



# SİLOPİ REHBERLİK VE ARAŞTIRMA MERKEZİ

## REHBERLİK BÖLÜMÜ

# KENDİNİ TANIMA

# HEDEF BELİRLEME

Gideceğiniz yeri bilmiyorsanız, vardığınız yerin önemi yoktur...





**KENDİNİ TANIMA  
MUTLULUĞUN İLK ADIMIDIR!**

**ALFRED ADLER**

# BEN KİMİM?

## Güçlü yanlarım

Etkili dinlemek, ezber yapabilmek vb.

---

## Zayıf yanlarım

Resim yapmak, müzik aleti çalmak vb.

---

## Geliřtirilecek yanlarım

Bilgisayar kullanmak, Araba sürmek vb.



# KARAR VER!

**EN UZUN YOLCULUKLAR BİLE KÜÇÜK BİR ADIMLA BAŞLAR!**

# HEDEF BELİRLEMEK NEDEN ÖNEMLİDİR?

**Hedef belirleme becerisi, geleceğimizi şekillendiren ve bizi yaşama hazırlayan en önemli becerilerden birisidir.**



**Bir hedefe ve bu hedefi başarma motivasyonuna sahip kişilerin başarı oranları yüksektir.**



**Hedefimizi belirlemek, o**  
**AMAÇ**  
**için çalışma**  
**istegimizi arttırır.**

# İYİ BİR HEDEF NASIL OLMALI?

**Spesifik ve somut olmalı**

**Gerçekçi olmalı**

**İnanılmalı**

**Ölçülebilir olmalı**

**İstenebilir olmalı**



# HEDEF BELİRLEME AŞAMASINDA;

“  
**KENDİNİ TANI**  
”

“  
**KARAR VER**  
”

“  
**SORUMLULUK AL**  
”

“  
**EYLEM PLANI OLUŞTUR**  
”



# HEDEF BELİRLERKEN NELERE DİKKAT ETMELİYİZ?



”  
**1**

**Hedefinizi yazın**

”  
**2**

**Güçlü yönlerinizi bulun**

”  
**3**

**Geliştirilmesi gereken yönlerinizi  
tespit edin**

”  
**4**

**Yardım alabileceğiniz kişileri  
belirleyin**

# HEDEFİNİZİ YAZIN

**Zihnimiz somut ögeleri sever. O yüzden hedeflerinizi bir liste halinde yazın. Ve sizi güdüleyip, motive etmesi için her gün görebileceğiniz bir yere asın.**



