

## Självskattning

Ringa in en av siffrorna för att visa hur Du ser på dig själv.

|                               |   |   |   |   |                            |
|-------------------------------|---|---|---|---|----------------------------|
| 1. Självsäker                 | 1 | 2 | 3 | 4 | Reserverad                 |
| 2. Passiv                     | 1 | 2 | 3 | 4 | Aggressiv                  |
| 3. Ger ansvar                 | 1 | 2 | 3 | 4 | Kontrollerar               |
| 4. Tillbakadragen             | 1 | 2 | 3 | 4 | Dominant                   |
| 5. Tar ledningen              | 1 | 2 | 3 | 4 | Hänger med                 |
| 6. Formell                    | 1 | 2 | 3 | 4 | Informell                  |
| 7. Disciplinerad              | 1 | 2 | 3 | 4 | Spontan                    |
| 8. Kommunikerar gärna         | 1 | 2 | 3 | 4 | Tvekar att kommunicera     |
| 9. Accepterar                 | 1 | 2 | 3 | 4 | Utmanar                    |
| 10. Oorganiserad              | 1 | 2 | 3 | 4 | Organiserad                |
| 11. Inleder sociala kontakter | 1 | 2 | 3 | 4 | Låter andra ta initiativet |
| 12. Ställer frågor            | 1 | 2 | 3 | 4 | Gör uttalanden             |
| 13. Högdragen                 | 1 | 2 | 3 | 4 | Skygg                      |
| 14. Reserverad                | 1 | 2 | 3 | 4 | Uttrycksfull               |
| 15. Sorglös                   | 1 | 2 | 3 | 4 | Tankfull                   |
| 16. Avslappnad                | 1 | 2 | 3 | 4 | Spänd                      |
| 17. Undanhåller känslor       | 1 | 2 | 3 | 4 | Uttrycker känslor          |
| 18. Relationsorienterad       | 1 | 2 | 3 | 4 | Uppgiftsorienterad         |
| 19. Framfusig                 | 1 | 2 | 3 | 4 | Mild                       |
| 20. Väljer noga               | 1 | 2 | 3 | 4 | Impulsiv                   |
| 21. Utåtriktad                | 1 | 2 | 3 | 4 | Inåtvänd                   |
| 22. Varm                      | 1 | 2 | 3 | 4 | Sval                       |
| 23. Finstämd                  | 1 | 2 | 3 | 4 | Rakt på                    |
| 24. Avskärmad                 | 1 | 2 | 3 | 4 | Nära                       |
| 25. Ger information           | 1 | 2 | 3 | 4 | Håller på information      |
| 26. Tyst                      | 1 | 2 | 3 | 4 | Pratsam                    |

## Poängberäkning

|     |  |
|-----|--|
| 1.  |  |
| 5.  |  |
| 8.  |  |
| 11. |  |
| 13. |  |
| 15. |  |
| 19. |  |
| 21. |  |
| 25. |  |

|     |  |
|-----|--|
| 2.  |  |
| 4.  |  |
| 9.  |  |
| 12. |  |
| 16. |  |
| 23. |  |
| 26. |  |

S:a A

S:a B

För att lokalisera dig på ”**Drivande / Försiktig**” - skalan skall Du ta

Summan **A** + 35 - Summan **B** delat med 16.

Placera sedan ett X på följande skala enligt den siffra Du har fått fram.

|                  |          |          |          |          |                 |
|------------------|----------|----------|----------|----------|-----------------|
| <i>Försiktig</i> | <b>4</b> | <b>3</b> | <b>2</b> | <b>1</b> | <i>Drivande</i> |
|------------------|----------|----------|----------|----------|-----------------|

|     |  |
|-----|--|
| 6.  |  |
| 7.  |  |
| 14. |  |
| 17. |  |
| 20. |  |
| 24  |  |

|     |  |
|-----|--|
| 3.  |  |
| 10. |  |
| 18. |  |
| 22. |  |

S:a C

S:a D

För att lokalisera dig på ”**Formell / Informell**” - skalan skall Du ta

Summan **C** + 20 - Summan **D** delat med 10.

Placera sedan ett X på följande skala enligt den siffra Du har fått fram.

|                |          |          |          |          |                  |
|----------------|----------|----------|----------|----------|------------------|
| <i>Formell</i> | <b>1</b> | <b>2</b> | <b>3</b> | <b>4</b> | <i>Informell</i> |
|----------------|----------|----------|----------|----------|------------------|

# Självskattning

