Asociácia lektorov a kariérnych poradcov

Predstavte si, že ste v situácii, v ktorej musíte riešiť určitý problém, a súčasne zistíte, že sa Vaše predstava líši od toho, čo by chcel Váš partner v danom probléme. Ako na takúto situáciu zvyčajne reagujete?
Z každej dvojice uveďte na záznamovom hárku tú variantu A alebo B, ktorá lepšie charakterizuje Váš obvyklý spôsob správania. Môže sa stať, že ani jedna z ponúknutých variantov nie je pre Vaše správanie typická, v takom prípade vyberte tú variantu, ktorá by bola pravdepodobnejšia.

	varianta A	**varianta B**
1.	Sú situácie, kedy nechám ostatných prevziať zodpovednosť za riešenie problémov.	Radšej než vyjednávať o veciach, v ktorých sa nezhodujeme, snažím sa zdôrazňovať veci, v ktorých sa zhodneme.
2.	Snažím sa hľadať kompromisné riešenia.	Pokúšam sa vyrovnať so všetkými pripomienkami druhej strany, ako aj s mojimi pripomienkami.
3.	Zvyčajne som dôsledný v plnení svojich úloh.	Pokúšal by som sa mierniť pocity druhého kvôli zachovaniu nášho vzťahu.
4.	Snažím sa hľadať kompromisné riešenia.	Niekedy radšej uprednostním želania iného pred mojimi vlastnými.
5.	Sústavne vyhľadávam pomoc ostatných pri vypracovávaní riešenia problému.	Snažím sa urobiť všetko potrebné aby sme predišli zbytočnej nervozite.
6.	Snažím sa vyhýbať situáciám, v ktorých sa cítim nepríjemne.	Snažím sa vydobiť si svoju pozíciu.
7.	Snažím sa veci odložiť, kým nemám dostatok času si ich dobre premyslieť.	Vzdávam sa niektorých vecí výmenou za iné.
8.	Zvyčajne som dôsledný v plnení svojich úloh.	Snažím sa všetky problémy a nejasnosti hneď otvorene riešiť.
9.	Mám pocit, že nad niektorými rozdielmi sa netreba trápiť.	Mám pocit, že nad niektorými rozdielmi sa netreba trápiť.
10.	Som dôsledný v plnení svojich úloh.	Snažím sa hľadať kompromisné riešenia.
11.	Snažím sa všetky problémy a nejasnosti hneď otvorene riešiť.	Pokúsil by som sa mierniť pocity druhého kvôli zachovaniu nášho vzťahu.
12.	Niekedy sa snažím vyhýbať postojom, ktoré by mohli vyznieť kontroverzne.	Som ochotný v niečom ustúpiť, ak aj druhá strana v niečom ustúpi.
13.	Preferujem zlatú strednú cestu.	Na dosiahnutie svojho používam tlak.
14.	Prednesiem druhej strane svoju predstavu a potom sa spýtam na predstavu druhej strany.	Snažím sa druhej strane ukázať logickosť a výhody mojej predstavy.
15.	Pokúsil by som sa mierniť pocity druhého kvôli zachovaniu nášho vzťahu.	Snažím sa urobiť všetko potrebné, aby som sa vyhol napätiu.

16.	Snažím sa nezraňovať pocity iných.	Snažím sa druhých presvedčiť o kvalite môjho nápadu.
17.	Zvyčajne som dôsledný v plnení svojich úloh.	Snažím sa urobiť všetko potrebné, aby som sa vyhol napätiu.
18.	Ak to poteší druhého, budem obraňovať jeho stanovisko.	Som ochotný v niečom ustúpiť, ak aj druhá strana v niečom ustúpi.
19	Snažím sa všetky problémy a nejasnosti hneď otvorene riešiť.	Snažím sa veci odložiť, kým nemám dostatok času si ich dobre premyslieť.
20	Snažím sa okamžite prepracovať veci, v ktorých sa nezhodneme.	Snažím sa nájsť férový kompromis medzi ziskami a stratami pre obe strany.
21	S blížiacimi sa rokovaniami sa snažím byť oboznámený so želaniami druhej strany.	Prikláňam sa k priamej otvorenej diskusii o probléme.
22	Snažím sa nájsť stanovisko, ktoré by bolo niekde medzi mojou predstavou a predstavou druhého.	Presadzujem vlastné názory a želania.
23	Veľmi často mi záleží na tom, aby sa vyhovelo všetkým naším želaniam.	Sú situácie, kedy nechám ostatných prevziať zodpovednosť za riešenie problémov.
24	Ak je niečí vlastný názor preňho veľmi dôležitý, snažím sa mu vyjsť v ústrety.	Snažím sa u druhého presadiť kompromis.
25	Snažím sa druhej strane ukázať logickosť a výhody mojej predstavy.	S blížiacimi sa rokovaniami sa snažím byť oboznámený so želaniami druhej strany.
26	Preferujem zlatú strednú cestu.	Takmer vždy sa snažím, aby boli splnené všetky naše želania.
27	Niekedy sa snažím vyhýbať postojom, ktoré by mohli vyznieť kontroverzne.	Ak to poteší druhého, budem obraňovať jeho stanovisko.
28	Zvyčajne som dôsledný v plnení svojich úloh.	Zvyčajne vyhľadávam pomoc ostatných pri vypracovávaní riešenia problému.
29	Preferujem zlatú strednú cestu.	Mám pocit, že nad niektorými rozdielmi sa netreba trápiť.
30	Snažím sa nezraňovať city druhých.	O probléme sa vždy radím s druhým, aby sme spolu našli riešenie.

Zdroj: http://www.kilmanndiagnostics.com/catalog/thomas-kilmann-instrument-one-assessment-person

Interpersonálne štýly riešenia konfliktov

Inštrukcie: najprv zakrúžkujte písmeno vybranej varianty odpovede "A" alebo "B" v stĺpcoch vľavo. Následne pre vyhodnotenie preneste svoje odpovede (opäť zakrúžkovaním varianty A alebo B) do stĺpcov označených číslami 1 až 5. V poslednom riadku **SPOLU** uveďte celkový počet zakrúžkovaných odpovedí v danom stĺpci.

Záznamový hárok

	O D P O V E D E		**V Y H O D N O T E N I E (štýl riešenia konfliktov)**				
	„A"	„B"	1	2	3	4	5
1	A	B		B	A		
2	A	B				A	B
3	A	B	A	B			
4	A	B		B		A	
5	A	B			B		A
6	A	B	B		A		
7	A	B			A	B	
8	A	B	A				B
9	A	B	B		A		
10	A	B	A			B	
11	A	B		B			A
12	A	B			A	B	
13	A	B	B			A	
14	A	B	B				A
15	A	B		A	B		
16	A	B	B	A			
17	A	B	A		B		
18	A	B		A		B	
19	A	B			B		A
20	A	B				B	A
21	A	B		A			B
22	A	B	B			A	
23	A	B			B		A
24	A	B		A		B	
25	A	B	A	B			
26	A	B				A	B
27	A	B		B	A		
28	A	B	A				B
29	A	B			B	A	
30	A	B		A			B
C E L K O M			Útok žralok	Útek medveď	Únik korytnačka	Kompromis líška	Spolupráca sova

Asociácia lektorov a kariérnych poradcov, Kremnička 53, 974 05 Banská Bystrica
IČO: 42 303 478, DIČ: 2023641653, tel: 0919 185 148, e-mail: alkp@alkp.sk, web: www.alkp.sk