



MOUTH of the BOX

*Besplatna edukacija za preduzetnice
o stilovima reagovanja na konflikte*

**Kako reagujem a
kako bih volela da
sam reagovala?**

I zašto nisam?

*Pristup konfliktima kroz opis 5 životinja i
test ličnosti*

@mouthofthebox

WWW.MOUTHOFTHEBOX.RS 



mOUTH of the BOX

Ćao draga

Ako čitaš ove redove znači da si svesno zakoračila u novi sloj rada na sebi na putu do tvog uspeha. Kažem „novi sloj rada na sebi“ jer su situacije u koje zapadamo i ljude koje susrećemo najčešće odraz nas samih. To nikako ne znači da si ti odgovorna za sve oko tebe, već da je u tebi snaga da se oslobodiš barijera i brže napreduješ u biznisu.

Zato neću dužiti. U nastavku ove edukacije moći ćeš da sagledaš koje su to tvoje prednosti a koje slabosti na kojima možeš raditi ukoliko želiš brže da napreduješ u svom poslu.

Celokupna edukacija bazira se na vežbi koja se odnosi na 5 različitih pristupa rešavanju konflikta.

Konflikt je najčešći rezultat interakcije sa drugim ljudima, drugim rečima - kada nema interakcije odnosno razmene mišljenja nema ni konflikta. A interakcija sa ljudima je srž svakog biznisa. Zato je najbolji savet da naučiš kako da se nosiš sa konfliktima. Prvi korak ka tome je da osvestiš kada, kako i zašto (ne)reaguješ na njega.

Kroz ovu kratku edukaciju najpre ću ti predstaviti 5 različitih pristupa konfliktima kroz opis 5 životinja, pokazati njihove reakcije na jednom primeru. A onda kreće tvoj deo - test od nekoliko pitanja kroz koji ćeš davati odgovore koja si „životinja“ u kojim situacijama i shodno rezultatu testa - na čemu bi trebalo da radiš u komunikaciji kako bi napredovala u svom biznisu.

Idemo redom.



mOUTH of the BOX

KREATIVNO REŠAVANJE KONFLIKATA – *stil 5* *životinja*

Ova vežba o rešavanju konflikata bazirana je na tome da svaka životinja predstavlja jedan stil i pristup konfliktima – kako je već rečeno u uvodu. Imamo 5 različitih životinja:



**POVLAČENJE I
IGNORISANJE KONFLIKTA**



**PRIKRIVANJE PROBLEMA
OSMEHOM**



**KOMPROMIS PO SVAKU
CENU**



NAPAD



**SUOČAVANJE SA
PROBLEMOM NE PROTIV
LJUDI**

@mouthofthebox

WWW.MOUTHOFTHEBOX.RS



mouth of the BOX

ODLIKE 5 ŽIVOTINJA I STILOVA REŠAVANJA KONFLIKATA

KORNJAČA



@mouthofthebox
WWW.MOUTHOFTHEBOX.RS

Odlikuje je povlačenje iz konflikta i negiranje postojanja sukoba. Uglavno čuti, posmatra bez reči i komentara, emotivno je zatvorena osoba. Ima strah od razmene ideja u komunikaciji, i sukob vidi kao nešto što je negativno i što se ne može rešiti. Odbija interakciju uz obrazloženje da je druge osobe u komunikaciji na to teraju, i ne veruje da je drugima važno šta se dešava.

U ovakvim odnosima problem se ne rešava jer postoji nepoverenje među „zavađenim“ stranama. Osećanja se potiskuju, a reakcije druge strane postaju frustracija, bes i nemoć.

PLIŠANI MEDA

Ovo je osoba koja sa osmehom reaguje na konflikt, što zapravo prikriva stvarna osećanja i nezadovoljstva koja se kriju. Ona će uvek više brinuti o tome kako se druga strana oseća i zadovoljavati njene potrebe pre nego svoje. Zato se od ove osobe najčešće čuje “biće kako ti kažeš”. Za ovu osobu konflikt je nešto što je loše, i treba ga izbegavati, a preporučljivo je fino ponašanje.



@mouthofthebox
WWW.MOUTHOFTHEBOX.RS



mouth of the BOX

U ovakvim odnosima sreća je često površna, dok unutra nema pravog zadovoljstva jer nema ni pravog razumevanja. Ekstremi idu do toga da pristaju na sve samo da do sukoba ne dođe.



@mouthofthebox
WWW.MOUTHOFTHEBOX.RS

KAMELEON

Ovo je osoba koja ima prijateljski pristup i koja daje utisak da želi rešenje a zapravo ga ne traži, barem ne tamo gde je problem. Izražena je velika želja za saradnjom i zajedničkim ciljem zbog čega često zastupa stav da svaka strana treba isto da da odnosno isto da uzme (50:50) i da je to ključ uspešnih odnosa.

