quasinatürlich
sina ackermann

Typsache Zeitmanagement

Teil 1: Verschiedene Denk- und Arbeitsweisen

1. **Wo hast du dich am meisten wiedererkannt?**

- [ ] Linkshirnig
- [ ] Konvergent
- [ ] Neurotypisch
- [ ] Monochronisch
- [ ] Sicherheitsliebend
- [ ] Rechtshirnig
- [ ] Divergent
- [ ] Neurodivergent
- [ ] Polychronisch
- [ ] Freiheitsliebend

2. **Was hat dich überrascht oder zum Nachdenken gebracht?**

3. **Welche Herausforderungen bringst du damit in Verbindung?** (z.B. verliere mich in Ideen, vergesse Aufgaben, plane zu detailliert, halte Pläne nicht ein, habe zu viele Projekte gleichzeitig, verliere den Überblick, etc.)

Teil 2: Anpassungsmöglichkeiten

4. **Welche der vorgestellten Anpassungen könnten dich bei deinen Herausforderungen unterstützen?** (Notiere ggf. Art der Herausforderung und mögliche Lösung, z.B. „zu viele Ideen → Ideenparkplatz“)

5. **Welche davon möchtest du in den nächsten 7 Tagen ausprobieren?** (max. 2 Dinge)