

## CUESTIONARIO SOBRE LA GESTION DEL TIEMPO

MARCA UNA X EN LA COLUMNA CON LA RESPUESTA QUE DESCRIBA MEJOR TU SITUACION

	CASI SIEMPRE	CON FRECUENCIA	A VECES	RARAS VECES	NUNCA
1.- ¿Tienes problemas en clasificar de alguna manera tus tareas?					
2.- ¿Trabajas hasta altas horas de la noche?					
3.- ¿Te cuesta delegar en otras personas parte de tu trabajo personal?					
4.- ¿Percibes que se te acumula el trabajo?					
5.- ¿Eres de los que piensan que el día debería tener más de 24 horas?					
6.- ¿Te falta tiempo para disfrutar de los tuyos?					
7.- ¿Te gusta hacer muchas cosas al mismo tiempo?					
8.- ¿Te resulta difícil establecer diferencias claras entre los objetivos planteados para un periodo de tiempo determinado?					
9.- ¿Piensas que trabajar en equipo es una pérdida de tiempo?					
10.- ¿Te cuesta diferenciar, entre tus tareas, cuáles son prioritarias y cuáles son accesorias?					
11.- ¿Se prolongan innecesariamente las llamadas telefónicas que haces o recibes?					
12.- ¿Te llegan de forma confusa las peticiones/órdenes de tus superiores?					

	CASI SIEMPRE	CON FRECUENCIA	A VECES	RARAS VECES	NUNCA
13.- ¿Te gustaría cambiar la forma que tienes de afrontar y lleva a cabo tus "quehaceres"?					
14.- ¿Sueles olvidar tus compromisos por falta de tiempo?					
15.- ¿Te cuesta decir <i>no</i> a aquellas peticiones que te hacen los demás y que están fuera de tus cometidos?					
16.- ¿Te falta la autodisciplina suficiente para realizar tus tareas inacabadas?					
17.- ¿Dejas la mayoría de tus tareas para última hora?					
18.- ¿Olvidas tomar nota de aquellas cosas que tienes por hacer?					
19.- ¿Piensas que las reuniones son una pérdida de tiempo?					
20.- ¿Te molesta lo imprevisto para realizar bien tu trabajo?					

<b>NUMERO DE CRUCES</b>					
-------------------------	--	--	--	--	--

<b>X 1</b>	<b>X 2</b>	<b>X 3</b>	<b>X 4</b>	<b>X 5</b>
------------	------------	------------	------------	------------

<b>RESULTADO DE LA COLUMNA</b>					
<b>SUMA TOTAL</b>					