



שאלון בחינת ניהול זמן

מסכים במידה רבה מאד	מסכים במידה רבה	מסכים	לא כל כך מסכים	במידה רבה לא מסכים	בהחלט לא מסכים	שאלה	
6	5	4	3	2	1	אני מקדישה הרבה זמן בטיפול בדברים הדורשים תשומת לב מיידית – תקלות, בעיות	1
6	5	4	3	2	1	אני מבזבזת/ת המון זמן	2
6	5	4	3	2	1	אני עסוקה חלק גדול מהיום בכיבוי שרפות	3
6	5	4	3	2	1	אני מבלה זמן רב בפעילות שאינן מקדמות אותי – אבל דורשות תשומת לב מיידית – מענה למיילים, שיחות טלפון, פגישות לא חשובות.	4
6	5	4	3	2	1	אני עסוקה חלק נכבד מהיום בתכנון, הכנה, שיווק, בניית קשרים.	5
6	5	4	3	2	1	חלק גדול מהיום שלי כולל שיחות ארוכות, גלישה באינטרנט, שיטוט ברשתות חברתיות, צפייה בטלוויזיה.	6
6	5	4	3	2	1	אני עסוקה חלק גדול מהיום שלי בטיפול בנושאים שחשובים לאחרים ולא לי.	7
6	5	4	3	2	1	רוב הזמן אי אפשר להפתיע אותי בגלל תכנון מוקדם והכנה מראש	8

על מנת לדעת איפה אתם עומדים מבחינת ניהול הזמן שלכם, סכמו את התוצאה לפי מספרי השאלות בטבלה, וקראו את מה שיצא לכם.



איך אתם מנהלים את הזמן שלכם

<p style="text-align: center;">חשוב אבל לא דחוף שאלה +5 שאלה 8</p> <p style="text-align: center;"><u>ניקוד 2-3</u> אתם לא תמיד זוכרים מה חשוב לכם, אתם לא מתכננים מספיק וכנראה שאתם נמצאים הרבה ברבעון של הכיבוי שרפות</p> <p style="text-align: center;"><u>ניקוד 3-6</u> יש לכם מה לשפר על מנת לנהל את היום והזמן שלכם בצורה פרודוקטיבית</p> <p style="text-align: center;"><u>ניקוד 7-12</u> אתם יודעים מה חשוב לכם, אתם פועלים מתוך תוכנית סדורה ותכנון מראש כדי שהעניינים יישארו בידיים שלכם.</p>	<p style="text-align: center;">חשוב ודחוף שאלה 1 + שאלה 3</p> <p style="text-align: center;"><u>ניקוד 2-6</u> כמות כיבוי השריפות ביום שלך נמצאת פחות או יותר ברמה סבירה, אי אפשר לתכנן הכל ולפעמים יש דברים שדורשים תשומת לב מיוחדת, עדיין אסטרטגיה ומבט על יכולים לעזור לצמצם את כמות הדברים הבווערים ביום.</p> <p style="text-align: center;"><u>ניקוד 7-12</u> אתם כל היום עוסקים בכיבוי שרפות ובביצוע דברים חשובים שלא סובלים דיחוי. סדר היום שלכם לא מנוהל על ידכם אלא על ידי האירועים עצמם. נדרש לכם באופן דחוף לייצר אסטרטגיה, להביט על האירועים במבט על ולבחון איך אפשר להחזיר את השליטה שלכם על סדר היום.</p>
<p style="text-align: center;">לא חשוב ולא דחוף שאלה 2 + שאלה 6</p> <p style="text-align: center;"><u>ניקוד 2-3</u> אתם לא אוהבים לבזבז את הזמן שלכם על דברים שלא מקדמים, זו תכונה טובה שתוביל אתכם רחוק.</p> <p style="text-align: center;"><u>ניקוד 3-6</u> אתם לפעמים נסחפים לפעילות שלא מקדמת אתכם, זה בסדר כל עוד אתם לא מוותרים על פעילויות חשובות בדרך.</p> <p style="text-align: center;"><u>ניקוד 7-12</u> אתם לא מנצלים את הזמן שלכם נכון, וזה פוגע ביכולת ההתקדמות שלכם וביכולת שלכם להשיג את המטרות שלכם. תנסו למסגר את הפעילויות זוללות הזמן ביום שלכם, על מנת להעלות את הפרודוקטיביות שלכם.</p>	<p style="text-align: center;">לא חשוב אבל דחוף שאלה 4 + שאלה 7</p> <p style="text-align: center;"><u>ניקוד 2-6</u> במהלך היום אתם יודעים מה חשוב לכם ומבזבזים פחות זמן על הדברים שחשובים יותר לאחרים ופחות לכם.</p> <p style="text-align: center;"><u>ניקוד 7-12</u> חלק גדול מהיום שלכם מוקדש לטיפול ולקידום אנשים אחרים. אתם חייבים לבחון את סדרי העדיפות שלכם ולהבין שאתם חייבים לפנות זמן לפעילות חשובות לכם ומקדמות אתכם לעבר המטרות שלכם</p>