

Benim Yılım

Değerlerim, Hedeflerim,
Yolculuğum



Remzi Kitabevi

Benim Yılım

Değerlerim, Hedeflerim,
Yolculuğum

BENİM YILIM
Değerlerim, Hedeflerim, Yolculuğum

Binhan Dirilgen, Özlem Göçek, Feyzan Ökmen

Tasarım: Meriç Köstem

© Remzi Kitabevi, 2025

Her hakkı saklıdır.
Bu yapıtın aynen ya da özet olarak
hiçbir bölümü, telif hakkı sahibinin
yazılı izni alınmadan kullanılamaz.

ISBN 978-975-14-2263-7

Birinci basım: Aralık 2025

Basımı 1500 adet yapılmıştır.

Remzi Kitabevi A.Ş., Akmerkez E3-14, 34337 Etiler-İstanbul

Sertifika No: 10705

Tel (212) 282 2080 Faks (212) 282 2090

www.remzi.com.tr post@remzi.com.tr

Baskı ve cilt: Seçil Ofset, 100. Yıl Mah., Matbaacılar Sitesi

4. Cad. No. 77, Bağcılar-İstanbul

Sertifika No: 44903 / Tel (212) 629 0615

Benim Yılım

Değerlerim, Hedeflerim,
Yolculuğum



Remzi Kitabevi

İçindekiler

11	Beni Yansıtan Özelliklerim
13	Beni Yansıtan Değerlerim
14	Amaç, Hedef
16	Bu Yılki Hedeflerim
18	Yoluna Kararlılıkla Devam Et
20	Kendini Ödüllendir, Kutla!
23	Ocak Yenilenme
38	Motivasyon
41	Şubat Planlama
56	Zaman Yönetimi
59	Mart Merak
74	Rutin

77	Nisan Keşif
92	Bahane ve Ertelemeler
95	Mayıs Şükür
110	Bakış Açısı
113	Haziran Sevgi ve Şefkat
126	Yılı Yarılarken Hedeflerimi Gözden Geçiriyorum
129	Temmuz Neşe ve Paylaşım
144	Zihin Yapısı
147	Ağustos Yaratıcılık
162	Disiplin
165	Eylül Kültür ve Sanat
180	Stres Yönetimi
183	Ekim Kendine Yatırım
198	Sabır, Sebat ve Azim
201	Kasım Umut
216	Dayanıklılık
219	Aralık Yıl Biterken
232	Yıl Biterken

Adım

En Büyük Hayalim



Yol Arkadaşım Ekibi olarak bu ajandayı, düşüncelerine yön vermen, hedeflerini netleştirmen ve kendi yolunda kararlılıkla ilerlemen için hazırladık.

Bu ajanda, sana ait olanı, zamanını, enerjini ve dikkatini gerçekten neye vermek istediğini fark etmene yardımcı olacak.

Bazen sadece durup kendine sormaya bazen kararlılıkla adım atmaya, bazen de sadece “Şimdi değilse ne zaman?” demeye ihtiyacın olacak. İşte tam da bu anlarda bu ajanda sana eşlik etsin.

Her sayfası, kendi yolculuğunu fark etmen, kendinle bağ kurman ve adım adım ilerlemen için sana yol arkadaşlığı yapacak.

Bu yolculuk senin...

Kendini gerçekleştirdiğin bir yıl olsun.

Binhan Dirilgen, Özlem Göçek, Feyzan Ökmen

Bu, senin hayatın
ve çok kıymetli.

