

Test: Fassen Sie Ihre Zeit-Diebe

Die nachfolgenden Fragen helfen Ihnen, Ihre persönliche Arbeitssituation zu überprüfen und Störfaktoren genau zu identifizieren. Kreuzen Sie bitte nach folgendem Schema an:
⓪ = Stimmt fast immer, ① = Stimmt häufig, ② = Stimmt manchmal, ③ = Stimmt fast nie

- Das *Telefon* stört mich laufend, und die Gespräche sind meist unnötig lang. ⓪ ① ② ③
- Durch die vielen *Besucher* von außen oder aus dem Haus komme ich nicht zu meiner eigentlichen Arbeit. ⓪ ① ② ③
- Die *Besprechungen* dauern häufig viel zu lang, und ihre Ergebnisse sind für mich oft unbefriedigend. ⓪ ① ② ③
- Große, zeitintensive und daher oft unangenehme Aufgaben schiebe ich meist vor mir her, oder ich habe Schwierigkeiten, sie zu Ende zu führen, da ich nie zur Ruhe komme („*Aufschieberitis*“). ⓪ ① ② ③
- Oft fehlen klare *Prioritäten*, und ich versuche, zu viele Aufgaben auf einmal zu erledigen. Ich befasse mich zuviel mit Kleinkram und kann mich zu wenig auf die wichtigen Aufgaben konzentrieren. ⓪ ① ② ③
- Meine Zeitpläne und Fristen halte ich oft nur unter *Termindruck* ein, da immer etwas Unvorhergesehenes dazwischenkommt oder ich mir zuviel vorgenommen habe. ⓪ ① ② ③
- Ich habe zuviel *Papierkram* auf meinem Schreibtisch; Korrespondenz und Lesen brauchen zuviel Zeit; Übersicht und Ordnung sind nicht gerade vorbildlich. ⓪ ① ② ③
- Die *Kommunikation* mit anderen ist häufig mangelhaft. Der verspätete Austausch von Informationen, Missverständnisse oder gar Reibereien gehören bei uns zur Tagesordnung. ⓪ ① ② ③
- Die *Delegation* von Aufgaben klappt nur selten richtig, und oft muss ich Dinge erledigen, die auch andere hätten tun können. ⓪ ① ② ③
- Das *Nein-Sagen* fällt mir schwer, wenn andere etwas von mir wollen und ich eigentlich meine eigene Arbeit erledigen müsste. ⓪ ① ② ③
- Eine klare *Zielsetzung*, sowohl beruflich wie privat, fehlt mir; oft vermag ich in meinem Tun keinen Sinn zu sehen. ⓪ ① ② ③
- Manchmal fehlt mir die notwendige *Selbstdisziplin*, um das, was ich mir vorgenommen habe, auch durchzuführen. ⓪ ① ② ③

Addieren Sie die angekreuzten Punkte = _____

Auswertung:

0-17 Punkte: Sie haben keine Zeitplanung und lassen sich von anderen treiben. Sie können weder sich noch andere richtig führen: Mit Zeitmanagement beginnt für Sie ein neues und erfolgreicher Leben.

18-24 Punkte: Sie versuchen, Ihre Zeit in den Griff zu bekommen, sind aber nicht konsequent genug, um damit auch dauerhaft Erfolg zu haben.

25-30 Punkte: Ihr Zeitmanagement ist gut – und kann noch besser werden.

31-36 Punkte: Gratulation – wenn Sie ehrlich, sich selbst gegenüber, geantwortet haben! Sie sind ein Vorbild für jeden, der den Umgang mit der Zeit lernen möchte. Lassen Sie andere von Ihren Erfahrungen profitieren!

