

Forstå konsekvenser

Navn: _____

Dato: _____

En lille øvelse. Forstil dig at du kun har 6 måneder tilbage at leve i. Hvad vil du bruge din sidste tid til?

På de næste par sider kan du se hvor mange uger og år, et liv ca. består af. Det er sundt at se årene stillet op sådan, da det giver et godt overblik over hvor langt du er i livet, og hvor meget du har tilbage.

Vil du f.eks. gerne læse flere bøger? Hvor mange bøger læser du typisk på et år, som det er nu? Hvis du sætter 30 min. af hver aften før sengetid, vil du måske kunne fordoble, eller tidoble antallet, alt efter hvor meget du læser i øjeblikket. Er det noget andet du gerne vil have mere af i dit liv, ja så er det vigtigt at du sætter tid af til det.

Stephen Covey fortæller i sin bestselleren 7 Gode Vaner, der handler om selvledelse, at det er vigtigt at gøre vigtige ting først, de ting der hjælper dig med at opnå din mission og dine mål. Han sammenligner de vigtige ting med store sten, mindre vigtige ting med mellemstore sten, uvigtige ting med sand, og overflødige ting med vand.

Hvis du fylder en krukke med dine store sten først, herefter mindre og mindre sten, og tilsidst sand og vand, så opnår du mest muligt.

Spørg dig selv, "Hvad er de vigtigste ting i denne uge?" Læse til eksamen, deltage i fødselsdagsfest, Bruge tid med min kæreste, kan være eksempler på store sten. Surfe på internettet, eller spille på din mobil er gode eksempler på sand og vand. Hvis du fylder hele din krukke med sand, f.eks. Netflix osv. er der ikke plads til dine store vigtige sten.

Identificer dine store sten

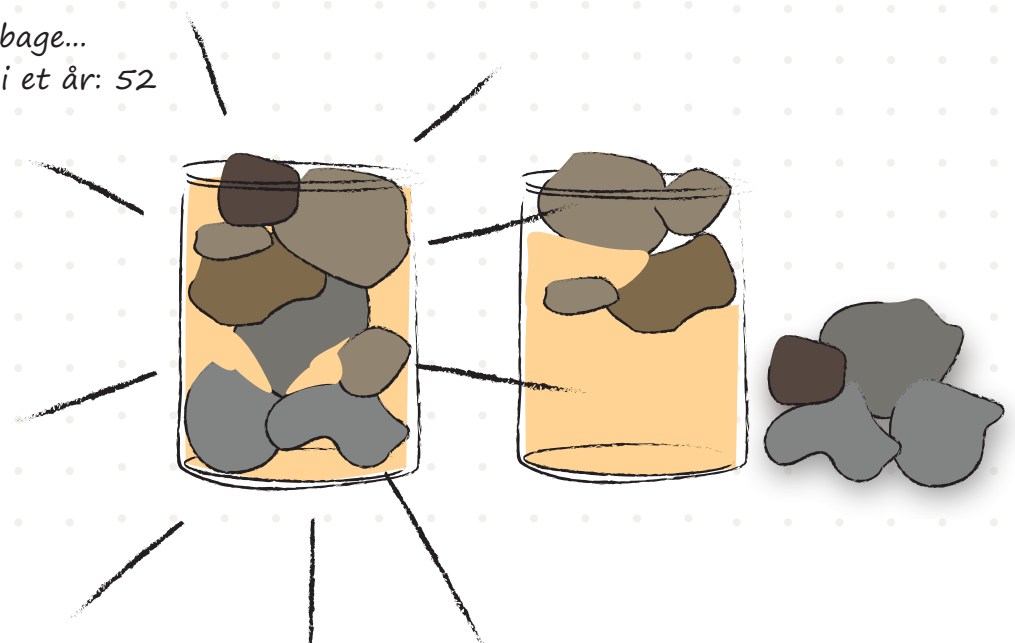
Blokering af tid for dine store sten

Planlæg alt det andet rundt om

(Kasser) Hvor mange år tilbage...

