

1. Hedeflerini belirle, bunları yazıyla ifade et ve önceliklerine göre sıraya koy. Senin için yaşamında nelerin önemli olduğundan emin ol.

2. Hedeflerin üzerinde odaklan, etkinliklerinin değil. En önemli etkinliklerin sana hedeflerine ulaşmada en yararlı olanlardır.

3. Her gün için **temel bir hedef belirle** ve ona ulaş.

4. Zamanını nasıl kullandığınızı analiz etmek için **periyodik olarak** zaman aralıklarını kaydet.

5. Hedeflerine ulaşmak için, yaptığın her şeyi analiz et. Ne yaptığını, ne zaman yaptığını, neden yaptığını tespit et. Kendine şunu sor: **"Bunu yapmasaydım ne olurdu"** eğer yanıtın "hiçbir şey olmazdı" olursa, yaptığın şeyi durdur.

6. Her hafta yaşantında boş yer kapsayan en bir şeyi at.

7. Bil ki çalışma gününün **ilk saati** en verimli olanıdır.

8. Her gün için **yapılması gerekenler listesi** yap. Bu listenin, günlük hedefleri, öncelikleri, yaklaşık ne kadar zaman alacağını içerdiğinden emin ol. Rast gele etkinliklere yer verme.

9. En önemli şeyleri tamamlayabileceğinizden emin olacak şekilde **zamanını her gün programla**, karşına beklenmedik olaylar da çıkacağından, belirli boşluklar bıraktığından emin ol.

10. **Her hafta için bir plan yap.** Kendine şunu sor: "bu hafta sonuna kadar neyi-neleri tamamlamayı ümit ediyorum, bu sonuca ulaşmak için neler yapmaya ihtiyacım var?".

11. Yapacağın her bir iş için **zaman sınırları** oluştur.

12. Bir işi **bir kerede en doğru biçimiyle** yap ki, daha sonra tekrar o iş için zaman harcamak zorunda kalma.

13. Yaşamından tekrar tekrar olan yakınmaları, sızlanmaları at. Neden bazı şeylerin yanlış gittiğini belirle. Sonunda tepki verme yerine, **önceden önlem almayı öğren.**

14. Günün sessiz bir zaman aralığını **en önemli işini** yapmak için **sabitleştir.**

15. **Başladığını bitirme alışkanlığını** geliştir. Bir şeyden bir başka şeye atlama, ardında birçok yarım kalmış iş bırakma.

16. Ertelemeyi, geciktirmeyi, ağırdan almayı **yen.** Bunu şimdi öğren.

17. Daha **iyi zaman denetimini** günlük alışkanlık edin. Öncelikle yapman gerekenleri belirle, zamanını planla ve programla. **İlk şeyi ilk önce yap.** Programlanmamış bir şeyi yapmaya doğru olan iç dürtüne diren. Etkinliklerini gözden geçir.

18. Çok önemli şeyleri yapman gereken durumlarda, daha az önemli olanlar üzerinde asla **zaman harcama.**

19. Kendine zaman ayır. (*hayal kurmaya, rahatlamaya*)

20. **Sana has** bir **zaman felsefesi** geliştir, zaman sence ne anlama gelmektedir ve zamanın senin yaşantınla nasıl bir bağlantısı vardır.