Açık fikirli

Açık sözlü

Akıllı

Azimli

Cana yakın

Cesur

Cömert

Çalışkan

Çözüm odaklı

Dürüst

Empatik

Enerjik

Eğlenceli

Güvenilir

Hoşgörülü

Huzurlu

İyi arkadaş

İyi dinleyici

İyi niyetli

Kararlı

Kültürlü

Mantıklı

Meraklı

Mutlu

Nazik

Neşeli

Olumlu

Özgür

Özgün

Planlı

Sabırlı

Samimi

Saygılı

Sevecen

Sıcak kanlı

Sözünde duran

Şefkatli

Umutlu

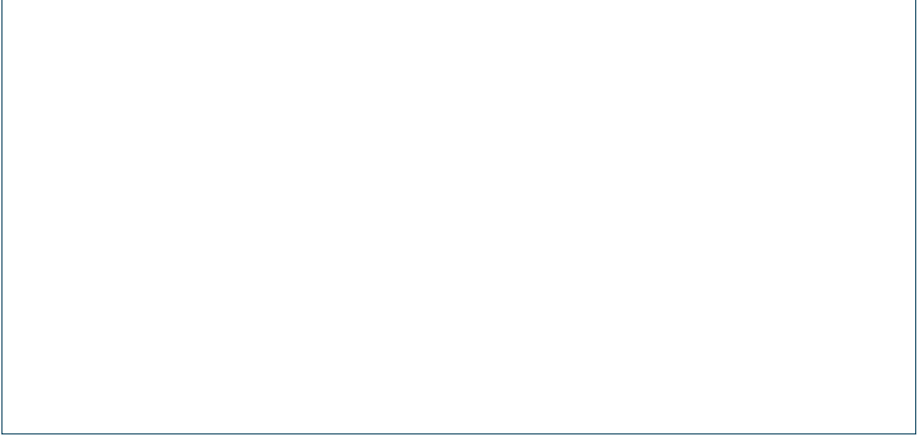
Vicdanlı

Yaratıcı

Beni Yansıtan Özelliklerim

Seni yansıtan özellikleri işaretle.

EN GÜÇLÜ OLDUĞUM ÖZELLİKLERİM

A large, empty rectangular box with a thin blue border, intended for the user to list their strongest traits.

GELİŞTİRMEK İSTEDİĞİM ÖZELLİKLERİM

A large, empty rectangular box with a thin blue border, intended for the user to list traits they want to develop.

Adil
olmak

Affedici
olmak

Aile

Anlayış

Azim

Barış

Başarı

Bilgi

Çalışkanlık

Dayanışma

Dostluk

Dürüstlük/
Doğruluk

Empati

Etik olmak

Güven

Hoşgörü

Huzur

İrade

Kalite

Kararlılık

Öz güven

Kendini
ifade etme

Maneviyat

Mutluluk

Neşe

Öğrenmek

Özgürlük

Sadakat

Sağlık

Saygı

Sevgi

Sorumluluk

Sosyal
sorumluluk

Şefkat

Şeffaflık

Üretkenlik

Yaratıcılık

Yardım-
severlik

Yenilikçilik

Zekâ

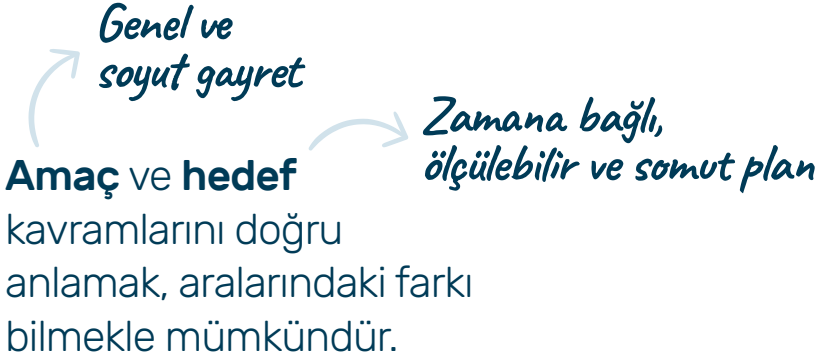
Beni Yansıtan Değerlerim

Senin için en önemli 10 temel değer hangileri? İşaretle.

SEÇTİĞİM BU DEĞERLERİN YANSIDIĞI YAŞAM ALANLARIM

SEÇTİĞİM BU DEĞERLERİN YAŞAMIMDA DAHA FAZLA YER ALMASI İÇİN YAPACAKLARIM

Amaç, Hedef



Amaç, daha genel ve soyut bir gayrettir. Uzun vadeli veya süresiz olabilir ve “Neden?” ya da “Ne için?” sorularına cevap verir.

