

## پرسشنامه استاندارد سبک های حل تعارض

| ردیف | عبارات                                                                                             | مخالفم کاملاً | مخالفم | نام | نظری | موافقم | موافقم کاملاً |
|------|----------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------|--------|-----|------|--------|---------------|
| ۱    | تلاش می کنم برای یافتن راه حل قابل قبول برای هر دوی ما، مساله را با همسرم مورد بررسی قرار دهیم.    |               |        |     |      |        |               |
| ۲    | تلاش می کنم عقایدم را با آن دسته از عقاید همسرم که منجر به یک تصمیم مشترک می شود ترکیب کنم.        |               |        |     |      |        |               |
| ۳    | من با همسرم برای رسیدن به تصمیم هایی که برای هر دوی ما رضایت بخش باشد همکاری می کنم.               |               |        |     |      |        |               |
| ۴    | سعی می کنم با همسرم همکاری کنم تا به راه حلی برسیم که انتظارات هر دوی ما را برآورده کند.           |               |        |     |      |        |               |
| ۵    | برای حل مسائلمان به تبادل دقیق اطلاعات با همسرم می پردازم.                                         |               |        |     |      |        |               |
| ۶    | برای آنکه مسائل مورد نظر به بهترین وجه حل شود، سعی می کنم تمام مسائل مربوطه را صریحاً بیان کنم.    |               |        |     |      |        |               |
| ۷    | تلاش می کنم برای فهم صحیح مشکل با همسرم همکاری کنم.                                                |               |        |     |      |        |               |
| ۸    | تلاش می کنم از تبادلات کلامی ناخوشایند با همسرم جلوگیری کنم.                                       |               |        |     |      |        |               |
| ۹    | کعکولاً از بحث های آشکار و علنی درباره ی تفاوت هایم با همسرم اجتناب می کنم.                        |               |        |     |      |        |               |
| ۱۰   | کوشش می کنم از قرار گرفتن در یک موقعیت دشوار اجتناب کنم و تلاش می کنم تا مشکل را پیش خود نگه دارم. |               |        |     |      |        |               |
| ۱۱   | تلاش می کنم از مخالفت با همسرم اجتناب کنم.                                                         |               |        |     |      |        |               |
| ۱۲   | کوشش می کنم به منظور اجتناب از احساسات ناخوشایند عدم توافق بین خودم و همسرم را پیش خود نگه دارم.   |               |        |     |      |        |               |
| ۱۳   | تلاش می کنم از رویارویی (رو در رو شدن) با همسرم اجتناب کنم.                                        |               |        |     |      |        |               |
| ۱۴   | از اقتدار خودم استفاده می کنم تا تصمیمی گرفته شود که به نفع من باشد.                               |               |        |     |      |        |               |
| ۱۵   | گاهی اوقات برای برنده شدن در یک وضعیت رقابتی (با همسرم) از قدرتم استفاده می کنم.                   |               |        |     |      |        |               |
| ۱۶   | از مهارت خود استفاده می کنم تا تصمیمی گرفته شود که دلخواه من باشد.                                 |               |        |     |      |        |               |
| ۱۷   | از نفوذم استفاده می کنم تا عقایدم پذیرفته شوند.                                                    |               |        |     |      |        |               |
| ۱۸   | عموما در پیگیری موضوعات جزئی جدی هستم.                                                             |               |        |     |      |        |               |
| ۱۹   | معمولا یک موضع میانه را برای شکستن بن بست (مشکلات) پیشنهاد می کنم.                                 |               |        |     |      |        |               |
| ۲۰   | با همسرم مذاکره می کنم به طوری که بتوان به یک مصالحه دست یافت.                                     |               |        |     |      |        |               |
| ۲۱   | از روش انعطاف (بده بستان) استفاده می کنم به طوری که بتوان به یک مصالحه دست یافت.                   |               |        |     |      |        |               |
| ۲۲   | تلاش می کنم یک روش متعادل را برای رفع مشکل پیدا کنم.                                               |               |        |     |      |        |               |
| ۲۳   | به طور کلی تلاش می کنم تا نیازهای همسرم را برآورده کنم.                                            |               |        |     |      |        |               |
| ۲۴   | معمولا خودم را ملزم می دانم به دنبال تغییراتی که در رفتار همسرم به وجود می آید از آن پیروی کنم     |               |        |     |      |        |               |
| ۲۵   | من اغلب با پیشنهادات همسرم همراه (به خوبی کنار می آیم) می شوم.                                     |               |        |     |      |        |               |
| ۲۶   | معمولا با خواسته های همسرم سازگار می شوم.                                                          |               |        |     |      |        |               |
| ۲۷   | تلاش می کنم انتظارات همسرم را برآورده کنم.                                                         |               |        |     |      |        |               |
| ۲۸   | تسلیم آرزوهای همسرم می شوم.                                                                        |               |        |     |      |        |               |