

Çatışmanın Sonuçları

Olumlu Sonuçları

Bireyler yaşadıkları çatışmalar sayesinde verdikleri kararların niteliklerini artırır ve çatışmalar sonrasında yaratıcılığa, yeniliğe, grup üyeleriyle verimli etkileşime olanak sağlanmış olur.

Bireyler arasında gerilimin serbestçe ifade edildiği, öz eleştiri ve yapıcı geri bildirimin desteklendiği bir ortam oluşturulduğunda, çatışmanın olumlu sonuçlarından biri olan grup performansı da artar.

Gruplar arasında yaşanan çatışmalar, hedeflerin gerçekleştirilmesi için gerekli performansın artmasını sağlayabilir.

Çatışmalar sonrasında bireyler, kendi fikirlerinin ve güçlerinin farkına varabilir.

Kontrollü ve yapıcı bir şekilde yapılan çatışmalar sonrasında bireylerin hâlihazırda bulunan saldırganlık dürtüleri, sağlıklı bir şekilde tatmin edilmiş olur.

Olumsuz Sonuçları

Çatışmalar, bireylerin psikolojik veya fiziksel sağlıklarına zarar verebilir.

Yıkıcı bir şekilde yönetilen çatışma süreçleri, düşmanlık hisleri ve saldırganlık davranışlarının artmasına sebebiyet verebilir.

Verimli bir sonuca ulaşamayan çatışmalar, zaman ve enerji israfına yol açar.

Sonuç olarak, çatışmalar yaşamımızın bir parçasıdır. Sosyal bir varlık olarak hayatımızı, ilişkilerimizi daha verimli sürdürebilmek için çatışma yöntemleri hakkında bilgili olmamızın ve çözümlerimizin taraflara faydalı olmasının önemi büyüktür.

İş Yerinde Çatışma ve Çatışma Çözümleme Becerileri



Karekodu okutarak
broşürü bilgisayarınıza
indirebilir ve önerilerinizi
iletebilirsiniz.



İŞ SAĞLIĞI GÜVENLİĞİ VE MESLEK HASTALIKLARI
ARAŞTIRMA MERKEZİ



İBB Kasımpaşa Ek Hizmet Binası

Hacıahmet Mah. Muhsin Yazıcıoğlu Cad. No: 1
Kasımpaşa/Beyoğlu



İBB
SAĞLIK

İŞ SAĞLIĞI VE
GÜVENLİĞİ
ŞUBE
MÜDÜRLÜĞÜ

Çatışma Nedir?

İnsan, hayatı boyunca birçok insanla iletişim hâlinde olan sosyal bir varlıktır. Kurulan iletişim esnasında farklı sebeplerden dolayı çatışmalar çıkabilmektedir ve bu durum insan hayatının kaçınılmaz bir parçasıdır.

Günlük yaşamımızda evde, iş yerimizde veya sosyal hayatımızda çatışma durumuyla karşı karşıya kalmamız gayet olağan bir durumdur.

Hatta, kendi içimizde bile çatışabilirken farklı fikirlere ait bireylerle zaman zaman karşı karşıya gelmemiz kaçınılmazdır.

-Tartışmalar, basit anlaşmazlıklardan fazlasıdır.

-Tartışmalar, görmezden gelindiğinde zamanla karmaşıklaşma eğilimindedir.

-Tartışmalara bireyler öznel değerleri ile tepki verirler.

-Tartışmalar, güçlü duyguları tetikleyebilir.

-Tartışmalar, gelişim için bir anahtardır.

Çatışma ile Nasıl Başa Çıkabilirim?

Tartışmayı Kabullenmek

Çatışma ile başa çıkabilmek adına ilk adım, ortada bir çatışma olduğunu kabul edebilmektir. Bireylerin kendilerini çatışma içerisinde bulabilmeleri oldukça normal bir durum olmakla beraber, çatışma içerisine giren bireyler kendilerini potansiyel bir değişim, gelişim hâlinde bulacaklardır.

Tartışmada Sakin Kalabilmek

Çatışma konusu ne olursa olsun, çatışmanın hızlıca sonuçlanabilmesi adına objektif bir noktada durmak sürecin daha verimli sürdürülebilmesi için önemli bir adımdır.

Çatışmayı Analiz Edin

Çatışmadaki problemi daha net anlayabilmek adına aşağıdaki soruları sorabilirsiniz:

- Çatışmayı tetikleyen nedir?
- Kime sinirliyim?
- Elde edemediğim şey nedir?
- Kaybetmekten korktuğum şey nedir?
- Hissettiğim endişe/öfke yerinde mi yoksa aşırı mı?
- Çatışma nasıl çözülebilir?

Nötr Bir Dil Kullanın

Tartışma hâlindeyken genellikle insanlar duygusal bir dil kullanarak durumun daha da kaotik bir hâl almasına sebebiyet verebilirler. Bu nedenle, nötr bir iletişim modeli benimsemek ve objektif bir şekilde konuya yaklaşmak yapıcı olacaktır.



Tartışılan Kişiyi Problemden Ayırmak

Yaşanılan problemin karşımızdaki kişiyi etiketlemesine sebebiyet vermeden yalnızca konuya odaklanmak verimli bir davranış olacaktır. Tartışmaya dâhil olan bireyler, tartışma konusu olan problemten ayrı bir şekilde değerlendirildiği takdirde problem çözme süreci daha yönetilebilir olacaktır.

Birlikte Çalışın

Tartışmaya dâhil olan bireylerin birbirlerini suçlamak yerine problemin çözüm aşamasında birbirlerine destek olması ve problem çözme noktasında birbirlerini dinleyebilmeleri çözüm adına önemli bir adım olacaktır.

Geçmiş Değil, Geleceğe Odaklanın

Genellikle tartışma esnasında karşı taraf ile geçmişte yaşanan ve bizi rahatsız eden birtakım konuları hatırlamamız normal bir durumdur. Bununla beraber, güncel konuyla ilgisi olmayan geçmiş konuların üzerinde durulması, problemin çözüme kavuşması önünde bir engel teşkil etmektedir. Bu sebeple, geçmiş yerine geleceğe odaklanmak hem problemin çözümüne katkı sağlayacaktır hem de problemin tekrar yaşanmamasına olanak tanıyacaktır.

