

# Keseimbangan kerja dan hidup

7-8 Januari 2008

Fasilitator:  
Martin Kristiawan

## Hidup adalah permainan sulap

- Kerja/Studi
- Keuangan
- Hubungan
- Spiritualitas
- Kesehatan
- Pertumbuhan pribadi



### Alat untuk hidup yang seimbang

1. Menentukan **Tujuan Hidup**  
→ Visi, Misi  
... hidup dikendalikan oleh tujuan
2. **Prioritas Keseimbangan** diseluruh segi dalam hidup
3. **Rencana** lima, satu tahun
4. Bulanan, Mingguan, Harian  
– **Membuat Sasaran**

**STRATEGIS**

**RENCANA**

- Hidup Seimbang –MENGAPA
- Hidup Seimbang – APA
- Hidup Seimbang – BAGAIMANA
- Faktor Tuhan

Hidup Seimbang – MENGAPA



Gagal membuat rencana = merencanakan kegagalan


Anda akan selalu "sibuk"...



Hidup Seimbang – MENGAPA




- Hidup Seimbang –MENGAPA
- Hidup Seimbang – APA
- Hidup Seimbang – BAGAIMANA
- Faktor Tuhan



# BATU BESAR



Hidup seimbang – APA



## Penting vs Darurat

Penting	Penting
Tidak Darurat	Dan Darurat
Tidak Penting	Darurat
Tidak Darurat	Tidak Penting

Hidup seimbang – APA



## Membuat Prioritas

- Kerja/studi
- Keuangan
- Hubungan
- Spiritualitas
- Kesehatan
- Pertumbuhan pribadi

Apa yang menjadi “batu besar” di setiap bidang?


Tulis 1- 3 batu besar di setiap bidang

Tentukan sasaran bagi setiap hal dalam hidup anda

Hidup seimbang – APA



- Hidup Seimbang –MENGAPA
- Hidup Seimbang – APA
- Hidup seimbang –BAGAIMANA
- Faktor Tuhan



- Rencanakan minggu, hari, jam anda – **TULISKAN**
- Rencanakan rintangan batu besar
- Rencanakan tugas yang sudah mendesak
- Membagi tugas besar menjadi langkah aksi yang lebih kecil & buat batas waktu
- Rencanakan waktu untuk hal-hal yang tidak terduga – darurat / interupsi
- Lakukan saja! ... satu per satu

Hidup Seimbang - BAGAIMANA

	Sen	Sel	Rab	Kam	Jum	Sab	Mgu
Batu Besar	Red	Red	Red	Red	Red	White	Red
	White	White	White	White	White	White	Red
	White	White	White	White	White	Red	White
	White	Red	White	Red	White	White	White

	Sen	Sel	Rab	Kam	Jum	Sab	Mgu
Batu Besar	Red	Red	Red	Red	Red	White	Red
Waktu Mendesak	Blue	Blue	White	White	Blue	White	Red
	White	White	White	White	White	Red	White
	White	Red	White	Red	White	White	White


	Sen	Sel	Rab	Kam	Jum	Sab	Mgu
Batu Besar	Red	Red	Red	Red	Red	White	Red
Waktu Mendesak	Blue	Blue	White	Blue	White	White	Red
Membagi Tugas Besar	White	White	White	White	Yellow	Red	White
	White	Red	White	Red	White	White	White

	Sen	Sel	Rab	Kam	Jum	Sab	Mgu
Batu Besar	Red	Red	Red	Red	Red	White	Red
Waktu Mendesak	Blue	Blue	White	Blue	White	White	Red
Membagi Tugas Besar	Yellow	White	White	White	Yellow	Red	White
	White	Red	Yellow	Red	White	White	White

	Sen	Sel	Rab	Kam	Jum	Sab	Mgu
Batu Besar	Red	Red	Red	Red	Red	White	Red
Waktu Mendesak	Blue	Blue	White	Blue	White	White	Red
Membagi Tugas Besar	Yellow	White	White	White	Yellow	Red	White
	White	Red	Yellow	Red	Green	White	White


	Sen	Sel	Rab	Kam	Jum	Sab	Mgu
Batu Besar	Red	Red	Red	Red	Red	White	Red
Waktu Mendesak	Blue	Blue	White	Blue	White	White	Red
Membagi Tugas Besar	Yellow	White	White	White	Yellow	Red	White
	Green	Red	Yellow	Red	Green	White	White

	Sen	Sel	Rab	Kam	Jum	Sab	Mgu
Batu Besar	Red	Yellow	Red	White	Red	White	Red
Waktu Mendesak	Blue	Blue	White	White	Blue	White	Red
Membagi Tugas Besar	Yellow	White	White	White	Yellow	Red	White
Darurat/ interupsi	Green	Red	Yellow	Red	Green	White	White

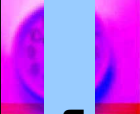





- Hidup Seimbang –MENGAPA
- Hidup Seimbang – APA
- Hidup Seimbang – BAGAIMANA





■ Faktor Tuhan

**Faktor Tuhan**

**Faktor Tuhan**

- Kol 3:23-24 "Apapun yang kamu perbuat, **perbuatlah dengan segenap hatimu** seperti **untuk Tuhan** dan bukan untuk manusia. Kamu tahu, bahwa dari Tuhanlah kamu akan menerima bagian yang ditentukan bagimu sebagai upah. **Kristus adalah tuan dan kamu hambaNya.**"
- Tekun dan Bersandar pada Tuhan
- Tuhan sebagai mitra terbaik kita ... Tuhan peduli pada setiap hal dalam hidup kita
- Ekonomi Tuhan ... Mat 6:33
- Waktu terindah ...menyimpan tenaga sediakan waktu dengan Tuhan!

Saat perjalanan menjadi sulit..



**TANGGUH**

Tidak, Tidak, Tidak akan pernah Menyerah

Author: Winston Churchill



Bertandinglah..... sebuah Maraton

Apa yang anda pilih untuk dilakukan, anda akan sediakan waktu untuk melakukannya

**Bukan apa yang anda dengar tapi yang anda lakukan yang diperhitungkan**

**Baik sekali perbuatanmu  
hamba yang baik & setia!**

**Matius 25:14-30**

**Bijaksana dengan waktu**

**ADALAH PILIHAN ANDA!!!**

