

5 LISTES ORIGINALES POUR FAIRE LES BONS CHOIX

LE TOP DES LISTES POUR PRENDRE DES DÉCISIONS

«Quand vous avez des projets, comment vous y prenez-vous?»
Cette question pourrait amener des réponses bien différentes.
Pourtant, nombreuses sont les personnes qui répondent :

«Je prends un papier et un crayon et je fais une liste!»

Et vous? Quand, pour la dernière fois, vous êtes-vous assis devant
une page blanche, avez-vous écrit une liste contraignante et vous
êtes-vous engagé envers vous-même à réaliser ces choses dans
un futur proche? (silence)

Rassurez-vous, je ne fais pas vraiment mieux que vous, mais j'essaie
de trouver des solutions pour avancer plus vite et mieux, et voir
tous mes projets aboutir. En plus, j'aime beaucoup partager
mes découvertes, alors c'est parti pour 5 listes originales qui vous
aideront je l'espère, à faire les bons choix.



COMMENT ET POURQUOI FAIRE DES TO-DO LISTES UTILES ?

1- FAIRE UN BILAN

La conception d'une liste apporte un éclairage très pertinent sur ce que nous faisons en définitive de nos journées.

2- ETABLIR UNE FEUILLE DE ROUTE

Elle nous rappelle la destination finale à laquelle nous devons parvenir dans un délai imparti.

3- PRENDRE LE TEMPS DE LA REFLEXION

On couche juste quelques mots sur le papier, quelques espoirs, des bouts de conversations que nous menons avec nous-mêmes.

4- FAIRE PREUVE DE CONCISION

On n'écrit pas de longues phrases pour expliquer ce que nous souhaitons, aimons, projetons.

À VOUS DE CHOISIR

LES CINQ LISTES SUPERS EFFICACES POUR PRENDRE DES DECISIONS

1 - LE TOP FIVE

La liste idéale pour
passer à l'action

2 - LE VRAIMENT VRAIMENT

La liste pour décider ce que
l'on veut vraiment faire

3 - LA LISTE DES PRIORITÉS

La liste pour ne plus
procrastiner

4 - LA UN-DO LIST

La liste pour ne plus faire
ce que l'on ne veut pas faire

5 - LA BUCKET LIST

La liste des 100 choses
à faire avant de mourir

méthode n°2

LE TOP FIVE

Warren Buffet, c'est le copain de Bill Gates.
Le genre de personnes à qui tout réussit, qui a le temps de jouer au golf et de prendre au passage quelques décisions de trois fois rien ! Voici ce qu'il conseille de faire : vous listez 20 choses que vous aimeriez faire,

vous cogitez un peu et vous stabilisez votre top 5.
C'est fait ? Très bien ! Maintenant tout le reste part à la poubelle, et vous ne focalisez votre attention que sur ces 5 premières missions, ça sera déjà bien assez !

méthode n°4

LE VRAIMENT-VRAIMENT

Voici comment Tahar Ben Shahar (spécialiste de psychologie positive) questionna l'un de ses professeurs pour être éclairé sur le choix de ses études.

Celui-ci lui proposa de faire une liste pour ce que l'on veut faire une liste pour ce que l'on veut vraiment faire une liste pour ce que l'on veut vraiment vraiment faire.

CE QUE VOUS VOULEZ FAIRE

1

2

3

4

5

6

7

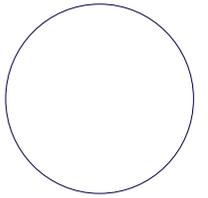
8

9

10

CE QUE VOUS VOULEZ VRAIMENT FAIRE

CE QUE VOUS VOULEZ VRAIMENT VRAIMENT FAIRE



priorités du mois

1

2

3

_____ - to do

1

×

×

×

×

_____ - to do

2

×

×

×

×

_____ - to do

3

×

×

×

×

_____ bilan

La *un-do list* est l'antithèse de la *to-do list*.
Vous y notez tout ce que vous devriez vous épargner
de faire pour optimiser votre temps.

NOT TO DO

1 _____

2 _____

3 _____

4 _____

5 _____

6 _____

7 _____

8 _____

9 _____

10 _____

JE DÉLÈGUE

ANNULER DÉFINITIVEMENT

méthode n°11

BUCKET LIST

Voici une liste qui va recenser les 100 choses que vous souhaiteriez faire avant de passer l'arme à gauche ! Réfléchissez bien, pesez et soupesez vos choix. Voyages, apprentissage, amour, amis ? Vous allez voir se dessiner ce qui est réellement important pour vous.

