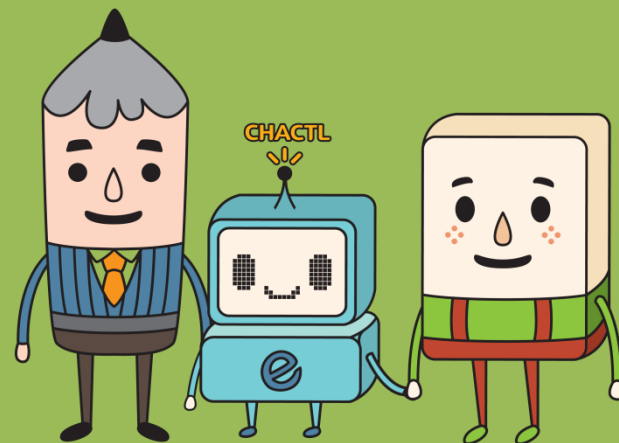


# LAMP

## 자기주도 학습 능력 향상 프로그램

3회기

: 시간관리의 핵심원칙



# 시간관리란?

- 시간관리의 의미

시간관리에 대해 배우기에 앞서, 시간관리는 무엇을 의미하는지 자신의 생각을 적어봅시다.



시간관리란,

주어진 시간을 자신의   에 맞게   해서 사용하는 것이다.



# 시간관리란?

- 시간관리의 의미

시간관리에 대해 배우기에 앞서, 시간관리는 무엇을 의미하는지 자신의 생각을 적어봅시다.

- 시간을 자신의 목표에 맞도록 미리 계획해서 균형감 있게 사용하는 것
- 중요한 일들을 효율적으로 처리할 수 있도록 시간을 사용하는 것
- 목표와 방향을 유지하면서 시간을 사용하는 것



시간관리란,

주어진 시간을 자신의   에 맞게   해서 사용하는 것이다.

# 시간관리란?

- 시간관리의 의미

시간관리에 대해 배우기에 앞서, 시간관리는 무엇을 의미하는지 자신의 생각을 적어봅시다.

- 시간을 자신의 목표에 맞도록 미리 계획해서 균형감 있게 사용하는 것
- 중요한 일들을 효율적으로 처리할 수 있도록 시간을 사용하는 것
- 목표와 방향을 유지하면서 시간을 사용하는 것

시간관리란,

주어진 시간을 자신의 **목표**에 맞게 **계획**해서 사용하는 것이다.

# 나의 우선순위는?

- 평소 나는 중요하다고 생각하는 일부터 먼저 하는 편인가요?

YES / NO

- 내가 중요하다고 생각하는 것들은 어떤 일들이인가요?

- 중요도에 따라 일을 할 때와 중요도에 상관 없이 일을 할 때의 결과는 어떻게 다를까요? 각자의 생각을 적은 후, 다른 사람들과 토의해 봅시다.

중요도에 따라 순서대로 했을 때의 결과

중요도를 무시하고 했을 때의 결과



# 나의 우선순위는?

- 평소 나는 중요하다고 생각하는 일부터 먼저 하는 편인가요?

YES / NO

- 내가 중요하다고 생각하는 것들은 어떤 일들이인가요?

- 중요도에 따라 일을 할 때와 중요도에 상관 없이 일을 할 때의 결과는 어떻게 다를까요? 각자의 생각을 적은 후, 다른 사람들과 토의해 봅시다.

중요도에 따라 순서대로 했을 때의 결과

중요한 일을 잊지 않고 처리할 수 있다.

중요도를 무시하고 했을 때의 결과

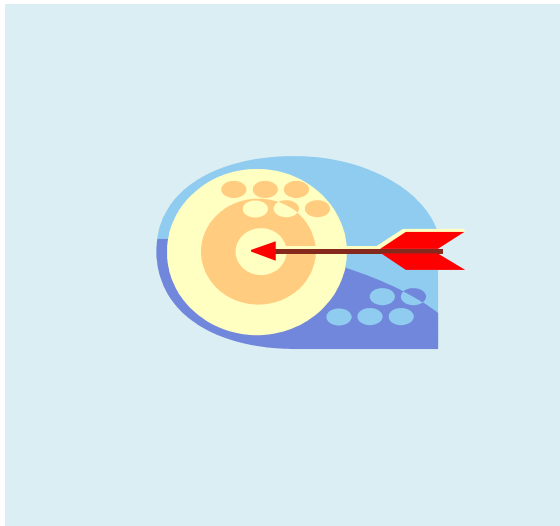
덜 중요한 일을 하는데 시간을 보내다 결국 중요한 일을 못하게 될 수 있다.



# 우선순위를 결정하는 두 가지 기준

- 일의 순서를 정하기 위한, 우선순위 결정 기준에 대해 배워봅시다.

기준 1 | 중요도



> 일의 중요도는 자신의  
□ □ 에 따라 결정됩니다.

