

Selbsttest „EHRlichkeit“ – So ehrlich sind Sie

Die meisten von uns behaupten, sie sind eine durch und durch ehrliche Haut. Bei Ehrlichkeit geht es allerdings um mehr als „nur“ darum, die Wahrheit zu sagen. Mit diesem Test können Sie überprüfen, wie ehrlich Sie im Umgang mit anderen Personen wirklich sind.

Für das Ausfüllen des Tests inklusive Auswertung benötigen Sie etwa 10–15 Minuten Zeit. Am besten suchen Sie sich dafür einen ruhigen Ort, an dem Sie ungestört sind. Störungen wie Telefonanrufe, Bürolärm oder das Handy sollten Sie vermeiden. So können Sie sich am besten auf den Test konzentrieren und erhalten ein aussagekräftiges Ergebnis.

Um ein verwertbares Ergebnis zu erhalten, sollten Sie zudem alle Fragen beantworten. Sind Sie sich bei einer Frage unsicher, kreuzen Sie einfach die Aussage (1–4) an, die am ehesten auf Sie zutrifft.

Nachdem Sie diesen Test gemacht haben, wissen Sie

- ✓ wie gut Sie die Kunst der Ehrlichkeit bereits beherrschen,
- ✓ welche Lernfelder Sie möglicherweise noch haben
- ✓ und woran es sich für Sie noch zu arbeiten lohnt.

Damit die Ergebnisse aussagekräftig sind und Sie wirklich weiterbringen, antworten Sie bitte wahrheitsgemäß. Niemand außer Ihnen wird das Ergebnis sehen. Deshalb scheuen Sie sich nicht, ehrlich zu antworten.

Und nun wünsche ich Ihnen viel Freude dabei, Ihre Ehrlichkeit zu überprüfen!

Testen Sie Ihre Ehrlichkeit

| Nr. | | 1 Trifft nicht zu | 2 Trifft eher nicht zu | 3 Trifft eher zu | 4 Trifft zu | |
|-----|--|----------------------------|------------------------------------|---------------------------|-------------------|--|
| 1 | Ich sage offen meine Meinung, auch wenn ich damit bei anderen anecke. | | | | | |
| 2 | Wenn ich merke, dass ich etwas falsch gemacht habe, stehe ich dazu. | | | | | |
| 3 | Ich verzichte auf Notlügen, auch wenn die Wahrheit zu sagen schwer ist. | | | | | |
| 4 | Es fällt mir leicht, anderen eine Bitte abzuschlagen. | | | | | |
| 5 | Wenn ein Leistungsberechtigter sein Portemonnaie in meinem Büro vergisst, informiere ich ihn darüber. | | | | | |
| 6 | Ich sage auch Dinge, die mein Gegenüber verärgern könnten, um bei der Wahrheit zu bleiben. | | | | | |
| 7 | Es fällt mir leicht, mich zu entschuldigen. | | | | | |
| 8 | Wenn mich ein Kollege fragt: „Wie gefällt dir die Präsentation?“, bin ich aufrichtig. Auch wenn ich sie schlecht fand. | | | | | |
| 9 | Ich erwarte von anderen nur Dinge, die ich selbst zu tun bereit bin. | | | | | |
| 10 | Ich mache anderen keine Komplimente, nur um gemocht zu werden. | | | | | |
| 11 | Wenn mir etwas Positives an meinem Gegenüber auffällt, sage ich es ihm. | | | | | |
| 12 | Im Gespräch mit Leistungsberechtigten bin ich immer ehrlich, auch wenn eine Ausrede manchmal einfacher wäre. | | | | | |
| 13 | Ich mache anderen nichts vor, sondern bleibe bei den Fakten. | | | | | |
| 14 | Wenn ich etwas nicht weiß, stehe ich dazu. | | | | | |
| 15 | Wenn mir ein Missgeschick passiert, übernehme ich die Verantwortung dafür. | | | | | |
| 16 | Wenn ich einen Fehler gemacht habe, entschuldige ich mich dafür. | | | | | |
| 17 | Ich habe noch nie bei der Stellung eines Antrags geschummelt. | | | | | |
| 18 | Wenn ich eine Frist versäumt habe, übernehme ich die Verantwortung für die Konsequenzen. | | | | | |
| 19 | Ich sage immer, was ich denke. | | | | | |
| 20 | Konflikte auszuhalten fällt mir leicht. | | | | | |

Die Auswertung zu Ihrem Ergebnis finden Sie auf der nächsten Seite ...

