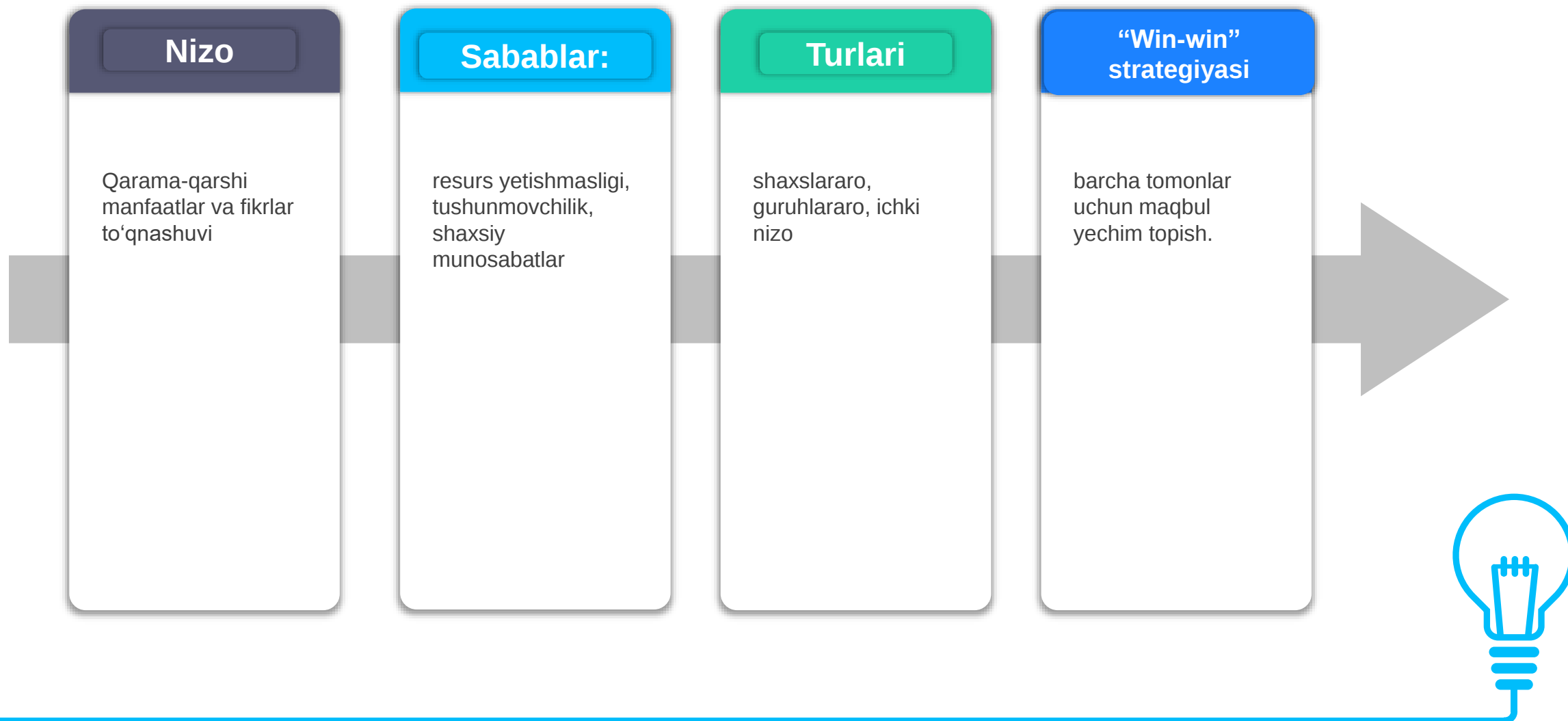


STRESS, NIZOLAR VA QAROR QABUL QILISH

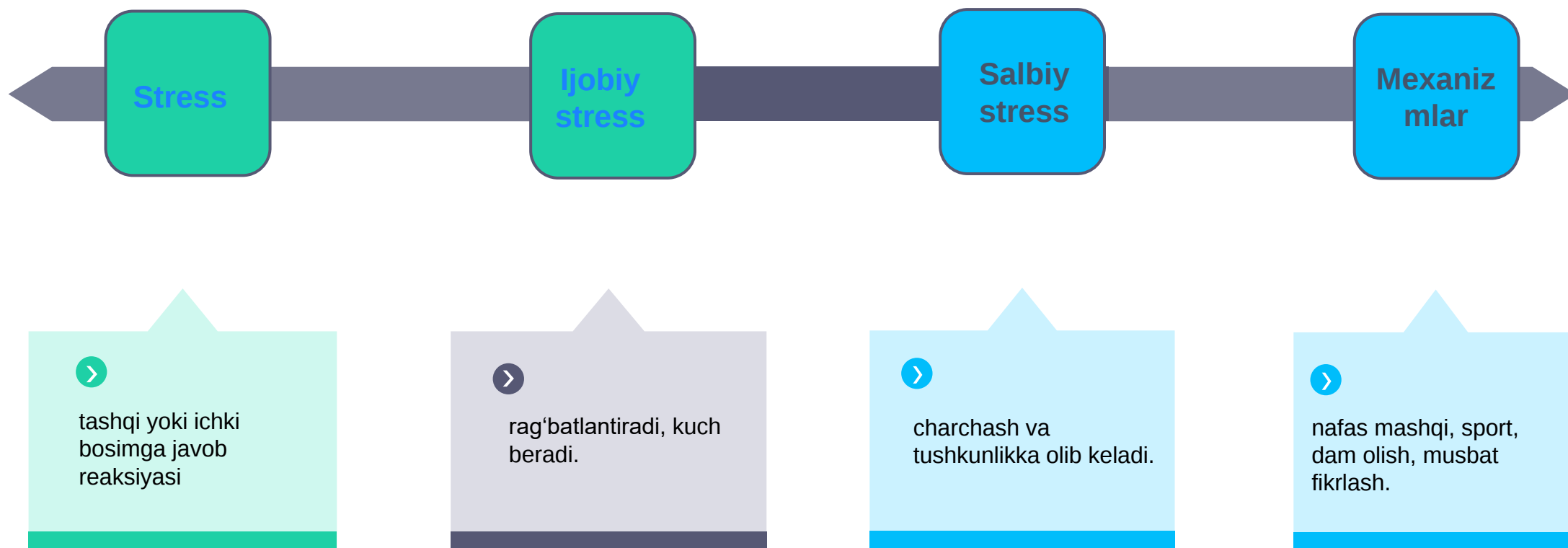


Maqsad: O'qituvchilarni murakkab vaziyatlarda muvozanatni saqlash, nizolarni konstruktiv hal qilish va samarali qaror qabul qilish ko'nikmalariga o'rgatish.

