

ZELFTEST TIME-MANAGEMENT

Heb jij voldoende grip op je tijd? De volgende zelftest kan je helpen bij het beantwoorden van die cruciale vraag.

- 0 = nooit of eerder weinig op mij van toepassing
- 1 = soms op mij van toepassing
- 2 = eerder vaak of (bijna) altijd op mij van toepassing

Stelling	score
Ik begin steeds op het allerlaatste nippertje te werken aan een taak.	
Ik heb zoveel andere dingen te doen dat ik nauwelijks aan studeren toekom.	
Ik breng heel wat uren achter mijn studeertafel door maar ik heb altijd te weinig gedaan.	
Ik droom weg en zit te prutsen.	
Ik besteed tijd aan het maken en opnieuw maken van studieplanningen waar ik me niet aan houd.	
Ik voel me schuldig als ik ontspanning neem.	
In het weekend kom ik ondanks mijn voornemens niet aan studeren toe.	
Ik studeer een dag (of twee) heel hard en doe daarna een week bijna geen cursus open.	
Ik heb de druk van de examens nodig om te kunnen studeren.	
Ik verknoei tijd met onbelangrijke zaken.	
Als iemand me uitnodigt om mee uit te gaan, kan ik geen neen zeggen.	
Mijn leven verloopt ongeorganiseerd.	
Zelfs tijdens ontspanningsmomenten blijf ik denken aan wat ik nog allemaal moet doen.	
Hoewel ik gepland had om te studeren, blijf ik babbelen met iemand.	
Tijdens het studeren ben ik snel afgeleid.	
Totaalscore =	

- Heb je een totaalscore van 5 of minder, dan heb je voldoende grip op je tijd.
- Scoor je tussen 5 en 15, dan kun je uit deze workshop ongetwijfeld een aantal tips halen om je tijd optimaler te benutten.
- Scoor je hoger dan 15, dan is studieplanning voor jou uitermate aanbevolen.