

KWESTIONARIUSZ „STYLE RADZENIA SOBIE Z TRUDNĄ SYTUACJĄ (TEST THOMASA-KILMANNA)”

Wyobraź sobie sytuacje, w których Twoje życzenia różnią się zasadniczo od życzeń innych ludzi, z którymi masz do czynienia w różnych sytuacjach życiowych lub zadaniowych. Zastanów się, jak się zachowujesz w tego typu sytuacjach.

W kwestionariuszu znajdziesz 30 par zdań opisujących możliwe sposoby zachowania się człowieka w takich właśnie sytuacjach. Z każdej pary zdań (możliwości) wybierz to, które lepiej opisuje Twoje zachowanie. Może się zdarzyć, że żadna z możliwości – to jest ani zdanie A, ani zdanie B – nie będzie trafnie charakteryzować Twego zachowania. Mimo to postaraj się wybrać to zdanie, które nieco lepiej opisuje prawdopodobny sposób Twego zachowania się w sytuacji konfliktowej. Nie zastanawiaj się zbyt długo nad każdą parą zdań, nie odpowiadaj jednak bez zastanowienia.

Wyniki tego testu są przeznaczone tylko dla Ciebie, nie będą one przedmiotem analizy zbiorowej. Nie ma tu dobrych ani złych odpowiedzi – wszystkie są dobre, jeśli są szczere i zgodne z Twoimi odczuciami. Postaraj się także ocenić krytycznie samą metodę oraz jej przydatność w Twojej pracy zawodowej.

- 1.**
 - A.** Czasem pozwalam innym brać odpowiedzialność za rozwiązanie jakiegoś problemu.
 - B.** Wolę raczej pertraktować w sprawach, w których wszyscy są odmiennego zdania – próbuję wtedy kłaść nacisk na te sprawy, w których wszyscy się zgadzamy.
- 2.**
 - A.** Próbuję znaleźć rozwiązanie kompromisowe.
 - B.** Staram się brać pod uwagę zarówno swój interes, jak i interes kogoś drugiego.
- 3.**
 - A.** Jestem zwykle stanowczy w dążeniu do moich celów.
 - B.** Próbuję uspokajać emocje innych i dążyć w ten sposób do zapewnienia dobrych stosunków między ludźmi.
- 4.**
 - A.** Próbuję znaleźć rozwiązanie kompromisowe.
 - B.** Czasem poświęcam moje pragnienia, aby zadośćuczynić pragnieniom innych ludzi.
- 5.**
 - A.** Z uporem szukam pomocy innych w likwidowaniu trudności.
 - B.** Staram się robić to, co jest konieczne do uniknięcia niepotrzebnych napięć.
- 6.**
 - A.** Próbuję unikać sytuacji, z których mogą wynikać dla mnie przykrości.
 - B.** Próbuję stawiać na swoim.
- 7.**
 - A.** Próbuję odkładać rozwiązanie problemu aż do momentu, kiedy mam czas na głębokie zastanowienie się nad nim.
 - B.** W niektórych sprawach ustępuję na korzyść innych.
- 8.**
 - A.** Jestem zwykle stanowczy w dążeniu do moich celów.
 - B.** Staram się dowiadywać o wszystkim pierwszy.
- 9.**
 - A.** Wydaje mi się, że różnice poglądów nie zawsze muszą być powodem do zdenerwowania.
 - B.** Usilnie staram się uzyskać to, na czym mi zależy.

10.

- A.** Jestem nieustępliwy w dążeniu do moich celów.
- B.** Próbuję znaleźć rozwiązanie kompromisowe.

11.

- A.** Staram się dowiadywać o wszystkim pierwszy.
- B.** Mogę próbować uspokajać emocje innych i dążyć w ten sposób do zapewnienia dobrych stosunków między ludźmi.

12.

- A.** Czasem unikam zajmowania takiej pozycji, która może wywołać kontrowersje.
- B.** Pozwalam innej osobie mieć własne zdanie w jakiejś sprawie, jeśli ona pozwala mi na to samo.

13.

- A.** Próbuję znaleźć rozwiązanie kompromisowe.
- B.** Nalegam na wykonanie czegoś, co uważam za słuszne z mojego punktu widzenia.

14.

- A.** Dzielę się z innymi swoimi pomysłami i pytam o ich pomysły.
- B.** Rozsądnie próbuję przekonać kogoś o swojej racji, co w efekcie przynosi mi korzyści.

15.

- A.** Próbuję schlebiać innym i w ten sposób ochraniać nasze stosunki wzajemne.
- B.** Staram się robić to, co jest konieczne do uniknięcia niepotrzebnych napięć.

16.

- A.** Staram się nie ranić uczuć innych ludzi.
- B.** Próbuję przekonać innych ludzi, że osiągam sukcesy na zajmowanym przez siebie stanowisku.

17.

- A.** Jestem zwykle stanowczy w dążeniu do moich celów.
- B.** Staram się robić to, co jest konieczne do uniknięcia niepotrzebnych napięć.

18.

- A.** Jeśli usatysfakcjonuje to innych ludzi, jestem skłonny przyznać im rację.
- B.** Pozwalam komuś mieć własne zdanie w jakiejś sprawie, jeśli on pozwala mi na to samo.

19.

- A.** Staram się dowiadywać o wszystkim pierwszy.
- B.** Staram się odkładać rozwiązanie problemu aż do momentu, kiedy mam czas na głębokie zastanowienie się nad nim.

