

### A konfliktuskezelési stratégiáim felmérése

A felmérés általános képet ad a konfliktuskezelő kompetenciádról. Csak számodra. Ha akarsz, megoszthatod másokkal is.

Karikázd be a számodra leginkább megfelelő kijelentést (A vagy B)!

1. A Van, mikor mások felelősségére bízom egy-egy probléma megoldását.  
B A különböző nézetek hangsúlyozása helyett azt keresem, amiben egyetértünk.
2. A Igyekszem kompromisszumos megoldást találni.  
B Megkísérlem mindkét táborot megnyugtatni.
3. A Általában eltökélt vagyok céljaim véghezvitelében.  
B Megpróbálhatom csillapítani mások érzéseit és megőrizni kapcsolatunkat.
4. A Igyekszem kompromisszumos megoldást találni.  
B Van, mikor saját elvárásaimat másoké elé helyezem.
5. A Adott problémán dolgozva következetesen keresem mások segítségét.  
B Igyekszem úgy dolgozni, hogy elkerüljem a felesleges feszültséget.
6. A Igyekszem elkerülni a kellemetlen helyzeteket.  
B Igyekszem megvédeni álláspontomat.
7. A Megpróbálom elhalasztani az ügyet, míg ismételten át nem tudom gondolni.  
B Bizonyos kérdésekben engedek, mint ahogyan vitapartnereim is.
8. A Általában eltökélt vagyok céljaim véghezvitelében.  
B Igyekszem minden lehetséges érvet lehetőleg azonnal felvetni.
9. A Elképzelem szerint a különbségek nem mindig jelentenek problémát.  
B Azon vagyok, hogy elérjem célomat.
10. A Eltökélt vagyok céljaim véghezvitelében.  
B Igyekszem kompromisszumos megoldást találni.
11. A Igyekszem minden lehetséges érvet lehetőleg azonnal felvetni.  
B Megpróbálhatom csillapítani mások érzéseit és megőrizni kapcsolatunkat.
12. A Néha nem vállalom olyan helyzetet, amely vitához vezetne.  
B Beleegyezek néhány dologba, ha mások is megteszik ezt nekem.
13. A Középútra töreksem.  
B Nézeteim elfogadtatására töreksem.
14. A Elmondom elképzelesemet, majd megkérdezem a többiek véleményét.  
B Megkísérlem álláspontom logikáját és előnyeit bemutatni.
15. A Megpróbálhatom csillapítani mások érzéseit és megőrizni kapcsolatunkat.  
B Igyekszem úgy dolgozni, hogy elkerüljem a felesleges feszültséget.
16. A Igyekszem nem sérteni mások érzelmeit.  
B Igyekszem meggyőzni másokat álláspontom előnyeiről.
17. A Legtöbbször eltökélt vagyok céljaim véghezvitelében.  
B Igyekszem úgy dolgozni, hogy elkerüljem a felesleges feszültséget.
18. A Ha boldoggá tesz mást, meghagyom hitében.  
B Beleegyezek néhány dologba, ha mások is megteszik ezt nekem.
19. A Igyekszem minden lehetséges érvet lehetőleg azonnal felvetni.  
B Megpróbálom elhalasztani az ügyet, míg ismételten át nem tudom gondolni.
20. A Igyekszem azonnal feldolgozni a vitás kérdéseket.  
B A vitán belül a felek veszteségei és nyereségei legyenek arányban.
21. A A tárgyalás során igyekszem elfogadni a másik kívánalmait.  
B Mindig a dolgok szemtől szembeni megbeszélésére töreksem.
22. A Középutas álláspontra töreksem.  
B Világossá teszem álláspontomat.
23. A Legtöbbször azt tapasztalom, hogy minden elképzelesem teljesül.  
B Van, mikor mások felelősségére bízom egy-egy probléma megoldását.
24. A Ha mások álláspontja nagyon fontosnak látszik, igyekszem megfelelni elvárásaiknak.  
B Arra töreksem, hogy kompromisszumot kössünk.
25. A Megkísérlem álláspontom logikáját és előnyeit bemutatni.  
B A tárgyalás során igyekszem elfogadni a másik kívánalmait.
26. A Középútra töreksem.  
B Legtöbbször azt tapasztalom, hogy minden elképzelesem teljesül.
27. A Néha nem vállalom olyan helyzetet, amely vitához vezetne.  
B Ha boldoggá tesz mást, meghagyom hitében.
28. A Legtöbbször eltökélt vagyok céljaim véghezvitelében.  
B Adott problémán dolgozva következetesen keresem mások segítségét.
29. A Középútra töreksem.  
B Elképzelem szerint a különbségek nem mindig jelentenek problémát.
30. A Igyekszem nem sérteni mások érzelmeit.  
B Mindig megosztom a feladatot, így közösen tudjuk kidolgozni azt.

