



♥ ESCUELA PARA PADRES

Resolución de conflictos
en la educación de
nuestros hijos

Bienestar estudiantil



Colegio
San Pedro Claver
SALESIANOS DE DON BOSCO - CARTAGENA

A lo largo de la vida, los conflictos en las familias son algo inevitable, las personas no somos perfectas e intentamos hacer las cosas siempre de la mejor forma que sabemos. *Los conflictos entre padres e hijos suelen dejar emociones negativas en ambas partes.*
Los conflictos deben solucionarse cuanto antes, por eso es importante entender cómo hacerlo para no agravar el problema.





Aquí te enseñamos varias competencias parentales necesarias para gestionar de forma positiva los conflictos en familia:

Amor incondicional: por encima de todo, nuestro hijo tiene que sentirse querido sin condiciones.

Control respetuoso: que ayude a construir de forma progresiva su autonomía. Decidiendo lo que puede decidir, estableciendo límites de forma inteligente y empática.

Coherencia: entre lo que se hace, lo que se dice, lo que se piensa y de cómo se manejan los sentimientos. Así seremos «predecibles, creíbles y fiables».

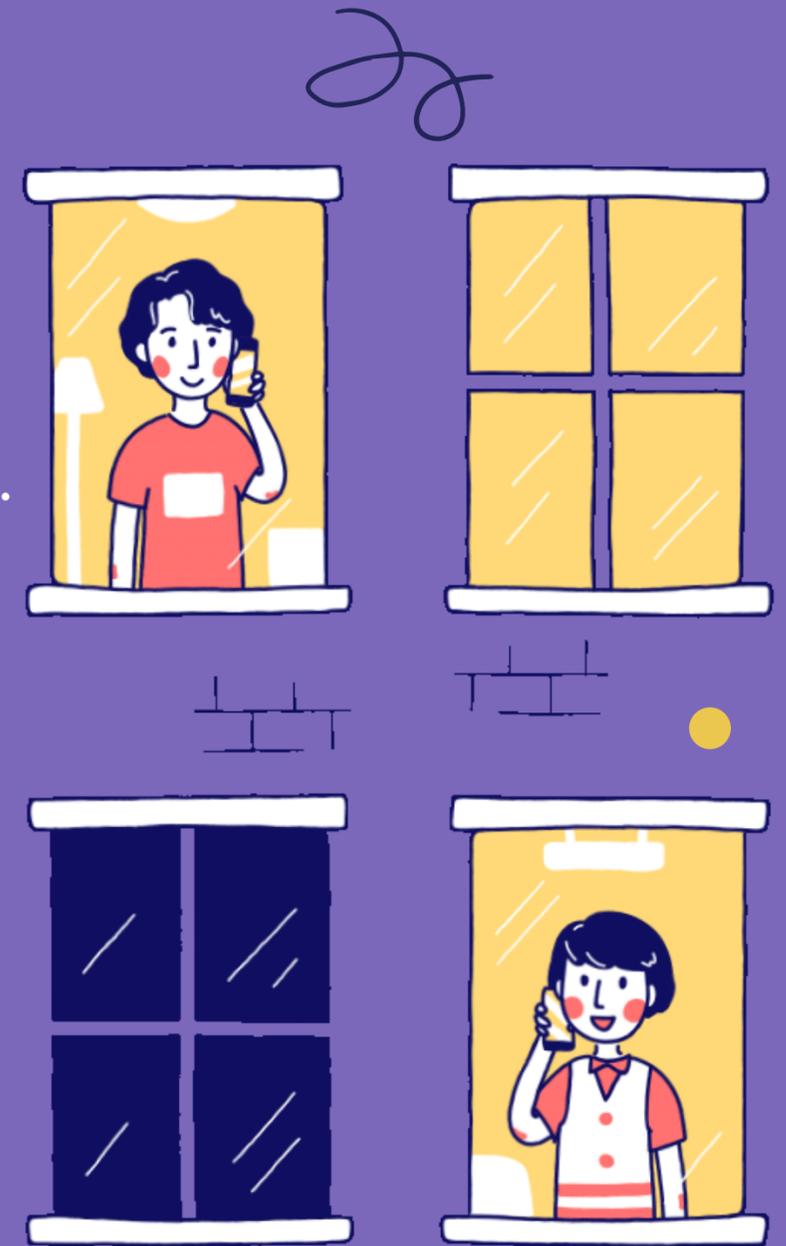
Reconocimiento, sentimiento de pertenencia, interés: por las experiencias de cada uno. Lo más importante para esto es mostrar respeto.

