**ÇATIŞMA ÇÖZME ÖLÇEĞİ**

Ad Soyadı :

Sınıfı :

Lütfen aşağıda yer alan her bir ifadeyi dikkatle okuyarak, bu ifadelerde belirtilenleri ne sıklıkla yaptığınızı (1-5 arasında dereceleyerek) ilgili ifadelerin sol tarafında bulunan kutucuklara yazınız. Her bir ifadede belirtilen çatışma ile ilgili durumu (evde ya da okulda) genellikle nasıl ele aldığınızı yansıtacak biçimde işaretlemeniz beklenmektedir. İfadeleri hızlı bir biçimde okuyarak, ilk anda size uygun gelen tepki seçeneğini işaretleyiniz. Ne kadar içten ve dürüst yanıt verirseniz, araştırma için o kadar yararlı olacaktır. Katkılarınız için teşekkür ederim.

1- Hemen Hemen Hiçbir Zaman Uygun Değil 2- Nadiren Uygun

3- Bazen Uygun Bazen UygunDeğil 4-Çoğunlukla Uygun

5- Hemen Hemen Her Zaman Uygun

**İFADELER**

1. Çatışmanın olumsuz bir yaşantı olduğunu düşünürüm.

2. Çözdüğüm her çatışma daha başarılı ilişkiler kurmama yardım eder.

3. İnsanlarla yüzleşmekten korkarım.

4. Her çatışmada birilerinin üzüleceğini düşünürüm.

5. Bir çatışmayı çözümlemeye yönelik görüşme yapmayı tasarladığımda, zaman ve ortamı, çatışan tüm taraflar için uygun olacak biçimde düzenlemeye çalışırım.

6. Çatışmanın yaşandığı yerin önemli olduğunu düşünürüm.

7. Bir çatışmayla ilgili görüşleri tartışmak üzere bir araya geleceğim kişilerin, kendilerini rahat hissetmelerini sağlamaya çalışırım.

8.Çatışma yaşadığım kişiyle görüşmeye başlarken, başlangıç cümlemi, çatışmanın çözümüne ilişkin olumlu beklentiler içerisinde olduğumu belli etmek amacıyla özenle seçerim.

9. Bir çatışma üzerinde konuşurken gerçek duygularımı ifade ederim.

10. Bir çatışma yaşarken, karşımdaki kişinin ne söylemek istediğinden emin olmadığımda, söylediklerini netleştirmek amacı ile sorular sorarım.

11. Kendime ilişkin olumlu ya da olumsuz düşüncelerimin, yaşadığım bir çatışmayı çözme biçimimi, nasıl etkilediğini farkında olmaya çalışırım.

12. Bir çatışma yaşarken, verdiğim tepkiler, karşı tarafın beni nasıl algıladığına ilişkin düşüncelerimden kaynaklanır.

13. Bir çatışmada yalnızca kendi gereksinimlerimin önemli olduğunu düşünürüm.

14. Bir ilişkinin sürekliliği için her iki tarafın da gereksinimlerinin gözetilmesi gerektiğine inanırım.

15. Bir çatışma durumunda, gerçek gereksinimler ile istekleri birbirinden ayırmaya çalışırım.

16. Bir ilişkiyi zedelememek için, daha az önemli bulduğum kişisel isteklerimi geçici olarak bir kenara bırakabilirim.

17. Çatışmayı çözümlemeye çalışırken, olumlu tutumumu ortaya koyar, çatışma yaşadığım kişinin de aynı şeyi yapmasını beklerim.

18. İsteklerimi elde etmek için, çatışma yaşadığım kişi üzerinde güç kullanmamın gerekli olduğunu düşünürüm.

19. Bir çatışma anında, çatışma yaşadığım kişinin de hakimiyet kurma gereksinmesi olduğunun farkındayım.

20. Çatışma çözme sürecinde, taraflardan hiçbirinin, üstün bir konumda olmaması gerektiğine inanıyorum.

21. Kolay affedebilirim.

22. Yeni bir çatışma yaşarken, geçmişte kalmış konuları da gündeme getiririm.

23. Bir çatışmayı çözerken ilişkinin uzun vadeli geleceğini de dikkate alırım.

24. Bir çatışma durumunda karşı taraf üzerinde egemen olmaya çalışırım.

25. Çatışmanın çözümüne ilişkin ileri sürülen tüm seçenekleri tarafsız olarak dinlerim.

26. Bir çatışmayı çözmenin sadece bir yolu olduğunu düşünürüm.

27. Bir çatışmayı çözerken, karşı tarafla ilgili ön yargılarım vardır ve bunlardan vazgeçmeyi istemem.

28. Başkalarının bana yönelttikleri eleştirileri dinlerim.

29. Asıl savaşı kazanmanın, ufak tefek çarpışmaları kazanmaktan çok daha önemli olduğunu düşünürüm.

30. Bir çatışmada, geçici bir anlaşmaya ulaşmak yerine, tam ve gerçek bir çözüme ulaşmak için çaba harcarım.

31. Bir çatışmayı çözmeye çalışırken, kafamda sonuçla ilgili önceden belirlenmiş bir çözüm vardır.

32. Bir tartışmayı kendi kontrolüm altına tutma gereksinimi duyarım.

33. Bir çatışma yaşarken, isteğim; “benim kazanmam, karşımdakinin kaybetmesi”dir.

34. Bir kişiyle çatışma yaşarken, ondan kendi duygu ve düşüncelerini açıklamasını isterim.

35. Bir çatışmayı çözebilmek için pazarlık yaparım.

36. Bir çatışmanın çözümünde, benim gereksinimlerim kadar karşımdaki kişinin de gereksinimlerinin karşılanmasının önemli olduğu inancındayım.

37. Öfkemi yapıcı bir biçimde ifade ederim.

38. Çözümlenemeyen çatışma durumlarında, bir arkadaşımın ya da yetişkinin arabuluculuğuna (yardımına) başvurmayı düşünebilirim.

39. Çatışmaya neden olan gerçek konu üzerine odaklaşabilmek için, karşımdaki kişinin öfkesini görmezden gelebilirim.

40. Çatışma yaşadığım konunun belli bazı alt konularında anlaşma sağlanılmasa bile, genel olarak bir anlaşma yapmayı kabul edebi