## SENS ŞI SEMNIFICAŢIE A CONFLICTULUI INTERIOR ÎN CONSILIEREA FILOSOFICĂ

*Cristina JITOREANU*

Facând referinţă la structura temei, putem spune că are la bază abordarea şi conceptualizarea termenului de „conflict". Este tratată etimologia cuvintului *conflict* şi se analizează definiţiile propuse de majoritatea gânditorilor care au abordat acest subiect. Etimologia cuvântului *conflict* are două rădăcini etimologice, primul sens provine de la verbul latinesc *confligoere* care înseamnă a se lupta, a se bate, acest lucru este susţinut de unele dicţionare, altele afirmă însă că termenul de conflict provine de la latinescul *conflictus,* ceea ce

înseamnă „a ţine împreună cu forţa”. Ce ţine de analiza definiţiilor oferite de marii gânditori, cea mai plauzibilă este cea oferită de savanţii Ana Stoica-Constantin şi A. Neculau „conflictul este o sursă de schimbare a individului, a sistemului în care acestea evoluează” şi, nu în ultimul rând, cea expusă de Deutsch Morton care susţine în teoria sa „că conflictul nu trebuie eliminat, ci transformat”. Este conturat în baza derivatelor conflictului interior, şi anume, analiza „Interrelaţiei dintre conflict intern şi conflict cu celălalt”, unde se analizează părţile negative, cum ar fi: scindarea sinelui, izolarea, fobia, anxitatea, angoasa şi, nu în ultimul rând, fuga de oameni.

Managementul conflictului în consilierea filosofică – este consacrat unor abordări şi analize mai delicate, deoarece vizează acceptarea şi transformarea conflictului. Această artă se bazează pe câţiva piloni, cum ar fi: întâi de toate conştentizarea stării de conflict, acceptarea lui ca o parte veritabilă a actului trăirii, prezenţa dialogului şi, în cele din urmă, îndreptarea energiei spre alte procese benefice precum creativitatea.

Un punct relevant în lucrare este faptul că între conflictul interior şi conştiinţă s-a pus semnul egalităţii, deoarece: *conştiinţă* provine de la termenul latin *con scientia – cunoaştere,* iar *conflict* provine de la termenul latin *confligoere – ciocnire*.

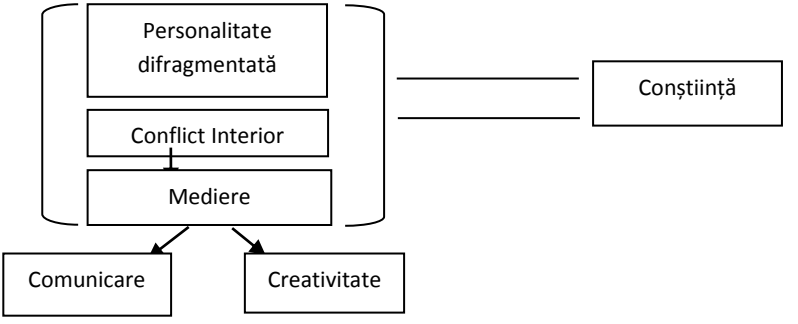
Cunoaşterea nu are loc atunci dacă nu se ciocnesc mai multe idei şi se ajunge la un consens respectiv dacă cunoaşterea nu e altceva decât o ciocnire a unor afirmaţii respective, de aici rezultă că conştiinţa nu este altceva decât conflictul! Unul pe altul completându-se. Pentru Freud, „evitarea sau acceptarea conştiinţei este mai mult decât o simplă modificare de caracteristică: ea este coordonarea sistemelor conştient şi inconştient, materialul conştient îşi poate schimba locul în numite condiţii mai ales în cursul unei psihanalize”. După cum au fost expuse ideile de mai sus, ne creăm un tablou precum că conflictul e o parte din noi şi că depinde de noi ce latură îi dezvoltăm, fie îl asociem cu un act al trăirii, fie îl asociem cu conştiinţa, important este să cunoaştem despre existenţa lui şi să încercăm pe cât posibil să-l acceptăm. Relaţia eu-conflict-ceilalţi este una multidimensională, ceea ce implică o cunoaştere mai aprofundată a celor ce se întâmplă în viaţa noastră, conflictul fiind mijlocul de aur, podul pe care îl ignorăm sau alegem să-l traversăm pentru a ajunge de partea cealaltă a „râului”.

