

Zeitmanagement - Selbsteinschätzung

Bitte kreuze an, wie zutreffend die folgenden Aussagen sind:

		sehr	gut	ausgewogen	wenig	nicht
1	Ich komme meist schon morgens gestresst in die Arbeit.					
2	Ich schiebe unangenehme Dinge auf.					
3	Ich kann meine Zeit gut einteilen.					
4	Mir kommt in der Arbeit oft etwas dazwischen.					
5	Mir gehen oft wichtige Informationen verloren.					
6	Ich prüfe Aufgaben auch darin, ob sie jemand anderes für mich erledigen kann.					
7	Ich lasse mich durch die Tagesroutine häufig von wichtigen Dingen abhalten.					
8	Ich erledige meine Aufgaben am liebsten selbst.					
9	Oft erledige ich mehrere Aufgaben gleichzeitig.					
10	Ich neige dazu, lästige Aufgaben zu verschieben.					
11	Ich kann gut Arbeiten delegieren.					
12	Ich bin immer pünktlich.					
13	Ich komme oft in Stress, wenn ich mehrere Aufgaben vor mir habe.					
14	Ich bin durch meine Arbeit oft gereizt.					
15	Ich habe mir schriftlich Ziele festgelegt.					
16	Ich vergesse viel.					
17	Ich habe genug Zeit für meine Hobbies.					
18	Ich kann schlecht „nein“ sagen.					
19	Ich kann den Zeitaufwand für meine Arbeiten gut abschätzen.					
20	Ich erstelle Monats-, Wochen- und Tagespläne.					
21	Ich mache mir Gedanken, wo ich Zeit einsparen kann.					
22	Ich bringe eine angefangene Arbeit möglichst rasch zu Ende.					
23	Ich vergebe Prioritäten für die zu erledigenden Aufgaben.					
24	Ich bin ein Perfektionist.					
25	Vor lauter Aufgaben weiß ich nicht, mit welcher ich beginnen soll.					