

Citiți lecția din manual: *Stilurile de negociere a conflictelor sau de abordare constructivă*, notați schița lecției pe caiete și rezolvați fișele de lucru.

Stilurile de negociere a conflictelor sau de abordare constructivă

1. Stiluri de negociere a conflictelor

- o discuție între doi sau mai mulți parteneri, prin care părțile rezolvă diferențele și/sau conflictele care există între ele, încercând să găsească soluții acceptate de toți cei implicați, se numește negociere;
- negocierea e un mod eficient de a rezolva un conflict, totuși găsirea unei soluții potrivite părților poate dura mult timp, iar pentru asta e nevoie de abilități de comunicare;
- fiecare dintre noi dispune de mijloace sau metode preferate de abordare a unei situații de negociere/de rezolvare a conflictelor și le utilizează ori de câte ori este posibil.
- cele mai importante stiluri de negociere sunt următoarele:
 - a. Evitarea: persoanele implicate se retrag, păstrează tăcerea, se implică în alte activități și amână rezolvarea conflictului pentru a câștiga timp;
 - b. Compromisul: fiecare persoană implicată în conflict renunță la ceva pentru a obține altceva care contează, de fapt, mai mult;
 - c. Renunțarea: una dintre persoane renunță în favoarea celeilalte;
 - d. Colaborarea: persoanele devin aliate pentru a găsi o soluție comună, mulțumitoare pentru ambele părți;
 - e. Dominarea: persoana care are autoritate sau mai multă experiență într-un anumit domeniu impune, într-un mod asertiv, soluția problemei;
 - f. Delegarea responsabilităților: persoana transferă responsabilitatea celeilalte pentru a găsi soluția;
 - g. Apelarea la un mediator: una dintre persoane propune medierea conflictului de către altcineva neimplicat;
 - h. Umorul: persoanele implicate privesc situația într-o manieră comică și fac glume.

2. Abordarea constructivă a conflictelor

- majoritatea conflictelor ar putea fi rezolvate prin simpla ascultare a adversarilor, lămurindu-ne asupra așteptărilor și plângerilor acestora.
- abordarea constructivă a conflictelor implică următoarele tehnici de comunicare:
 - a. Folosirea mesajelor la persoana I: presupun exprimarea opiniei și a emoțiilor personale fără a ataca interlocutorul, evitarea criticii, etichetării și moralizării. Exemple: *Eu simt ...; Părerea mea este ...;*
 - b. Folosirea mesajelor asertive: susțin drepturile personale;
 - c. Ascultarea activă: presupune atenție acordată interlocutorului și încurajarea acestuia să își exprime punctul de vedere;
 - d. Observarea unor indicatori care pot transmite informații valoroase despre starea celuilalt: timbrul vocii, mimica, gesturile și postura;
 - e. Folosirea umorului: are un rol important în detensionarea relației conflictuale.

Pentru o mai bună înțelegere a subiectului studiat vizionați următoarele videoclipuri:

<https://www.youtube.com/watch?v=GPrsDWYtrPM>

<https://www.youtube.com/watch?v=hPVpbUsID5U>

Fișă de lucru: Stilurile de negociere a conflictelor sau de abordare constructivă

Lucas își aduce sendvișul la școală cu gândul să îl savureze în pauză, dar colegul său de bancă, Darius, i-l ia din ghiozdan fără să îl întrebe. Această situație se repetă săptămânal. Într-o zi, Lucas, vizibil deranjat și furios, îi spune lui Darius: „*Este mâncarea mea! Dacă îmi mai iei sendvișul fără să mă întrebi, o să îți arunc pe fereastră ghiozdanul!*”. Răspunsul lui Darius nu a întârziat să apară: „*Dacă nu ai mai răspândi zvonuri neadevărate despre mine, nu ți-aș mai face nici eu acest lucru. Am încercat să vorbesc cu tine, dar nu m-ai ascultat!*”.

Imaginați-vă că urmăriți un film în care este prezentată această situație conflictuală. Care sunt sursele conflictului? Ce puteți spune despre comportamentul și reacția celor doi băieți? Ce tehnici de comunicare ar putea folosi atât Lucas, cât și Darius pentru aplanarea conflictului? Voi ce ați fi făcut în locul lui Lucas? Dar în locul lui Darius? Argumentați-vă răspunsul.



BIBLIOGRAFIE:

1. Ipate-Toma, Cristina, Iordănescu, Valeria, Bălcău, Ștefania, Gheorghe, Mariana Carmen, Badea, Ana-Maria, Grigore, Adina *Consiliere și dezvoltare personală: Manual pentru clasa a VIII-a*, Editura Ars Libri, Argeș, 2025.
2. Columban, Monica H., Kudor, Dorina, Sfirlea, Lenuța, Talaș, Dorina-Anca, *Consiliere și dezvoltare personală: Manual pentru clasa a VIII-a*, Editura Art Klett, București, 2025.
3. Popescu-Argetoia, Oana, *Consiliere și dezvoltare personală: Manual pentru clasa a VIII-a*, Editura Booklet, București, 2025.
4. Barbu, Daniela, Boca, Cristiana Ana-Maria, Călineci, Marcela Claudia, Ciohodaru, Elena, Mitrofan, Luminița Doina, Oancea, Ana-Maria, *Consiliere și dezvoltare personală: Manual pentru clasa a VIII-a*, Editura CD Press, București, 2025.
5. Pânișoară, Ion-Ovidiu (coordonator), Iliescu, Dragoș, Cristea, Sorin, Pescaru, Adina Florentina, Ghiță, Cristina Marina, Cezar, Ion Bogdan, Bianu, Gina Costișanu, Peleașă, Steluța, *Consiliere și dezvoltare personală: Manual pentru clasa a VIII-a*, Editura Corint Books, București, 2025.
6. Neagu, Nicoleta Mihaela, Balan, Gabriela, Scorțanu, Alexandrina, Aprodu, Diana Ecaterina, Stamatachi, Elena Anca, Bratu, Rodica, *Consiliere și dezvoltare personală: Manual pentru clasa a VIII-a*, Editura Corint Logistic, București, 2025.
7. Popa, Simona Elena, *Consiliere și dezvoltare personală: Manual pentru clasa a VIII-a*, Editura Didactică și Pedagogică, București, 2025.
8. Bărbulescu, Gabriela, Beșliu, Gabriela, Gunea, Cristina Maria, Sima, Angelica, Sima, Elena-Cristina, *Consiliere și dezvoltare personală: Manual pentru clasa a VIII-a*, Editura Litera, București, 2025.
9. Ciocâlțeu, Ioana Andreea, Radu, Mădălina, Stănculescu, Aurelia, Florea, Robert Florin, *Consiliere și dezvoltare personală: Manual pentru clasa a VIII-a*, Editura Paralela 45, București, 2025.

