

# Ejercicio 1: Practica tu toma de decisiones

---

## Matriz Eisenhower

- Durante una semana, utiliza la matriz de Eisenhower para clasificar tus tareas diarias. Observa en qué cuadrantes pasas más tiempo.

Si estás dedicando demasiado tiempo a los cuadrantes 3 o 4, es momento de hacer ajustes. Esto te ayudará a concentrarte en lo que realmente importa y a delegar o eliminar lo que no lo hace.