Harmonija je zadržana ali zadovoljstvo osoba u sukobu nije, jer niko nije dobio ono što je zaista želeo/la. Te ostaje utisak polovične brige o sebi i drugima.

AJKULA

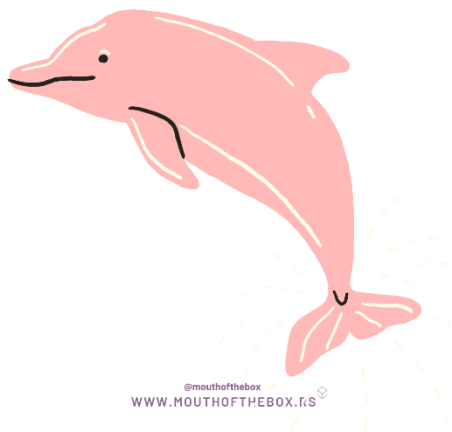
Ovo je osoba koja ima najdominantniji nastup. Prepoznaje se po glasnom govoru često vikanjem, pa i agresiji. Tehnika kojoj takođe pribegava je manipulacija poput laskanja, obmanjivanja, ultimatum... Od ove osobe najčešće se čuje "biće kako ja hoću", "ja znam, ja sam u pravu" što pokazuje da najčešće okolnosti posmatra samo iz sopstvene pozicije, dok svaku brigu o drugom vidi kao zanemarivanje sebe.



@mouthofthebox
WWW.MOUTHOFTHEBOX.RS



mouth of the BOX



DELFIN

Osoba koja je otvorena za sva rešenja, voli da sasluša sve strane i ima pristup da u sukobu nema suprotstavljenih strana, već da sve strane trebaju biti za rešenje. Na učesnike u komunikaciji gleda ravnopravno i otvoreno priča o svojim osećanjima i potrebama, ostavljajući prostora ostalima da se na isti način izraze.

U centru pažnje je dakle problem koji ukoliko ima mnogo učesnika, čini da rešenje bude sve dalje, tražeći ono "savršeno" i najbolje, što može ići u nedogled. U ovakvom odnosu iskrenost je najvišem nivou.



mOUTH of the BOX

KADA BI SVE ŽIVOTINJE SELE ZA ISTI STO....

Pošto si videla kako izgledaju različiti pristupi konfliktima, hajde da ih stavimo u stvarni kontekst. Recimo da se osobe koje reaguju poput ovih 5 životinja nađu na zajedničkom sastanku na kojem se odlučuje o prioritetnim zadacima za tekuću godinu. Njihov razgovor ličio bi na ovo:



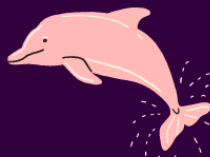
Ovo je prioritet i tačka! Ostali predlozi su manje važni!



Da da to je u redu tako :)



Haj'te molim vas, pa mi smo partneri, naći ćemo dogovor da svima odgovora



Zašto ne bismo pokušali i na drugačiji način? Ostali predlozi nisu manje važni



.....

@mouthofthebox

WWW.MOUTHOFTHEBOX.RS 



mOUTH of the BOX

Iako bi na prvi pogled svaka od nas jasno odabrala kakva je osoba u konfliktu ili prepoznala “životinju” u sebi ili drugima, suština ove edukacije je da uočiš u kojim situacijama reaguješ drugačije nego što bi želela i da te takvo reagovanje sputava da napreduješ u biznisu. Zato sam za tebe pripremila test od 10 pitanja, koja će ti pomoći da to saznaš.

Test – KOJA SI ŽIVOTINJA A KOJA BI VOLELA DA BUDEŠ?

Znam da ovo “koja si životinja” malo grozno zvuči ali je zato vežba vrhunska 😊

Zašto je ovaj test važan? Ako je došao u tvoje ruke znači da si na instagramu i da tu lagano razvijaš svoj biznis. A onda znaš i da je interakcija glavni preduslov za razvoj na društvenim mrežama, ali da uz njega u paketu ide i konflikt. Ako se na primer plašiš razmene mišljenja sa određenom grupom ljudi (bilo da je reč o tome šta će reći tvoji prijatelji, ili oni koji su već vrhunski u oblasti u kojoj ti tek ulaziš), to ograničava i tvoj razvoj. Ovaj test će ti pokazati koja je to oblast koja te blokira.

Evo kako idu pravila:



mOUTH of the BOX

Pročitaj pitanja, i na svako odgovori kako bi reagovala – kao koja od navedenih životinja? Kada završiš, uporedi svoje odgovore sa situacijom i promisli kakav bi ishod bio da si drugačije reagovala – da li bi više dobila ili izgubila? I kako bi volela da reaguješ u buduće, i zašto?

