

Är du social, noggrann, uttrycksfull eller rättfram?

Fyll i poängen på varje rad samt summera poängen för varje avsnitt.

- 0 poäng = stämmer inte alls,
1 poäng = stämmer lite,
2 poäng = stämmer mycket,
3 poäng = stämmer helt.

Testa vilken bemötandestil du har!

A

- Jag är färgstark och kreativ.
- Jag är en känslomänniska.
- Jag kan entusiasmera andra.
- Jag tar saker för personligt och hetsar upp mig.
- Jag kan vara ostrukturerad och rörig.
- Jag är livlig och kan bli ordrik.
- Jag tycker inte om detaljer.

0	1	2	3
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

SUMMA POÄNG A: _____

B

- Jag är avslappnad.
- Jag är försiktig och kan vara obeslutsam.
- Jag är lågmäld i min framtoning.
- Jag vill inte fatta beslut under press.
- Jag kan vara omständig.
- Jag pratar hellre om personliga saker än om fakta.
- Jag tycker illa om konfrontationer.

0	1	2	3
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

SUMMA POÄNG B: _____

C

- Jag är snabb och energisk.
- Jag vill ha korta och koncisa svar på frågor.
- Jag pratar hellre om fakta än personliga saker.
- Jag tycker småprat tar för mycket tid om det finns sakfrågor att diskutera.
- Jag är en handlingsmänniska.
- Jag kan vara påstridig och konfronterande.
- Jag är otålig och vill snabbt ha resultat.

0	1	2	3
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

SUMMA POÄNG C: _____

D

- Jag är intresserad av logik.
- Jag är välorganiserad.
- Jag tar beslut på väl underbyggd och detaljerad information.
- Jag är noggrann och pålitlig.
- Jag är intresserad av fakta och genomtänkta svar.
- Jag pratar inte gärna om känslor och mitt privatliv.
- Jag vill ha gott om tid för att sätta mig in i en fråga.

0	1	2	3
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

SUMMA POÄNG D: _____

Resultat

De två avsnitten, exempelvis A+C, där du fått högst poäng visar din personliga stil. Har du flest poäng på:

- A+C har du en uttrycksfull bemötandestil
A+B en social bemötandestil
B+D en noggrann bemötandestil
C+D en rättfram bemötandestil

Om du har fått lika många poäng på några av alternativen kan du välja det alternativ som du tycker stämmer bäst på dig. Vissa kombinationer är oförenliga eftersom de är varandras motsatser.

Råd

TILL DIG SOM ÄR UTTRYCKSFULL: Bromsa din iver och dra ned på tempot. Var mer strukturerad och håll dig till sakfrågan. Luta dig tillbaka och lyssna ibland. Bli inte för personlig.

TILL DIG SOM ÄR SOCIAL: Öka tempot och använd tiden mer effektivt när du har en uppgift att lösa. Stå upp för vad du själv tycker och ta initiativ.

TILL DIG SOM ÄR NOGGRANN: Öka ditt tempo något och försök att snabbare komma fram till handling och beslut. Visa mer intresse för känslor och hur den andre mår. Ge mer tid för socialt småprat och var mindre rationell.

TILL DIG SOM ÄR RÄTTFRAM: Ha inte så bråttom. Ge andra tid att tänka efter. Luta dig tillbaka och lyssna. Visa intresse för den andres person och inte bara för fakta och resultat.

Stilarnas starka och svaga sidor

DEN SOM ÄR UTTRYCKSFULL: Starka sidor: Färgstark, kreativ, engagerad, energisk, orädd, idérik. **Svaga sidor:** Alltför hjälpsam, pratar för mycket, vill stå i centrum, överambitiös.

DEN SOM ÄR SOCIAL: Starka sidor: empatisk, intuitiv, lätt-sam, stödjande, intresserad. **Svaga sidor:** otydlig, ostrukturerad, överbeskyddande, för långsam, ovillig att ta obekväma beslut.

DEN SOM ÄR NOGGRANN: Starka sidor: Hänsynsfull, analytisk, eftertänksam, stödjande. **Svaga sidor:** Ger för lite bekräftelse, för lite empati och stöd, försiktig, långsam, stel och otillgänglig.

DEN SOM ÄR RÄTTFRAM: Starka sidor: strukturerad och tydlig, engagerad, praktisk, orädd att ta obekväma beslut. **Svaga sidor:** Pratar för mycket, ger för lite empati och stöd, för allvarlig och bestämd, överambitiös.