



### **KAÇINMA GERİ ÇEKİLME (Kaplumbağa)**

Kişiler çatışmayı çözemeyeceklerine inandıklarında kaçınma, geri çekilme stratejisini kullanabilirler. Karşı tarafın haklı olduğunu, kazanma şansınızın olmadığını ya da çatışmada çözüm üretmeye zamanınız kalmadığını düşünüyorsanız kaplumbağa stratejisini kullanabilirsiniz.

### **PROBLEM ÇÖZME, UZLAŞMA YOLLARI ARAMA (Tilki)**

İki tarafın da tamamen kazanmadığı veya kaybetmediği bir yöntemdir. Taraflar çözüm için kendi hedeflerinden bir miktar fedakârlıkta bulunur. Bu yöntemi kullanan birey, her iki tarafı da kısmen mutlu eden ve üzerinde anlaşabilecekleri çözümler bulmaya çalışır. Çatışmada hem amacınız hem de ilişkileriniz önemliyse ve geçici de olsa bir çözüme ihtiyacınız varsa bu stratejiyi kullanabilirsiniz.



### **YATIŞTIRMA (Oyuncak ayı)**

İlişkilerinde çatışma yaşadığı zaman karşısındaki kişinin kalbinin kırılacağını ve ilişkinin zarar göreceğini düşündüğü için kendi amaçlarından vazgeçer. İlişkilerinin bozulmaması için çatışma durumunda karşı tarafı yatıştırmaya çalışırlar. Eğer çatışma sizi psikolojik olarak yıpratırsa, karşınızdaki kişi sizin için sorundan daha önemliyse oyuncak ayı stratejisini kullanabilirsiniz.

### **GÜÇLÜ OLMA, HEP KAZANMA (Köpek balığı)**

Köpek balığı stratejisini tercih edenler, çatışmanın kendi istedikleri şekilde sonuçlanması için çatıştığı kişinin düşüncelerini değiştirmeye çalışır ve karşısındaki kişi üzerinde baskı kurar. Bu stratejiyi kullanan bireyler için amaçları çok önemlidir, ilişkileri ise ikinci plandadır. Çatışma durumunda karşı taraftan daha haklı olduğunuzu düşünüyorsanız veya kısa sürede bir karar vermeniz gerekiyorsa güçlü olma ve hep kazanma stratejisini kullanabilirsiniz.



### **PROBLEM ÇÖZME, TARTIŞABİLME, YÜZLEŞEBİLME (Baykuş)**

Çatışmaları, çözülmesi gereken doğal ve olağan problemler olarak görürler. Hem kendilerinin hem de karşı tarafın tatmin olabileceği bir çözüm ararlar. Her iki tarafın da amaçlarına ulaşabileceği çözüm yolları arayarak ilişkiyi sürdürürler. İlişkinizde güven ortamı varsa ve çatışmaya yönelik sorumluluğu paylaşmak istiyorsanız bu stratejiyi kullanabilirsiniz.