

### Persönliche Selbsteinschätzung

Der Leitfaden „Anforderungen für Beschäftigte“ kann Ihnen eine Hilfestellung bei der Beantwortung der Fragen sein. Der Fragebogen dient ausschließlich Ihrer persönlichen Vorbereitung auf das Telearbeitsgespräch und ist nicht für Ihre Führungskraft bestimmt.

### Persönliche Voraussetzungen:

Nr.	Frage	Ja	Nein
1	Habe ich ausreichend berufliche Handlungssicherheit, um ohne ständigen Kontakt zu meinen Kolleginnen und Kollegen zu arbeiten?		
2	Ich bin in der Lage, auch unvorhergesehene fachliche Probleme zu bewältigen.		
3	Kann ich mich selbst zu Arbeit motivieren?		
4	Setze ich mir realistische Ziele für meinen Arbeitstag?		
5	Ich habe keine Probleme, Termine einzuhalten.		
6	Lässt sich mein Tagesablauf problemlos organisieren?		
7	Ich bin bereit, meinen Arbeitsstil an die Erfordernisse der Telearbeit anzupassen.		
8	Ich habe keine Probleme in der Kommunikation per Telefon oder E-Mail.		
9	Kann ich mich mit technischen Problemen am PC auseinandersetzen und aktiv an einer Problemlösung (mit)arbeiten?		
9a	Meine Kenntnisse der gängigen Betriebssysteme (Windows) und Internetanwendungen (Internetexplorer) sind:	<i>Zutreffendes bitte unterstreichen</i> gering ausreichend umfangreich	
9b	Meine Kenntnisse der gängigen Office-Anwendungen (Microsoft Office) sind :	<i>Zutreffendes bitte unterstreichen</i> gering ausreichend umfangreich werden nicht benötigt	
9c	Meine Kenntnisse der gängigen UMG-Anwendungen (SAP, Ixserv, Befundsysteme) sind:	<i>Zutreffendes bitte unterstreichen</i> gering ausreichend umfangreich werden nicht benötigt	

10	Bin ich bereit, mich erforderlichenfalls weiter zu qualifizieren?		
11	Habe ich die Chancen und Risiken der Telearbeit, bezogen auf meine persönliche Situation gründlich gegeneinander abgewogen?		
12	Kann ich Arbeit und Freizeit voneinander trennen?		
13	Ist Telearbeit mit meinen familiären Bedingungen zu vereinbaren?		
14	Wird es mir die häusliche Atmosphäre erlauben, ungestört zu arbeiten und Privat- und Berufssphäre abzugrenzen?		
15	Muss ich mit anderen Hindernissen/Problemen in meinem weiteren privaten Umfeld rechnen (Nachbarn, Vermieter, o.ä.)?		

**Mindestanforderungen an die häusliche Arbeitsstätte (steht mir ein geeigneter häuslicher Arbeitsplatz zur Verfügung?):**

Nr.	Frage	Ja	Nein
1a	<b>Alternierende Telearbeit:</b> Steht für einen Telearbeitsplatz mindestens 1,5 qm freie Bewegungsfläche zur Verfügung, die freie Bewegungsfläche ist an keiner Stelle schmaler als 1 m?		
1b	<b>Flexible Telearbeit:</b> Steht ein ungestörter Arbeitsplatz zur Verfügung?		
2	Ist der Telearbeitsplatz ausreichend belüftet?		
3	Ist der Telearbeitsplatz in einem beheizbaren Raum gelegen?		
4	Hat der Telearbeitsplatz Tageslichteinstrahlung?		
4a	Ist eine ausreichende Beleuchtung durch künstliches Licht möglich?		
5	Bin ich bereit, mir einen zusätzlichen Telekommunikationsanschluss der Deutschen Telekom (zusätzlich zum bisherigen Telefonanschluss) einrichten zu lassen?		
5a	Ich habe mich über die Internet-Übertragungsgeschwindigkeit informiert, sie beträgt mindestens 6.000 kbit.		
6	Bin ich bereit, ggfs. kleinere Arbeiten in meiner Wohnung, z.B. zur Anbringung eines Blendschutzes (Jalousien), von Beleuchtung oder zur Installation eines Telefonanschlusses zuzulassen?		

Die o.g. Kriterien stellen die **Mindestvoraussetzungen** an die häusliche Arbeitsstätte für die Einrichtung eines Telearbeitsplatzes dar.

Sofern Sie eine Frage mit **NEIN** beantwortet haben, verfügen Sie nicht über ein geeignetes häusliches Umfeld!