

Canvas para gestionar mi tiempo y recursos*

* Basado en la Matriz de Eisenhower

Cada día tenemos muchos desafíos tanto en lo personal como profesional, por lo que contar con una estrategia que nos ayude a priorizar y tomar decisiones nos ayudará positivamente a gestionar mejor nuestro tiempo y carga emocional (o estrés).

Paso 1

Enumera lo que tienes pendiente y no sabes por donde partir:

Paso 2

Vuelve a leer el listado y marca con una X cada afirmación según tu valoración:

Importante	Urgente
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

Paso 3

Según la valoración que acabas de hacer, te será más fácil ubicar cada tarea dentro del cuadrante. ¡Ahora tienes un mapa visual para avanzar y comenzar a gestionar mejor!

