

Work-Life-Balance Test Auflösung C

Sie leben die Work-Life-Balance. Das heißt, Sie kriegen den Ausgleich zwischen Überstunden einerseits und Tagen, an denen „tote Hose“ ist, gut hin. Sie zeigen Einsatz, helfen Kollegen, wenn Not am Mann ist.

Aber Sie können auch nein sagen. Das führt dazu, dass Sie einen vergleichsweise geringen Stresslevel haben, denn Sie können sich Ihre Arbeitszeit gut einteilen. Sie haben den Überblick über Ihre Aufgaben und arbeiten diese kontinuierlich ab.

Sie können gut Prioritäten setzen, daher sind Sie selten unter Zeitdruck, Hektik von außen lassen Sie kaum an sich herankommen. Das schlägt sich auch in Ihrem Privatleben nieder: Sie wissen, dass die Freizeit ein wichtiger Ausgleich für Ihren Arbeitsalltag ist, daher nehmen Sie sich Zeit für den richtigen Mix aus sozialen Kontakten, Aktivitäten und Erholung.

Tipp: Sie machen alles richtig; Sie bringen vielleicht nicht immer Höchstleistungen, aber dafür laufen Sie auch nicht Gefahr, demnächst an Burnout zu erkranken. Bedenken Sie das, falls andere Ihren Arbeitsstil kritisieren – womöglich steckt Neid über Ihre strukturierte Arbeitsweise dahinter.