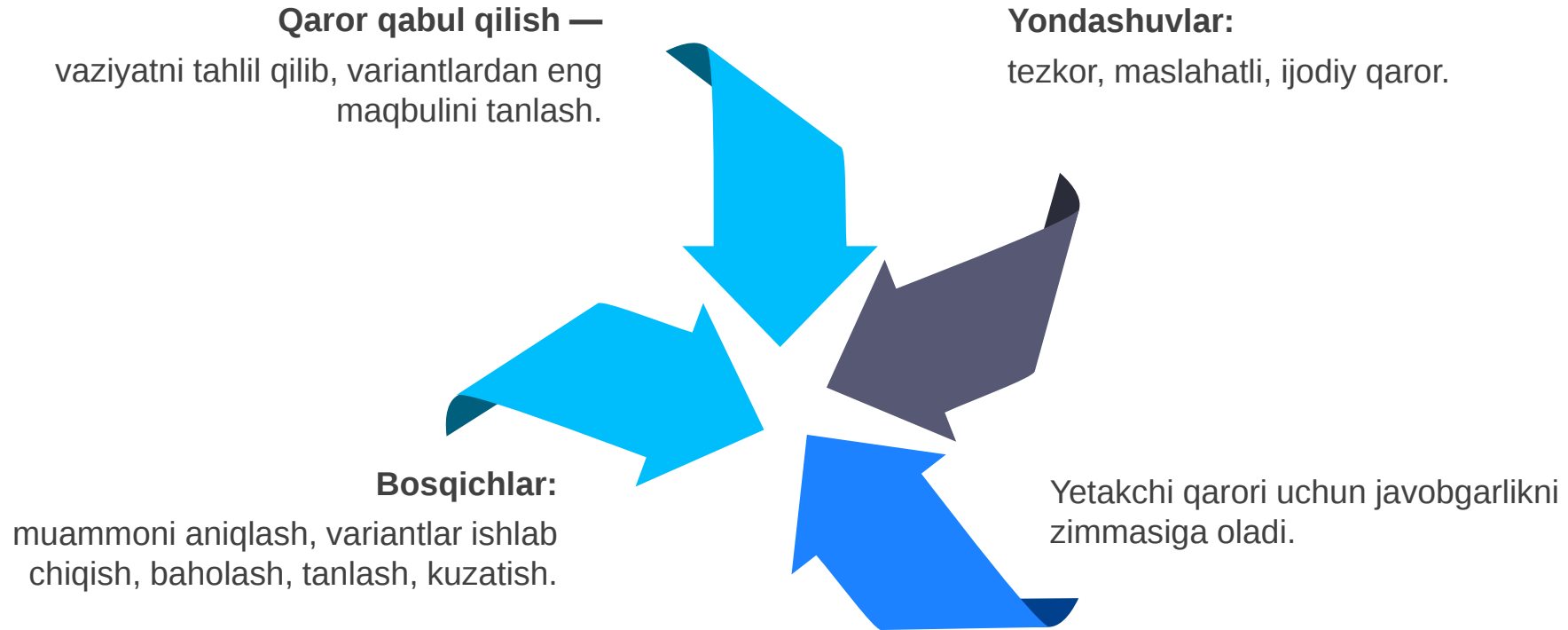
Nizolar: sababdan yechimga



Stressni boshqarish mexanizmlari



Qaror va javobgarlik



Amaliy mashqlar

Guruhda nizoni tahlil qilish va “win-win” yechim ishlab chiqish.

01

02

Stressni kamaytirish mashqi (nafas, sport, musiqa).

04

Qabul qilingan qarorning oqibatlarini tahlil qilish.

Qaror qabul qilish bo'yicha 3 xil vaziyatga yechim topish.

03



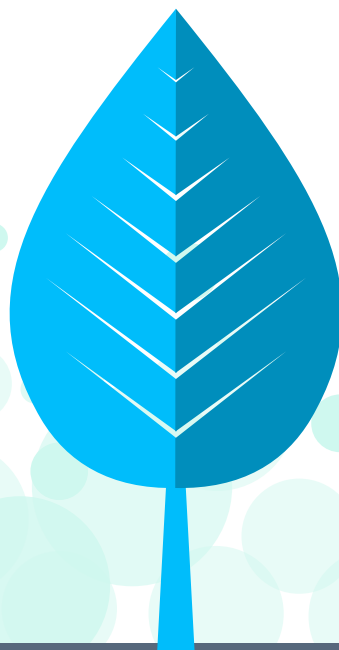
Keng tarqalgan xatolar

Nizolardan qochish yoki
inkor etish.

Stressni inkor etish va
boshqarmaslik.

Hissiyotlarga asoslangan
qaror qabul qilish.

Maslahatlashmasdan va
javobgarliksiz qaror
chiqarish.



Yakuniy xulosa



Stress, nizo va qaror qabul qilish - yetakchining asosiy kompetensiyasi.



