

<부록1. 사티어의 의사소통 유형검사>

사티어 의사소통 유형 검사

나의 의사소통유형은 무엇일까요?

다음 표의 문항을 읽고 자신에게 맞다고 생각이 되면 응답에 1을 표시하고, 아니라고 생각되면 0을 표시하세요. 응답 난의 색칠된 부분에만 응답을 하면 됩니다. 맨 밑의 합계에는 같은 색깔별로 합계를 적으세요.(작성 후 부록2를 참고하세요!)

번호	문 항	응 답				
1	나는 상대방이 불편하게 보이면 비위를 맞추려고 한다.	1				
2	나는 일이 잘못되었을 때 자주 상대방의 탓으로 돌린다.		1			
3	나는 무슨 일이든지 조목 조목 따지는 편이다.			1		
4	나는 생각이 자주 바뀌고 동시에 여러 가지 행동을 하는 편이다.				1	
5	나는 타인의 평가에 구애받지 않고 내 의견을 말한다.					1
6	나는 관계나 일이 잘못되었을 때 자주 내 탓으로 돌린다.	1				
7	나는 다른 사람들의 의견을 무시하고 내 의견을 주장하는 편이다.		1			
8	나는 이성적이며 차분하며 냉정하게 생각한다.			1		
9	나는 다른 사람으로부터 정신이 없거나 산만하다는 소리를 듣는다.				1	
10	나는 부정적인 감정도 솔직하게 표현한다.					1
11	나는 지나치게 남을 의식해서 나의 생각이나 감정을 표현하는 것을 두려워 한다.	1				
12	나는 내 의견이 받아들여지지 않으면 화가 나서 언성을 높인다.		1			
13	나는 나의 견해를 분명하게 표현하기 위해 객관적인 자료를 자주 인용한다.			1		
14	나는 상황에 적절하지 못한 말이나 행동을 자주 하고 판단을 피우는 편이다.				1	
15	나는 다른 사람들이 내게 부탁을 할 때 내가 원하지 않으면 거절 한다.					1
16	나는 사람들의 얼굴표정, 감정, 말투에 신경을 많이 쓴다.	1				
17	나는 타인의 결점이나 잘못을 잘 찾아내어 비판한다.		1			
18	나는 실수하지 않으려고 애를 쓰는 편이다.			1		
19	나는 곤란하거나 난처할 때는 농담이나 유머로 그 상황을 바꾸려하는 편이다.				1	
20	나는 나 자신에 대해 편안하게 느낀다.					1

21	나는 타인을 배려하고 잘 돌보아 주는 편이다.	Red				
22	나는 명령적이고 지시적인 말투로 상대가 공격받았다는 느낌을 줄 때가 있다.		Orange			
23	나는 불편한 상황을 그대로 넘기지 못하고 시시비비를 따지는 편이다.			Yellow		
24	나는 불편한 상황에서는 안절 부절 못하거나 가만히 있지를 못한다.				Green	
25	나는 모험하는 것을 두려워 하지 않는다.					Blue
26	나는 다른 사람들이 나를 싫어할까 두려워서 위축되거나 불안을 느낄 때가 많다.	Red				
27	나는 사소한 일에도 잘 흥분하거나 화를 낸다.		Orange			
28	나는 현명하고 침착하지만 냉정하다는 말을 자주 듣는다.			Yellow		
29	나는 한 주제에 집중하기 보다는 화제를 자주 바꾼다.				Green	
30	나는 다양한 경험에 개방적이다.					Blue
31	나는 타인의 요청을 거절하지 못하는 편이다.	Red				
32	나는 자주 근육이 긴장되고 목이 뻣뻣하며 혈압이 오르는 것을 느끼곤 한다.		Orange			
33	나는 나의 감정을 표현하는 것이 힘들고 혼자인 느낌이 들 때가 많다.			Yellow		
34	나는 분위기가 침체 되거나 지루해지면 분위기를 바꾸려 한다.				Green	
35	나는 나만의 독특한 개성을 존중한다.					Blue
36	나는 내 자신이 가치가 없는 것 같이 우울하게 느껴질 때가 많다.	Red				
37	나는 타인으로부터 비판적이거나 융통성이 없다는 말을 듣기도 한다.		Orange			
38	나는 목소리가 단조롭고 무표정하며 경직된 자세를 취하는 편이다.			Yellow		
39	나는 불안하면 호흡이 고르지 못하고 머리가 어지러운 경험을 하기도 한다.				Green	
40	나는 누가 나의 의견에 반대하여도 감정이 상하지 않는다.					Blue
유형별 합계		Red	Orange	Yellow	Green	Blue