

Welke luisterstijl heb jij?

zelftest

Luisteren lijkt soms best eenvoudig, maar écht goed luisteren is een vaardigheid. In de woorden van Ernest Hemingway: 'Horen kan iedereen, luisteren niet'.

Daar zit meteen de kern, want de manier waarop je luistert, bepaalt ook hoe je (effectief) communiceert, samenwerkt en relaties opbouwt. Dus, wat voor een luisteraar ben jij? Ben jij een empathische luisteraar die zich inleeft in de ander? Of herken jij je meer in het oplossingsgerichte aspect en ga je snel over tot actie?

Deze korte zelftest helpt je om inzicht te krijgen in jouw luisterstijl én geeft je handvatten om je communicatie te versterken.

Beantwoord onderstaande stellingen en noteer je score.					
	1 = helemaal oneens 5 = helemaal eens				
	1	2	3	4	5
Ik vat vaak samen wat de ander zegt om te checken of ik het goed heb begrepen.	☐	☐	☐	☐	☐
Ik luister aandachtig zonder meteen met een oplossing te komen.	☐	☐	☐	☐	☐
Ik let op de emoties achter de woorden van een ander.	☐	☐	☐	☐	☐
Ik stel vaak verdiepende vragen om echt tot de kern te komen.	☐	☐	☐	☐	☐
Ik ben geneigd een gesprek snel naar een conclusie of actiepunt te sturen.	☐	☐	☐	☐	☐
Ik merk dat mensen zich begrepen voelen als ze met mij praten.	☐	☐	☐	☐	☐
Ik luister vooral om te begrijpen, niet op te reageren.	☐	☐	☐	☐	☐
Ik houd ervan om gesprekken te structureren en de rode draad te bewaken.	☐	☐	☐	☐	☐
Ik merk vaak dat ik tijdens het luisteren al nadenk over wat ik wil zeggen.	☐	☐	☐	☐	☐
Ik pas mijn luisterstijl aan op de persoon en de situatie.	☐	☐	☐	☐	☐
Totaal aantal punten					