20.

- A.** Mimo różnic w poglądach zaczynam natychmiast pracę, nie czekając na wyjaśnienie kwestii spornych.
- B.** Staram się sprawiedliwie oceniać sukcesy i porażki swoje i swoich współpracowników.

21.

- A.** W negocjacjach próbuję mieć na uwadze życzenia innych ludzi.
- B.** Zawsze usiłuję kierować dyskusją.

22.

- A.** Staram się być neutralny.
- B.** Próbuję postawić na swoim.

23.

- A.** Bardzo często próbuję spełniać życzenia innych ludzi.
- B.** Są takie momenty, kiedy pozwalam innym brać odpowiedzialność za rozwiązanie jakiegoś problemu.

24.

- A.** Jeśli ktoś wyznacza sobie jakiś ważny cel, próbuję zaspokajać jego pragnienia.
- B.** Próbuję znaleźć rozwiązanie kompromisowe.

25.

- A.** Rozsądnie próbuję przekonać kogoś o swojej racji, co w efekcie przynosi mi korzyści.
- B.** W negocjacjach próbuję mieć na uwadze życzenia innych ludzi.

26.

- A.** Próbuję znaleźć rozwiązanie kompromisowe.
- B.** Prawie zawsze próbuję spełniać życzenia innych ludzi.

27.

- A.** Czasem unikam zajmowania takiej pozycji, która może wywołać kontrowersje.
- B.** Jeśli usatysfakcjonuje to innych ludzi, mogę przyznać im rację.

28.

- A.** Jestem zwykle stanowczy w dążeniu do swoich celów.
- B.** Zwykle poszukuję pomocy innych w rozwiązaniu problemu.

29.

- A.** Próbuję znaleźć rozwiązanie kompromisowe.
- B.** Wydaje mi się, że różnice poglądów nie zawsze muszą być powodem do zdenerwowania.

30.

- A.** Staram się nie ranić uczuć innych ludzi.
- B.** Zawsze dzielę się swoimi problemami z innymi, jeśli przypuszczam, że mogą pomóc mi je rozwiązać.

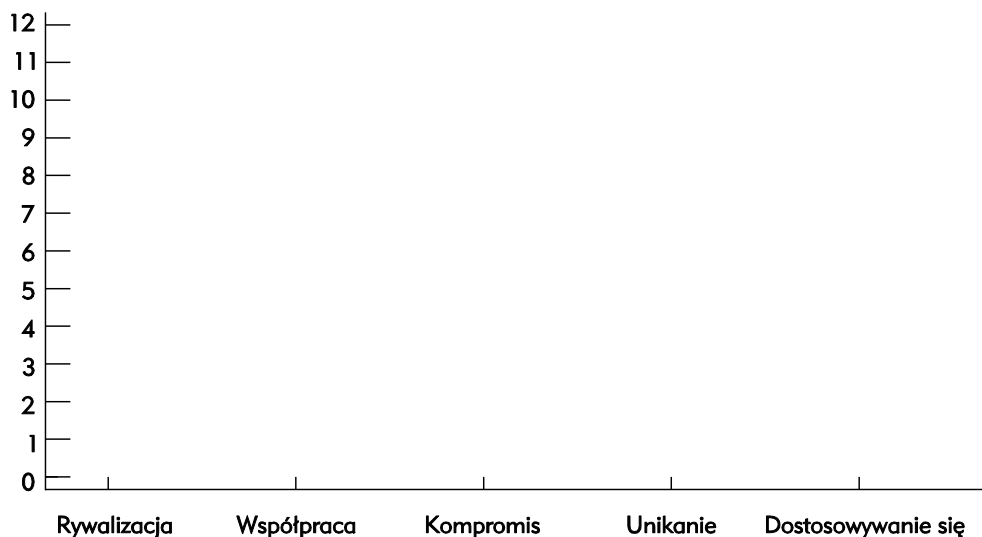
TABELA WYNIKÓW

W celu opracowania uzyskanych wyników należy wypełnić zamieszczoną tabelę. Weź w kółko literę A lub B odpowiednio do swojego wyboru w kwestionariuszu. Pod każdą kolumną znajduje się rubryka, do której należy wpisać sumę pozycji otoczonych kółkami. Maksymalna liczba punktów pod każdą kolumną wynosi 12, minimalna 0.

Numer pytania	Rywalizacja (narzucenie poglądów)	Współpraca (rozwiązywanie problemu)	Kompromis (dzielenie się problemami)	Unikanie (wycofywanie się)	Dostosowywanie (łagodzenie napięć)
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
SUMA					

WYKRES INDYWIDUALNEGO STYLU ROZWIĄZYWANIA KONFLIKTÓW

Po obliczeniu wyników i wpisaniu ich do odpowiednich rubryk należy sporządzić wykres. Na osi rzędnych znajdują się punkty od 0 do 12, na osi odciętych – poszczególne cechy charakteryzujące Twój styl rozwiązywania konfliktów. Zaznacz na wykresie miejsca – odpowiednio do uzyskanych punktów (suma punktów pod każdą kolumną w tabeli). Po połączeniu punktów linią ciągłą otrzymasz wykres. Jest on obrazem poziomym Twych zdolności do rozwiązywania konfliktów.



STYLE ROZWIĄZYWANIA KONFLIKTÓW