Örnek: “Amacım farklı kültürlerle daha iyi iletişim kurmak ve dünya görüşümü genişletmek.”

Hedef ise amaca ulaşmak için attığın somut adımlardır. Bir amacın altında birden fazla hedef olabilir.

Hedefler, eldeki kaynaklara ve koşullara uygun, ulaşılabilir, kişinin değerleri ve planlarıyla uyumlu olmalı, ayrıca net, ölçülebilir, gerçekçi, anlamlı ve zamana bağlı olmalıdır.

Örnek: “Hedefim altı ay içinde İngilizcede başlangıç seviyesinde sohbet edebilmek.”

Yol boyunca neden başladığını hatırla, hedeflerini ve adımlarını belirle, belirli aralıklarla gerekli güncellemeleri yap.

“Unutma, tembel insan yoktur; sadece kendisine esin kaynağı olacak kadar güçlü amaçları olmayan insanlar vardır.”

ANTHONY ROBBINS

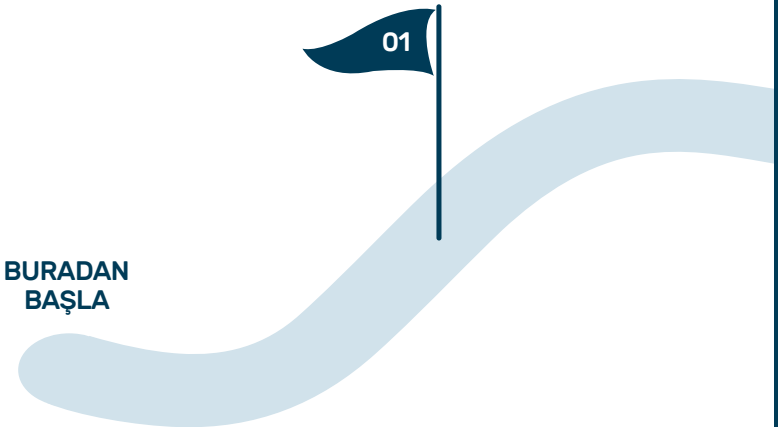
Bu yıl için amaçladıkların neler?

01

Hedeflerini Belirle

Amaçlarına ulaşabilmek için hayatının farklı alanlarında küçük ve ulaşılabilir hedefler belirleyerek başlayabilirsin.

Hedeflerini oluştururken, sana özel, ulaşılabilir, gerçekçi, ölçülebilir ve zaman planlamalı olmalarına özen göstermelisin. Çünkü bu özellikler, ilerleme sürecini takip edebilmen için çok önemlidir.



Bu Yılki Hedeflerim

KİŞİSEL GELİŞİM

Hedefim →	Bu hedefin benim için önemi →
	Hedefimi hatırlatacak sembol →

ÖĞRENİM/KARİYER-İŞ YAŞAMI

Hedefim →	Bu hedefin benim için önemi →
	Hedefimi hatırlatacak sembol →

AİLE - EŞ/PARTNER

Hedefim →	Bu hedefin benim için önemi →
	Hedefimi hatırlatacak sembol →

ARKADAŞLAR - İLİŞKİLER

Hedefim →	Bu hedefin benim için önemi →
	Hedefimi hatırlatacak sembol →

“Hedef belirlemek, hayatına yön vermenin en sade ama en güçlü yoludur. Hedefin netleştğinde, adımların anlam kazanır. Hedefine ulaşmak ise içsel bir denge sağlar.”

