

Считайте количество ответов «ДА»

Умение определять суть проблемы и принимать решение о критической обратной связи.

Да Нет

Я часто откладывают некоторые разговоры, чтобы не вступать в спор.

Даже начав разговор с тем, кто меня подвёл, я обычно ограничиваюсь обсуждением самой проблемы, а не причин её возникновения.

Моя жизнь наверняка станет лучше, если я научусь говорить о некоторых вещах, не навлекая на себя опасность.

Иногда я принимаю решение не вступать в разговор, потому что убеждаю себя в том, что лучше смириться, чем участвовать в некрасивом разбирательстве.

Я постоянно поднимаю вопрос об одной проблеме, которая меня очень беспокоит, но она не решается.

Умение объяснять.

Да Нет

Люди заслуживают такого же отношения, которое демонстрируют. Поэтому за эгоизм и грубость я плачу им той же монетой.

Иногда я оцениваю причины невыполнения другими своих обязательств слишком поспешно.

Иногда я действую, исходя из предположения, что кто-то намеренно вредит мне, хотя это на самом деле может быть не правдой.

Порой я слишком быстро начинаю злиться.

Бывает, что я виню других в проблемах, причиной которых отчасти являюсь сам(а).

Умение сотрудничать.

Да Нет

Иногда я начинаю обсуждение проблем с таких резких выражений, что собеседник тут же занимает оборонительную позицию.

Бывает, я критикую человека в присутствии других людей.

Временами я не знаю, как честно высказать человеку своё мнение, не обидев его.

Иногда, обсуждая проблему, я слишком много говорю, и совсем не слушаю.

Обсуждая проблемы, я не всегда помогаю собеседникам поделиться своим мнением.

Умение мотивировать.

Да Нет

Бывает, что у меня не получается мотивировать людей измениться, потому что недостаточно власти для этого.

Иногда, чтобы заставить людей делать какие-то вещи, я угрожаю им или внушаю чувство вины.

Я не понимаю, почему некоторым людям неинтересно выполнять свои обязанности.

Порой мне трудно убедить других, что то, чего я от них хочу, в их интересах.

Некоторых людей, с которыми мне приходится иметь дело, вообще невозможно мотивировать.

Умение облегчить задачу.

Да Нет

Бывает, что работа неинтересна или неприятна моим сотрудникам, но я во что бы то ни стало заставляю их выполнить её.

Иногда я сразу предлагаю человеку, у которого что-то не получается, свой совет, не дав ему обсудить его вопрос или предложение.

Люди, которые стремятся облегчить другим работу, лишь балуют тех, кому следует добросовестнее относиться к своему делу и отвечать за свои поступки.

Иногда в обсуждении проблемы я забываю проверить, готов ли собеседник сделать всё необходимое.

Порой я прошу собеседника предложить свои идеи, хотя мне они не нужны, поскольку я уже все решил(а).

Умение удерживать фокус.

Да Нет

Во время серьёзного разговора я иногда отвлекаюсь и теряю нить.

Бывает, я теряюсь, когда во время серьёзного разговора открывается новая проблема.

Если собеседник начинает злиться, я не всегда знаю, как ему ответить.

Бывает, я упускаю из внимания то, что хочет обсудить мой собеседник.

Иногда я мирюсь с тем, что кто-то нарушает обещание и даже не сообщает мне об этом.

Умение следовать плану.

Да Нет

Иногда я, прорабатывая проблему, забываю уточнить, кто что к какому сроку должен сделать.

Я бываю разочарован(а) тем, что сделали люди, поскольку они совершенно не поняли, чего я от них хотел(а).

Бывает, что я высказываю претензии по срокам исполнения задания, хотя точный срок не назначал(а).

Мои близкие и сотрудники считают, что я опекаю их в мелочах.

Бывает, что я не нахожу время проконтролировать исполнение заданий, которые раздал(а).

Посчитайте количество ответов «ДА».

- 1-5 – Вы можете обучать других давать критическую обратную связь.
- 6-15 – Вы, как правило, успешно проводите критическую обратную связь и добиваетесь в ней успеха. Но совершенству нет предела!
- 16-25 – Вам стоит подтянуть некоторые аспекты критики, чтобы не рисковать, приступая к ней.
- 25-36 – Вам не стоит применять критическую обратную связь, не освоив хотя бы её базовые приёмы.

Анкета составлена на основании 20-летнего исследования поведения 25 000 человек в конфликтах вокруг ответственности. Авторы: К.Паттерсон, Дж. Гренни, Д.Максфилд, Р. Макмиллан, Э. Свитцлер.