

# 4 ÇATIŞMA ÇÖZMEDE İLETİŞİMİN ÖNEMİ

Sağlıklı bir iletişimin olabilmesi için kişilerin düşüncelerini ifade edebilmesi, birbirlerini dinlemesi ve dinlediklerini geri dönüt olarak verebilmesi önemlidir.

Çatışmaların çözümünde karşı tarafı eleştirmeye, suçlamaya yönelik bir iletişim dilinden uzak durmak ve anlamaya yönelik bir tutum geliştirmek faydalı olacaktır

Onu yargılamadan ve suçlamadan ne söylediğini ve ne istediğini anlamaya çalışın.

Kendi duygu ve düşüncelerinizi farkına vararak çocuğunuzun duygu ve düşüncelerini hissederek bir iletişim kurmaya özen gösterin. (Empatik Anlayış)

# 1 ÇATIŞMA ÇÖZME BECERİLERİ

## ÇATIŞMA NEDİR?

Bir ya da birden çok kişinin bir konu üzerinde yaşadığı anlaşmazlık ya da gerginlik durumudur.

## NELER ÇATIŞMAYA NEDEN OLUR?

- Karşılanmayan temel ihtiyaçlar
- Farklı değerlere sahip olma
- Kısıtlı kaynaklar (zaman, bilgi, para...)

## ÖNEMLİ NOT

Yaşamın her aşaması ve döneminde çeşitli nedenlerle çatışma yaşanır.

Çatışma olmaması gereken bir durum değil, sağlıklı ve etkili bir şekilde çözülmesi gereken bir durumdur.

# ÇATIŞMA ÇÖZME BECERİLERİ

1

Konuşmaya her iki tarafın da kendini iyi ve güvende hissedeceği yer ve zamanda olumlu cümleler kurarak başlanmalıdır.

2

Her iki taraf kendini samimiyetle ve spontane bir şekilde açıklamalıdır.

5

Önce geçmişe değil, şimdi ve geleceğe odaklanılmalı, Sonrasında geçmiş çatışmalardaki hatalar gözden geçirilmelidir.

6

Her iki tarafın da kabul edebileceği farklı çözümler geliştirilmelidir. Baskı altında hissetmeden ve hissettirmeden özgürce çok seçenek üretilmelidir.

3

Çatışma durumlarında her iki tarafın da ihtiyaçları, istekleri, endişeleri dikkate alınmalıdır.

4

İletişimde pozitif enerjinin hakim olması sağlanmalı ve çözüm odaklı olunmalıdır.

7

Çözüm olabilecek en uygun seçenekler belirlenmelidir.

8

Her iki tarafa da mutluluk ve doyum sağlayacak, adil bir anlaşmaya varmaya çalışılmalıdır.. Taraflar kendi seçeneklerinde ısrarcı olmamalıdır.