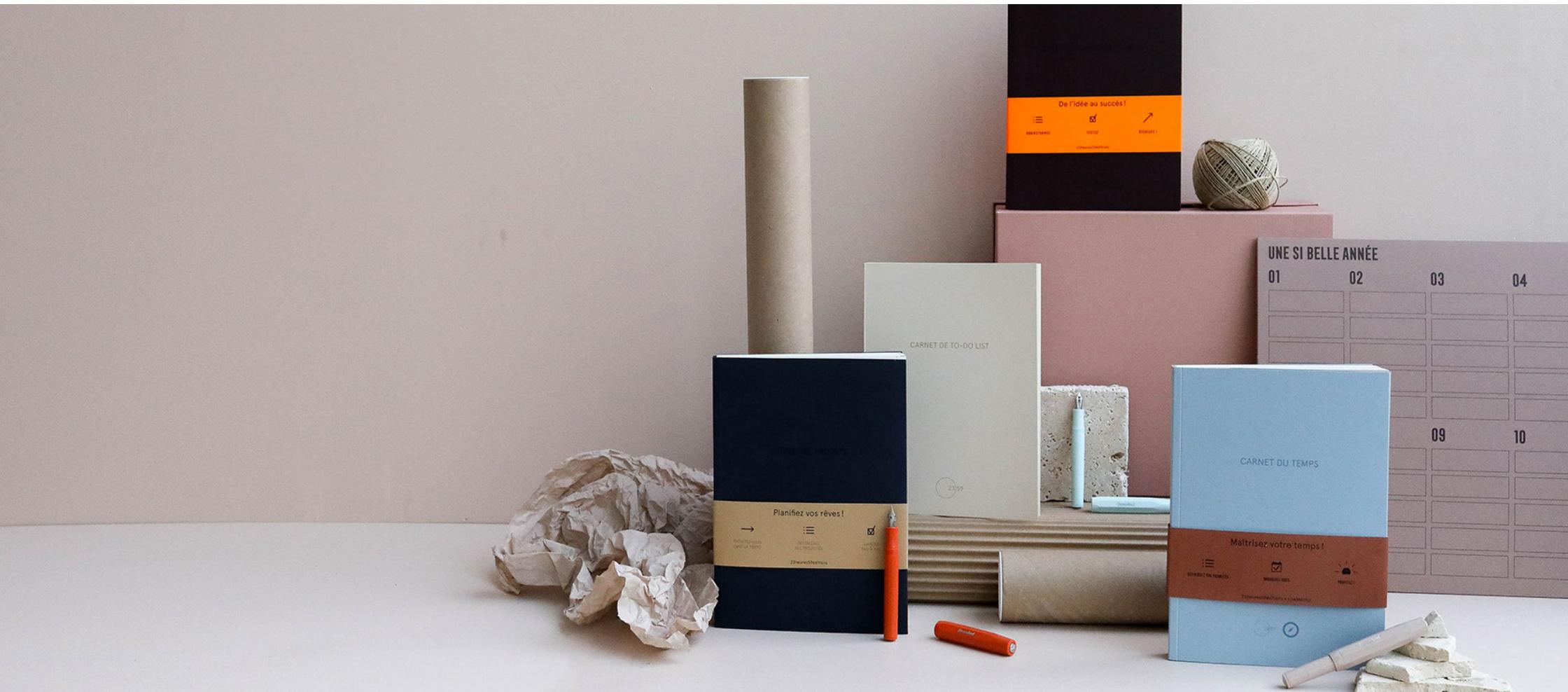
PANNE D'INSPIRATION...

Pas grave, vous finirez plus tard, mais si vous commencez déjà par les trois premières ?

NOUS FAISONS PLUS QUE DES CARNETS

Nos carnets sont les compagnons de route idéal pour mieux s'organiser, gérer son temps, entreprendre et globalement planifier vos rêves.
Un seul carnrt peut donc tout changer, à conditions qu'ils regroupent les bonnes méthodes.

Retrouvez nos produits sur
www.23heures59editions.com



MERCI !

Retrouvez-nous sur nos réseaux sociaux

insta : @23heures59editions

Pinterest : 23heures59editions