

**Tiempo: 45 minutos**

**Materiales: Tarro, piedras, grava, arena, agua, papel, lápices**

### Introducción

1. Repite el experimento anterior o lee la anécdota a los participantes. Como opción alternativa podéis ver el video del experimento:

ENLACE: [goo.gl/iRU31W](http://goo.gl/iRU31W)

Un día, un experto en gestión del tiempo estaba hablando a un grupo de estudiantes de negocios. Dirigiéndose a este grupo de estudiantes destacados dijo, “de acuerdo, tiempo para un concurso”. Entonces sacó un tarro de boca ancha de un galón y lo puso sobre la mesa. Sacó una docena de piedras del tamaño de un puño y las introdujo cuidadosamente una a una en el tarro. Cuando el tarro estuvo lleno hasta arriba y no cabían más piedras preguntó, “¿Está lleno este tarro?”. Todo el mundo contestó, “Sí”. Entonces dijo, “¿De verdad?”.

Se agachó y sacó un cubo de grava de debajo de la mesa. Entonces echó algo de grava y sacudió el tarro, haciendo que la grava se introdujese en el espacio que quedaba entre las piedras grandes. Entonces preguntó otra vez al grupo, “¿Está lleno el tarro?”. Para entonces la clase estaba muy atenta. “Probablemente no”, dijo un estudiante. “¡Bien!”, contestó.

Entonces cogió un jarro de agua y empezó a verterlo en el tarro hasta que éste estuvo lleno hasta el borde. Entonces miró a la clase y preguntó, “¿cuál es el punto de esta ilustración?”

Un estudiante entusiasta levantó la mano y dijo, “El punto es que por muy llena que esté tu agenda siempre puedes incluir algo más en ella, si verdaderamente lo intentas!” “No,” contestó el conferenciante, “ese no es el punto.”

“La verdad que nos enseña esta ilustración es que si no metes primero las piedras grandes nunca conseguirás realmente meterlas. ¿Cuáles son las “grandes piedras” de vuestra vida? Vuestros hijos, la gente que queréis, vuestra educación, vuestros sueños, una causa que merezca la pena, enseñar a otros, hacer cosas que os gustan, vuestra salud; vuestro compañero. Acordaos de introducir primero esas **GRANDES PIEDRAS** o nunca podréis llegar a meterlas. Si sudáis con las cosas de poca importancia, entonces llenaréis vuestra vida de cosas pequeñas y nunca tendréis el verdadero tiempo de calidad que necesitáis para gastar en las cosas grandes e importantes.

Por lo tanto, esta noche o mañana, cuando reflexionéis sobre esta breve historia, haceos esta pregunta: ¿Cuáles son las “grandes piedras” de mi vida? Esas son las que tenéis que introducir primero en vuestro tarro.

Stephen Covey (1996): *The Seven Habits of Highly Effective People* (Los siete hábitos de la gente muy eficaz).

Pídeles que piensen en cuáles son la Grandes Piedras de su vida en este momento.

2. Invita a los y las participantes a dar un paso más y a considerar el cuadrante de prioridades de Stephen Covey.

	URGENTE	NO URGENTE
IMPORTANTE	<b>I</b> Crisis Problemas apremiantes Proyectos con fechas límite	<b>II</b> Prevención; actividades que incrementan nuestra capacidad productiva (CP) Establecer o Generar Relaciones Crear Nuevas oportunidades Planificación, revisión
NO IMPORTANTE	<b>III</b> Interrupciones Correo, informes Algunas reuniones Temas acuciantes inmediatos Actividades populares	<b>IV</b> Trivialidades, cosas inútiles Parte del correo Algunas llamadas telefónicas Malgastadores de tiempo Actividades agradables

- ¿Dónde pasa la mayoría de la gente la mayor parte de su tiempo? ¿Por qué? ¿Es esa la mejor forma de usar nuestro tiempo? Aunque las actividades del Cuadrante I sean más visibles y sea más fácil empezar con ellas, lo que realmente es importante (aunque quizás no urgente) es lo que aporta resultados alineados con nuestra misión y valores y nos ayude a conseguir nuestros objetivos.
- El Cuadrante 2 es el área óptima para pasar la mayor parte del tiempo.

## Reflexión

3. Pide a los y las participantes que reflexionen sobre cómo eligen sus prioridades en su vida y sobre cómo distribuyen su tiempo.

*Es importante colocar primero las piedras grandes*

4. Invita a los y las participantes a anotar sus ideas y reflexiones en la lista de consejos y trucos...