기준 2 | 긴급도

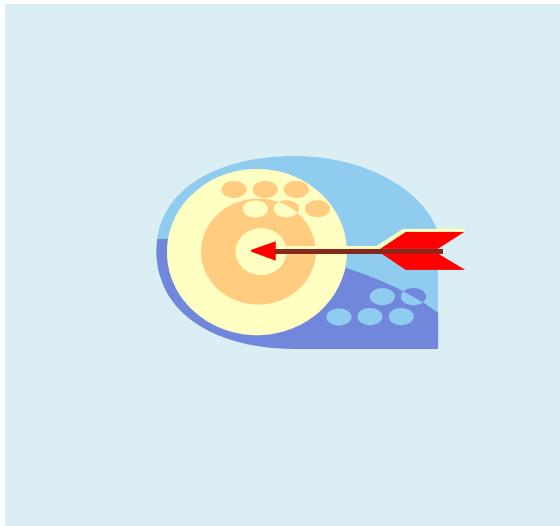


> 급한 일의 기준은  
그 일을 반드시 끝마쳐야 하는 시간,  
즉 □ □ □ □ 이 얼마나  
멀고 가까운지의 여부로 결정할 수  
있습니다.

# 우선순위를 결정하는 두 가지 기준

- 일의 순서를 정하기 위한, 우선순위 결정 기준에 대해 배워봅시다.

기준 1 | 중요도



> 일의 중요도는 자신의  
**목표**에 따라 결정됩니다.

기준 2 | 긴급도



> 급한 일의 기준은  
그 일을 반드시 끝마쳐야 하는 시간,  
즉 **마감시간**이 얼마나  
멀고 가까운지의 여부로 결정할 수  
있습니다.



# 우선순위에 따른 활동



# 우선순위에 따른 활동



# 우선순위에 따른 활동



# 우선순위에 따른 활동



# 우선순위에 따른 활동



# 파레토 법칙

- 파레토 법칙이란?

이탈리아의 경제학자이자 사회학자인 파레토는 대략 전체 인구의 20%가 전체 부의 80%를 차지하고 있음을 발견하였다. 이는, 전체 결과의 80%가 전체 원인의 20%에서 일어나며 적은 비율의 노력과 원인이 큰 비율의 결과로 나타난다는 것을 의미하는 것이다.

- 파레토 법칙의 예시

> “국내 총 생산의 80 %는 인구의 20 %가 만들어낸다.”

> “어떤 회사의 총수익 80 %는 제품의 20 %에서 발생한다.”



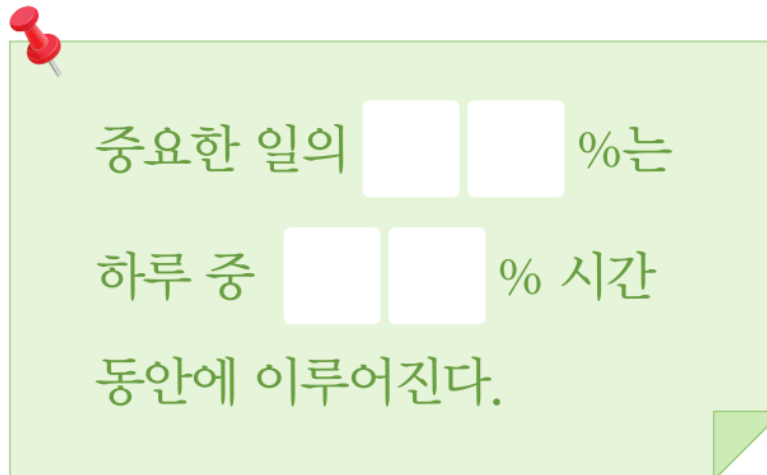
# 파레토 법칙

- 파레토 법칙을 여러분의 생활에 적용한다면, 어떤 것들이 있을 수 있는지 찾아봅시다.

내가 받는 전화의 80%는 아는 사람의 20%가 거는 것이다.

내가 주로 접속하는 인터넷 사이트의 80%는 알고 있는 사이트의 20%에 해당한다.

- 파레토 법칙이 시간 관리에 있어서 중요한 이유를 생각해 봅시다.



중요한 일의 [ ] [ ] %는  
하루 중 [ ] [ ] % 시간  
동안에 이루어진다.

# 파레토 법칙

- 파레토 법칙을 여러분의 생활에 적용한다면, 어떤 것들이 있을 수 있는지 찾아봅시다.

내가 받는 전화의 80%는 아는 사람의 20%가 거는 것이다.

내가 주로 접속하는 인터넷 사이트의 80%는 알고 있는 사이트의 20%에 해당한다.

- 파레토 법칙이 시간 관리에 있어서 중요한 이유를 생각해 봅시다.

중요한 일의 80%는

하루 중 20% 시간

동안에 이루어진다.



# 파레토 법칙의 적용

- 만일, 하루 2-3시간씩 10년 동안 한가지 활동을 꾸준히 한다면, 삶에 놀라운 변화를 가져올 수 있어요. 이를 위해 중요하다고 생각하는 활동 1가지를 적어봅시다.

- 만일, 이러한 활동을 지속적으로 한다면 10년 후 나는 어떤 모습일까요? 구체적으로 적어봅시다.



# 파레토 법칙의 적용

- 만일, 하루 2-3시간씩 10년 동안 한가지 활동을 꾸준히 한다면, 삶에 놀라운 변화를 가져올 수 있어요. 이를 위해 중요하다고 생각하는 활동 1가지를 적어봅시다.

영어 회화

- 만일, 이러한 활동을 지속적으로 한다면 10년 후 나는 어떤 모습일까요?  
구체적으로 적어봅시다.

외국인과 스스럼 없이 대화할 수 있다.

미국드라마를 자막 없이 볼 수 있다.



# 감사합니다.

