

Saber vivir en las tormentas depende
nada más que de ti



¿Sabrías colocarte en el lugar que te corresponde ante un conflicto?

¿Sabes que no solo es importante la calidad y la cantidad del motivo, sino también tu actitud y de tu capacidad para pedir ayuda al resolverlo?

Lo normal es que a nadie le guste tener conflictos pero llegado al punto de tenerlos, es muy interesante saber identificar los 3 perfiles de personas conflictivas con las que te puedes encontrar:

- Las personas que **se sienten vivas generando conflictos innecesarios a los demás**. Son personas que con su falta o exceso de ego se convierten en un amplificador de tensiones permanentes.
- Las personas que siempre **se creen que tienen que intervenir en los conflictos de los demás**. Son personas que su falta o exceso de ego les hace ir por la vida con un chaleco salvavidas para poder sumergirse en las vidas de los demás.
- Las personas que siempre **se creen que los demás son los responsables de sus propios conflictos**. Son personas que su falta o exceso de ego les convierte en una ducha que esta salpicando a todos los que estén cerca.

Para este tipo de perfiles no sirven de nada ni explicaciones ni argumentos ni justificaciones. Solo cabe la protección personal de coger la distancia necesaria que proteja tu espacio y territorio sin interferencias no deseadas de nada ni de nadie.

Coger distancia no es de **egoístas ni de cobardes**, sino de personas valientes que quieren respetar, que se les respete y que se les considere por lo que son y no por las circunstancias sobrevenidas.

Para resolver un conflicto con valentía se necesita tener una actitud sana y libre de complejos:

1. Teniendo la **humildad de aceptar ayuda** de terceras personas si tú solo no puedes arreglar las cosas; además debes correr el riesgo de dejarte ayudar por ella y su percepción del problema aunque difiera de tu percepción, porque probablemente su visión global es mucho más objetiva que la que tú puedes tener.
2. Tener una **actitud sana** no te da derecho a pensar que solo por tu sana actitud tienes toda la razón y ninguna carga de responsabilidad en el asunto a resolver.

Y también se necesita dar 3 pasos:

1. Reconocer que tienes un problema con otra u otras personas, y saber que es casi irrelevante quien lo ha generado y sin embargo muy relevante el **reconocimiento de tu participación en la resolución del problema** para empezar a andar.
2. Saber **pedir ayuda a una tercera persona** cuando es imposible resolverlo a solas entre las personas implicadas para poder dar pasos hacia una solución.
3. **Saber elegir bien a la persona especializada** o amiga es clave para poder seguir dando pasos hacia la resolución del conflicto. No es fácil encontrar siempre a esa persona adecuada ya que tiene que tener aptitudes claras para moderar la situación y con su intervención no generar un conflicto mayor del que ya hay.

Todas las partes que participan del conflicto, en unos casos unos por pro-acción y en otras por omisión por este motivo:

- El no hacer nada ante un conflicto ya es hacer...porque no hacer nada a veces es hacer o consentir demasiado.
- Para resolver un conflicto tampoco hay que tener prisas, porque a la solución hay que ir **“sin prisa pero sin pausa”**; es ir pasito a pasito y no avanzar dando zancadas o patadas.
- El hecho de que te sientas injustamente tratado ante un conflicto, no te da más razón, porque una cosa es el supuesto mal trato recibido y otra diferente pero también importante que es cuál es el motivo original del conflicto donde ambas partes pueden haber aportado algo o mucho...

La sana actitud en un conflicto ha de ser siempre: **Íntegra, honesta y moral**

“Provocar un conflicto para sacar

ventajas personales, no es íntegro”.

“Entretener la solución de un conflicto para adquirir ventajas personales, no es honesto”.

“Silenciar un conflicto para sacar ventajas personales, no es moral”.

Cuando tu actitud no es sana, no tendrás paz interior ni contigo mismo ni con los demás. La falta de equilibrio y coherencia en tus actos hará que tu actitud ante los conflictos pueda llegar a hipotecar tu integridad personal.

Si quieres que un conflicto no acabe siendo un inicio de corrupción personal, procura resolverlo eficazmente con una actitud sana y dando los pasos necesarios para su pronta resolución, porque hay personas que viven de los conflictos e incluso se sienten cómodas en ellos porque se alimentan como los virus, de la infección humana que surge de cualquier conflicto sin resolver.

Si te valoras y valoras a los demás, no navegues entre conflictos, atájalos con **responsabilidad personal** para evitar el daño y el resentimiento que son sentimientos que producen mucho dolor e inflamación emocional. ❌