Pre testa ovde ti ostavljam kao podsetnik kratke opise životinja:

Kornjača: čuti i odbija da učestvuje u razmeni mišljenja

Plišani meda: prihvata tuđe predloge uz osmeh, bez pokazivanja da postoji problem

Kameleon: traži rešenje pola pola – kompromis tako da sve strane isto gube i/li isto dobijaju

Ajkula: napad i zastupanje samo svog stava

Delfin: traži rešenje problema i pojašnjenja, govori o tome kako se oseća i šta misli

1. Potencijalni klijent se detaljno i danima raspitivao o tvom proizvodu a na kraju kupio sličan proizvod kod konkurencije

Reagujem kao _____ a volela bih da sam _____

2. Važan poslovni partner od kojeg imaš najveću zaradu traži da uvedeš novi proizvod za koje ti daje detaljne instrukcije kako da izgleda, i osigurava da će ti obezbediti prodaju, a tebi se taj proizvod ne dopada

Reagujem kao _____ a volela bih da sam _____

3. Devojka koju si obučavala za posao, razvija posao brže nego ti i počinje da ti daje sugestije šta da promeniš u radu

Reagujem kao _____ a volela bih da sam _____



mOUTH of the BOX

4. Nepoznate osobe vredjaju tvog parntera/ku

Reagujem kao _____ a volela bih da sam _____

5. Tebi bliske osobe vredjaju tvog pratnera/ku

Reagujem kao _____ a volela bih da sam _____

6. Biznis ti se razvija nekontrolisanom brznom i odjednom dolazi navala novih klijenata. Sve ih primaš ali kasniš sa obavezama. Klijenti traže objašnjenje od tebe

Reagujem kao _____ a volela bih da sam _____

7. Prijatelji „ocrne“ ideju koju je pokrenuo jedan biznis a ti si baš htela nešto slično da uradiš u okviru svog biznisa

Reagujem kao _____ a volela bih da sam _____

8. Osoba koja je koristila tvoje usluge ili proizvod, ulaže reklamaciju ili vraća proizvod

Reagujem kao _____ a volela bih da sam _____

9. Na poslovnom sastanku iznosiš predloge i primećuješ da te niko ne sluša

Reagujem kao _____ a volela bih da sam _____



mOUTH of the BOX

-
10. **Stigla je ponuda za udruživanje sa većim brendom zbog koje ćeš morati deo svojih klijenata da otkažeš. Rok za odgovor je veoma kratak.**

Reagujem kao _____ a volela bih da sam _____

Šta o tebi govori tvoj test?

Odgovor na ovo pitanje zavisi od tvog cilja i kako želiš da razvijaš biznis. Ukoliko ti je ok na nivou na kojem si sada, onda tvoji odgovori pokazuju odraz tvog stanja. Ukoliko želiš nešto da menjaš onda obrati pažnju na pitanja na koja bi volela drugačije da reaguješ.

Na primer, ukoliko želiš da izgradiš autoritet u svom poslovnom okruženju onda nije preporučljivo da na sve reaguješ da osmehom, i kao da ti ništa ne smeta.

Ukoliko želiš da se stvari brže dešavaju, to znači i brže donošenje odluka a manje vremena za traženje najboljeg mogućeg rešenja do beskonačnosti.

Ako ne reaguješ na reči okoline na tvoje izbore, ili ih bespogovorno prihvataš, to najčešće znači da bi trebalo da radiš na postavljanju zdravih granica, i čuvenom "JA" govoru.

Ako odbijaš sve ponude i kritike koje ti se ne dopadaju jer ti se čini da si samo ti u pravu, to znači da je najveći izazov u komunikaciji puštanje kontrole, uspostavljanje saradnje i zdrava interakcija.



mOUTH of the BOX

I ŠTA SAD?

Sada kada si uočila gde je problem, možeš da kreneš da radiš na tome i ubrzaš rast svog biznisa uklanjanjem barijera. Ukoliko ti je potrebna pomoć, koje tehnike da primeniš kako bi promenila svoj pristup u komunikaciji i zauzela se za sebe, prijavi se za konsultacije, jer je u toku velika besplatna akcija "100 konsultacija za 100 preduzetnica" koja će ti dati smernice baš za tvoj problem.

Iskoristi ovu ponudu, jer će se konsultacije nakon toga naplaćivati.

Svoju besplatnu konsultaciju možeš zakazati mejlom na edukacija@mouhofthebox.rs gde mi možeš postaviti i sva dodatna pitanja ukoliko ih imaš.

P.S. I kada pošalješ mejl, obavezno proveri da li ti je odgovor stigao u spam, junk ili promocije – ume da zaluta 😊

I samo hrabro na tvom putu do uspeha!!!

Tvoj

Mouth of The Box