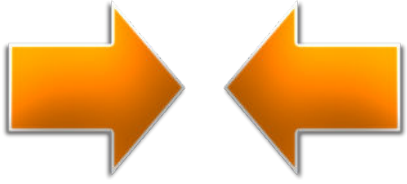


ÇATIŞMA ÇÖZME BECERİLERİNİ BİLMEK NE İŞİMİZE YARAR ?

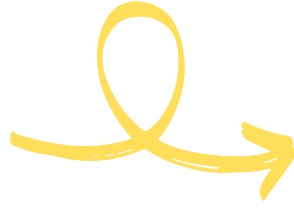


ÇATIŞMA, bir ya
da birden çok
kişinin bir konu
üzerinde yaşadığı
doğal bir
anlaşmazlık ya da
gerginlik
durumudur.

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 yetiştirmeyeyle 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**



Peki çatışma çözmede hangi yöntemler izlenmelidir ?



ÇATIŞMALARIN NEDENLERİ:

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



Unutmayınız; hayatın akışı içerisinde çatışmalar kaçınılmazdır, her zaman olabilir. Evinizde, iş yerinizde, toplu yaşadığımız her noktada mutlaka anlaşılmadığımız türde kişiler olacaktır. Bu yüzden de çatışma çözme becerileri hepimiz için hayatımızın erken dönemlerinde kazanılması gereken becerilerden biridir. Çatışmalarla baş edebilmede bireyler genellikle; ya çatışmadan kaçarlar, kaçınmak gibi bir tepkide bulunurlar ya da saldırganca tepkiler verirler.



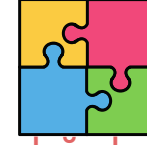
***Duyguları Keşfetme:** Çatışma çözmede ilk adım, kesinlikle duygularımızı ve karşıımızdaki kişinin duygularını fark etmemizdir. Bu durum konunun taraflarca daha kolay anlaşılmasını sağlar.



***İletişim becerileri:** Karşıımızdakini anlayabilme ve kendi ihtiyaçlarımızı uygun dille anlatabilme 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. Sakinleşip durumu değerlendirmek önemlidir.



***Olası çözümleri değerlendirmek ve uygun çözümleri belirlemek:** Her iki taraf için de kabul edilebilir, gerçekçi, gerçekleştirilebilir, belirgin çözüm bulunabilir.



***Çözümlerin işlerliğinin izlenmesi:** Belirli bir süre çözümlerin işleyip işlemediğinin kontrol edilmesi önemlidir. Eğer işlemiyorsa, tüm aşamaları tekrarlayarak çözümleri yeniden gözden geçirmek



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