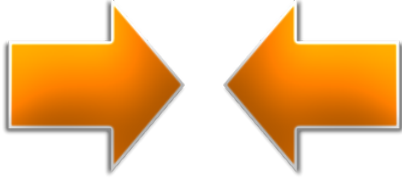


ÇATIŞMA ÇÖZME BECERİLERİNİ BİLMEK NE İŞİMİZE YARAR ?



ÇATIŞMA, bir ya da birden çok kişinin bir konu üzerinde yaşadığı doğal bir anlaşmazlık ya da gerginlik durumudur.

Ergenlik döneminde olan çocuklarımızla yaşadığımız çatışmaların diğer dönemlere oranla daha fazla olduğunu düşünebilirsiniz. Çoğumuz kendimizi onların şimdiki yaşlarındaki halimizle kıyaslayıp öfkelenebiliyoruz. Ancak dünyanın değişim hızı, teknolojinin hayatımızın her noktasındaki ağırlığı ve diğer tüm gelişmeleri göz önüne aldığımızda, çocuk yetiştirmeye ilgili bakış açılarının da çok değiştiğini fark etmemiz gerekir. Buna bağlı olarak kendimizi gelişim ve değişimlere uyumlu hale getirmeli ve problemlerle baş edebilmek için çatışma çözme becerilerini bilmeliyiz.

**ÇATIŞMA ÇÖZME
BECERİLERİ
VELİ BROŞÜRÜ**



ÇATIŞMALARIN NEDENLERİ:

- 1-Karşılanmayan gereksinimler
- 2-Kaynakların sınırlı olması
- 3-Farklı değerler vb.



Unutmayınız; hayatın akışı çerçevesinde çatışmalar kaçınılmazdır, her zaman olabilir. Evrende, işyerinde, toplu yaşadığımız her noktada mutlaka anlaşamadığımız türde kişiler olacaktır. Bu yüzden de çatışma çözme beceriler hepimiz için hayatımızın erken dönemlerinde kazanılması gereken becerilerden biridir. Çatışmalarla baş edebilmede bireyler genellikle; ya çatışmadan kaçarlar, kaçınmak gibi bir tepki de bulunurlar ya da saldırganca tepkiler verirler.

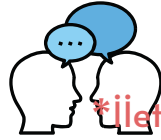


Pek çatışma çözmede hang vöntemler zlenmelidir?

*Olası çözümler değerlendirilmeli ve uygun çözümler

edilebilir, gerçekçi, gerçekleştirilebilir, belirlenen çözüm bulunabilir.

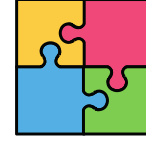
***Duyguları Keşfetme:** Çatışma çözmede ilk adım, kişisel duygularımızı ve karşıımızdaki kişilerin duygularını fark etmemizdir. Bu durum konunun taraflarca daha kolay anlaşılmasını sağlar.



***İletişim beceriler:** Karşıımızdaki kişiyi anlayabilmek ve kendi ihtiyaçlarımızı uygun dille anlatabilmek çatışmayı çözmede çok önemlidir.



***Öfke Kontrolü:** Sorun ne olursa olsun saldırgan olmayan tepkiler vermek. Eğer taraflar sağlıklı düşünemeyecek kadar kızgınsa ve öfke duygularını kontrol edemiyorsa uzlaşma sağlanamaz. Sakıncalı durumu değerlendirmek önemlidir.



Belirlemek: Her iki tarafın da kabul



***Çözümlerin şerhleri:**

Belirli bir süre çözümlerin şerhlemesi: Belirli bir süre çözümlerin şerhlemesi önemlidir. Eğer şerh yoksa, tüm aşamaları tekrarlayarak çözümler yeniden gözden geçirmek.



***Problem Çözme Becerisi:** İki tarafın da kazançlı çıkabileceği ve kabul edilebilir çözümlere odaklanmak. "Sen" kelimesi yerine "Biz" kelimesini kullanmaya özen göstermek.