

Quick-Check „Selbstmanagement“

Frage	ja	nein	Folgerungen
Habe ich das Gefühl, mit meiner Zeit gut auszukommen?			
Habe ich einen Überblick über die zu erledigenden Aufgaben?			
Habe ich ein Planungssystem für Tages-, Wochen- und / oder Monatsplanung?			
Werden meine Aufgaben rechtzeitig fertig, statt auf den letzten Drücker?			
Habe ich mir störungsfreie Zeiten reserviert und lasse mich in diesen abschirmen?			
Wissen meine Mitarbeiter über diese Zeiten Bescheid?			
Fasse ich ähnliche Arbeiten zu Blöcken zusammen und arbeite sie am Stück ab?			
Verplane ich aktiv maximal 60 % meiner Zeit und habe den Rest als Puffer für Unvorhergesehenes?			
Kenne ich den Zeitaufwand für die Erledigung meiner Routineaufgaben?			
Sage ich „Nein“, wenn nicht dringende Arbeiten von mir sofort verlangt werden?			
Unterscheide ich auch in meiner Planung zwischen dringenden und wichtigen Aufgaben?			
Delegiere ich Aufgaben, die nicht von mir getan werden müssen erfolgreich an Mitarbeiter?			
Schütze ich mich vor Rückdelegation, indem ich keine Lösungen an Mitarbeiter gebe?			
Schaffe ich einen für mich passenden Ausgleich zur Arbeit?			
Gibt es mindestens ebenso wichtige Dinge wie Arbeit in meinem Privatleben?			
Verfüge ich über mindestens eine Strategie zur Stressbewältigung, die ich auch anwende?			
Habe ich fest gelegte Zeiten, in denen ich nicht arbeite – und halte mich auch daran?			



Bewertung

14 – 17 mal Ja

Super – Sie sind ein Selbstmanagementprofi! Ihr Umgang mit der Zeit ist effizient und ausgereift.

9 – 13 mal Ja

Na – einiges haben Sie schon gut auf der Reihe, aber Optimierungsbedarf gibt es doch noch.

5 – 9 mal Ja

So, so – Ihr Umgang mit der Zeit ist wohl ein Zeitdieb für Sie. Wenn Sie effizienter und effektiver arbeiten würden, könnten Sie sicher einige Zeit am Tag für andere Dinge verwenden, als andere über Ihre Zeit verfügen zu lassen. Nutzen Sie die Spalte „Folgerungen“, um Ihr Selbstmanagement zu verändern. Und fangen Sie gleich an!

Unter 5 mal Ja

Ihr mangelndes Selbstmanagement raubt Ihnen wohl viel Zeit. Und sagen Sie nicht, das ginge nicht anders. Mit mehr Disziplin und Konsequenz können Sie zum Profi werden – machen Sie sich auf den Weg. Nutzen Sie die Spalte „Folgerungen“, um Ihr Selbstmanagement zu verändern. Und fangen Sie gleich an! Denken Sie aber daran: ein Schritt nach dem anderen!