

KLUCZOWY KROK PIERWSZY W ZWIĘKSZANIU PRODUKTYWNOŚCI



PRZYGOTOWANIE

Przygotuj małe karteczki, długopis, notatnik. Opcjonalnie aplikację do sporządzania notatek. W ostatnim etapie przyda się również kalendarz, ale nie jest obowiązkowy. Daty można zapisać ręcznie, a następnie przenieść zadania do kalendarza.

Stwórz przyjazne środowisko do rozmyślań - spokojne otoczenie, coś dobrego do picia.

OCZYSZCZANIE GŁOWY Z ZALEGŁYCH SPRAW

Myśl teraz o wszystkich niedokończonych, otwartych sprawach, które są w Twoim życiu. Dotyczy to również marzeń, czy planów do zrealizowania.

Każdą z nich zapisujesz na osobnej kartce/pozycji na liście w aplikacji.



PODJĘCIE DECYZJI

W kontekście każdej sprawy podejmujesz odpowiedzialną decyzję co ma się z nią stać, jakie działanie względem niej podejmujesz wg kilku kategorii (poniżej).



Pozostawiam tę sprawę w kategorii kiedyś/może.

Załatwię tę sprawę tak szybko, jak to możliwe.

Świadomie rezygnuję z zajmowania się tą sprawą.