# GÜÇLÜ YÖNLERİNİZİ BULUN

**Hedefinize ulaşmak için hangi özelliklerinizden yararlanmalısınız?  
(düzenli olmak, programlı olmak vb.)**

**Hedefinize ulaşmak için kullanacağınız güçlü özelliklerinizi keşfedin!**



# GELİŞTİRİLMESİ GEREKEN YÖNLERİNİZİ KEŞFEDİN

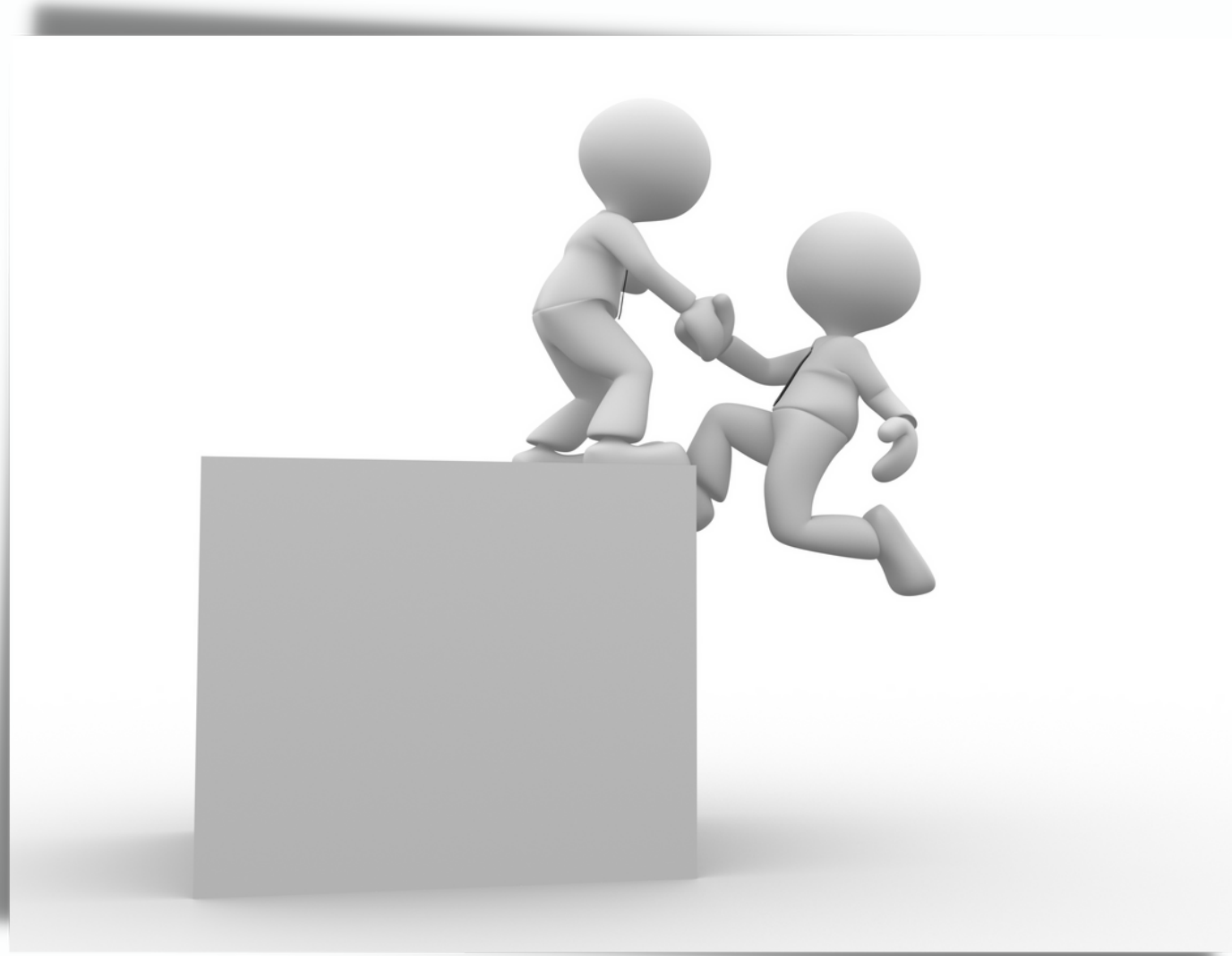


**Kendinize bir liste yapın ve hedefinize ulaşmak için kullanacağınız ve geliştirmeniz gereken yönlerinizi keşfedin. Ve bu yönlerinizi nasıl geliştirebileceğinizi yazın.**





# YARDIM ALABİLDİĞİNİZ KİŞİLERİ BELİRLEYİN



**Hedefinize ulaşmak için size  
genelde-yerlerde, size evde-  
okulda yardımcı olabilecek kişileri  
belirleyin.**

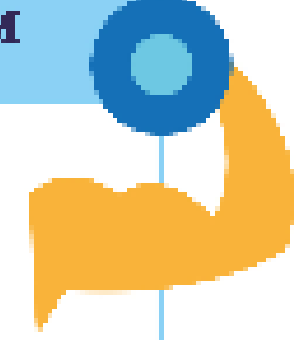
# HEDEFİM



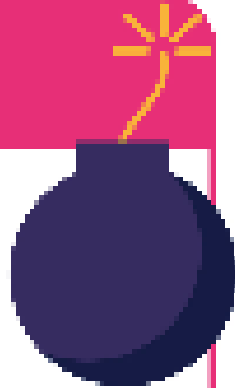
## HEDEF LİSTEM



## GELİŞTİRİLMESİ GEREKEN YANLARIM



## GÜÇLÜ YANLARIM



## BANA YARDIM EDEBİLECEK KİŞİLER



**En büyük başarıları kazanan  
insanlar, büyük hedefleri olan  
insanlardır...**

*K. Atatürk*







# SİLOPİ

REHBERLİK VE ARAŞTIRMA MERKEZİ

*Psikolojiye ve Özel Eğitime Dair  
Her şey...*