

3.5.3 Bireysel Değişim Planı

Bireysel Değişim Planı - BDP Nedir?

Kişinin, herhangi bir ya da birkaç yaşam becerisinin sınırını esnetip genişleterek bir ek yaşam alanı kazanmak için yaptığı plandır.

Daha da kısası:

Kendini **-öğrenme yoluyla-** değiştirme planıdır.



Yaşam Alanı sınırlarınızın bir veya birkaçını değiştirmek isteyebilirsiniz.

Hangi sınır(lar)ı esnetip genişletmek isteyebileceğiniz, vizyonunuza bağlıdır.

Vizyonunuzla ilgisi olmayan sınırların değiştirilmesi anlamlı olmayabilir.

Bu sınırları ancak "doğru sorular" ve "öğrenme" yoluyla değiştirebilirsiniz.

Yani:

- **HANGİ sınırları, NASIL değiştireceğinizi DOğRU SORULAR yoluyla,**
- **Sınırları DEęİŐTİRMEYİ ise ÖğRENME yoluyla gerçekleştirebilirsiniz.**

Bireysel Öğrenme Planı işte bu yaşamsal hedefinizi gerçekleştirmek amacıyla hazırlayacağınız bir "**kendi kendinizle sözleşme**"dir.

Bireysel Değişim Planı Nasıl hazırlanır?

BDP,

- kendi kendinizi tanımak,
- edinebileceğiniz bir hedefe göre yetersiz olan yönlerinizi geliştirmek

esasına dayanır.

BDP'nin başarısı bu nedenle, kendinizi içtenlikli olarak tanımanıza, neredeyse didik didik etmenize bağlıdır.

Bu amaçla çeşitli testler uygulayabilirsiniz. Örneğin:

- Dikkat dağınıklığı (<http://www.kigep.org.tr/testler/dikkatdaginikligi.zip>),
- Zaman yönetimi (<http://www.kigep.org.tr/testler/zamanyonetim.zip>),
- Girişimcilik (<http://www.kigep.org.tr/testler/girisimcilik.zip>),
- Öğrenme stili (<http://www.kigep.org.tr/testler/ogrenmestilitesti.zip>),
- Çoklu zeka (<http://www.kigep.org.tr/testler/cokluzeka.zip>),

Ayrıca, Yaşam Alanı için 360⁰ testi de uygulamalısınız.

(<http://www.i-hdk.ogrev.org.tr/Test.aspx>)

Hatırlatma: BDP, okuldaki bir sınav ya da ev ödevi değildir !

Bu plana dahil ettiğiniz her şeyi yapmaya niyetli ve de hazır olun.

- “Yaşam Alanı” yoluyla bir defa kendinizi değiştirebilmeyi becerdiğinizde bunun ne güçlü bir araç olduğunu keşfedeceksiniz.
- Olayların önünde oraya buraya sürüklenip yaşamın sizi hapsedtiği dar alanda yaşamak ...

Ya da, kendi yaşam alanınızı kendiniz belirlemek...

BDP Őu 3 sorunun cevaplanmasına indirgenebilir

- 1. Amaç(lar)ınız neler? (Lütfen tekil, belirli ve net olsun),**
- 2. Bunun için yaşam alanınızın nere(ler)ini değiştirmeniz gerekir?**
- 5. Bu değişimleri nasıl gerçekteştirmeyi planlıyorsunuz?**

Tercih sizin...

Düşünceleriniz sözleriniz,
Sözleriniz davranışlarınız,
Davranışlarınız alışkanlıklarınız,
Alışkanlıklarınız değerleriniz,
Değerleriniz kaderiniz olur.

Gandi

Teşekkür ederiz
www.tinaztitiz.com