

Priorización de Tareas con la Matriz de Eisenhower

La matriz se divide en cuatro cuadrantes:

Tómate unos minutos para pensar en las actividades que realizas en un día típico. Anota **tres actividades que sean representativas de tu rutina diaria**. Pueden ser actividades relacionadas con el trabajo, la familia, tu salud, etc.

Utilizando la matriz de Eisenhower, clasifica cada una de las cinco actividades en uno de los cuatro cuadrantes, según su urgencia e importancia.



ACTIVIDADES	CUADRANTE

¿Te has sorprendido al ver en qué cuadrante han caído ciertas tareas?

¿Hay actividades que podrías delegar, eliminar o posponer para ser más productivo(a)?

Escribe un breve comentario sobre cómo puedes mejorar tu gestión del tiempo, basándote en los resultados

