

Vuorovaikutustaitojen pikatesti aikuisille

Pohdi missä vuorovaikutustaidoissa sinä olet vahvoilla? Merkitse seuraavan listan jokaisen osa-alueen kohdalle kolme vahvuuttasi ja pohdi, millä tavalla olet näissä hyvän vuorovaikutuksen taidoissa vahvoilla? Pohdi vielä sen jälkeen, miten voisit kenties kehittää kunkin jäljelle jääneitä taitoja entisestään?

KIINNOSTUMINEN

- Olet aidosti kiinnostunut muista ihmisistä ja heidän ajatuksistaan.
- Sinun on helppo kohdata toiset ihmiset aidolla avoimuudella, myönteisyydellä ja kiinnostuksella.
- Sinun luoksesi on helppo tulla ja kohtaat toiset ystävällisyydellä ja aidolla myönteisyydellä.
- Saat toiset tuntemaan olonsa tärkeäksi, koska olet aidosti kiinnostunut heistä.
- Katsot mielelläsi vastaan tulijoita silmiin ja haluat huomata jokaisen lapsen ja nuoren erikseen.

KYSYMINEN

- Olet hyvä esittämään ihmisille kiinnostuneita kysymyksiä, koska haluat aidosti ymmärtää paremmin heidän ajatuksiaan ja tunteitaan
- Kysyt mielelläsi ihmisiltä lisää heidän ajatuksistaan sen sijaan että toisit vain omia ajatuksiasi ja mielipiteitäsi esiin.
- Osaat kysyä aidosti arvostavia ja avoimia kysymyksiä, jotka saavat ihmisen tuntemaan itsensä tärkeäksi.
- Selvität mielelläsi asioita kysymällä, etkä tee nopeita päätelmiä ilman, että olet kysynyt muiden näkökulmaa asiaan.

KUUNTELU

- Olet mestari kuuntelemaan toisia.
- Sinulle on luontaisen helppoa olla muille läsnä, kuunnella ja kuulla todella, mitä sanotaan.
- Et keskeytä ja maltat kuunnella toisen asian loppuun saakka.
- Sinulla ei ole kiirettä kertoa itsestäsi vaan koet luontaisen helpoksi kuulla toisten asioita.
- Olet myös erityisen hyvä kuuntelemaan ihmisten suruja ja murheita sekä kuulemaan syvemmin, miltä toisesta todella tuntuu.
- Kuunnellessasi lasta laskeudut hänen kanssaan samalle tasolle ja pysähdyt lapsen asian äärelle aidosti.



KANNUSTUS

- Olet kannustamisen ja positiivisen palautteen mestari.
- Sinulle on helppoa ja luontaista kehua, kiittää ja kannustaa toisia.
- Saat itsekkin hyvää mieltä, kun jaat hyvää palautetta muille.
- Jaksat myös nähdä vaivaa hyvän palautteen antamiseksi, koska pidät positiivisen ja kannustavan palautteen antamista tärkeänä.
- Olet oppinut huomaamaan hyvää ja osaat sanoittaa sitä luontaisesti muille.

KUNNIOITUS

- Olet kunnioittava toisten ihmisten ajatuksia, tunteita ja erilaisuutta kohtaan.
- Ymmärrät, että jokainen ihminen on oma arvokas yksilönsä ja kaikki ihmiset haluavat tulla samalla tavalla kohdelluiksi ja kunnioitetuiksi.
- Suhtaudut lähtökohtaisesti ihmisiin suvaitsevaisesti, hyväksyvästi ja kunnioittavasti.
- Osaat suhtautua kunnioittavasti myös eriäviin mielipiteisiin ja arvostaa erilaisia näkemyksiä.
- Osaat ilmaista itseäsi kunnioittavasti ottaen vastuun omista mielipiteistäsi.
- Ymmärrät, että kunnioitusta ei tarvitse ansaita mitenkään, vaan kunnioitus on oma valinta suhtautua toiseen ihmiseen.