Susținem afirmația oferită de Lee Raffel „Conflictele nerezolvate accentuează emoțiile neplăcute”, dar totodată afirmăm că conflictele sunt doar miezul, depinde de noi ce facem cu el și ce coajă îi oferim.

La începutul acestei lucrări, ne-am propus să reevaluăm definiția conflictului și să oferim o nouă conotație, în mare parte ne-a reușit, acum cunoaștem și părțile pozitive ale conflictului interior, cunoaștem cum am putea să-l transformăm și ce stă la baza acceptătii lui. Medierea conflictelor este posibilă datorită dialogului. De asemenea, actualitatea și noutatea au fost satisfăcute la maxim posibil, deoarece am încercat să demonstrăm că conflictul interior nu este altceva decât prezența conștiinței. Pe scurt, am pus semnul egalității între aceste concepte.

Oferindu-i altă conotație conflictului, am gestionat pe cât posibil ca energia să fie îndreptată asupra creativității. La aceste „ingrediente” a fost adăugat elementul-minune, anume comunicarea.

Schema care ar elucida cele expuse mai sus ar fi:




În cele ce urmează, putem afirma că acceptarea și conștientizarea conflictului e un proces îndelungat, dar cu rezultate remarcabile. Pentru o mediere de succes, este nevoie de implicare maximă, voință și curaj pentru a dori să schimbăm ceva. Nu uităm, la baza procesului de acceptare/conștientizare stau trei principii: cunoașterea stilului de abordare a conflictului, respectarea celor trei dihotomii mai sus menționate și continuitatea infinită a medierii. O consiliere filosofică de succes va avea loc atunci când, întâi de toate, noi vom învăța să acceptăm conflictul ca o parte din noi și nu vom căuta mereu motive cum să scăpăm de el, ci vom găsi alternative.

Referindu-ne la conflict ca la un catalizator al creativităţii, putem afirma că e este oportun să cunoaştem unde de fapt ar trebui să ne îndreptăm energia, acolo unde personalitatea nu va degrada, ci va înflori. Ne permitem să afirmăm că putem schimba lumea anume prin acest proces, transformarea conflictului în generator de idei prin care dăm viaţă şi eliberăm energiile refulate.

Drept sugestii în privinţa acestei teme, se propune:

- Oamenii pot să accepte conflictele ca un act al trăirii, este necesar doar să se predispună cu adevărat pentru acest lucru.
- Atunci când se doreşte ca oamenii să „scape" de un conflict, energia lui ar fi bine-venită să fie îndreptată spre creativitate.
- Comunicarea este primul element necesar şi important care ar diminua conflictul sau cel puţin ne va ajuta să-l menţinem la stadiul normalităţii.
- Conflictul interior nu e altceva decât personalitatea difragmentată, este necesar ca ceea ce vrea eul să fie în tandem cu ceea ce vor alţii de la noi, dacă totuşi nu este posibil, atunci să selectăm ce este cu adevărat important pentru noi.
- Se recomandă tehnici alternative de diminuare a conflictului, de exemplu: să scrii o scrisoare pentru sine unde să expui tot ce simţi că te deranjează sau să pictezi un tablou care te defineşte, să expui ceea ce simţi cu adevărat.
- Este important să acceptam starea de conflict, doar accceptând-o vom ajunge să facem pace cu ea.

Multitudinea fenomenelor de scindarea sinelui, angoasa, agresivitatea faţă de sine şi, nu în ultimul rând, fuga de oameni, nu fac altceva decât să ducă la o degradare a idealului pământesc – omul! Trebuie să fim vigilenţi la ce vrem să obţinem în urma conflictului prezent în viaţa noastră, deoarece teoria bumerangului nu a amânat-o nimeni!

În final, putem afirma că dacă nu am reuşit să schimbăm optica celorlanţi vizavi de notiunea conflictului interior, am facut-o pentru noi, deoarece acum putem să gestionăm conflictul interior şi să obţinem mult mai mult decât frustrare.

***Bibliografie:***

1. ARISTOTEL. *Etica nicomatică.* Editura: ANTET, 2003.

2. MORTON, D. *Soluionarea conflictelor constructive*, 1998.
3. Dicționar de filosofie/Julia DIDER. Iași, 2008.
4. STOICA-CONSTANTIN, A., NECULAU, A. (coord.). *Psihosociologia rezolvării conflictului.* Iaşi: Polirom, 1998.
5. HORNEY, K. *Conflictele noastre interioare.* București: IRI, 1998.

*Recomandat*
*Sorin SCUTELNIC, lector univ.*