

Noviembre, 2009

LAS DISCUSIONES

A casi nadie le gusta discutir y muchas personas piensan que lo mejor es evitarlo a toda costa. Pero, realmente ¿es tan malo discutir? o dependerá, por un lado, de porqué se discute y, por otro, de la forma en que se discute.

Porqué se discute

Normalmente se discute porque no estamos de acuerdo con el otro: con lo que dice, lo que hace, lo que plantea. Ante esta situación uno se puede callar o bien expresar lo que piensa aunque ello pueda conducir a una discusión. Lo más sano es expresar lo que uno piensa porque si no se hace la frustración se queda dentro de nosotros y acabará haciéndonos daño, cuando no haciendo daño también a la relación con la otra persona.

Todos tenemos opiniones que difieren de las que tienen las personas con las que nos relacionamos, pero no podemos caer en la trampa de pensar que nosotros tenemos razón y ellos no. Porque cada uno tiene sus razones, sus creencias, su visión de la vida y de las cosas, que le sirven a él pero que no tienen por qué ser válidas para los demás.

Las malas discusiones

Muchas veces las discusiones surgen porque las personas se sienten en posesión de la verdad y tienen que mostrársela y hasta imponérsela al otro que no ve "la verdad". Pero esa verdad es la de esa persona en particular, su opinión personal, y no una verdad universal. El problema viene cuando se confunden las opiniones con lo verdadero. No existe lo verdadero universal. En todos los temas, en todos los aspectos de la vida hay distintas creencias y formas de ver las cosas entre los diversos grupos humanos y entre los propios individuos. Cuando los otros ven las cosas de forma distinta no quiere decir que están equivocados sino solamente que es alguien diferente con pensamiento propio.

Ni nadie está en posesión de la verdad ni nadie lo puede percibir todo.

Discusión o comunicación

La comunicación entre las personas es poder decir lo que se piensa y escuchar lo que piensa el otro, siempre hay diferencias, de ellas es de lo que podemos aprender, nos tenemos que situar en ese espacio intermedio de nuestras diferencias para relacionarnos y entendernos con los demás.

Poder expresar lo que uno cree, opina, siente, es un derecho y un acto de reafirmación, pero cuidando cómo se hace y esto nos lleva al segundo punto del principio:

La forma en que se discute.

Hemos de tener presente que la otra persona también está convencida de lo que dice, si queremos que respete nuestro punto de vista tenemos que comenzar por respetar el suyo que para ella es tan válido como para nosotros el nuestro.

El respeto al otro es la base de una discusión positiva en la que cada uno pueda exponer su criterio sin ser atacado y sin necesidad de ponerse a la defensiva, cosa que ocurre cuando sentimos que nos quieren imponer el pensamiento ajeno mientras desautorizan el propio. Para discutir de forma adecuada hay que estar preparado a escuchar cosas distintas de las que nosotros pensamos y aceptar que hay múltiples maneras de ver la vida. La cuestión es poder ponerse de acuerdo cuando hay que hacerlo, cediendo cada uno un poco en su posición para llegar a un punto común. De una discusión bien llevada pueden salir muchas cosas positivas: un mayor conocimiento del otro, entender mejor sus reacciones, así como formas nuevas de ver y hacer las cosas que se habrán construido con los aportes de cada uno.