

Vragenlijst vensters

Omcirkel bij elk blok welke stelling het meeste bij jou past.

A

1	Ik heb de neiging anderen te interrumpen.
2	In groepen hou ik mij liever op de achtergrond en laat anderen het voortouw nemen.
3	Ik doe mijn best situaties te vermijden waarin verwacht wordt je mening te geven.
4	Ik laat het anderen uitpraten voordat ik wat ga zeggen.

B

1	Meestal denk ik dat anderen het beter weten.
2	Als ik het gevoel heb gelijk te hebben, kom ik voor mezelf op en verwacht dat van anderen ook.
3	Ik sta erop dat ik gelijk heb en ik verwacht van anderen dat ze achter me staan.
4	Ik zie geen reden ideeën door te drukken als anderen mijn ideeën zelden waarderen.

C

1	Ik verzet me tegen het nemen van beslissingen/aannemen van adviezen van anderen.
2	Ik laat anderen beslissingen voor mij nemen.
3	Ik neem mijn eigen beslissingen gebaseerd op een goed gevoel.
4	Ik neem vaak beslissingen voor anderen.

D

1	Ik heb de neiging zacht te praten en oogcontact te vermijden om te voorkomen dat ik de aandacht op me vestig.
2	Soms praat ik te hard en verwacht dat het invloed heeft.
3	Het is me te veel moeite veel te communiceren.
4	Meestal pas ik mijn niveau van communiceren aan de situatie aan.

E

1	Ik heb de neiging tot kritiseren en om te muggenziften met anderen.
2	Soms verberg ik mijn gevoelens en sluit ik me aan bij anderen.
3	Ik doe mijn best de gevoelens van een ander te begrijpen voordat ik praat over mijn gevoel.
4	Ik heb niet vaak sterke gevoelens bij iets.

Vragenlijst vensters vervolg

F

1	Ik laat anderen hun zin krijgen, maar vaak voel ik me er boos over.
2	Ik bespreek problemen voordat ze er zijn, en ik bedenک oplossingen zodra problemen zich voordoen.
3	Ik zorg ervoor dat de dingen gebeuren zoals ik ze wil.
4	Het maakt me niet uit als anderen hun zin krijgen.

G

1	Ik stel me terughoudend op als het gaat om beslissingen, zodat anderen beslissingen voor mij nemen.
2	Ik heb de neiging om problemen niet onder ogen te zien en stel beslissingen uit tot morgen.
3	Ik ga met mijn eigen problemen om en ik neem mijn eigen beslissingen.
4	Ik voorzie anderen van oplossingen als zij zelf niet in staat zijn beslissingen te nemen.

H

1	Ik vind mijzelf even bekwaam en gelijk als anderen.
2	Ik vind mijzelf zwakker en minder bekwaam als anderen.
3	Ik vind mijzelf sterker en bekwaamer dan anderen.
4	Ik vind dat alle mensen zwak zijn, inclusief mijzelf.

I

1	Ik vermijd het nemen van verantwoordelijkheid als je de schuld krijgt. Is iets niet gaat zoals het had moeten gaan.
2	Ik accepteer mijn verantwoordelijkheid en ben duidelijk over waar anderen verantwoordelijk voor zijn.
3	Ik neem zo veel mogelijk verantwoordelijkheid op me, zelf voor het werk van anderen.
4	Ik geef er de voorkeur aan dat iemand anders de verantwoordelijkheid op zich neemt en dat ik kan volgen.