

Selbstreflexion Remote Working

1. Wie gut gelingt es Ihnen, sich zu Hause auf die Arbeit zu konzentrieren?

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
---	---	---	---	---	---	---	---	---	----

Gar nicht

Sehr gut

Platz für Ihre Notizen (Ihre Gedanken, Absichten):

2. Wie geht es Ihnen mit der Situation?

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
---	---	---	---	---	---	---	---	---	----

Gar nicht

Sehr gut

Platz für Ihre Notizen (Ihre Gedanken, Absichten):

3. Wie gut funktioniert die Kommunikation und Absprache REMOTE in Ihrem Team?

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
---	---	---	---	---	---	---	---	---	----

Gar nicht

Sehr gut

Platz für Ihre Notizen (Ihre Gedanken, Absichten):

4. Wie gut gelingt es Ihnen, einen strukturierten Tagesablauf zu verfolgen?

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
---	---	---	---	---	---	---	---	---	----

Gar nicht

Sehr gut

Platz für Ihre Notizen (Ihre Gedanken, Absichten):

5. **Wie leicht fällt es Ihnen, unliebsame Aufgaben von zu Hause aus anzugehen?**

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
---	---	---	---	---	---	---	---	---	----

Gar nicht

Sehr gut

Platz für Ihre Notizen (Ihre Gedanken, Absichten):

6. **Wie leicht fällt es Ihnen, sich über Telefon oder Videokonferenz auszudrücken?**

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
---	---	---	---	---	---	---	---	---	----

Gar nicht

Sehr gut

Platz für Ihre Notizen (Ihre Gedanken, Absichten):

7. **Wie gut gelingt es Ihnen bei negativen Nachrichten, ruhig zu bleiben?**

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
---	---	---	---	---	---	---	---	---	----

Gar nicht

Sehr gut

Platz für Ihre Notizen (Ihre Gedanken, Absichten):

8. **Wie gut gelingt es Ihnen, sich zu entspannen?**

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
---	---	---	---	---	---	---	---	---	----

Gar nicht

Sehr gut

Platz für Ihre Notizen (Ihre Gedanken, Absichten):

9. **Wie hoch schätzen Sie selbst Ihre Handlungsorientierung ein?**

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
---	---	---	---	---	---	---	---	---	----

Sehr gering

Sehr hoch

Platz für Ihre Notizen (Ihre Gedanken, Absichten):