

إدارة الأولويات والثانويات بتحديد درجة الأهمية والإستعجال لكل مهمة. يستحب كتابة جميع الأعمال والواجبات على جميع مجالات الحياة، كما سبق الإشارة إليه في شهر أكتوبر. المعنى والقيم، الجسم والعقل، العائلة والعلاقات الإجتماعية، العمل والمجهودات

المرحلة 1: كتابة جميع المهمات والواجبات في الجدول أسفل

المرحلة 2: تصنيف المهمات والواجبات على حسب درجة الأهمية والإستعجال. ضع لكل مهمة علامة في الخانة المناسبة

جميع المهمات والواجبات	مهمة ومستعجلة	مهمة وغير مستعجلة	غير مهمة ومستعجلة	غير مهمة وغير مستعجلة
	يجب القيام بها فوراً	يجب تحديد الوقت الملائم للقيام بها	تحديد الشخص المناسب لهذه المهمة	يجب إلغائها فوراً من قائمة الواجبات
المعنى والقيم				
الجسم والعقل				
العائلة والعلاقات الإجتماعية				
العمل المجهودات، الإنجازات				