



TEST DE ORGANIZACION PERSONAL

Responde a cada uno de los puntos con una de las siguientes opciones.

- S. SIEMPRE
- N. NORMALMENTE
- A. A VECES
- R. RARAMENTE

ACTITUDES Y ACCIONES

- | | |
|---|---------|
| 1. Me siento mejor con un plan de algún tipo | S N A R |
| 2. Dedico tiempo a organizarme | S N A R |
| 3. Me siento mejor conmigo mismo cuando estoy organizado | S N A R |
| 4. Me siento fatal cuando mi casa está hecha un lío | S N A R |
| 5. Me siento orgulloso de mi casa | S N A R |
| 6. Puedo invitar gente a casa con poco o ningún estrés en preparaciones | S N A R |
| 7. La gente ve que soy organizado | S N A R |
| 8. Me siento en el control de mi vida | S N A R |
| 9. Siento que sé lo que estoy haciendo | S N A R |
| 10. Estoy contento con mi actual nivel de organización | S N A R |
| 11. Estoy relajado | S N A R |
| 12. Mi familia comenta y comparte nuestro nivel de organización | S N A R |
| 13. Mi familia acude anual y regularmente a chequeos dentales y médicos | S N A R |
| 14. Cambio el aceite de mi coche con regularidad | S N A R |

OBJETIVOS

- | | |
|--|---------|
| 1. Se lo que voy a hacer en el mes siguiente | S N A R |
| 2. Fijo metas a corto plazo | S N A R |
| 3. Fijo metas a largo plazo | S N A R |
| 4. Me gusta conseguir resultados | S N A R |
| 5. Tengo algo que mostrar de mi trabajo del último mes | S N A R |

6. Termino proyectos de los que estoy orgullosos@	S N A R
7. Puedo evaluar mis resultados	S N A R
8. Cumpló lo que prometo	S N A R
9. Se cuáles son mis prioridades	S N A R
10. Pierdo el tiempo haciendo cosas sin importancia	S N A R
11. Conozco las prioridades de la gente que quiero	S N A R
12. Sé cómo dividir una tarea importante en otras más sencillas	S N A R
13. Utilizo día a día una lista de tareas	S N A R
14. Estoy haciendo progresos	S N A R

TIEMPO

1. Tengo un reloj y lo llevo	S N A R
2. Se lo que voy a hacer esta tarde	S N A R
3. Normalmente planeo mis fines de semana	S N A R
4. Utilizo un calendario para mi trabajo	S N A R
5. Tengo un calendario con las efemérides de mi familia	S N A R
6. Conozco mis planes y los planes de mi familia	S N A R
7. Siento que tengo tiempo suficiente para resolver mi día a día	S N A R
8. No me siento apurado	S N A R
9. No tengo demasiadas cosas que hacer	S N A R
10. Mis niños no tienen demasiadas cosas que hacer	S N A R
11. Dedico tiempo a estar con mi familia	S N A R
12. Normalmente llego a tiempo a mis citas	S N A R
13. Recuerdo mis citas	S N A R
14. Duermo suficiente	S N A R

INFORMACIÓN

1. Puedo encontrar mis llaves al instante	S N A R
2. Se dónde esta mi tarjeta de la seguridad social	S N A R
3. Tengo el teléfono para llamar si pierdo mis tarjetas	S N A R
4. Puedo encontrar los certificados de nacimiento de mis familiares	S N A R
5. Mi cuenta corriente está equilibrada	S N A R
6. Pago mis facturas a tiempo	S N A R
7. Se dónde están mis cosas importantes	S N A R
8. Tengo un listín telefónico y sé donde está	S N A R
9. Se donde tengo mis pólizas de seguro y sus contactos	S N A R
10. Se los deberes que tiene mi hijo y si están hechos	S N A R
11. Tengo un lugar para mi correo	S N A R
12. Conservo mis datos fiscales en orden	S N A R
13. Desecho documentos personales obsoletos	S N A R
14. Analizo el informe mensual de mi tarjeta de crédito	S N A R

El orden como cualquier otra disciplina vital se aprende, y mejor antes de los 6 años ya que de esta manera lo incorporamos como algo natural y sin esfuerzo.

Si no tuviste la oportunidad de aprenderlo en ese momento, no te sientas mal, ¡aún estás a tiempo! Eso sí, debo y quiero serte franca; cuanto más tarde empezemos este aprendizaje, más esfuerzo consciente nos requerirá. Al mismo tiempo nuestro sentimiento de éxito será mayor ya que este siempre es proporcional al de nuestro esfuerzo.

En mi opinión, *“la capacidad de éxito de alguien es proporcional a cuánto desea realmente algo”*.

INTERPRETAR EL TEST

Para determinar tu puntuación, suma tus resultados de cada sección individualmente siguiendo las claves que explicaremos ahora. Mantén tus resultados de cada sección de análisis por separado.

Echa un vistazo al cuadro siguiente para cuantificar tus resultados de cada sección e identifica las zonas organizativas en las que necesitas mejorar.

SIEMPRE	6 puntos
NORMALMENTE	4 puntos
AVECES	2 puntos
RARAMENTE	0 puntos

Si contestaste mayormente... Entonces tu puntuación es... Y tu nivel es...

SIEMPRE	65-84 puntos	MAESTRO
NORMALMENTE	45-65 puntos	ACEPTABLE
AVECES	23-44 puntos	EN DESARROLLO
RARAMENTE	0-22 puntos	PRINCIPIANTE

MAESTRO

Este nivel indica que dominas las técnicas de la organización y que las estás poniendo en práctica en tu vida con excelentes resultados regularmente. Es posible y probable que hayas alcanzado este nivel en una zona del análisis y no en otra.

ACEPTABLE

Aceptable significa que dominas muchas de las técnicas organizativas y que las pones en práctica con buenos resultados en un número bastante elevado de ocasiones. ¿Es posible para alguien alcanzar el nivel de aceptable y necesitar seguir más adelante? Sí, pero depende de los objetivos en esa parcela organizativa que considere para su vida.

EN DESARROLLO

Este nivel indica que dominas ciertas técnicas y que las pones ocasionalmente en práctica con resultados aceptables en algunas de estas veces.

PRINCIPIANTE

En esta ocasión se entiende que no dominas ninguna de las técnicas organizativas y que tampoco las pones en práctica, por lo que los resultados no son buenos regularmente; este nivel puede indicarte que puedes necesitar ayuda de algún profesional ya que puede que consideres que tienes una necesidad urgente de mejorar el nivel de orden en tu vida.