Vragenlijst

Invloed en Persoonlijke Kracht

Invloed uitoefenen en het bereiken van je persoonlijke doelen in discussies en gesprekken is een essentiële voorwaarde voor je succes. Dat kun je op een effectieve en op een minder effectieve manier doen. Er zijn verschillende invloedsstijlen die je kunt toepassen.

Met deze vragenlijst krijg je een beeld van de wijze waarop je gewend bent doelen in gesprekken en discussies met anderen te bereiken. Er zijn verschillende manieren om je doelen te bereiken en afhankelijk van de situatie zal een bepaalde stijl het meest effectief zijn. Door te weten wat je voorkeursstijl is, maar ook welke andere stijlen er zijn, kun je zelf gerichter keuzen maken in het toepassen van een van de stijlen.

# Vragenlijst Invloedsstijlen

Onderstaand tref je 50 uitspraken aan. Je wordt gevraagd per uitspraak aan te geven of deze uitspraak van toepassing is op je gedrag. Concentreer je bij het invullen op wat je feitelijk doet om anderen te beïnvloeden.

Omcirkel het cijfer voor de uitspraken waarvan je zeker bent dat je het gedrag regelmatig laat zien. Doe dit alleen als je er 100% zeker van bent dat je dit gedrag regelmatig vertoont.

Probeer zo open en eerlijk mogelijk te antwoorden en denk niet te lang na per uitspraak. Je eerste ingeving is vaak het beste.

Achter de 50 uitspraken vind je de instructie om je antwoorden te verwerken.

**Doe je het volgende?**

1. Gericht voorstellen doen voor de aanpak van een gesprek
2. Met duidelijke argumenten voor de dag komen
3. Anderen direct en precies vertellen wat ze moeten doen
4. Anderen een compliment geven als ze dat verdiend hebben
5. De voorwaarden aangeven waaronder je bereid bent iets voor anderen te doen
6. Anderen vragen naar hun mening
7. Luisteren naar wat anderen te zeggen hebben
8. Uitdrukking geven aan je persoonlijke gevoelens
9. Gemeenschappelijke doelen onder woorden brengen
10. Anderen de aantrekkelijke kant van een situatie in laten zien
11. Concrete voorstellen doen voor de aanpak van een probleem
12. Je standpunt helder onder woorden brengen
13. Anderen laten weten volgens welke maatstaven je over hen zal oordelen
14. Anderen op gemaakte fouten wijzen
15. Door geven en nemen iets van iemand gedaan krijgen
16. Anderen uitnodigen deel te nemen aan het gesprek
17. Meningsverschillen tussen anderen zorgvuldig onder woorden brengen
18. Open kaart spelen
19. Anderen aanmoedigen gemeenschappelijke doelen na te streven
20. Een aantrekkelijk beeld schetsen van het beoogde eindresultaat
21. Duidelijke voorstellen doen aan anderen
22. Voorbeelden gebruiken om je standpunt over te brengen aan anderen
23. Eigen wensen en behoeften duidelijk maken
24. Anderen prijzen voor hun prestaties
25. Aanvoeren van dreigementen om anderen te doen instemmen met je eisen
26. Anderen die een andere opvatting lijken te hebben de ruimte geven hun opvatting kenbaar te maken
27. Niet alleen de woorden maar ook de gevoelens achter de woorden van anderen weergeven
28. Openhartig zijn over je twijfels en onzekerheden
29. Zoeken naar punten van overeenstemming bij meningsverschillen
30. Je ideaalbeeld van de toekomst schetsen
31. Gerichte voorstellen doen voor het oplossen van een probleem
32. Je eigen standpunt verdedigen
33. Anderen duidelijk maken wat je van hen verwacht
34. Kritiek uiten op het gedrag van anderen
35. Door druk uit te oefenen op anderen je eisen kracht bij zetten
36. Anderen vragen een bijdrage aan het gesprek te leveren
37. Nagaan of je anderen goed begrepen hebt
38. Eigen fouten of vergissingen ruiterlijk toegeven
39. Gemeenschappelijke belangen onder woorden brengen
40. Een beeldend of kleurrijk toekomstperspectief schetsen
41. Op eigen initiatief mogelijke oplossingen voor problemen aandragen
42. Eigen voorstellen met duidelijke argumenten onderbouwen
43. Eigen verwachtingen en eisen direct en nadrukkelijk onder woorden brengen
44. Anderen duidelijk maken of zij aan je verwachtingen hebben voldaan
45. Anderen een tegenprestatie aanbieden om iets van hen gedaan te krijgen
46. Anderen aan het woord laten komen
47. In eigen woorden weergeven wat anderen hebben gezegd
48. Eigen onzekerheden toegeven
49. Anderen laten zien wat je kunt bereiken door met elkaar samen te werken
50. Een aantrekkelijke en optimistische toekomstvisie presenteren

## **Verwerking van de antwoorden**

Omcirkel nu ook onderstaand de nummers die je in de vragenlijst hebt omcirkeld. Tel vervolgens het aantal omcirkelde nummers per rij bij elkaar op (minimum is 0, maximum is 5) en noteer dat aantal in de kolom totaal.

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
|  | Totaal |  |
| 1. 11. 21. 31. 41.  |  | Voorstellen doen (VD) |
| 2. 12. 22. 32. 42. |  | Argumenteren (Arg) |
| 3. 13. 23. 33. 43. |  | Normen stellen (NS) |
| 4. 14. 24. 34. 44.  |  | Oordelen (Oord) |
| 5. 15. 25. 35. 45.  |  | Geven en Nemen (G&N) |
| 6. 16. 26. 36. 46.  |  | Vragen stellen (VS) |
| 7. 17. 27. 37. 47.  |  | Luisteren (Lui) |
| 8. 18. 28. 38. 48.  |  | Onthullen (Onth) |
| 9. 19. 29. 39. 49. |  | Bundelen (Bund) |
| 10. 20. 30. 40. 50. |  | Verbeelden (Verb) |