

*articol aparut pe siteul Business Edu*

## **Relatia cu persoane dificile**

“Persoanele reale au dificultati reale.”

Acest articol este destinat doar celor care au avut de-a face in viata lor cel putin o data cu o persoana dificila. Pentru cei care nu au trait aceasta experienta, randurile care urmeaza nu au nicio semnificatie.

De cate ori vi s-a intamplat ca lucrând cu un coleg la un proiect sa va enervati ori sa va simtiti frustrati pentru ca era o persoana dificila?

De cate ori vi s-a intamplat ca iesind din biroul sefului sa spuneti ca este o persoana imposibila?

De cate ori vi s-a intamplat sa fiti intr-o intalnire cu un client si sa simtiti ca este aproape imposibil de abordat?

Toate aceste intrebari creaza premisele unor probleme in atingerea obiectivelor si pot reprezenta o sursa de stres. Lucrand impreuna cu persoanele pe care le consideram dificile observam ca ne este afectata si calitatea muncii, tindem sa devenim demotivati, ajungand sa facem lucrurile prost sau sa amanam incheierea lor.

De multe ori intalnirea cu astfel de persoane se poate finaliza cu un conflict sau evitarea persoanei respective.

Reactiile la aceste experiente nu ne conduc la un progres in istoricul relatiei cu persoana respectiva, ci mai degraba la intarirea pattemului de raspuns fata de tipologia unei astfel de persoane. Acest

lucru nu poate reprezenta nici mai mult, nici mai puțin decât o stagnare în evoluția noastră personală tradusă printr-o nedezvoltare a abilității noastre de a ne descurca în viață.

Gasirea unor răspunsuri alternative la astfel de situații reprezintă largirea posibilităților noastre de atingere a succesului.

Secretul este de a experimenta în primul rând, o nouă exprimare, transformând expresia: “persoana dificilă” în “persoana pe care eu o consider dificilă”. Facând acest lucru, putem descoperi care sunt punctele noastre vulnerabile și cum pot ele fi transformate în abilități de rezolvare a unor situații care pareau fără speranță până atunci.

În al doilea rând, analizează ce anume din tine împiedică conturarea unei relații “ok- ok” cu cealaltă persoană. Avem tendința accentuată de a fi subiectivi și din această cauză nu analizăm așa cum trebuie persoana din fața noastră, însă prin această analiză putem descoperi aspecte care nu ne erau evidente până atunci.

În al treilea rând poți “trage cu ochiul”: ce fac alții într-un mod diferit de tine, astfel încât să aibă o relație confortabilă cu acele persoane. Nu suntem singurii care avem de-a face cu persoane care ni se par dificile. Însă cum reușesc alții? Observă-le comportamentul și compară cu felul în care ai fi reacționat tu în aceeași situație. Astfel, îți vei da seama unde anume greșești. Aplică apoi acest lucru până vei reuși să-ți și însușești.

În ultimul rând, observă și simte beneficiile pe care le ai atunci când eviți o situație detensionată sau când ai reușit să comunici cu o persoană “dificilă”. Poate că facând acest lucru ai obținut un contract

important sau o marire de salariu, sau doar o recomandare din partea acestei persoane catre cineva mult mai important pentru tine.. Nu conteaza, beneficiile pot fi nenumarate. Foloseste-le ca stimulent in procesul tau de imbunatatire a relatiilor si iti va fi mult mai usor sa schimbi ceva.

Incerca alternative la relatiile noastre cu persoanele dificile vom trai un succes pe care il putem replica si in alte situatii. Fiti deschisi si veti realiza cat de usoara poate fi uneori rezolvarea unor dificultati si ce izvor de resurse si solutii suntem pentru propria viata!

**Cristina Manole**