# Avalie sua competência para gerir conflitos

**Instruções**

O questionário é composto por várias frases. Deverá utilizar:

1 – Nunca 2 – Raramente 3 – Às vezes 4 – Com frequência 5 - Habitualmente

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  | N | R | PV | CF | Hab |
| 1. Põe o problema claramente e procura uma solução | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 2. Evita argumentar | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 3. Força a aceitação do seu ponto de vista | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 4. Enfatiza os interesses comuns | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 5. Procura encontrar um compromisso | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 6.Enfrenta abertamente as questões | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 7.Procura não se envolver | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 8. Insiste numa determinada solução | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 9. Acentua que as diferenças são menos importantes que os fins comuns | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 10. Procura uma situação intermediária | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 11. Não deixa cair a questão sem que ela esteja resolvida | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 12. Desiste facilmente. | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 13. Tenta levar a sua por diante | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 14. Atenua as diferenças | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 15. Está disposto a negociar | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 16. Encara o conflito de forma direta | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 17. Retira-se da situação | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 18. Não considera um “não” como resposta | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 19. Procura suavizar as discordâncias | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 20. Cede um pouco para receber algo em troca | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 21. Exprime claramente o seu ponto de vista | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 22. Ignora o conflito | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 23. Impõe a sua solução. | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 24. Atua como se os objetivos comuns fossem de importância primária | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 25. Leva em consideração ambos os lados do problema | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |

Depois de responder a todas as frases deverá indicar os pontos dados a cada pergunta e indicá-los na tabela que se segue. De seguida, some o total de pontos obtido em cada categoria (animal).



*Fonte: Apostila de competências sociais - Centro Nacional Europass*