الاستبيان الخاص بنمط الاتصال :

قم باختيار رقم الإجابة التي تناسب كل عبارة من العبارات الواردة أدناه و ضعه على يسار العبارة. لاختيار الإجابة الرجاء استخدام المقياس الوارد أدناه :

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| غير صحيح بتاتا | صحيح في بعض الأحيان | صحيح عادة | صحيح دائما |
| 1 | 2 | 3 | 4 |

\_\_1. عادة ما أظهر تواضعا أكثر مما لدي عندما تتم الإشادة بعملي من قبل الآخرين.

\_\_2. عدما يتصرف أحدهم معي بوقاحة أبادله نفس الوقاحة دون تردد.

\_\_3. يجدني الآخرين مثيرا للاهتمام.

\_\_4. أجد صعوبة في الحديث ( مثل إلقاء خطاب ) لمجموعة من الغرباء.

\_\_5. لا أمانع من استخدام السخرية في حديثي من أجل إثبات وجهة نظري .

\_\_6. أطلب زيادة في الراتب عندما أشعر أنني أستحق مثل هذه الزيادة بالفعل .

\_\_7. عندما يقوم الآخرين بمقاطعتي أثناء حديثي ألجأ للصمت .

\_\_8. عندما يقوم الآخرين بتوجيه نقد سلبي لعملي أقوم بإيجاد طريقة لجعلهم يتوقفون ويتراجعون عن ذلك.

\_\_9. أستطيع أن أفتخر بإنجازاتي دون أن أظهر بمظهر المتبجح .

\_\_10. عادة ما يقوم الآخرين باستغلالي .

\_\_11. أحدث الآخرين بما يحبون سماعه في حال كان من شان ذلك أن يساعدني في الوصول إلى مبتغاي .

\_\_12.أجد طلب المساعدة من الآخرين أمرا سهلا.

\_\_13. أقوم بإقراض الآخرين حتى عندما لا يكون لدي رغبة للقيام بذلك .

\_\_14. أربح المناقشات من خلال سيطرتي على الحديث .

\_\_15. يمكن لي التعبير عن مشاعري الحقيقية للشخص الذي أهتم بشأنه .

\_\_16. عندا أغضب من الآخرين أقوم بكظم غضبي و لا أعبر عنه.

\_\_17. عندما أنتقد عمل الآخرين يشعرون بالغضب.

\_\_18. أشعر بالثقة بقدرتي على الوقوف من أجل الحصول على ما أريد .