MATRIZ DE EISENHOWER

O que fazer primeiro

Data _____

ESSÊNCIA ORGANIZADA

	URGENTE	NÃO URGENTE
IMPORTANTE	**Faça agora** URGENTE E IMPORTANTE	**Agende** IMPORTANTE, SEM PRESSA
NÃO IMPORTANTE	**Delegue** URGENTE PARA ALGUÉM	**Elimine** NEM URGENTE, NEM IMPORTANTE

Como usar a matriz

ESSÊNCIA ORGANIZADA

1 **Despeje tudo primeiro**
Antes de preencher os quadros, liste numa folha à parte tudo o que está na sua cabeça: tarefas, recados, pendências.

2 **Faça duas perguntas para cada item**
Tem prazo curto ou consequência se não for feito logo? É urgente. Aproxima você do que importa nesta fase? É importante.

3 **Coloque cada item no seu quadro**
Faça agora o que é urgente e importante. Agende o importante sem pressa. Delegue o que outra pessoa pode resolver. Elimine o resto sem culpa.

4 **Comece pelo primeiro quadro, mas proteja o segundo**
O quadro "Agende" é onde moram as metas, a saúde e as relações. Reserve um horário fixo na semana para ele.

5 **Refaça a matriz toda semana**
As tarefas mudam de quadro. Uma folha nova a cada domingo mantém a matriz útil.

PARA IR ALÉM

O passo a passo com exemplos da vida de casa está em essenciaorganizada.com.br/metodo-eisenhower-matriz-de-eisenhower