So werten Sie den Test aus

Nachdem Sie nun alle Aussagen bewertet haben, können Sie Ihre Antworten auswerten. So gehen Sie vor:

1. Tragen Sie bitte die Zahl 1–4 Ihrer Antwort in das leere Feld ganz rechts ein. Im Detail bedeutet das:
Die Antwort mit der Zahl 1 -> 1 Punkt
Die Antwort mit der Zahl 2 -> 2 Punkte
Die Antwort mit der Zahl 3 -> 3 Punkte
Die Antwort mit der Zahl 4 -> 4 Punkte
2. Nun können Sie mit der Gesamtauswertung beginnen. Addieren Sie dafür alle Punkte pro Fragen-Teil in der rechten Spalte zusammen. Die Summe Ihrer Punkte ergibt Ihr Gesamtergebnis für den Test.
3. Anhand der Auswertung können Sie nun überprüfen, was Ihr Testergebnis über Ihre Ehrlichkeit verrät. Viel Freude dabei!

Ihr Ergebnis

| Anzahl der Punkte | | Mein Ergebnis |
|-------------------|--|---------------|
| 55–80 | <p>Die Ehrlichkeit in Person</p> <p>Sie wissen, dass sich Ehrlichkeit über kurz oder lang auszahlt. Deshalb legen Sie sehr großen Wert darauf, die Wahrheit zu sagen. Sie bleiben bei den Fakten, spielen Situationen nicht herunter und beschönigen nichts.</p> <p>Zudem handeln Sie integer, indem Sie sich selbst und Ihren Prinzipien treu bleiben, anstatt Ihr Fähnchen nach dem Wind zu richten und den Weg des geringsten Widerstands zu gehen.</p> <p>Ihnen liegt daran, Ihre Zusagen zu halten. Deshalb versprechen Sie auch nur Dinge, die Sie wirklich halten können und wollen. Kommt Ihnen dennoch mal etwas dazwischen, vertuschen Sie es nicht, sondern sagen ehrlich, was Sache ist.</p> <p>Unterläuft Ihnen ein Fehler, geben Sie diesen zu und übernehmen Verantwortung dafür. Selbst dann, wenn Sie mit negativen Konsequenzen rechnen. Das ehrt Sie!</p> <p>Kein Zweifel: Sie sind die Ehrlichkeit in Person und Menschen können Ihnen vertrauen. Weiter so!</p> <p><u>Tipp</u></p> <p>Ehrlich zu sein erfordert oft Mut. Den haben Sie ganz offenbar. Das ist toll, denn damit beherrschen Sie bereits eine wichtige Eigenschaft, um das Vertrauen anderer Menschen zu gewinnen und gute Beziehungen zu führen.</p> <p>Doch wie alles im Leben kommt es auch bei Ehrlichkeit auf das richtige Maß an. Wer immer geradeheraus sagt, was er denkt, der läuft Gefahr, andere zu verletzen und Konflikte zu begünstigen. Denn Ehrlichkeit allein ist nur die halbe Miete.</p> <p>Damit Ehrlichkeit wirklich Vertrauen stiftet und Ihre Beziehungen stärkt, sollten Sie Ihre Worte mit Bedacht und respektvoll wählen. Denn wie bei vielem gilt auch in puncto Ehrlichkeit: Der Ton macht die Musik.</p> | |

