小学家长教育资源套

双亲合作子女愉快成长：

如何促进父母亲之间的合作？

冲突风格小问卷

**目的：**协助家长反思及评估自己的冲突风格。  
  
**活动：**以下有20组题目。每一组各自包含两个描述关于与人发生冲突时的情况。请为每一组题目圈出一个比较接近你的想法或行动的描述。回答时无需字字计较，反复思量，只需要按直觉在两个描述中圈出更像自己的一个就可以了。  
  
**活动时间：**10分钟  
  
**内容指示：**以下每一组题目都有两个描述。哪一个描述比较像冲突中的你呢？

题目一：

|  |
| --- |
| 1. 要在冲突中取得胜利就不能太在意别人的想法。 |
| 1. 一人让一步，就是最公平的。 |

题目二：

|  |
| --- |
| 1. 明知别人不同意我的想法，我为什么还要表达我的意见？ |
| 1. 和平相处最重要，一定比在冲突中获胜更重要。 |

题目三：

|  |
| --- |
| 1. 在冲突中，我很愿意听取别人的想法，亦很想将我的想法表达出来。 |
| 1. 当遇到冲突时，我只想立即逃离现场。 |

题目四：

|  |
| --- |
| 1. 你有你想要的东西，我有我想要的东西，不如大家找一个中间点。 |
| 1. 你有你想要的东西，我有我想要的东西，不知有没有方法，鱼与熊掌都能兼得？ |

题目五：

|  |
| --- |
| 1. 少谈某些题目，自然便少一点冲突了。 |
| 1. 在冲突中，大家都要有一点让步，有一点妥协。 |

题目六：

|  |
| --- |
| 1. 既然我已经做了决定，别人就不需要尝试去改变我。 |
| 1. 我一听到别人争论，便会觉得很烦厌。 |

题目七：

|  |
| --- |
| 1. 在冲突中，我总是想：「会不会有两全其美的方法呢？」 |
| 1. 在冲突中，我总是想：「怎样才可以令到对方同意我的想法呢？」 |

题目八：

|  |
| --- |
| 1. 我通常比别人看事情看得更透彻。 |
| 1. 别人通常比我看事情看得更透彻。 |

题目九：

|  |
| --- |
| 1. 在冲突中，我通常是迁就别人的那一方。 |
| 1. 我可以稍作迁就，但对方都要迁就我。 |

题目十：

|  |
| --- |
| 1. 比起表达自己的意见和想法，我更希望保持良好的关系。 |
| 1. 如果大家意见并不一致，还是不要保持关系好了。 |

题目十一：

|  |
| --- |
| 1. 最好的解决方案，就是能满足双方需求的方案。 |
| 1. 总有人要受委屈；让我做那个人吧﹗ |

题目十二：

|  |
| --- |
| 1. 很多时候，别人都会被我说服，跟着我的想法去做。 |
| 1. 很多时候，在表达自己的想法和听取别人的想法后，我们会有新的解决方向。 |

题目十三：

|  |
| --- |
| 1. 在冲突中，只要大家都各让一步，就会有共识了。 |
| 1. 其实没有共识也没有什么大不了。 |

题目十四：

|  |
| --- |
| 1. 在冲突中，我经常调整我对事情的期望，去迎合别人的需要。 |
| 1. 大家都要调整自己对事情的期望，才可解决问题。 |

题目十五：

|  |
| --- |
| 1. 当我表达我的想法，但对方仍然不理解我的立场时，我会觉得很生气。 |
| 1. 当我表达我的想法后，我会请对方也表达其想法。 |

题目十六：

|  |
| --- |
| 1. 在冲突中，我总是尝试令大家都各让一步。 |
| 1. 在冲突中，我总是尝试令对方让一步。 |

题目十七：

|  |
| --- |
| 1. 其实输赢不要紧；让对方赢不就好了？ |
| 1. 总有「双赢」的办法吧？ |

题目十八：

|  |
| --- |
| 1. 我不大会表达自己。其实很多事情都不需要讨论，更不需要吵架。 |
| 1. 我的意见不太重要，听从别人的意见就最好了。 |

题目十九：

|  |
| --- |
| 1. 所谓解决冲突，其实就是两人为了对方下调自己的期望。 |
| 1. 我会避开立场鲜明，很爱表达自己想法的人。 |

题目二十：

|  |
| --- |
| 1. 总有方法是可以满足二人的需要的，我们想想看吧﹗ |
| 1. 凡事总要有输赢，最重要的是我赢。 |

小学家长教育资源套

双亲合作子女愉快成长：

如何促进父母亲之间的合作？

冲突风格小问卷﹙计分纸﹚

**计分：**请按你在每组题目所选的(1) 或(2)，圈出相应的英文字母。并计算你圈了多少个A、B、C、D和E。

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 题目 | 一 | | 二 | | 三 | | 四 | | 五 | |
| 选择 | (1) | A | (1) | B | (1) | C | (1) | E | (1) | B |
| (2) | E | (2) | D | (2) | B | (2) | C | (2) | E |

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 题目 | 六 | | 七 | | 八 | | 九 | | 十 | |
| 选择 | (1) | A | (1) | C | (1) | A | (1) | D | (1) | D |
| (2) | B | (2) | A | (2) | D | (2) | E | (2) | B |

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 题目 | 十一 | | 十二 | | 十三 | | 十四 | | 十五 | |
| 选择 | (1) | C | (1) | A | (1) | E | (1) | D | (1) | A |
| (2) | D | (2) | C | (2) | B | (2) | E | (2) | C |

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 题目 | 十六 | | 十七 | | 十八 | | 十九 | | 二十 | |
| 选择 | (1) | E | (1) | D | (1) | B | (1) | E | (1) | C |
| (2) | A | (2) | C | (2) | D | (2) | B | (2) | A |

我圈选了：

* \_\_\_\_\_\_\_个A﹙代表「竞争」﹚
* \_\_\_\_\_\_\_个B﹙代表「回避」﹚
* \_\_\_\_\_\_\_个C﹙代表「协作」﹚
* \_\_\_\_\_\_\_个D﹙代表「迁就」﹚
* \_\_\_\_\_\_\_个E﹙代表「妥协」﹚