**Moje predyspozycje do pracy w charakterze trenera**

*( Jarmuż S., Witkowski T., (2004). Podręcznik trenera. Wrocław: Moderator )*

**1. Kiedy słucham innych, staram się odkryć słabe strony rozmówcy lub wychwycić informacje korzystne dla mnie:**

a) Często

b) Czasami

c) Rzadko

**2. Słuchając innych, zdarza mi się stracić koncentracje uwagi do tego stopnia, że nie potrafiłbym powtórzyć istoty wypowiedzi rozmówcy:**

a) Często

b) Czasami

c) Rzadko

**3. Kiedy z kimś rozmawiam i słyszę jakąś opowieść, staram się przypomnieć sobie coś podobnego, aby opowiedzieć, jak tylko rozmówca skończy swoją historię:**

a) Często

b) Czasami

c) Rzadko

**4. Kiedy ktoś opowiada o jakimś swoim problemie, staram się udzielić mu możliwie najlepszej rady:**

a) Często

b) Czasami

c) Rzadko

**5. Kiedy rozmowa zmierza w niepożądanym dla ciebie kierunku, potrafisz zbagatelizować problem przez obrócenie go w żart:**

a) Często

b) Czasami

c) Rzadko

**6. Kiedy słyszę dobry dowcip, pierwsza myśl, jaka mi przychodzi do głowy, to przypomnieć sobie jeszcze lepszy i opowiedzieć go:**

a) Często

b) Czasami

c) Rzadko

**7. Kiedy ktoś wypowiada swoje zdanie głośno i podniesionym tonem, jestem przekonany, ze stara się mnie zaatakować:**

a) Często

b) Czasami

c) Rzadko

**8. Kiedy mam tremę bądź tez ktoś mnie zdenerwuje, wiem dość dobrze jak to będzie się objawiało i jak długo będą trwały poszczególne objawy:**

a) Tak

b) Trudno powiedzieć

c) Nie

**9. Jeśli mam do wyboru zagrać w grę, której zasady bardzo dobrze znam, lub nauczyć się nowej gry, bo właśnie pojawiła się okazja, wybieram:**

a) Starą grę

b) Nową grę

**10. Należę do osób, które zadają innym sporo pytań:**

a) Tak

b) Raczej tak

c) Nie

**11. W sytuacji społecznej, kiedy wystąpił jakiś problem organizacyjny:**

a) Staram się problem rozwiązać

b) Staram się ustalić osobę odpowiedzialną za ten problem

**12. Kiedy udaję się na ważne spotkanie lub rozmowę, staram się dokładnie przygotować do rozmowy:**

a) Zawsze

b) Czasami

c) Nigdy

**13. Kiedy ktoś na mnie krzyczy:**

a) Staram się bronić

b) Staram się uwolnić od tej osoby

c) Zadaję sobie pytanie o przyczynę wzburzenia tej osoby.

**14. Kiedy bronię długo jakiegoś poglądu i zostaną mi przedstawione dowody na jego bezpodstawność:**

a) Staram się rozmydlić argumenty i osłabić dowody broniąc do końca swoich racji

b) Przyznaję rację stronie przeciwnej

**15. Spójrz teraz na zegarek, zobacz dokładnie, która jest godzina. Zakryj go i poczekaj, kiedy miną - twoim zdaniem - 2 minuty. Nie licz w myślach sekund. Pomyliłeś się o:**

a) Mniej niż 15 sekund

b) Pomiędzy 15 a 30 sekund

c) Ponad 30 sekund.