FEYZAN ÖKMEN

EĞLENCE/HOBİ

Hedefim →	Bu hedefin benim için önemi →
	Hedefimi hatırlatacak sembol →

SPOR/SAĞLIK

Hedefim →	Bu hedefin benim için önemi →
	Hedefimi hatırlatacak sembol →

FİNANSAL ALAN

Hedefim →	Bu hedefin benim için önemi →
	Hedefimi hatırlatacak sembol →

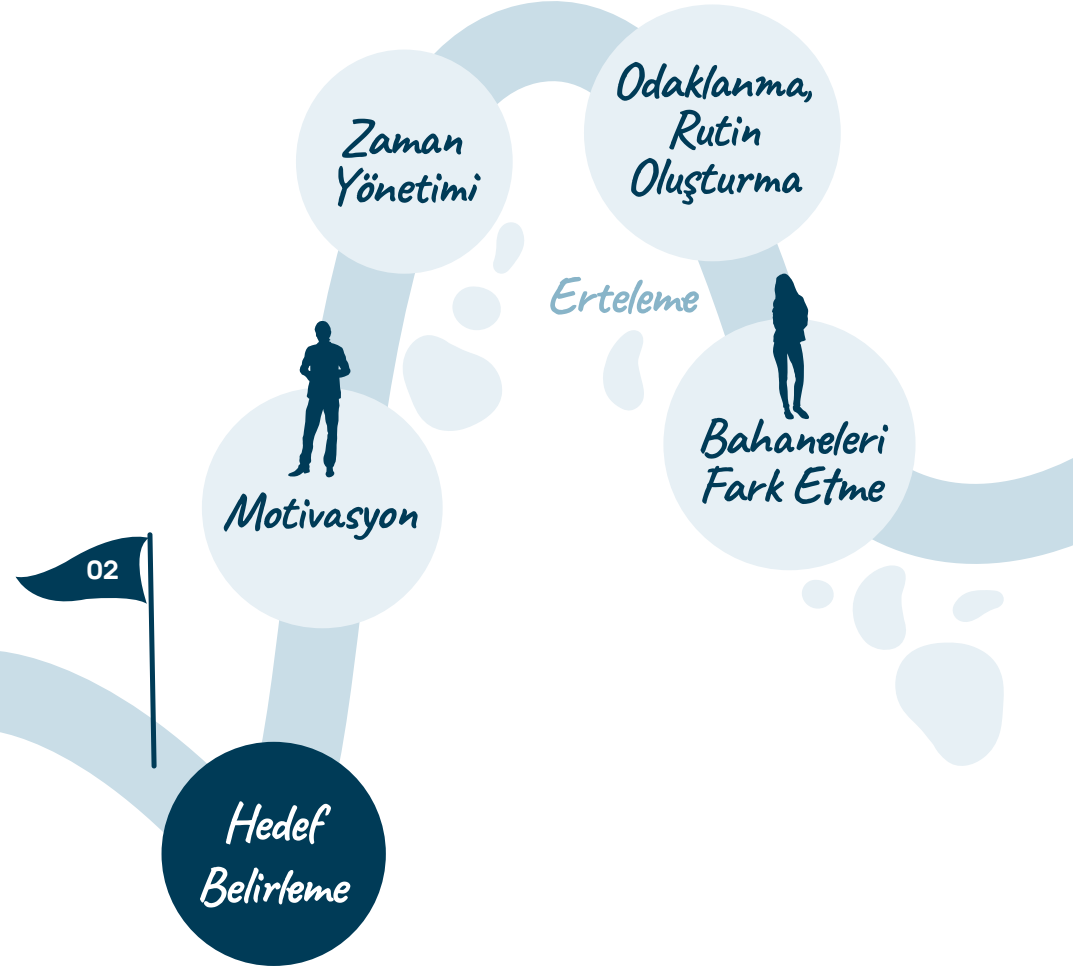
NETWORKING

Hedefim →	Bu hedefin benim için önemi →
	Hedefimi hatırlatacak sembol →

02

Yoluna Kararlılıkla Devam Et

Hedefe giden yol her zaman düz değildir;
inişler ve çıkışlar gelişimin ta kendisidir.



“Her yeni yıl geleceęe
umutla bakmanın
zamanıdır.”

BİNHAN DİRİLGİN, ÖZLEM GÖÇEK, FEYZAN ÖKMEN

ISBN 978-975-14-2263-7



9 789751 422637

KDV’den muafır