

نصائح في التخطيط وإدارة الوقت

الوقت هو هبة من الله منحها بالتساوي لكافة عباده، وهو أعلى رأسمال يملكه المرء، فهو مورد محدود وينضب سريعاً، وما يذهب منه لا يعود أبداً. وإن مهارات إدارة الوقت بفعالية -أي استغلال كل ثانية منه على النحو المرجو- تزيد من قيمته، وهي أحد أسرار التميز لدى المتفوقين. إضافة لذلك فإن هذه المهارات تسهم في خفض معدل التوتر والإحباط، وتؤدي إلى الشعور بالفخر بالإنجازات المحققة، وزيادة معدلات الإنتاجية، إضافة إلى مساعدة المرء على تخصيص فترات أكثر لقضاياها مع العائلة والأصدقاء، كما تمكن من تحقيق التوازن المنشود بين المهام المختلفة في الحياة. وإليك -عزيزنا الطالب - بعض النصائح التي تساعدك على التخطيط وإدارة الوقت:

- حدد أهدافك بدقة، وليكن تميزك في دراستك على رأسها؛ فهذا يمكنك من تبوء مكانة مرموقة بين أقرانك، ويؤهلك لأن تكون أخصائياً ناجحاً في حياتك المهنية.
- ضع خطة واضحة لتحقيق هذه الأهداف.
- حدد الأولويات لديك بعناية، ولعل حضور المحاضرات والمشاركة الفعالة فيها وفي الأنشطة الدراسية الأخرى يتصدر هذه الأولويات أثناء حياتك الدراسية.
- خصص عدة دقائق لإعداد برنامج يومي يتضمن المهام (محاضرات، معمل، بحث، اختبار، مكتبة، فريق عمل، دورة تخصصية، ...)، والمدة اللازمة لإنجاز كل مهمة في برنامجك، متذكراً بأن الوقت هو «عملة حياتك»، وأنك خير من يحدد فيما تنفقها، واحرص على ما يلي في إعداد البرنامج:
- خصص الوقت الذي تكون فيه إنتاجيتك أعلى للمهام الأصعب كلما كان ذلك ممكناً.
- ليكن برنامجك مرناً (أي يتقبل بعض التعديلات بهدف الوصول إلى نتائج أفضل)، ويتضمن وقتاً للراحة و/أو لممارسة هواية مفيدة.
- تعوّد على تنفيذ كل بند في برنامجك على أفضل نحو ممكن مع الالتزام بالوقت المخصص له، متذكراً أن طريقة العمل ليست أقل أهمية من كثرته.
- احرص على امتلاك الرغبة والإرادة القوية للتغيير؛ حيث إن مهارات إدارة الوقت بفعالية تتطلب التخلص من العادات السيئة التي تؤدي إلى إهدار الوقت، مثل: التأجيل و/أو التسويف، استخدام التقنية (وخاصة الإنترنت) في مواضيع غير مفيدة، وكثرة المخالطة والمجالسة التي لا تساعدك في دراستك.
- احرص على المشاركة الفعالة في فرق العمل الطلابية، وأسهم بنشاط في تحديد المهام لكل عضو في فريق العمل مع السعي لاختصار الوقت الكلي لإنجاز العمل إلى أقصى حد ممكن، وكن قدوة في حسن إنجاز المهمة المناطة بك وبالمدة المخصصة لها.
- استند من كل الأساليب والوسائل التقنية التي تمكنك من إيجاد المعلومة واستيعابها بأقصر مدة ممكنة، بما في ذلك المشاركة الفعالة في العملية التفاعلية للتعليم.
- اعمل على تحسين مهارات الاتصال لديك؛ لأن ذلك يساعدك على إيصال المعلومات بطريقة فعالة ويوفر عليك الوقت والجهد.
- لا تدع ما يعترض طريقك من عقبات اجتماعية (مشاكل أسرية، مواقف غير متوقعة من قريب أو صديق، ...) وغيرها (وعكة صحية، حدث طارئ، ...) مصادر لاستهلاك وقتك، فمسائل الحياة تنتهي فقط عندما تنتهي الحياة نفسها، وتحلّ بالحكمة متذكراً قوله تعالى: ﴿ومن يؤت الحكمة فقد أوتي خيراً كثيراً﴾.