2. LOS CONFLICTOS

El conflicto es un componente básico de la vida humana, ineludiblemente ligado a la convivencia humana. Sin embargo, el conflicto goza de muy mala fama. Se asocian a este término muchas connotaciones negativas: lucha, antagonismo, pelea, confrontación, enfrentamiento, etc. La propia Real Academia de la Lengua Española insiste en este mismo enfoque, definiéndolo incluso como "apuro, situación desgraciada y de difícil salida".

Ciertamente los conflictos pueden ser experiencias desagradables que consumen mucha energía personal y grupal. Solemos tener poca preparación para su adecuada gestión y, en muchas ocasiones, los conflictos nos exigen cambios en la forma de actuar, algo a lo que todos somos reacios. Solemos confundir lo que son los conflictos, con la forma de afrontarlos, en ocasiones recurriendo a la violencia, olvidando que hay formas pacíficas y positivas de gestionarlos.

Los conflictos pueden y deben ser positivos y útiles para ayudarnos a crecer y madurar como personas, como grupo, como colectivo. Pueden ser una ocasión y oportunidad para la mejora y el desarrollo si cumplen determinadas condiciones, si se adopta un enfoque de transformación, si se renuncia a la violencia como vía de gestión de los mismos.

Analizando las diferentes situaciones que percibimos como conflictivas, podemos encontrar elementos comunes a todas ellas:

- Diferencias en los planteamientos que hacen los distintos protagonistas.
- Percibir a la otra parte como un obstáculo que impide lograr los propios objetivos y satisfacer las necesidades.
- Utilización de expresiones no neutrales y cargadas de emociones y sentimientos.

Se señalan como característicos de los conflictos:

- La incompatibilidad entre metas, objetivos, actitudes o valores;
- El componente emocional; los distintos modos de gestionar el conflicto, de forma pacífica o violenta.
- La oposición, contradicción y no conciliación entre los protagonistas y sus intereses, deseos o metas.
- El papel de las percepciones y de la subjetividad de cada una de las partes.
- La igualdad y desigualdad de poder y su influencia en la posible resolución del conflicto.

Copyright 2026

- Las distintas estrategias que pueden emplear las partes para su solución.

En definitiva, puede **definirse el conflicto como**:

Una situación en la que dos o más personas o grupos perciben o tienen posiciones, valores, intereses, aspiraciones, necesidades o deseos contrapuestos. Estas posiciones, valores, intereses, etc., chocan entre sí, no son sólo diferentes. Las emociones y sentimientos juegan un papel importante en el desarrollo del conflicto, dando color a las comunicaciones y conductas de ambas partes.

Señalemos que los conflictos se dan siempre entre personas y eso los distingue de lo que son los problemas, barreras o dificultades materiales que dificultan el alcance de nuestros objetivos y que es necesario eliminar o superar. Los conflictos pueden tener una importancia muy diferente. No desaparecen de manera espontánea, sino que suelen permanecer hasta que encuentran una salida.

¿Por qué surgen los conflictos? Varios los factores explican su presencia constante entre personas y grupos:

- **La interdependencia entre las personas.** Necesitamos el apoyo y los recursos de los demás para vivir. Vivimos con otras personas, con nuestra familia, con nuestros amigos y amigas, y a través de esta relación de dependencia vamos satisfaciendo nuestras necesidades y creciendo como personas. En esta relación no siempre salen las cosas como nos gustaría. Puede haber negativas o rechazos a nuestras peticiones. Va a haber frustraciones.
- **Las personas somos diferentes.** Tenemos distintas necesidades, esperanzas, expectativas, formas de percibir, pensar, sentir y de actuar. Es necesario reconocer esta realidad para poder comprender el porqué de los conflictos, aceptar a cada persona como es, reconocer que su visión y actitud es resultado de su biografía, de su experiencia y de lo que ha ido aprendiendo.
- **La propia la forma que tenemos de expresar las diferencias,** que no solemos hacer de manera tranquila, pausada y razonable.
- **La escasez de recursos,** ya que éstos son siempre limitados y no siempre puede darse satisfacción a las expectativas, intereses u objetivos de cada una de las personas, por legítimos que sean.
- **El hecho de que todos y todas formamos parte de determinados grupos** como la familia, la localidad, el centro de trabajo, la profesión… y, sin ser conscientes de ello, aceptamos acríticamente las normas, valores, creencias y pautas de conducta de nuestro grupo y desde ellas juzgamos a los que son diferentes, rechazándolos o exigiéndoles que

se acomoden a nuestros planteamientos.

- **Las propias tendencias contradictorias que vivimos en nuestro interior.** Somos seres contradictorios y el conflicto intrapersonal es uno de los elementos definitorios de nuestra especie. Todas las personas somos un puro conflicto interior, donde las contradicciones y polaridades configuran nuestras vidas. Vivimos emociones y sentimientos polarizados y contrarios (amor-odio, alegría-tristeza...), y así lo expresamos con frecuencia.

Aprender a convivir con el conflicto y aprender a gestionarlo adecuadamente, empezando por nuestros propios conflictos internos, es una tarea fundamental e imprescindible.

Revision #3
Created 2023-06-15 19:48:36 CEST by Equipo CATEDU
Updated 2023-06-20 13:42:34 CEST by Silvia Coscolin Sanchez

Copyright 2026