

Notiere zu jeder der folgenden Aussagen die Punktzahl nach dem Grad deiner Zustimmung.

5 = Stimmt voll und ganz

2 = stimmt kaum

4 = stimmt meistens

1 = stimmt gar nicht

3 = stimmt etwas

Aussage	Deine Punkte:	
1		Wann immer ich eine Arbeit mache, mache ich sie gründlich
2		Ich fühle mich verantwortlich, dass diejenigen mit mir zu tun haben, sich wohl fühlen.
3		Ich bin ständig auf Trab.
4		Anderen gegenüber zeige ich meine Schwächen nicht gern.
5		Wenn ich raste, roste ich.
6		Häufig sage ich: „Es ist schwierig, das so genau zu sagen.“
7		Ich sage oft mehr, als eigentlich nötig wäre.
8		Ich habe Mühe, Leute zu akzeptieren, die nicht genau sind.
9		Es fällt mir schwer, Gefühle zu zeigen.
10		„Nur nicht locker lassen!“ ist meine Devise.
11		Wenn ich eine Meinungsäußere, begründe ich sie auch.
12		Wenn ich einen Wunsch habe, erfülle ich ihn mir schnell.
13		Ich liefere einen Bericht erst ab, wenn ich ihn mehrmals überarbeitet habe.
14		Leute, die herumtrödeln, regen mich auf.
15		Es ist für mich wichtig, von den anderen akzeptiert zu werden.
16		Ich habe eher eine harte Schale, aber einen weichen Kern.
17		Ich versuche oft herauszufinden, was andere von mir erwarten, um mich danach zu richten.
18		Leute, die unbekümmert in den Tag hinein leben, kann ich nur schwer verstehen.
19		Bei Diskussionen unterbreche ich die anderen oft.
20		Ich löse meine Probleme selbst.

21		Aufgaben erledige ich möglichst rasch.
22		Im Umgang mit anderen bin ich auf Distanz bedacht.
23		Ich sollte viele Aufgaben noch besser erledigen.
24		Ich kümmere mich persönlich auch um nebensächliche Dinge.
25		Erfolge fallen nicht vom Himmel: Ich muss sie hart erarbeiten.
26		Für dumme Fehler habe ich wenig Verständnis.
27		Ich schätze es, wenn andere auf meine Fragen kurz und bündig antworten.
28		Es ist mir wichtig, von anderen zu erfahren, ob ich meine Sache gut gemacht habe.
29		Wenn ich eine Aufgabeeinmal begonnen habe, führe ich sie auch zu Ende.
30		Ich stelle meine Wünsche und Bedürfnisse zugunsten anderer Personen zurück.
31		Ich bin anderen gegenüber oft hart, um von ihnen nicht verletzt zu werden.
32		Ich trommele oft ungeduldig mit den Fingern auf dem Tisch.
33		Beim Erklären von Sachverhalten verwende ich gerne die Aufzählung: „Erstens, zweitens, drittens...“.
34		Ich glaube, dass die meisten Dinge nicht so einfach sind, wie viele meinen.
35		Es ist mir unangenehm, andere Menschen zu kritisieren.
36		Bei Diskussionen nicke ich häufig mit dem Kopf.
37		Ich strengte mich an, um meine Ziele zu erreichen.
38		Mein Gesichtsausdruck ist eher ernst.
39		Ich bin nervös.
40		So schnell kann mich nichts erschüttern.
41		Meine Probleme gehen die anderen nichts an.
42		Ich sage oft: „Mach mal vorwärts!“
43		Ich sage oft: „genau“, „exakt“, „logisch“
44		Ich sage oft: „Das verstehe ich nicht.“
45		Ich sage eher: „Könnten Sie es nicht einmal versuchen“ als „Versuchen Sie es einmal!“
46		Ich bin diplomatisch.

47		Ich versuche, die an mich gerichteten Erwartungen zu übertreffen.
48		Beim Telefonieren bearbeite ich oft noch nebenher andere Dinge.
49		„Zähne zusammenbeißen“ ist meine Devise.
50		Trotz enormer Anstrengungen will mir Vieles einfach nicht gelingen.

Sende den ausgefüllten Bogen einfach an info@timocall.de und erhalte deine kostenlose Auswertung.

Durch das Absenden der E-Mail erklärst du dich damit einverstanden, meinen Newsletter zu erhalten. Wir werden deine persönlichen Daten, die du uns bei der Anmeldung zur Verfügung stellst, ausschließlich für den Versand des Newsletters verwenden.

Du hast jederzeit das Recht, deine Einwilligung zu widerrufen und den Newsletter abzubestellen. Dies kannst du ganz einfach tun, indem du auf den Abmeldelink am Ende jedes Newsletters klickst.

Ich respektiere deine Privatsphäre und mag kein Spam. Deshalb behandle ich deine Daten vertraulich. Weitere Informationen zum Datenschutz findest du in meiner Datenschutzerklärung auf meiner Website.