

Новые суперспособности

Искусство продуктивных разногласий многие называют метанавыком, а я называю его суперсилой, потому что это умение помогает *прокачивать другие навыки*.

Это похоже на способность читать, писать или думать критически. Очень важно инвестировать в такие метанавыки. Если научиться трансформировать конфликты в продуктивные взаимодействия – скажем, увеличить показатель с 5 до 10 процентов, – качество жизни повысится на 50–100 процентов! Почему так происходит? Каждая роль, которую вы играете в жизни, требует успешной коммуникации и удачного разрешения возникающих разногласий. Вы учитесь не соглашаться *продуктивно*, и ваши возможности расширяются: вы становитесь хорошим другом, компетентным работником, любящим супругом, активным членом семьи и успешным жителем планеты. Эта суперсила – одно из самых важных умений, которые вообще можно приобрести. Способы, средства развития навыка продуктивных взаимодействий долго были доступны весьма небольшому количеству людей, а сейчас у вас есть отличная возможность этим заняться.

Если вы еще не определились

Если вы все еще не уверены, существуют ли вообще продуктивные разногласия, – это нормально.

Сомневаться иногда полезно. Но посмотрите внимательнее: большинство из нас проводит всю свою жизнь в сомнениях, ожидая правильного момента для какого-либо действия. Скепсис, ощущение бессмысленности и фрустрация неприятны и хорошо нам знакомы. Поэтому пока вы не укоренились в своих сомнениях, я расскажу вам еще кое-что — может быть, это поможет вам определиться.

Ваш выбор не имеет отношения к подавлению эмоций. Вам не нужно решать, прятать ли эмоции или, наоборот, показывать их. Эта ситуация больше похожа на ту, в которой Дарт Вейдер делает предложение Люку Скайуокеру в фильме *«Звездные войны. Эпизод 5: Империя наносит ответный удар»*: «Мы можем закончить этот деструктивный конфликт и навести порядок в галактике». Звучит заманчиво, да? Порядок, по мнению Дарта Вейдера, — это нерушимая иерархия власти в Империи, согласно которой они вдвоем находятся наверху, а все остальные — внизу. Если скрыть эмоции, конфликт может закончиться установлением порядка, но для этого нужно будет подавить свою настоящую сущность. А это может впоследствии привести к появлению тревоги, отчаяния и (если перейти на Темную сторону) бледного цвета кожи и морщин. Не надо этого делать! Нельзя поддаваться отчаянию. Если вывод доктора Готтмана правилен, то в успешных отношениях должно быть 83 процента порядка и 17 процентов хаоса. Отношениям и дискуссиям

нужны и порядок, и хаос: только так они могут стать продуктивными.



Эта книга поможет вам понять, как можно установить равновесие между порядком и хаосом. Представьте, что вас укусил радиоактивный паук, ваша ДНК рекомбинировалась и вы обрели эту суперсилу — навык продуктивных разногласий. А уж дизайн костюма, всякие трюки и модные словечки — за вами.

Карта страны разногласий

Так на что же похожи продуктивные разногласия? Давайте перейдем от разговоров к делу.

Из первой главы вы узнаете, как внутри зарождается беспокойство. Если появилась тревога, значит, ситуация имеет отношение к самым важным для вас представлениям и убеждениям.

Во второй главе мы будем учиться различать внутренние голоса, оказывающие на нас влияние во время конфликтов. В качестве примера рассмотрим крайне противоречивую тему вакцинации: как перейти от «черно-белой» точки зрения к признанию исключений и «серых» областей, как создать условия для продуктивного разговора тет-а-тет.

Из третьей главы вы узнаете, как когнитивные искажения усложняют наши конфликты

и приводят к ситуациям, в которых практически невозможно принять справедливое решение, например решение о принятии на работу. Вы поймете, как не поддаваться разрушительному влиянию искажений.



Сначала карта будет непонятна,
но постепенно все прояснится

Из четвертой главы вы узнаете, как домыслы, стереотипы и чрезмерные упрощения можно легко принять за разумные суждения. Я поделюсь примером из своей жизни: как мы с близкими друзьями дискутировали о политике. Расскажу,

как можно повлиять на разрыв или укрепление отношений, высказывая исключительно свое мнение и не пытаясь угадать мысли других людей.

В пятой главе я познакомлю вас с умением задавать особые вопросы, которые ведут к неожиданным ответам. Мы поговорим о привидениях и сверхъестественной силе, а также о том, как с помощью таких вопросов перевести разговор в новое, конструктивное русло.

Из шестой главы вы узнаете, почему в команде обязательно должны быть люди, несогласные с вами. Я расскажу историю о том, как пытался обсудить с собеседниками вопрос о вооруженном насилии и контроле над оружием. Покажу, как можно сделать разногласия продуктивнее, если объединить аргументы оппонентов.

В седьмой главе мы поговорим о том, как физическое пространство и условия, в которых происходит конфликт, могут повлиять на его результат. Я подробно расскажу о нашей горячей дискуссии на тему контроля за иммиграцией, и вы поймете, почему так важно создать нейтральное пространство и поощрять людей не соглашаться друг с другом.

А в восьмой главе мы исследуем опасные идеи. Вы узнаете, почему так важно создавать условия для обсуждения вопросов, которые кое-кому кажутся слишком опасными.

В конце вас ждет список книг, которые я рекомендую для дальнейшего прочтения. Список

составлен по главам, в которых я использовал материалы этих книг.

Разногласия сами по себе не являются исключительно хорошим даром, как и дар Прометея людям. Их нужно рассматривать в координатах своей системы ценностей. Нас никто не учил навыкам продуктивных разногласий, и мы не умеем пользоваться ими в тех дискуссиях, которые разворачиваются сегодня в мире. Мы также должны принять на себя ответственность за непреднамеренное причинение вреда, если участвуем в непродуктивных конфликтах и их эскалации. Невозможно полностью избежать конфликтов, как нельзя полностью избавиться от сорняков в саду. Чем больше мы стараемся искоренить разногласия, тем больше конфликтов остается «под землей»: они потихоньку набираются сил, а потом с еще большей энергией вырываются на поверхность.



Нужно четко понимать, куда мы движемся, то есть хорошо видеть дорогу впереди. Погрузиться в самую глубь конфликта, чтобы признать его наличие, оценить его и научиться работать с разногласиями так, чтобы это помогло изменить мир к лучшему. Поэтому я предлагаю вам отправиться в это путешествие вместе: принять на себя новую ответственность и научиться взаимодействовать с современными проблемами.