarında hedeflediğiniz durumu sayısal olarak ifade edebilmelisiniz. Örneğin, bir ay içerisinde Türkçe dersinde 20-25 arası olan net aralığını 25-30 arasında çıkaracağım.

**Gerçekçi:** Oluşturduğunuz hedef ile bireysel yeterlilikleriniz uyumlu olmalıdır. AYT Matematikte 20 Net çıkarıyorsanız 1 ayda 35 Nete çıkamayabilirsiniz. Fakat hedefiniz de 1 ay içerisinde 22 net de olmamalıdır. Çünkü siz daha iyi bir sonuç çıkarabilirsiniz.



### Hedeflerin Özellikleri



**İstenilir:** Hedefiniz istek ve arzularınıza uygun olmalıdır. İlginizi çekmeyen hedeflere ulaşmak motivasyon açısından zor olabilir.

**İnanç:** Hedefinizi gerçekleştireceğinize inanmalısınız. İnanmadığınız bir hedef için gayret göstermeniz çok zordur. Özgüven oluşturmalsınız.

**Zamanlama:** Hedefe ulaşmak için gereken zaman dilimi açık ve net bir şekilde belirlenmelidir. Çalışma disiplini için ön şart olduğu söylenebilir.

**Ödüllendirme:** Performans ve süreç hedeflerinize ulaştığınızda kendinizi ödüllendirmeli ve takdir etmelisiniz. Öz şefkat çok önemlidir.

### Birey Yeterlilikleri

#### Kendini Tanıma

Güçlü ve zayıf yönlerinizin farkında olmalısınız. Yeterlilik alanınızı ön görebildiğiniz ölçüde başarılı olursunuz.

#### Karar Verme

Düşündüğünüz, hayal ettiğiniz ve planladığınız hedefler için net ve samimi kararlar alabilmelisiniz. Karar alma becerisi kararınıza gösterdiğiniz sadakat ile eş değerdir.

#### Eyleme Geçme

Aldığınız kararları hayata geçirmeli ve takip etmelisiniz. Ataletinizin yenmeli ve harekete geçip sadece üşenmeden yapmalısınız.

**JUST DO IT**

#### Sorumluluk Alma

Aldığınız kararların ve uyguladığınız eylemlerin sonuçlarının sorumluluğunu almalısınız. Şimdi bedelini ödemezsen bir ömür bedel ödeyebilirsin.

