

EIGENSCHAP 3: Belangrijke zaken eerst

Jouw antwoorden

Naam: Jordy van Walsem

Gemaakt op: 10/04/2024

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

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

Een activiteit in Q3 is mijn beste vriend helpen met zijn liefdesleven, dit is een probleem voor hem en niet voor mij, maar toch is het belangrijk om hem te helpen. Om dit te elimineren kan ik het hem ook aan hemzelf over laten of doorverwijzen naar experts op dit gebied. Een activiteit in Q4 is dat ik vaak nadat ik vroeg thuis ben uit school in bed ga liggen en ga netflixen. Dit is heel veel ontspanning en in deze tijd kan ik zat andere dingen doen. Om dit te elimineren kan ik proberen meer te gaan werken of een ander hobby te zoeken

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

- leidinggevende
- Trainer
- Zoon
- Vriend
- Levensgenieter

Bepaal welke big rock uit Q2 een positieve impact kan hebben op je privé- of werklevens 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.

Voetballen is iets wat ik graag doe en waar ik best goed in ben. Ik speel op een best aardig niveau waardoor ik vaak wil gaan sporten. Vaak komt er een keuzemoment waarbij ik kan kiezen om extra te gaan trainen of om te gaan netflixen. Hierbij wordt het sporten vaak naar de achtergrond geduwd en kies ik voor ontspanning. Om trouw te blijven aan me zelf bij het keuzemoment moet ik proberen het ontspannen te verschuiven na het sporten.