

Dá se s vámi dobře komunikovat?

1 nesouhlasí

2 spíše nesouhlasí

3 spíše souhlasí

4 naprosto souhlasí

	Formulace:	1	2	3	4
1.	Při rozhovoru mi myšlenky často odbíhají k jiným tématům.	1	2	3	4
2.	Když trávím večer s přáteli, čas mi rychle ubíhá.	1	2	3	4
3.	Když jedu s někým cizím ve výtahu, cítím se trapně.	1	2	3	4
4.	Často se nezdržím a musím říct svůj názor.	1	2	3	4
5.	Jsem dobrý/á poslouchač/ka.	1	2	3	4
6.	Je mi zatěžko odporovat druhým.	1	2	3	4
7.	Kvůli harmonii v našem vztahu se s partnerem/partnerkou nevyhýbáme nepříjemným rozhovorům.	1	2	3	4
8.	Často začínám větu slovy. „Ano, ale....“	1	2	3	4
9.	Jen těžko dokážu mlčet.	1	2	3	4
10.	Při hádkách mám sklón k ranám pod pás.	1	2	3	4
11.	Spor většinou končím, když nedojde ke shodě názorů.	1	2	3	4
12.	Je pro mě těžké, mám-li říct, co si skutečně myslím.	1	2	3	4
13.	Způsob, jakým se hádám, může být někdy velmi zraňující.	1	2	3	4
14.	Umím se dobře vcítit do jiných lidí.	1	2	3	4
15.	Je mi trapné, když přede mnou někdo pláče.	1	2	3	4
16.	Byl/a bych dobrý/á učitel/ka.	1	2	3	4
17.	Vyhýbám se tomu, aby se ke mně někdo dostal moc blízko.	1	2	3	4
18.	V hádkách požívám častěji slovo „já“ než ty.	1	2	3	4
19.	V rozhovoru se rychle dostávám k jádru věci.	1	2	3	4
20.	Často mám pocit, že bych měl/a něco říct, ale nevím co.	1	2	3	4
21.	Když nemám pravdu, trvám na svém tak dlouho, až přesvědčím ostatní.	1	2	3	4

Typ A		Typ B		Typ C	
Otázka	Body	Otázka.....	Body	Otázka	Body
3.		1.		2.	
6.		4.		5.	
9.		8.		7.	
12.		10.		11.	
15.		13.		14.	
17.		18.		16.	
20.		21.		19.	
Součet:		Součet:		Součet:	

Vyhodnocení testu „Dá se s vámi dobře komunikovat“:

Bodové vyjádření míry daného typu:

24 – 28 Výrazně odpovídáte danému typu.

18 – 23 Často reagujete tak jako tento typ.

12 – 17 Občas (výjimečně) reagujete tak jako tento typ.

7 – 11 Charakteristiky daného typu nejsou pro vás typické.

Typ A: Konfliktní z touhy po harmonii

Máte potíže jednat otevřeně. Největší problémy vám dělá, když se máte vyrovnat s negativními pocity vašeho komunikačního partnera. Váš sklon k uhýbání, tedy chybný způsob rozhovoru, vede k tomu, že pocity druhého podceňujete nebo naopak přeceňujete, čímž dochází k problémům. Neostýchejte se jasně vyjádřit, co vám vadí.

Typ B: Dominantní

Máte-li čas od času problémy s druhými lidmi, může za to vaše snaha o dominanci (o výhru) v komunikaci. Názorová rozdílnost, ke které v komunikaci s vámi často dochází, slouží k tomu, aby se vyjasnil poměr sil. Aniž byste to mě/la v úmyslu, vyvoláte v partnerovi v komunikaci pocit, že vám vůbec nezáleží na jeho názoru.

Typ C: Kultura rozhovoru nade vše

Hravě se vám daří v komunikaci s druhými produktivní výměna myšlenek a pocitů, jste schopen/a dosahovat jednoty náhledu na věc, jednoty názorů. Máte vynikající schopnost dostat se k jádru věci a problém vyřešit. V diskusích se držíte cíle a nezraňujete jiné. Když je potřeba, dokážete být dostatečně flexibilní a revidovat svůj názor.

Informační zdroj:

SCHNEIDEROVÁ, A., SCHNEIDER, M. *Komunikační dovednosti*. 1. vyd. Ostrava: OU, 2004. ISBN 80-7042-688-8.