| | | |
|---------------------|---|--|
| <p>30–54</p> | <p>Eine ehrliche Haut</p> <p>Grundsätzlich wissen Sie, dass Ehrlichkeit wichtig ist, um das Vertrauen anderer zu gewinnen und gut mit Leistungsberechtigten, Netzwerkpartnern und Kollegen auszukommen.</p> <p>In den meisten Fällen gelingt es Ihnen auch, die Wahrheit zu sagen. Sie halten sich grundsätzlich an Ihre eigenen Prinzipien, bleiben sich selbst dabei treu und agieren integer. Zudem vertreten Sie Ihre eigene Meinung, wenn es darauf ankommt.</p> <p>Um Konflikte zu vermeiden, halten Sie jedoch schon einmal die Wahrheit oder Ihre persönliche Meinung zurück. Selbst dann, wenn Sie davon ausgehen, dass es für alle Beteiligten wichtig wäre, Ihre Perspektive zu kennen.</p> <p>Grundsätzlich machen Sie Zusagen, die Sie auch vorhaben zu halten. Ab und an ertappen Sie sich jedoch dabei, wie Sie vorschnell eine Zusage machen, bei der Sie bereits im Vorfeld wissen, dass Sie diese nicht einhalten können.</p> <p>Auch Fehler zuzugeben fällt Ihnen nicht immer leicht. Dennoch geben Sie Ihr Bestes und übernehmen in den meisten Fällen die Verantwortung, wenn mal etwas danebengeht. Klasse! Das macht Sie zu einer Person, der man in der Regel gerne vertraut.</p> <p><u>Tipp</u></p> <p>Manchmal dürfen Sie ruhig etwas mutiger sein und sagen, was Sie denken. Bittet Sie etwa jemand um einen Gefallen und Sie ahnen bereits im Vorfeld, dass Sie diesen nicht einhalten können, stehen Sie dazu. Eine freundliche Absage ist besser, als jemanden im Nachhinein zu enttäuschen.</p> <p>Manchmal fällt es Ihnen zudem schwer, eigene Fehler einzugestehen. Da kann es schon mal vorkommen, dass Sie es mit der Ehrlichkeit nicht ganz so genau nehmen und sich vor der Verantwortung drücken. Oft mit den Absichten, unangenehme Situationen und Konflikte zu vermeiden. Tatsächlich ist jedoch das Gegenteil der Fall, denn grundsätzlich schätzen wir Menschen, die die Größe besitzen, eigene Fehler einzugestehen und dafür Verantwortung zu übernehmen. Trauen Sie sich!</p> | |
|---------------------|---|--|

| | | |
|----------------|---|--|
| <p>< 30</p> | <p>Ehrlichkeit ist noch ein Lernfeld</p> <p>Mit der Ehrlichkeit nehmen Sie es nicht ganz so genau. In schwierigen Situationen greifen Sie gerne zu einer Ausrede, um einem Konflikt aus dem Weg gehen.</p> <p>Ähnlich verhält es sich mit Ihrer eigenen Meinung. Glauben Sie, damit anzuecken, behalten Sie diese lieber für sich, anstatt sich dem Gegenwind zu stellen.</p> <p>Auch das Zugeben von Fehlern gehört nicht gerade zu Ihren Stärken. Stattdessen versuchen Sie sich aus der Verantwortung zu ziehen und unbequeme Situationen zu vermeiden.</p> <p>Wenn Ihnen diese Gedanken bekannt vorkommen, ist das ein Zeichen dafür, dass Sie in puncto Ehrlichkeit noch ein wichtiges Lernfeld haben. Zumindest dann, wenn Sie das Vertrauen anderer Menschen gewinnen und gut mit anderen zusammenarbeiten wollen. Denn für die meisten Menschen ist Ehrlichkeit ein hohes Gut und die Basis einer guten (Arbeits-)Beziehung. Das gilt sowohl für Leistungsberechtigte, als auch für Netzwerkpartner, Kollegen und Vorgesetzte. Deshalb lohnt es sich, an Ihrer Ehrlichkeit zu arbeiten.</p> <p><u>Tipp</u></p> <p>Ehrlichkeit braucht Mut und Selbstvertrauen. Denn die Wahrheit zu sagen ist nicht immer leicht. Gerade das Zugeben von Fehlern fällt vielen schwer, weil sie Angst haben, ihrem Ruf oder der Zusammenarbeit zu schaden.</p> <p>Das Gegenteil ist übrigens der Fall. Fehler zu machen schadet nicht zwangsläufig Ihren beruflichen oder privaten Beziehungen, der falsche Umgang damit schon.</p> <p>Trauen Sie sich deshalb, zu Ihren Fehlern zu stehen, und übernehmen Sie Verantwortung für diese. Treten Sie für Ihre eigene Meinung ein und sagen Sie, was Sie wirklich denken. Menschen mögen Gradlinigkeit. Vorausgesetzt, Sie begegnen Ihnen auch dabei respektvoll.</p> <p>Ehrlichkeit ist im Übrigen wie ein Muskel und lässt sich trainieren. Mit jedem Mal, bei dem Sie sich für die Wahrheit entscheiden, statt zu einer Ausrede zu greifen, wird es Ihnen leichter fallen. Probieren Sie es aus!</p> | |
|----------------|---|--|