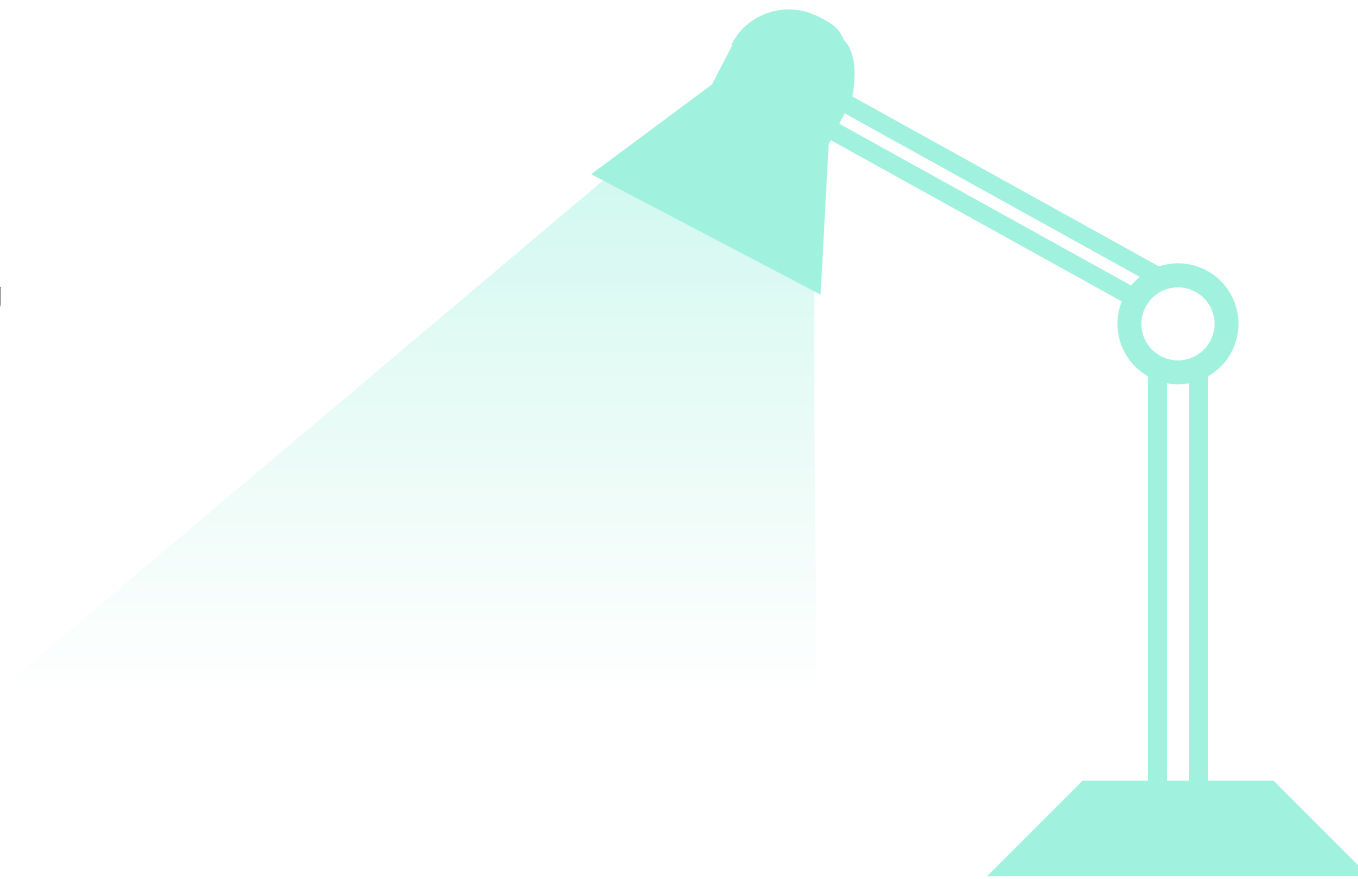
Zamonaviy yetakchi nizolarni yechimga olib chiqadi.



Stressni boshqarib, samarali ishlaydi.



Har qanday vaziyatda konstruktiv yondashuvni qo'llaydi.





E'tiboringiz
uchun rahmat!

