

Was für ein Zeittyp bin ich?

Der **praktische Zeittyp** legt großen Wert auf Pünktlichkeit und das Einhalten von Terminen. Er*sie hält seine*ihre Unterlagen und seinen*ihreren Schreibtisch in guter Ordnung. Sauber geschriebene und übersichtliche Arbeitsmaterialien sind für ihn*sie selbstverständlich. Er*sie stellt mit Leichtigkeit Jahres-, Monats- und Tagespläne auf, und beherrscht die Kunst diese auch einzuhalten.

Der **kreative Zeittyp** denkt in großen Zusammenhängen, lässt sich von Phantasie und Intuition leiten, macht viele Vorschläge wie man Dinge ändern könnte. Er*sie möchte möglichst unabhängig sein und seinen*ihreren momentanen Einfällen nachgehen. Weil er*sie auch unterwegs immer wieder Ideen hat, sind, seine*ihre Unterlagen voller Notizen und Skizzen.

Der **analytische Zeittyp** denkt logisch und schätzt die Vernunft und Objektivität. Er*sie ist kritisch, plant, organisiert und strukturiert gerne. Prioritäten zu setzen ist sein*ihr Markenzeichen. Er*sie versteht es Zeit systematisch einzuteilen und die Arbeit mit Projekt und Netzplänen liegt ihm*ihr im Blut. Er*sie weiß immer, wo er*sie steht und welcher Schritt als nächster bevorsteht.

Der **gefühlsmäßige Zeittyp** orientiert sich an Gefühlen und persönlichen Problemen. Ihm*ihr ist die menschliche Nähe wichtig, er*sie verlässt sich auf seine*ihre eigenen Wertmaßstäbe. Bei seinem*ihreren Tagesablauf sucht er*sie nach Harmonie zwischen Bedürfnissen und äußeren Anforderungen, entscheidet sich nach persönlichem Befinden. Sachzwängen nachzugeben ist ihm*ihr fremd und zu wieder. Er*sie führt eher ein Tagebuch als eine Agenda.

- In welchem Zeittyp findest du dich am ehesten wieder?
- Was gefällt dir daran besonders?
- Was gefällt dir daran nicht so?
- Gibt es Dinge bei den anderen Typen, die du mal ausprobieren möchtest?



Mal ganz ehrlich, wie machst du das?

1. Wann bekommst du in deiner Arbeit das Gefühl etwas geleistet zu haben?
2. Wie sieht dein Schreibtisch am Ende eines Tages aus? Bist du ein Voll- oder Leertischler?
3. Wie arbeitetest du am Liebsten? Unter großem Zeitdruck oder in aller Ruhe?
4. Wie arbeitest du am effektivsten? Welchen Rahmen schaffst du dir dafür?
5. Hast du das Gefühl Einfluss auf deinen Alltag und deine Zeit zu haben?
6. Fühlst du dich aufgrund von zuviel Arbeit und/oder Freizeitplanung gestresst?
7. Wie viel Zeit ist am kommenden Montag bereits fest verplant? 0% -100%?
8. Wie würdest du dein Zimmer beschreiben? Chaotisch, ordentlich, zweckmäßig, verspielt...?
9. Welche Arbeiten oder Aufgaben schiebst du häufiger auf?
10. Mit was oder wie bist du ganz sicher von einer Arbeit abzulenken oder aufzuhalten?
11. Mit welchem Glaubenssatz treibst du dich an / motivierst du dich / erlaubst du dir eine Auszeit?
12. Deine gebräuchlichste Ausrede, Notlüge, Absage lautet?
13. Wie sieht dein alltägliches Morgenritual aus? Vom Wecker läuten bis zum aus dem Haus gehen?
14. Wie, mit was oder wem entspannst du dich?
15. Zu welchen Anlässen tauchen diese inneren Sätze auf: "Du solltest jetzt Ja schon aber...?"