**Кикілжің жағдайлардағы өзін-өзі ұстау стилі**

Әдістеме авторы: К.Томас

Нұсқау: Тест 30 сұрақтан тұрады. Әрбір сұрақта екі тұжырымдама ұсынылған (А және Б). Сіздің қалауыңыз бойынша іс-әрекетіңізге қандай жауап сәйкес келсе, сол жауаптың нұсқасын жауап парағына белгілейсіз.

Сұрақнама:

1. А. Кейбір кездері екі жақты шешімі бар тапсырмаларды орындау мүмкіндігін қарсыласыма беремін. Б. Екеуміздің ойымызды ажырататын емес, жақындататын жақтарын іздеймін.

2. А. Мен әрқашанда келісім жасап, мәмілеге келетін жағдаяттарды іздеймін. Б. Мен қандай да бір шешім қабылдауда өзімнің де, өзгенің де қызығушылығын ескеремін.

3. А. Мен әрқашанда өзімнің ойымдағы іс-әрекетімді орындауға тырысамын. Б. Басқалардың көңілін тауып, қарым-қатынасымызды сақтаймын.

4. А. Мен әрқашанда келісім жасап, мәмілеге келетін мүмкіндіктерді іздеймін. Б. Кейде мен басқаның өтінішін орындау үшін өзімнің уақытымды қиямын.

5. А. Мен екі жақты шешімі бар жағдайларда басқаның қолдауын қажетсінемін. Б. Кикілжің сәттерге тап болмас үшін мен барлық жағдай жасаймын.

6. А. Мен қолайсыз жағдайлардан бас тартамын. Б. Мен әрқашанда өзімнің ойымдағы іс-әрекетімді орындауға тырысамын.

7. А. Екі жақты шешімі бар сұрақтарды кейінге қалдырамын. Б. Жетістіктерге жету үшін кейбір кездері басқаларға да мүмкіндік беріп отыру керек.

8. А. Мен әдеттетегідей өзімнің ойымдағы іс-әрекетімді орындауға тырысамын. Б. Мен ең бірінші кезекте туындаған сұрақтар мен тапсырмалар төңірегінде анықтау жүргізіп алуым керек.

9. А. Кейбір кезде туындаған келіспеушіліктер үшін қобалжудың қажеті жоқ деп ойлаймын. Б. Маған берілген тапсырманы орындау үшін мен бар күш жігерімді саламын.

10. А. Өз ойымды орындауға бар күш жігеріммен, ынтаммен кірісемін. Б. Мен туындаған жағдайларда екі жақты пайда келтіретін шешімдер іздеймін.

11. А. Мен ең бірінші кезекте туындаған сұрақтар мен тапсырмалар төңірегінде анықтау жүргізіп алуым керек. Б. Басқаладың көңілін тауып, қарым-қатынасымды сақтағым келеді.

12. А. Әртүрлі жағдайларда талас туғызатын көзқарас пен ойлардан аулақ болуға тырысамын. Б. Егер сөзталаста маған қарсы болған адам менімен келісемін десе, мен де оның ойын көзқарасын тыңдауға тырысамын.

13. А. Мен әрқашанда ортадағы нейтрал көзқарасты таңдаймын. Б. Басқаларға менің көзқарасымды қабылдауына күш саламын.

14. А. Мен ең алдымен өз ойымды айтып аламын да, содан кейін ғана қарсыласымның көзқарасын, ойын тыңдауға дайын боламын. Б. Мен басқаларға өзімнің мықты логикамды көрсетуге тырысамын.

15. А. Басқалардың көңілін тауып, ең негізгісі қарым-қатынасымызды сақтағым келеді. Б. Кикілжің сәттерге тап болмас үшін мен барлық жағдай жасаймын.

16. А. Мен басқалардың сезімін, намысын құрметтеймін. Б. Басқаларды менің көзқарасыма келісуіне жағдай жасаймын.

17. А. Мен өзімнің ойымдағы іс-әрекетті орындау үшін тырысамын. Б. Қажетсіз, пайдасыз ұрыс-керістен сақтану үшін мен барлық жағдай жасауға тырысамын.

18. А. Егер қарсыласымның ойы оны бақытты қылатын болса мен онымен келісемін. Б. Қарсыласым менімен келісіп тұрса да, мен оның өз ойында қалуына мүмкіндік беремін.

19. А. Мен ең бірінші кезекте туындаған сұрақтар мен тапсырмалар төңірегінде анықтау жүргізіп алуым керек. Б. Екі жақты шешімі бар сұрақтарды кейінге қалдырамын.

20. А. Егер менің ойымын қарсыласымның ойы сәйкес келмесе мен тез арада оны шешуге тырысамын. Б. Егер шешім қабылдау керек болса мен барлығымыздың қызығушылығымызды ескерместен, ортақ шешім қабылдаймын.

21. А. Келіссөз жүргізу барысында мен басқаның қызығушылығын ескеріп, зейін қоюға даярмын. Б. Кикілжің жағдайларды шешуге менің бірден кірісіп кететін әдетім бар.

22. А. Мен қандай да бір шешім қабылдар кезде өзімнің де, өзгенің көзқарасын ескеремін. Б. Мен өзімнің ойымды басқаларға орындатуға тырысамын.

23. А. Мен барлық адамдардың ұсыныстарын орындауға тырысамын. Б. Кейбір кездері екі жақты шешімі бар тапсырмаларды орындау мүмкіндігін қарсыласыма беремін.

24. А. Егер қарсыласымның ойы ол үшін маңызды болса, мен оның ойымен келісуге дайынмын. Б. Мен басқалардың мәмілеге келуіне ат салысамын.

25. А. Мен басқаларға өзімнің мықты логикамды көрсетуге тырысамын. Б. Келіссөз жүргізу барысында мен басқаның қызығушылығын ескеріп, зейін қоюға даярмын.

26. А. Мен әрқашанда ортадағы нейтрал көзқарасты таңдаймын. Б. Мен барлық адамдардың ұсыныстарын орындауға тырысамын.

27. А. Мен талас, тартыс туғызатын жайттардан аулақ жүруге тырысамын. Б. Егер қарсыласымның ойы оны бақытты қылатын болса мен онымен келісемін.

28. А. Мен әдеттетегідей өзімнің ойымдағы іс-әрекетімді орындауға тырысамын. Б. Екі жақты шешімі бар жағдайларда мен әрқашан басқаның қолдауын қажетсінемін.

29. А. Мен әрқашанда ортадағы нейтрал көзқарасты таңдаймын. Б. Кейбір кезде туындаған келіспеушіліктер үшін қобалжудың қажеті жоқ деп ойлаймын.

30. А. Мен басқалардың намысына тимеуге тырысамын. Б. Сөзталаста қарсыласым екеуміздің ойымыз, қызығушылығымыз бір жақтан шығып, жетістікке жетуімізді ойлаймын.