Sposób na rozwiązanie problemów, konfliktów.

Na pewno każdy z Was doświadczył różnego rodzaju konfliktów, w domu, szkole. Właściwie spotykamy się z nimi wszędzie, gdzie funkcjonują ludzie. Wiele okoliczności może stać się przyczyną problemu, konfliktu zwłaszcza w obecnej, trudnej dla nas wszystkich sytuacji. Nie ustrzeżemy się problemowych sytuacji, ale powinniśmy dążyć do konstruktywnego ich rozwiązania, czyli takiego, gdzie nie będzie zwycięzców i pokonanych, a zaproponowane rozwiązania usatysfakcjonują zainteresowanych.

Oto etapy rozwiązywania problemów wg Thomasa Gordona.

1. Rozpoznać i nazwać problem.
2. Sformułować cele do jakich dążymy (co chcemy osiągnąć).
3. Znaleźć możliwe rozwiązania (wszystkie zainteresowane osoby podają swoje propozycje rozwiązania).
4. Ocenić zaproponowane rozwiązania (odrzucić rozwiązania, których nie możemy z jakichś względów zrealizować).
5. Wybór najlepszego rozwiązania (takiego, które zaakceptują zainteresowane strony).
6. Zastosowanie zaproponowanego rozwiązania.

Konstruktywnie rozwiązując konflikty możesz osiągnąć następujące korzyści:

1. poznać myśli, potrzeby i poglądy ludzi,
2. uczyć się tolerancji,
3. zmienić swoje postawy i sądy o rzeczywistości,
4. mówić o swoich uczuciach i potrzebach,
5. uczyć się rozmawiać (mówić i słuchać)
6. przedstawiać swoje argumenty

Życzę Wam konstruktywnego rozwiązywania problemów.

Może takie rozwiązania zaproponujecie swoim rodzicom, czy innym domownikom.

Chciałabym poznać Wasze opinie na ten temat. Może ktoś podzieli się swoim doświadczeniem.