## JEGYZŐKÖNYV

Karikázd be mindenütt azt a betűt, amit egyes kérdéseknél a magadra vonatkozó igaznak találtál.

|     | I. | II. | III. | IV. | V. |
|-----|----|-----|------|-----|----|
| 1.  |    |     |      | A   | B  |
| 2.  |    | B   | A    |     |    |
| 3.  | A  |     |      |     | B  |
| 4.  |    |     | A    |     | B  |
| 5.  |    | A   |      | B   |    |
| 6.  | B  |     |      | A   |    |
| 7.  |    |     | B    | A   |    |
| 8.  | A  | B   |      |     |    |
| 9.  | B  |     |      | A   |    |
| 10. | A  |     | B    |     |    |
| 11. |    | A   |      |     | B  |
| 12. |    |     | B    | A   |    |
| 13. | B  |     | A    |     |    |
| 14. | B  | A   |      |     |    |
| 15. |    |     |      | B   | A  |
| 16. | B  |     |      |     | A  |
| 17. | A  |     |      | B   |    |
| 18. |    |     | B    |     | A  |
| 19. |    | A   |      | B   |    |
| 20. |    | A   | B    |     |    |
| 21. |    | B   |      |     | A  |
| 22. | B  |     | A    |     |    |
| 23. |    | A   |      | B   |    |
| 24. |    |     | B    |     | A  |
| 25. | A  |     |      |     | B  |
| 26. |    | B   | A    |     |    |
| 27. |    |     |      | A   | B  |
| 28. | A  | B   |      |     |    |
| 29. |    |     | A    | B   |    |
| 30. |    | B   |      |     | A  |

A bekarikázott betűk száma oszloponként:

| I. | II. | III. | IV. | V. |
|----|-----|------|-----|----|
|    |     |      |     |    |

## KÉRDŐIV KIÉRTÉKELŐ TÁBLÁZAT - Konfliktuskezelési stratégiáim

|                                      | %  | I.<br>Versengő<br>(ráerőszakoló) | II.<br>Problémamegoldó<br>(együttműködő) | III.<br>Kompromisszumra<br>törekvő (osztzkodó) | IV.<br>Kitérő<br>Elkerülő<br>(visszahúzó) | V.<br>Alkalmazkodó<br>(békülékeny) |
|--------------------------------------|----|----------------------------------|--|--|---|------------------------------------|
| M<br>A<br>G<br>A<br>S                |    | 12                               |  | 12   | 12  | 12                                 |
|                                      | 95 | 11                               | 12                                       | 11   | 11  | 11                                 |
|                                      | 90 | 10                               | 11                                       | 10   | 10  | 10                                 |
|                                      | 85 |                                  |  |  | 9   | 9                                  |
|                                      |    | 9                                |  |  |   | 8                                  |
|                                      | 80 | 8                                | 10                                       | 9  | 8   | 7                                  |
|                                      | 75 |                                  |  |  |   | 6                                  |
| K<br>Ö<br>Z<br>E<br>P<br>E<br>S      |    |                                  | 9  | 8  |   |                                    |
|                                      | 70 | 7                                |  |  |   |                                    |
|                                      | 65 |                                  |  |  |   |                                    |
|                                      | 60 |                                  |  |  | 7   |                                    |
|                                      |    | 6                                |  |  |   | 5                                  |
|                                      | 55 |                                  |  |  |   |                                    |
|                                      | 50 |                                  | 8  | 7  | 6   |                                    |
|                                      | 45 |                                  |  | 6  |   |                                    |
|                                      | 40 | 5                                | 7  |  |   |                                    |
|                                      | 35 |                                  |  | 5  |   | 4                                  |
|                                      | 30 | 4                                |  |  | 5   |                                    |
|                                      |    | 6                                |  |  |   |                                    |
| 25                                   |    |                                  |  |  |   |                                    |
| A<br>L<br>A<br>C<br>S<br>O<br>N<br>Y |    |                                  |  |  |   | 3                                  |
|                                      | 20 | 3                                |  |  | 4   |                                    |
|                                      | 15 |                                  | 5  | 4  |   |                                    |
|                                      | 10 | 2                                | 4  |  | 3   |                                    |
|                                      |    |                                  | 3  | 3  |   |                                    |
|                                      | 5  | 1                                | 2  | 2  | 2   | 2                                  |
|                                      |    | 1                                | 1  | 1  | 1   |                                    |
|                                      | 0  | 0                                | 0  | 0  | 0   |                                    |