Ongetwijfeld heb je bij het lezen van dit boek al een heleboel ideeën opgedaan. Je las tips en suggesties en dacht 'Ja, dat zou ik ook eens moeten doen!'.

**Grote kans dat je er niet toe komt - of jezelf er niet toe zet - om dat gevoel in daden om te zetten. Laat staan dat je die acties ook gaat inplannen. Daarvoor dient deze oefening.**

Kijk naar de acht hulpmiddelen:

1. De kikker doorslikken
2. Een olifant in stukjes hakken
3. Werken in blokken
4. Losse eindjes een thuis geven
5. Een stok achter de deur
6. Budgetteren met je tijd
7. Je werk een plek in de tijd geven
8. Je gouden uren maximaal benutten

Het zijn geen van allen dingen die je één keer kunt doen, waarna alles perfect loopt. Het zijn eerder werkgewoontes: slimme manieren om elke dag, met elke taak, te werk te gaan.

Om ze alle acht in te zetten is heel veel ineens en is niet aan te raden.

Pak je actielijst erbij en kijk naar de eerste twee hulpmiddelen:

* Wat zijn de kikkers op je actielijst? Zet daar een K voor.
* Wat zijn de olifanten op je actielijst? Zet daar een O voor.

Vervolgens ga je hulpmiddel 7 inzetten (Je werk een plek in de tijd geven), door

*a. Je kikkers in te plannen in de komende werkweek (elke dag eentje is een goed begin)*

*b. Een blok tijd te reserveren (maximaal twee uur, liefst flink korter) om de olifanten in stukjes te hakken*

Op deze manier ben je vanzelf ook aan de slag met hulpmiddel 6 (Budgetteren met je tijd).

Zet ook in je agenda aan het einde van je werkdag een 'losse eindjes kwartiertje'. Zo werk je met hulpmiddel 4 en ga je met een leger hoofd naar huis. Heb je de hele dag door losse eindjes, dan is een app als [Braintoss](https://braintoss.com/) misschien ook een goede ondersteuning.

Op bovenstaande manier zorg je dat je beetje bij beetje deze hulpmiddelen een plaats geeft in je manier van werken.