



Ben jij *introvert* ? Doe de test

Ben je graag alleen? Hou je van een-op-een-contacten? Denk je na voor je praat en hou je ervan om zaken te doorgronden? Heb je af en toe nood aan rust en ruimte voor jezelf om je batterijen op te laden? Dan zou het best kunnen dat je hoog scoort op het persoonlijkheidskenmerk introversie. Vul de korte vragenlijst in en ontdek hoe introvert jij bent. Hoe meer stellingen op jou van toepassing zijn, hoe introvert je bent.

- Ik praat niet graag over koetjes en kalfjes.
- Ik kan goed en lang geconcentreerd werken
- Multitasken is niet aan mij besteed, ik focus liever op één taak tegelijk.
- Na een feestje, receptie of grote bijeenkomst ben ik uitgeteld, hoe leuk het ook was.
- Ik houd ervan alleen te zijn.
- Ik vier mijn verjaardag liefst in besloten kring.
- Ik heb geen grote vriendengroep, wel enkele hechte vriendschappen.
- Ik denk lang na voor ik een beslissing neem.
- Ik vorm mijn mening door lang en veel na te denken.
- Ik krijg het meeste werk gedaan wanneer het stil is.
- Als kind werd ik als 'stil' of 'verlegen' omschreven.
- In grote groepen heb ik regelmatig behoefte om een luchtje te scheppen.
- Ik voer graag diepgaande gesprekken.
- Ik heb meestal even tijd nodig om een antwoord te formuleren op een vraag.
- Ik druk me liever schriftelijk uit dan mondeling.
- Ik kan goed luisteren.
- Telefoontjes laat ik vaak doorschakelen naar mijn voicemail.

Deze test komt uit het boek *Zwijgen is Goud, Introvert in een Extraverte Wereld* (Uitgeverij Horizon). Wil je meer weten over wat introvert-zijn inhoudt, welke impact het heeft op werk, relaties en opvoeding, en wat het met je hersenen doet? Lees dan *Zwijgen is Goud*, een vlot leesbaar boek vol theoretische inzichten, persoonlijke anekdotes en interview met meer en minder bekende introverte mensen.