

Dividi in 4 il tuo tempo

Regole per la compilazione del prospetto:

1. Compilate **una lista di cose da fare** in questo mese (12/14 al massimo)
2. **Scrivete SOLO i compiti da fare ora/entro il mese.** Anche se la voce "Imbiancare la cucina" è una cosa che da tempo avete in mente di fare, non andrà riportata in elenco se non è prevista per il mese in corso.
3. Dall'elenco, **scegliete 3 cose URGENTI e IMPORTANTI** e scrivetele nel primo riquadro in alto a sinistra.
4. Suddividete i rimanenti compiti nei 3 riquadri come indicato.
5. Cercate di essere obiettivi e razionali, non fatevi prendere dall'ansia e siate consapevoli che **delegare alcuni compiti** vi permetteranno di fare bene tutto il resto.
6. Accanto ad ogni voce inserire la **sigla delle priorità**
 U/I = Urgente/Importante
 NU/I = Non Urgente/Importante
 U/NI = Urgente/Non Importante
 NU/NI = Non Urgente/Non Importante

1		8	
2		9	
3		10	
4		11	
5		12	
6		13	
7		14	

Prospetto Compiti

Urgente e Importante U/I Da fare subito	Non Urgente e Importante NU/I Pianifica
1. 2. 3.
Urgente e Non Importante U/NI Delega	Non Urgente e Non Importante NU/NI Rimanda o Delega
.....