

FÅ TID TIL ALT DET VIGTIGE - VED AT ANALYSERE OG PRIORITERE DIN DAG

Hver gang, du er nysgerrig på, hvordan din prioriteringsliste i dit liv rent faktisk SER ud, så kan du udfylde nedenstående liste. Prioriter din sundhed, din familie (måske partner for sig og børn for sig, hvis du har sådan nogle), dit job, din bolig og dine fritidsinteresser (eller andre efter eget valg, men indsæt de 3-6 vigtigste for dig).

Prioritéér ud fra, hvad der er vigtigst for dig:

Min første prioritet er _____ fordi _____

Min anden prioritet er _____ fordi _____

Min tredje prioritet er _____ fordi _____

Min fjerde prioritet er _____ fordi _____

Min femte prioritet er _____ fordi _____

Nu har du en liste med prioriteter fra 1-5, på hvad du har i dit liv.

Så skal du analysere din dag.

Vælg to tilfældige dage i sidste uge og se din kalender igennem. Marker med tallene 1-5, hvornår du brugte tid på hvad.

Og nu skal du ærligt svare på, om dit tidsforbrug stemmer overens med din prioritering? Bruger du mest tid på 1?

Næstmest tid på 2? Tredjemest til på 3...og så videre...?

Hvis ikke er det nu, du rykker rundt. Og planlægger. Du afsætter mest tid til 1, næstmest til 2. Og så fremdeles.