(Kasser) Hvor mange uger i et år: 52

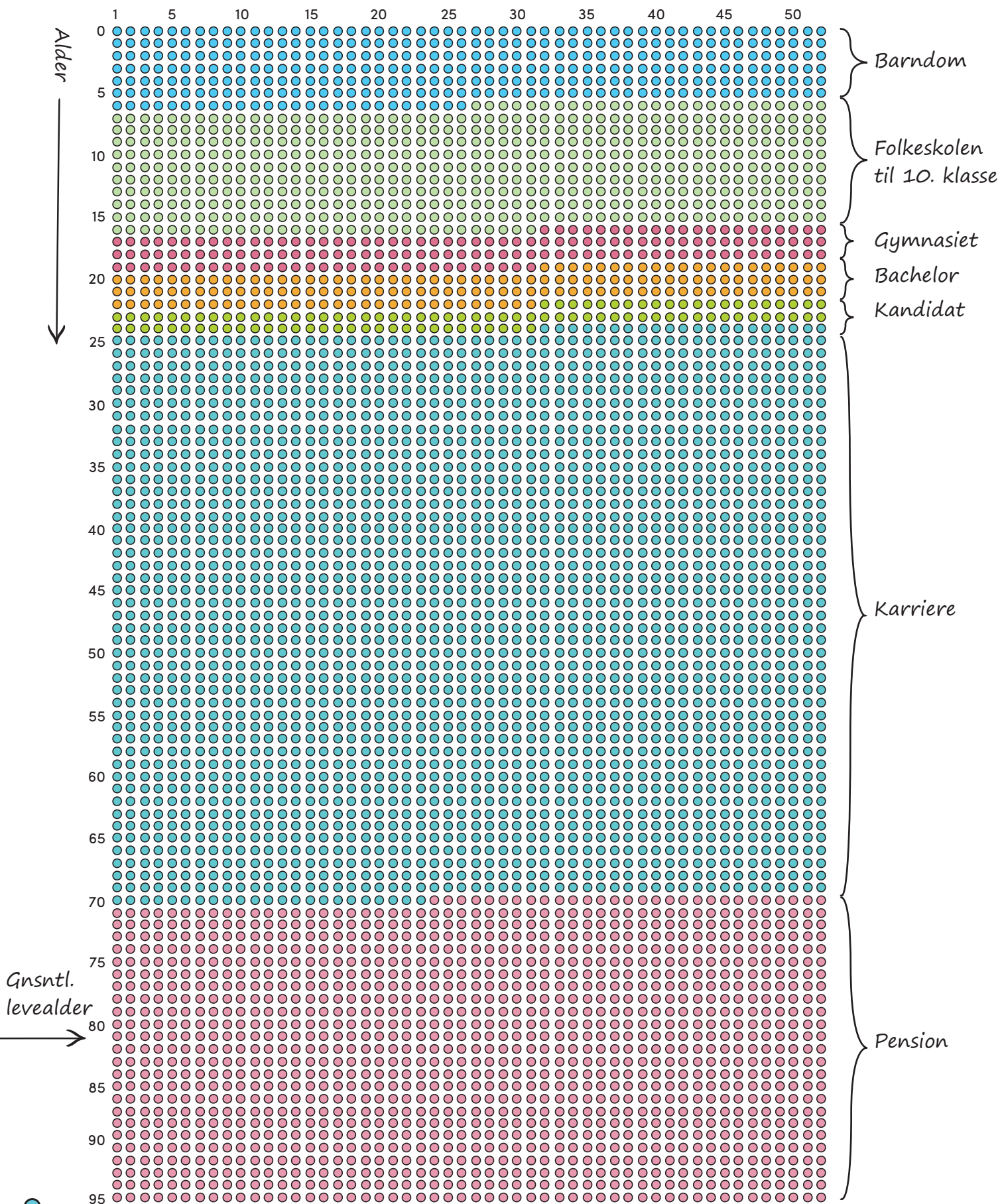
- Forpligt dig
kend din drivkraft
= Værdier/Formål



Arbejdsark: (Forstå konsekvenser)

○ = 1 uge

Antal uger på et år (52) →



Arbejdsark: (Forstå konsekvenser)

● = 1 uge

Antal uger på et år (52) 