

Perfil de Reação ao Conflito

Registe a sua reação às seguintes afirmações. Leia com atenção cada item e numere com a seguinte escala ao lado de cada frase.

Escala

1 – Raramente

2 – Às vezes

3 – Muitas vezes

1. ____ Posso ser influenciado pelo ponto de vista de outra pessoa.
2. ____ Desligo-me das pessoas com quem discordo.
3. ____ Dirijo-me à questão diplomaticamente, sem atacar o indivíduo.
4. ____ Penso que os outros tentam impor-me os seus pontos de vista.
5. ____ Expresso as minhas ideias e crenças com tato quando diferem daquelas só expressas.
6. ____ Guardo para mim a minha opinião quando discordo de alguém.
7. ____ Ouço os pontos de vista das outras pessoas com a mente aberta.
8. ____ Deixo as minhas emoções apoderarem-se de mim
9. ____ Levanto a voz para prevalecer o meu ponto de vista.
10. ____ Tenho tendência para menosprezar as outras pessoas quando mostro o meu ponto de vista
11. ____ Procuo formas de negociar e comprometer com outras pessoas.
12. ____ Foi-me dito que sou muito insistente.
13. ____ Certifico-me que a minha opinião foi ouvida em qualquer controvérsia.
14. ____ Penso que o conflito em reuniões é necessário
15. ____ Eu levanto o tom de voz, para expressar os meus pontos de vista.

Pontuação do Perfil de Reação ao Conflito

Pontuação:

Some a pontuação das questões 1, 2, 4, 6, 8, 9, 10, 12, 13, 14, 15

Subtraia a soma das questões 3, 5, 7, 11

Total:

Que significado tem a sua pontuação?:

“Passivo”

“Assertivo ”

“Agressivo”

1—4: **“PASSIVO”** Pode ser uma tarefa difícil ao permitir que pessoas difíceis andem à sua volta. Irá beneficiar ao aprender a defender as suas ideias com diplomacia e tacto.

5—10: **“ASSERTIVO”** É profissionalmente assertivo quando lida com pessoas, com pessoas difíceis em particular. Continue receptivo a ouvir diferentes pontos de vista e a expressar as suas ideias e pontos de vista apropriadamente.

11+ **“AGRESSIVO”** Pode ser de tal forma combativo que as pessoas evitam interagir consigo. Irá beneficiar se aprender a ouvir e a expressar as suas opiniões mais eficazmente.

Plano de Resolução de Conflitos. Use este modelo para o ajudar a criar o seu próprio plano de ação.

1. Conflito Específico:

2. Pessoas Envolvidas:

3. Plano de Ação:

4. Resultados Esperados:

5. Parceiro de responsabilidade:
