

ÖMER tarafından haftalık olarak hazırlanan kariyer bültenidir.

Zamanı yönetmek mümkün mü?

Bu akşam uyumaya hazırlanırken gününüzü şöyle bir değerlendirin. Tamamlamanız gereken şeylerin ne kadarını tamamladınız, gününüzü ne kadar verimli geçirdiniz, kendinize ne kattınız, yapmayı tasarladığınız şeylere ne kadar vakit ayırdınız? Birçoğumuz zamanın yapacaklarımız için yeterli olmadığından yakınız ama gerçekte zamanımızı iyi kullanmak için bir şeyler yapıyor muyuz? Zaman yönetimi hem eğitim hem iş hayatında bizi öne geçirecek önemli yetkinliklerden biri. Zaman yönetimini sadece zamanında bir yere varmak ya da bir işi zamanında sonuçlandırmakla sınırlandırmamak lazım. Zaman yönetimi, öncelikleri belirleyebilme, acil ve önemli işleri birbirinden ayırabilme, vücut ritmini tanıma ve yönetme, boş zamanları planlayabilme, stres ve krizleri yönetme gibi pek konu ile birebir ilişkili. Zamanını verimli kullanan birinin kullanmayan birine göre aynı zaman aralığında pek çok farklı işi yapabilmesi ve bunu hem daha az yorulmuş hem de daha çok keyif alarak gerçekleştirmesi mümkün. Geri döndürülmesi ve depolanması mümkün olmayan tek kaynağımızı iyi yönetmeyi öğrenmeliyiz.



Haftanın Blog Önerisi

İş dünyasını, öğrencileri ve onlarla bağ kuran öğrenci kulüplerini bir araya getiren Kampüs Etkinlikleri sayfası, seminerler, eğitimler, festivaller, kulüp organizasyonları, iş dünyasından ilginizi çekebilecek ve size faydalı olabilecek haberler içeren bir öğrenci platformu.

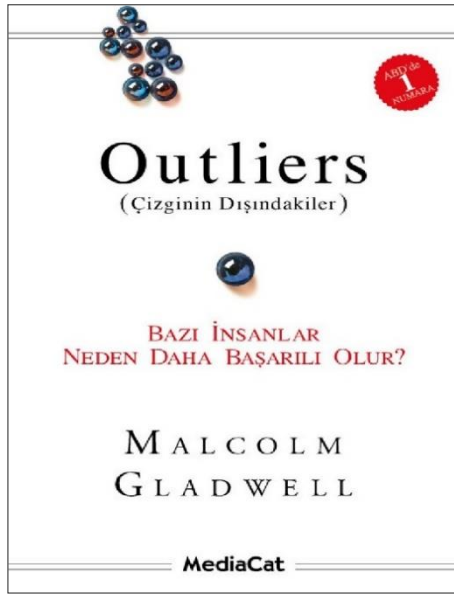
Kampüs Etkinlikleri

Sitede vakıf ve devlet üniversitelerinde düzenlenen organizasyonları ve kulüp etkinliklerini takip edebilirsiniz. Ayrıca çeşitli markaların gençlerle ilgili yaptığı çalışmalar, sektörlerle ilgili araştırmalar, güncel kariyer haber ve yazıları da sitede takip edebileceğiniz arasında.



<https://www.kampusetkinlikleri.com>

Ne okusam?



Bazı insanlar neden başkalarından daha başarılı olur? Başarılı insanların daha zeki ve hırslı oldukları söylenir. Outliers'te Malcolm Gladwell başarının gerçek hikâyesinin bundan çok farklı olduğunu ve bazı insanların neden başarılı olduğunu anlamak için, çevrelerine daha dikkatli bakmamız gerektiğini iddia ediyor. Gladwell toplumda öne çıkan ve herkes tarafından 'başarılı' kabul edilen örneklerden yola çıkarak, başarılı insanların hayatını ve zirveye nasıl çıktıklarını sorguluyor. Yazara göre başarı, bireysel çaba ile çevresel koşulların uygun bir bileşimi, başarıya götüren yol ise ancak doğru ve verimli çalışmadan geçiyor. Okumanızı öneririz.

Neden Katılmalısınız?

Sınav Kaygısıyla Baş Etme



Sınavlardan önce yaşadığımız tedirginlik, huzursuzluk, başarısız olma korkusu sınav performansınızı nasıl etkiliyor? Çok çalıştığınız ve sınav konularını çok iyi bildiğiniz halde kendinizi ifade edemediğiniz durumlar yaşıyor musunuz? Yüksek sınav kaygısı birçok kişinin sınav başarısını negatif etkileyen bir durum. Ancak bu kaygıyı yönetmenin yöntemleri de yok değil. ÖMER Psikolojik Danışmanlık ve Rehberlik Ofisi tarafından hazırlanan eğitimlerden biri olan **Sınav Kaygısıyla Baş Etme Seminerleri** izleyen haftalarda sizlerle olacak.

Nereden başlamalıyım?

TÜBİTAK Araştırma Yarışması

Türkiye Bilimsel ve Teknolojik Araştırma Kurumu, akademik ve endüstriyel araştırma geliştirme çalışmalarını ve yenilikleri desteklemenin yanı sıra, ülkemizin bilim ve teknoloji politikalarını belirleyen ve toplumun her kesiminde bu farkındalığı artırmak için çalışan bir kurum. TÜBİTAK üniversite öğrencilerinin araştırma çalışmalarını destekleyen bir program yürütüyor. Bu programın amacı, üniversite öğrencilerinin, bilimsel çözümler üretmeleri ve bu doğrultuda bilgi ve becerilerini geliştirmelerine yönelik olarak projeler geliştirmelerini teşvik etmek. İlgilenenler için; <http://tubitak.gov.tr/bideb/2242>

Ne izlesem?



Yapım: 2006, Yönetmen: Christopher Nolan
Oyuncular: Hugh Jackman, Christian Bale, Scarlett Johansson, Michael Caine

Christian Bale ve Hugh Jackman'ın müthiş performanslarına tanık olduğumuz filmde döneminin önemli iki sahne sihirbazının, arkadaşlıktan rekabete ve düşmanlığa giden yolda birbirleriyle ve kendileriyle verdikleri mücadele anlatılıyor. Biri sofistike ve şovmen, bir diğeri yaratıcı ama sunum anlamında daha başarısız olan iki sihirbaz farklı kişilik özellikleriyle geliştirdikleri sahne şovlarına bilimsel gelişmeleri de dahil ederler. Sürekli gelişme, yenilikçilik, bilimi yaşama ve işe dahil etme ve nihayetinde yorulmaz bir rekabetçiliğin ele alındığı film izlenmeye değer.