

**EP: 271**

**Título:** Cómo resolver conflictos. Parte 3.

**Voces:** Juan Vereecken & Alejandro Mendoza

---

## 9 CLAVES PARA RESOLVER CONFLICTOS Y VIVIR PARA CONTARLO

El conflicto es \_\_\_\_\_; a veces genera tensión, pero es imprescindible para \_\_\_\_\_.

Solo a través del conflicto puedes aprender a crecer en tus habilidades para escuchar y crecer en \_\_\_\_\_.

Claves de los episodios pasados:

1. Reconoce la \_\_\_\_\_ del conflicto.
2. No evites el conflicto.
3. Busca el \_\_\_\_\_.
4. Abre líneas de \_\_\_\_\_.
5. Sé honesto y transparente
6. Sé \_\_\_\_\_ y considerado.

## 7. Enfócate en el problema, no en la \_\_\_\_\_.

Esta clave nos ayuda a mantener el enfoque sobre el tema a tratar y evita que se \_\_\_\_\_ en algo personal.

Guía a la otra persona durante la conversación a ver el objetivo de la plática como una \_\_\_\_\_ para resolver juntos un conflicto ajeno a la relación que existe entre ustedes. Así podrás asegurarte de que no se torne personal y resolver \_\_\_\_\_ el desacuerdo.

La habilidad de un líder para manejar conflictos es \_\_\_\_\_ para ejercer un buen liderazgo.

Consecuencias de no solucionar correctamente un conflicto:

- Reducción de la \_\_\_\_\_.
- Aumento del \_\_\_\_\_.
- \_\_\_\_\_ laboral.
- \_\_\_\_\_ de personal.

**Ponlo en práctica:** Mantén el enfoque en los \_\_\_\_\_ y problemas específicos, no en ataques personales. Usa " \_\_\_\_\_ " en lugar de "tú" para evitar culpar.

## 8. Busca soluciones \_\_\_\_\_ beneficiosas.

"Queriendo lo mejor para cada uno eliminamos el conflicto de nuestras vidas

la mayoría de las veces."

—John C. Maxwell

Cuando ambos se sienten ganadores, es más probable que el conflicto se resuelva de manera \_\_\_\_\_.

Consejo de Juan: *“Si yo tengo que perder para estar en paz con alguien, prefiero perder la discusión que perder la \_\_\_\_\_”*.



**Haz todo en tu poder para vivir en paz con todos.**

**Ponlo en práctica:** Haz una lluvia de ideas juntos y elige la opción que funcione mejor para todos.

**9. \_\_\_\_\_ y crece del conflicto.**

Experiencias no evaluadas \_\_\_\_\_.

Cada conversación difícil es una oportunidad para crecer en ti mismo y aprender mejores prácticas para la \_\_\_\_\_ vez.

En el conflicto se aprende:

- De las personas (diferentes pensamientos, personalidades, prioridades).
- Cómo \_\_\_\_\_ y cómo no hablar (leer a las personas, medir el ánimo del momento).

- Como calmar la \_\_\_\_\_ del momento (palabras correctas, acercamiento sabio, prudencia).
- Tomar decisiones de lo que harás y no harás en el \_\_\_\_\_.



**El conflicto es necesario para el crecimiento.**

El conflicto abre las puertas para tener conversaciones que:

- a. Alimentan la \_\_\_\_\_.
- b. Incentivan la \_\_\_\_\_ e innovación.
- c. \_\_\_\_\_ el desarrollo personal y profesional.

---

Respuestas: inevitable, crecer, tolerancia, realidad, entendimiento, comunicación, amable, persona, convierta, oportunidad, eficientemente, crucial, productividad, estrés, Insatisfacción, Rotación, hechos, yo, mutuamente, duradera, relación, Aprende, no sirven, próxima, hablar, tensión, futuro, confianza, productividad, promueven.

**EP: 271**

**Título:** Cómo resolver conflictos. Parte 3.

**Voces:** Juan Vereecken & Alejandro Mendoza

---

## **9 CLAVES PARA RESOLVER CONFLICTOS Y VIVIR PARA CONTARLO**

El conflicto es inevitable; a veces genera tensión, pero es imprescindible para crecer.

Solo a través del conflicto puedes aprender a crecer en tus habilidades para escuchar y crecer en tolerancia.

Claves de los episodios pasados:

2. Reconoce la realidad del conflicto
10. No evites el conflicto
11. Busca el entendimiento
12. Abre líneas de comunicación
13. Sé honesto y transparente
14. Sé amable y considerado

### **15. Enfócate en el problema, no en la persona.**

Esta clave nos ayuda a mantener el enfoque sobre el tema a tratar y evita que se convierta en algo personal.

Guía a la otra persona durante la conversación a ver el objetivo de la plática como una oportunidad para resolver juntos un conflicto ajeno a la relación que existe entre ustedes. Así podrás asegurarte de que no se torne personal y resolver eficientemente el desacuerdo.

La habilidad de un líder para manejar conflictos es crucial para ejercer un buen liderazgo.

Consecuencias de no solucionar correctamente un conflicto:

- Reducción de la productividad.
- Aumento del estrés.
- Insatisfacción laboral.
- Rotación de personal.

**Ponlo en práctica:** Mantén el enfoque en los hechos y problemas específicos, no en ataques personales. Usa "yo" en lugar de "tú" para evitar culpar.

## **16. Busca soluciones mutuamente beneficiosas.**

"Queriendo lo mejor para cada uno eliminamos el conflicto de nuestras vidas  
la mayoría de las veces."

—John C. Maxwell

Cuando ambos se sienten ganadores, es más probable que el conflicto se resuelva de manera duradera.

Consejo de Juan: *"Si yo tengo que perder para estar en paz con alguien, prefiero perder la discusión que perder la relación".*



**Haz todo en tu poder para vivir en paz con todos.**

**Ponlo en práctica:** Haz una lluvia de ideas juntos y elige la opción que funcione mejor para todos.

### **17. Aprende y crece del conflicto.**

Experiencias no evaluadas no sirven.

Cada conversación difícil es una oportunidad para crecer en ti mismo y aprender mejores prácticas para la próxima vez.

En el conflicto se aprende:

- De las personas (diferentes pensamientos, personalidades, prioridades).
- Cómo hablar y cómo no hablar (leer a las personas, medir el ánimo del momento).
- Como calmar la tensión del momento (palabras correctas, acercamiento sabio, prudencia).
- Tomar decisiones de lo que harás y no harás en el futuro.



**El conflicto es necesario para el crecimiento.**

El conflicto abre las puertas para tener conversaciones que:

- d. Alimentan la confianza.
- e. Incentivan la productividad e innovación.
- f. Promueven el desarrollo personal y profesional.