



SELBSTTEST

Zum Riemann-Thomann Kreuz

ANLEITUNG

Sie finden auf den nächsten Seiten Aussagen zu ihrer Selbsteinschätzung. Bewerten Sie bei jeder Aussage spontan, in welchem Maße diese Aussage auf Sie zutrifft. Benutzen Sie hierbei folgenden Bewertungsschlüssel:

Stimmt nicht	=0 Punkte
Stimmt teilweise	=1 Punkt
Stimmt	=2 Punkte

Durch den Test können Sie ihr *ungefähres* Heimatgebiet ermitteln, wenn Sie ohne Wunschdenken die Wertung spontan durchführen.

Ungefähr deshalb, weil die Fragestellungen nicht jedes Verhalten abdecken. Dieser Test ist als Anregung gedacht und soll zum Weiterforschen anregen.

Nr.	Punkte 0...2	Aussage
1		Auf mich kann man sich verlassen, wenn ich etwas sage halte ich mich auch daran.
2		Wenn ich persönliche Probleme habe, muss ich mich als erstes mit jemanden aussprechen
3		Wenn alles reglementiert und festgelegt ist, fühle ich mich eingeengt. Ich brauche auch in meiner Arbeit Freiräume, in denen ich auch mal spontan improvisieren kann.
4		Ich öffne mich nicht so schnell fremden Menschen. Dadurch wirke ich vielleicht oft kühl und distanziert
5		In meinem Leben sollen Dinge möglichst gut geregelt sein.
6		Ich gehe gern auf andere zu. Auch wenn ich mal Probleme habe kann ich mich gut anderen anvertrauen.
7		Es gefällt mir im Mittelpunkt zu stehen und andere mit Charme und Temperament mitzureißen.
8		Ich kann gut meine Interessen durchsetzen. Dadurch werde ich nicht so leicht ausgenutzt
9		Es ärgert mich, wenn andere unangemeldet bei mir hereinplatzen, ständig neue Überraschungen kommen und Menschen von einmal getroffenen Entscheidungen abweichen
10		Zu anderen einen Kontakt von Herz zu Herz zu haben, bestätigt mich. Gefühle zeigen zu dürfen, halte ich für sehr wichtig im Umgang miteinander.
11		Ohne Abwechslung wäre mein Leben grau und eintönig.
12		Den objektiven Blick auf Ereignisse zu haben, halte ich für außerordentlich wichtig

Nr.	Punkte 0...2	Aussage
13.		Es liegt mir weniger, mich auf Situationen einzulassen, deren Ausgang völlig unvorhersehbar ist.
14		Für andere da sein, sie zu unterstützen, liegt mir.
15		Wenn mir viele Dinge stereotyp von der Hand gehen, weiß ich, ich sollte mich wieder neu orientieren.
16.		Es ist mir unangenehm anderen verpflichtet zu sein. Daher Sorge ich lieber selbst für mich.
17.		Pünktlichkeit, Verlässlichkeit und das einhalten von Spielregeln ist mir wichtig.
18.		Auch bei Konflikten versuche ich es im Guten. Wenn es sein muss, gebe ich auch mal, um des lieben Friedens willen, nach.
19.		Überraschende Ereignisse sehe ich gern als Herausforderung. Flexibilität ist einer meiner Stärken.
20.		Ich Sorge gern für eine sachliche Atmosphäre in Gesprächen.
21.		Mein Arbeitsstil ist gekennzeichnet von Systematik, Planung, Struktur und Zieleinhaltung.
22.		Ich kann schlecht anderen Kritik direkt ins Gesicht sagen. Ich sehe dann die Gefahr, dass der Kontakt total abbricht.
23.		Da ich weiß wie ich andere nehmen kann, fällt es mir leicht, sie auch dann wieder für mich zu gewinnen, wenn sie mir böse sind.
24.		Es fällt mir leicht aus mir herauszugehen und Gefühle zu zeigen.

Auswertung

1		2		3		4	
5		6		7		8	
9		10		11		12	
13		14		15		16	
17		18		19		20	
21		22		23		24	
Summe							
	Dauer		Nähe		Wechsel		Distanz

Dauer

													12													
													11													
													10													
													9													
													8													
													7													
													6													
													5													
													4													
													3													
													2													
													1													
12	11	10	9	8	7	6	5	4	3	2	1	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12		
													1													
													2													
													3													
													4													
													5													
													6													
													7													
													8													
													9													
													10													
													11													
													12													

Nähe

Distanz

Wechsel

