



DESARROLLO SOCIOAFECTIVO Y VINCULO

CONCEPTO DE CONFLICTO EMOCIONAL

CONCEPTO DE CONFLICTO EMOCIONAL

Un conflicto emocional se define como una discrepancia entre las emociones y deseos de una persona, o entre las emociones de diferentes personas (Panesso y Arango, 2017). Esta situación puede generar tensiones y malentendidos, especialmente en los niños, quienes a menudo carecen de las herramientas necesarias para gestionar sus emociones de manera efectiva. Por ejemplo, un niño puede sentirse celoso de un hermano que recibe más atención de sus padres, lo que puede llevar a comportamientos agresivos o de aislamiento.



La teoría del desarrollo emocional de Erikson (1963), sugiere que los conflictos en las etapas tempranas de la vida son esenciales para el crecimiento personal. Cada etapa presenta desafíos que, si se manejan correctamente, pueden conducir a un desarrollo emocional saludable. Sin embargo, si estos conflictos no se resuelven, pueden tener repercusiones a largo plazo en la autoestima y la capacidad de establecer relaciones sanas. En este punto miremos de qué se trata el ciclo del conflicto

El ciclo del conflicto

El conflicto como lo hemos visto no es un evento aislado, sino un proceso que se desarrolla con el tiempo. Según Suárez (1996), es más adecuado referirse a él como un “proceso conflictivo”, dado que tiene un ciclo de vida que incluye nacimiento, desarrollo y posible estancamiento o finalización. Teóricos del conflicto han propuesto un esquema que incluye fases de escalada, estancamiento y desescalada, resaltando la importancia de entender cada una de ellas para gestionar el conflicto de manera efectiva.

El **conflicto latente** se refiere a situaciones donde las partes involucradas no perciben explícitamente el conflicto, aunque ya existen intereses opuestos (Muñoz, 2015). En esta fase, el conflicto aún no se manifiesta, pero hay un proceso subyacente de competencia y lucha por el poder. La aparición del conflicto se desencadena por un hecho o circunstancia específica, que se denomina **detonante**. Este detonante puede poner de relieve las tensiones existentes entre las partes.

La fase de escalada es cuando el conflicto se intensifica. Esto puede ser resultado de un aumento en la emocionalidad o el uso de coerción. En esta etapa, las partes se ven como opuestas y el diálogo se interrumpe, creando un ambiente de antagonismo (Muñoz, 2015). Las habilidades para resolver conflictos suelen ser escasas, y la percepción de amenaza se vuelve prominente, lo que puede llevar a que otros se posicionan en el conflicto.



El punto muerto o estancamiento ocurre cuando las partes involucradas pierden interés en continuar el conflicto. Este desgaste provoca una sensación de estar atrapados, lo que lleva a la reflexión sobre las ventajas de la colaboración. En esta fase, las partes pueden comenzar a considerar un cambio en su enfoque hacia el conflicto.



Finalmente, Muñoz (2015), explica que, la desescalada es el proceso contrario a la escalada. Se caracteriza por una disminución de la emocionalidad y un aumento de la confianza entre las partes. En esta fase, se comienza a diferenciar entre la persona y el problema, y la percepción de amenaza disminuye. Las partes pueden recurrir a la mediación o buscar ayuda externa, lo que facilita la resolución del conflicto y la colaboración.