

*“Y la vida es uno mismo,
y uno mismo son los otros”
Juan Carlos Onetti*

Conflictos, Confianza y Cuestionamientos

(1ª parte)

¿Qué es lo difícil?
¿Qué es un **problema**?
¿Qué es una contrariedad?
¿Qué puede ser un disgusto?...

y así podríamos seguir
preguntándonos.

Casi siempre se refiere
a lo no esperado,
a lo imprevisible,
a lo no experimentado,
a algo nuevo...

Y aquí está la **oportunidad**.

Sí, en los conflictos que, en
principio, nos parecen barreras
ante nuestro fluir diario. ¿Fluir?
¿No será en muchos casos,
nuestra inercia, costumbre o
acomodación diaria?

¿Por qué nos molesta tanto
que una persona nos lleve **la
contraria**, o nos diga
simplemente que no está de
acuerdo con nosotros?

¿Por qué nos molesta aún
más si esa persona tiene,
aparentemente, menos
autoridad que nosotros? por
ejemplo si es un hijo, un
colaborador, un alumno...

¿En dónde están nuestros
miedos? ...

¿Es que acaso somos lo que
pensamos a lo que decimos?
¿Tenemos miedo a que las
“columnas” que sostienen
nuestro ser se tambaleen?
¿En dónde está nuestra
flexibilidad? ¿Nuestro
desaprender para seguir
reaprendiendo?

Y eso también le pasa al otro.

A ese al que le decimos algo, y de repente sentimos que se ha molestado con nosotros.

Pero, ¿sabemos realmente dar “feedback”?

¿Distinguimos en nuestro lenguaje cuando emitimos

- una observación (descripción de una realidad),
- una emoción (va cargada de nuestro sentir) o
- una interpretación (seguramente cualificada por nuestras creencias)?

Sólo desde la confianza quitaremos barreras y miedos en nuestra conversación.

Después, intentemos ayudar al otro desde nuestra observación evitando el juicio.

Y con ese ánimo de ayuda y en ambiente de confianza, quizás no importe meterle emoción... pues tampoco somos robots.

Jose María Gasalla

Conferenciante, escritor y profesor de ESADE Business School