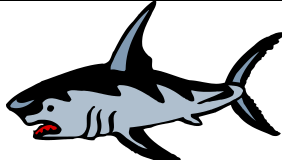
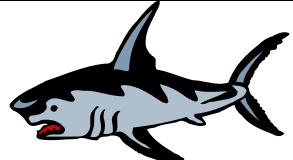
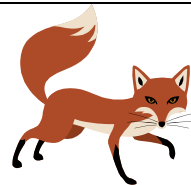


| <b><i>Come<br/>agisco<br/>usualmente<br/>nel conflitto?</i></b>                                                                                          |                                                                                                                              | Non ama i conflitti, cerca di addolcire le cose, l'obiettivo è la pace ad ogni costo anche se le questioni rimangono irrisolte. |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|                                                                                                                                                          | Si ritira dal conflitto, per timore di esporsi o delle conseguenze. Accumula la tensione interiormente, lasciandosi "camminare addosso". Potrebbe esplodere improvvisamente.                                  |                                                |
| Uno stile bellicoso che si butta nel conflitto aperto, senza rendersi conto di ciò che la propria reazione può causare ad altri. Forse dopo se ne pente. |                                                                                                                                                                                                               |                                                |
|                                                                                                                                                          | Cerca generalmente il compromesso, nel senso che dà un poco per ricevere un poco. Sa affrontare senza ritirarsi e considera i punti di vista altrui; rischia però di affrontare le cose in modo superficiale. |                                               |
| Cerca di guardare le situazioni da diverse angolature, mettendosi a tavolino e cercando il dialogo con gli altri.                                        |                                                                                                                                                                                                               |                                              |

| <b><i>Come<br/>agisco<br/>usualmente<br/>nel conflitto?</i></b>                                                                                          |                                                                                                                            | Non ama i conflitti, cerca di addolcire le cose, l'obiettivo è la pace ad ogni costo anche se le questioni rimangono irrisolte. |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|                                                                                                                                                          | Si ritira dal conflitto, per timore di esporsi o delle conseguenze. Accumula la tensione interiormente, lasciandosi "camminare addosso". Potrebbe esplodere improvvisamente.                                  |                                              |
| Uno stile bellicoso che si butta nel conflitto aperto, senza rendersi conto di ciò che la propria reazione può causare ad altri. Forse dopo se ne pente. |                                                                                                                                                                                                               |                                              |
|                                                                                                                                                          | Cerca generalmente il compromesso, nel senso che dà un poco per ricevere un poco. Sa affrontare senza ritirarsi e considera i punti di vista altrui; rischia però di affrontare le cose in modo superficiale. |                                              |
| Cerca di guardare le situazioni da diverse angolature, mettendosi a tavolino e cercando il dialogo con gli altri.                                        |                                                                                                                                                                                                               |                                            |

|                                         |                                                                                   |                                                                                                                                                                                                                                                |
|-----------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|                                         |  | Non agisce subito, trattiene la rabbia che facilmente si esprime in modo "camuffato" o nascosto: silenzi, chiusura al dialogo, far pesare all'altro il proprio essere arrabbiati, ma senza dirglielo direttamente, punire in modo indiretto... |
| ...uso altre modalità????<br><br>Quali? |  |                                                                                                                                                                                                                                                |

|                                         |                                                                                     |                                                                                                                                                                                                                                                |
|-----------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|                                         |  | Non agisce subito, trattiene la rabbia che facilmente si esprime in modo "camuffato" o nascosto: silenzi, chiusura al dialogo, far pesare all'altro il proprio essere arrabbiati, ma senza dirglielo direttamente, punire in modo indiretto... |
| ...uso altre modalità????<br><br>Quali? |  |                                                                                                                                                                                                                                                |



◆ *Stili nella gestione dei conflitti:*

- Tartaruga (ritiro e fuga): si ritirano da relazioni e dagli argomenti su cui si discute, si sentono impotenti e si nascondono
- Squalo (forzare): cercano di imporsi, di attaccare e di raggiungere i loro scopi ad ogni costo; gli obiettivi personali sono più importanti delle relazioni; o si vince o si perde, chi vince ha successo e se si perde ci si sente inadeguati
- Orsacchiotto (addolcire): le relazioni sono più importanti degli obiettivi; vuole essere accettato e amato dagli altri
- Volpe (fare il compromesso): si cerca una soluzione di comune vantaggio tra le parti e ognuno deve rinunciare a qualcosa
- Gufo (confrontare): non sono soddisfatti fino a quando non hanno trovato una soluzione che realizzi i propri ed altrui scopi e toglie le tensioni e sentimenti difficili
- Camaleonte (nascondere): si adattano alla situazione, ma al momento opportuno restituiscono quello che hanno ingoiato.