



DE IVY LEE-METHODE

- 1) **Schrijf 's avonds de 6 belangrijkste taken op die je de volgende dag wil afronden.** Minder dan 6 is prima, 6 is écht het maximum. Sommigen raden aan om 3 taken te kiezen om je volledig op te focussen.
- 2) **Nummer deze taken op volgorde van prioriteit.** 1 is de belangrijkste taak, 6 de minst belangrijke.
- 3) **Neem deze taken over op een notitievel of stuk papier.** Maak een indeling in vakken, 3 op elke zijde van het vel (zie het voorbeeld hieronder). Maak het vel niet te groot zodat het in je broekzak of portemonnee past.
- 4) **Begin je dag met de 1e taak en maak deze af voordat je doorgaat met de volgende taak.**
- 5) **Kruis elke taak die je hebt afgerond af op je vel papier.** Daardoor creëer je een gevoel van afronding en beloning voor jezelf. Als je een taak hebt afgevinkt, motiveert dit vaak ook weer om door te gaan met de volgende taak.
- 6) **Werk zo taak voor taak af.**
- 7) **Aan het einde van de dag verplaatst je de taken die niet af zijn naar je to-do list van de volgende dag.**
- 8) **En dan begint het proces weer opnieuw.** Kijk weer naar al je taken en kies de 6 belangrijkste. Plaats die in volgorde van belangrijkheid. Etc.
- 9) **Doe dit minimaal een week en evalueer.** Merk je dat je nooit al je taken afkrijgt? Start dan met 5 taken per dag. Lukt dat ook niet? Probeer dan 4 taken. Net zolang tot je een lijst hebt van taken die je dagelijks afkrijgt.