

## El Conflicto: ¿Positivo o Negativo?

*Por: Karen Jaramillo*  
8-840-279  
SENADIS

Los conflictos ocupan un lugar en nuestra vida que muchas veces son considerados como un obstáculo que dificulta nuestro avance y a veces nos paraliza, pero al mismo tiempo son una gran fuente de aprendizaje.

El conflicto se define como una situación en la que dos o más personas persiguen metas diferentes, defienden valores contradictorios, tienen intereses opuestos o distintos, de modo que les lleva a comportarse de forma agresiva con tendencia a crear oposición y enfrentamiento.

No siempre podemos estar de acuerdo con los demás, pero tampoco podemos estar en conflicto. Si estuviéramos siempre en consenso con otras personas no habría ningún cambio, pero si estamos siempre en conflicto nos veríamos expuestos a sufrir problemas emocionales que terminan representando la pérdida de nuestra energía.

Cuando surge un conflicto las personas que se ven involucradas en el mismo lo experimentan como algo negativo. Las personas se sienten incómodas cuando surgen diferencias y se altera el equilibrio entre lo que se da y se percibe y los miembros participantes prefieren la solución del conflicto. La comunicación se reduce y se torna insegura. Se producen juicios erróneos basados en falsas percepciones, por ambas partes.

Así mismo, debe verse como algo positivo, como una oportunidad y cambiar las ideas viendo al conflicto como algo muy productivo, ya que bien manejado lleva implícitos enormes beneficios. Es uno de los mayores impulsores de cambios. Promueve el pensamiento divergente y la innovación a causa de los diversos de puntos de vista que surgen. Mejora la toma de decisiones. Concilia tensiones y direcciones opuestas convirtiéndolas en soluciones factibles.

El conflicto es algo natural, pero al serlo parece que naturalmente se relaciona con paradigmas negativos o violentos, debido a las ideas que subyacen en nuestra mente que lo hacen ver como algo negativo. Pero no necesariamente es negativo o positivo, de modo que si pudiera resaltar un aspecto positivo sería que es un motor de cambio y como aspecto negativo, si ocurre con mucha frecuencia, sería que reduce la comunicación.

