

EIGENSCHAP 3: Belangrijke zaken eerst

Jouw antwoorden

Naam: de Leng

Gemaakt op: 17/05/2024

Denk na over jouw activiteiten in Q3 (afleiding) en Q4 (verspilling).

Om welke activiteiten gaat het en hoe kun je deze elimineren?

Q3: vooral het lezen/openen van allemaal onzinnige mails. Ik moet me hiervoor echt gaan uitschrijven, want ik krijg ongeveer 100 mails per dag die me totaal niet interesseren.

Q4: vooral mijn tijdsbesteding op Instagram en TikTok. Ik merk dat ik hier zo ineens 2 uur verder mee ben en vervolgens niets van het opgestoken/geleerd. Ik verwijder deze apps ook zo nu en dan als ik er echt helemaal klaar mee ben. Misschien is dit weer een teken om de apps te verwijderen en me te focussen op dingen die er echt toe doen.

Denk na over de rollen die jij hebt en noteer vervolgens vijf of zes belangrijke privé- en werkdoelen die je wilt bereiken.

Vriendin
Dochter
Student
Teamgenoot

Doelen:

- Ik wil met mijn voetbalteam kampioen worden
- Ik wil na mijn stage doorgroeien en hopelijk ooit een aansturende functie verkrijgen.
- Ik wil een eigen bedrijf opzetten
- Ik wil financieel onafhankelijk zijn
- Ik wil later een mooi en gezond gezin

Bepaal welke big rock uit Q2 een positieve impact kan hebben op je privé- of werkleven wanneer je deze goed uitvoert, maar die vaak naar de achtergrond wordt geduwd of wordt onderbroken. Stel je het keuzemoment voor deze prioriteit voor.

Hoe blijf je tijdens het keuzemoment trouw aan jezelf?

Beschrijf de prioriteit en hoe jij tijdens het keuzemoment trouw aan jezelf kunt blijven.

De belangrijkste dingen, moeten voor mij het belangrijkste zijn. Plannen kan bijvoorbeeld een positieve impact hebben op mijn privé- of werklevens. Nu is het voor mij allemaal nog best makkelijk bij te houden als ik kijk naar mijn schoolwerk en werk. In de toekomst zal dit waarschijnlijk lastiger worden en is het belangrijk dat ik een paar minuten vrijhoud op zondag om de planning voor mijn week te maken en de belangrijke dingen hierbij als eerst uit te voeren. Door goed te plannen kan ik dus trouw blijven aan mezelf.