

# Konfliktusok és Problémák

Emberi gondok dolgokkal (problémák) és egymással (konfliktusok)





# Mi a Probléma?

Olyan gond, ami útjában áll annak, amit szeretnénk elérni.

Pl. hogy megszerezzük azokat a dolgokat, amikre szükségünk van.

Ezért a problémáinkat meg kell oldanunk.





# Hogyan tudjuk a problémáinkat megoldani?

- Gondosan megfogalmazzuk ezeket.
- Megvizsgáljuk, hogy miért vannak, mik a kiváltó okaik. Ahhoz ugyanis, hogy egy problémát megoldjunk, az okait kell megszüntetni.
- Kidolgozzuk az okok megszüntetésének módját.
- Megszüntetjük az okokat és ezzel a problémát is.
- Ha ez valamiért nem lehetséges, akkor halasztással, illetve pozitív érzelmekkel oldjuk fel a problémáinkat időlegesen.





# MI A KONFLIKTUS?

Olyan emberek közötti helyzet, amikor az érintettek ütköznek valami miatt:

- Mások a kultúrájukban vagy / és a vérmérsékletükben.
- Mások az érdekeik, a céljaik, amiket el akarnak érni.
- Általában mások a nézeteik.
- Más a véleményük, nem értenek egyet.
- Más a műveltségük.





## A KONFLIKTUS LEHET:

- Nyílt, vagyis rendezhető;
- Rejtett, elfojtott, kimondatlan;
- Öntudatlan.

Minden konfliktus kezelhető (ha nem is mindig szüntethető meg).





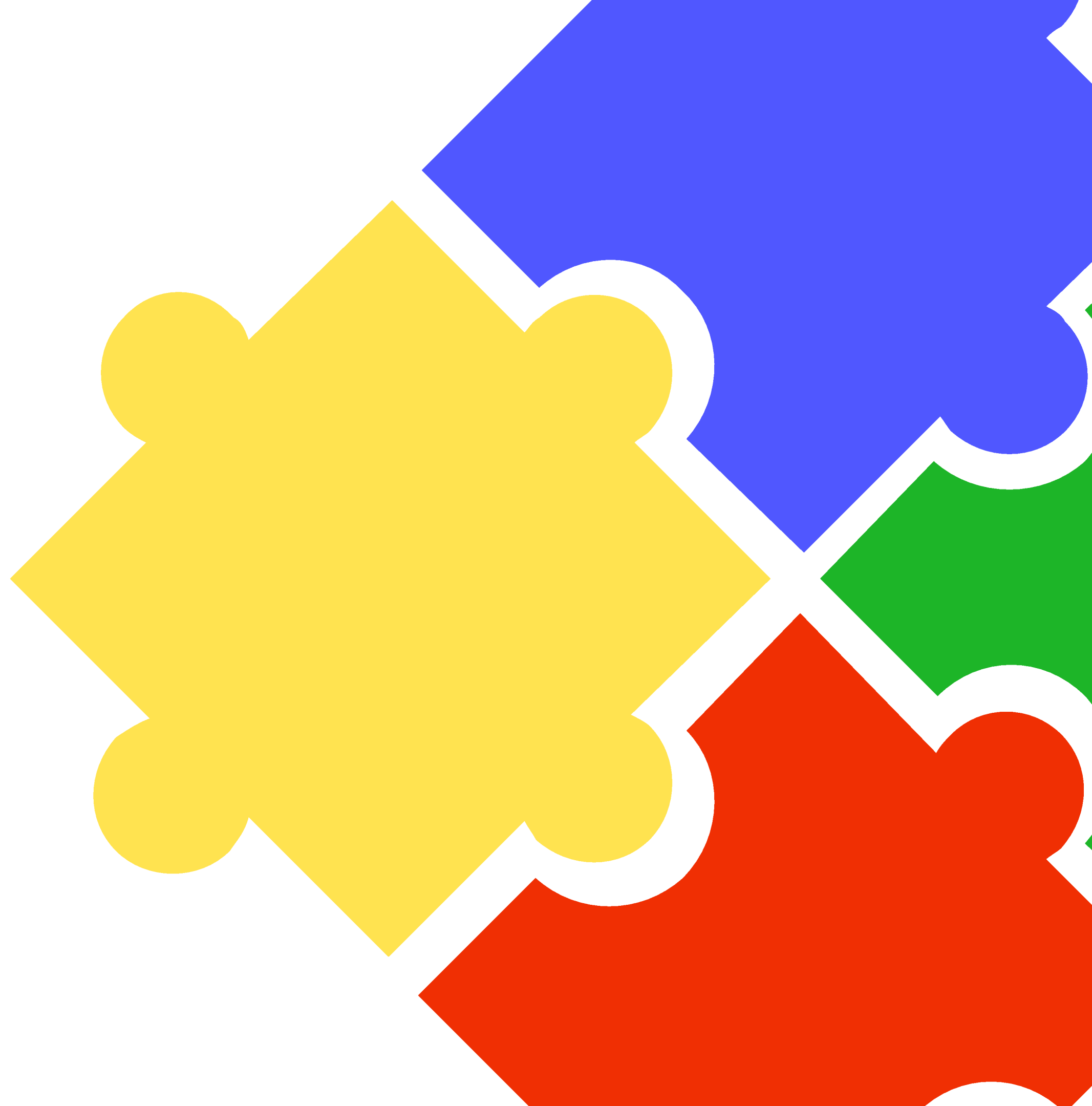
# HOGYAN KEZELHETŐEK A KONFLIKTUSAINK?

- Tudatosítás.
- Értelmezés – Megértés (ami nem okvetlenül jelent elfogadást).
- Megbeszélés.
- A másik nézőpontjába való beleélés (empátia).
- Egyeztetés a konfliktus kezelésének módjáról.
- A konfliktus megszüntetése vagy megállapodással való kezelése / feloldása.



# DISC-MODELL

“Nem látjuk a dolgokat úgy, ahogy vannak, úgy látjuk őket ahogy mi vagyunk.”





**WILIAM  
MARSTON**

**JUNG  
TIPOLOGIA  
EXTROVERTÁLT  
INTROVERTÁLT**



# A PIROS SZEMÉLYISÉG

- Erős akaratú, határozott
- Célorientált
- Szeret irányítani
- Bírja a kihívásokat
- Nem érzelgősek
- Mer kockáztatni

Erőssége : döntésképeség

Gyengesége : nem túl empatikus



# A KÉK SZEMÉLYISÉG

- Szabálykövető és precíz
- Figyel a részletekerekere
- Tényeket keresi
- Maximalista
- Gyakran rendelkeznek magas szakmai tudással

Erőssége : Tervezés, elemzés,  
rendszerelés

Gyengesége: Túl kritikus és merev



# A SÁRGA SZEMÉLYISÉG

- Társaságkedvelő
- Álmodozó
- Kommunikatív
- Pozitív és lelkes
- Szeret a középpontban lenni
- Jól bírja a nyomást

Erőssége : Inspirál és motivál

Gyengesége : Nem figyel a részletekre



# A ZÖLD SZEMÉLYISÉG

- Megbízható és lojális
- Biztonságra törekszik
- Figyelmes
- Együttműködő
- Odafigyelő

Erőssége : Empatikus és megértő

Gyengesége : Nem bírja a változást

