

## Fragebogen zur Selbstreflexion

Die folgende Aussage stimmt...	Fast immer	oft	manchmal	nie
Ich nehme mir immer zu viel vor und schaffe dann nichts.				
Ich plane nicht sorgfältig und verliere mich dann in Kleinkram.				
Unangenehme Aufgaben schiebe ich wie eine Lawine vor mir her.				
Meine Ordnung hindert mich am schnellen, systematischen Arbeiten.				
Ich lasse mich leicht und gerne ablenken.				
Ich arbeite immer unter Termindruck, Unvorhergesehenes schaffe ich daher nicht.				
Selbstdisziplin und -motivation sind nicht gerade meine Stärke.				
Ich unterbreche meine Arbeit zu oft, um mich zu „belohnen“.				
Ich gebe schnell auf, wenn es zu schwierig wird.				
Es gelingt mir nicht immer, Prioritäten zu setzen.				
Das Telefon unterbricht mich zu häufig.				

Wenn Ihre Antworten jetzt meist im linken Bereich liegen, müssen Sie kein schlechtes Gewissen haben, sondern einfach Ihre Angewohnheiten überprüfen und verändern.

### Zeitdiebe

Zeitdiebe treten auch in anderer Form auf, z.B. wenn jemand nicht nein sagen kann oder wenn jemand nicht delegieren kann oder zu vieles gleichzeitig erreichen will. Hier müssen Prioritäten gesetzt werden.

Und das führt uns zu unserer nächsten Aufgabe: Wichtiges von Unwichtigem trennen. Lesen Sie dazu bitte weiter bei **Prioritäten setzen**.