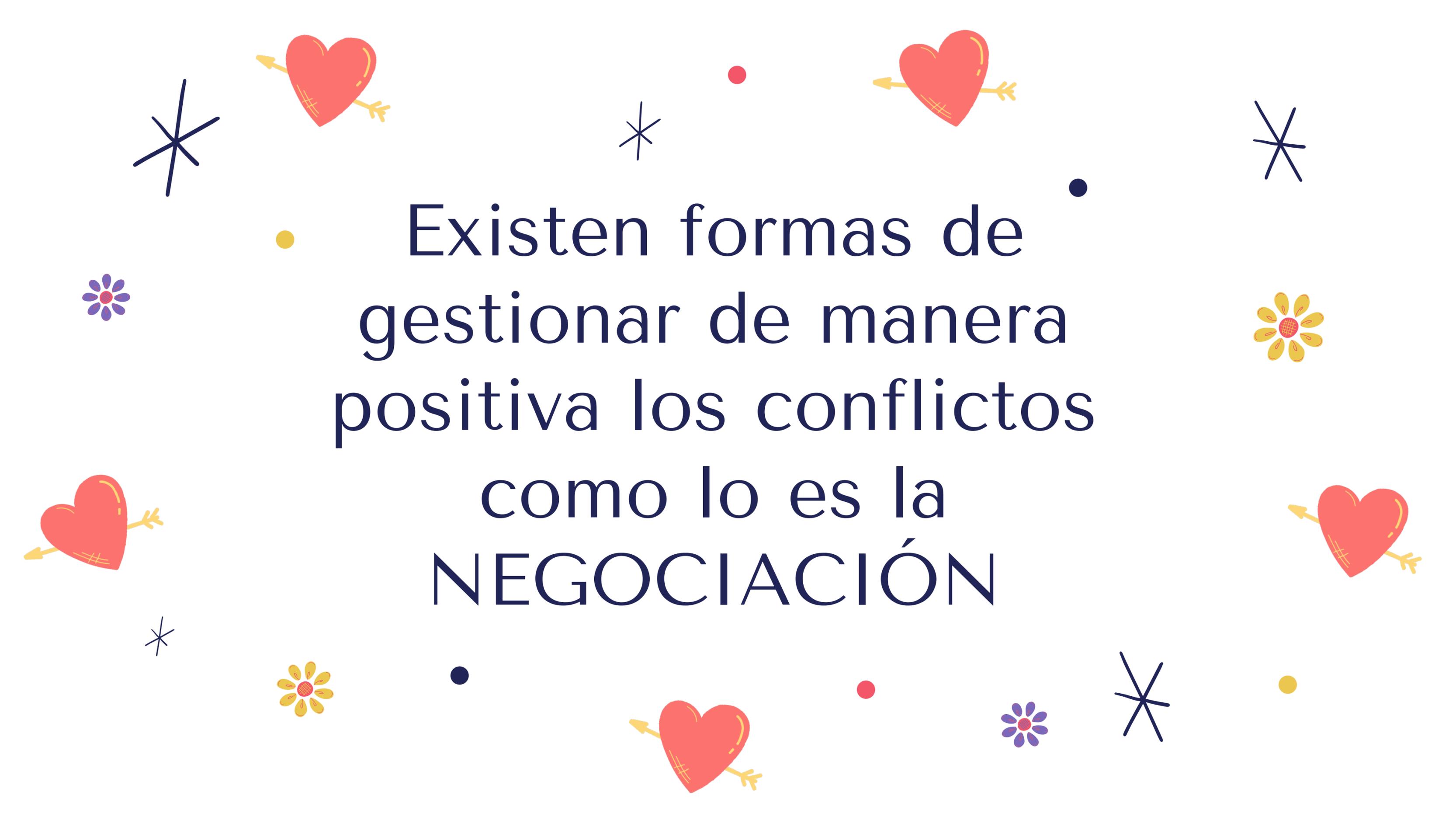


Fomento de su lenguaje interior: Muchas veces nuestros juicios y conclusiones («¿Ves que bien cuando te portas así?», «¡Si no te portaras tan mal ahora estaríamos jugando!») son un ruido que no deja a nuestros hijos pensar por sí mismos o sacar sus conclusiones. «Los hijos e hijas necesitan en algunos momentos del silencio adulto, para que las reflexiones y las conclusiones de todo el proceso se puedan fabricar en su cerebro».

No al uso de castigos: «El castigo infantiliza, no fomenta la responsabilidad, entre otros aspectos negativos».

Sentido del humor: construir un ambiente en donde quepa equivocarse y reírse del error.





- Existen formas de gestionar de manera positiva los conflictos como lo es la **NEGOCIACIÓN**

• Fases de la negociación •

1. **Observar y concretar el problema.** Por ejemplo, la habitación está llena de juguetes (o de pantalones) por el suelo.
2. **En lugar de ir detrás de nuestro hijo o hija, de dar órdenes múltiples y variadas, ir a realizar cualquier actividad.** No actuar con alteración emocional. La gestión positiva del conflicto y el control emocional se llevan bien.
3. **Y esperar. No tener prisa.** ¿Esperar a qué? Pues a que nos pida algo que le guste.
4. **De repente nos dice: “¿jugamos a las cartas?”** (O “me arreglas esta cremallera”).
5. **Con amabilidad y flexibilidad, se le dice “sí cariño, me parece buena idea, pero antes recoge la habitación”.** Es decir, le estructuramos su realidad, las condiciones para que pueda gestionar la situación.



6. Si dice "¡vale!", sin problemas. Cuando recoja la habitación, a jugar a las cartas. Pero lo normal es que nos pongan a prueba, y aparezca la oposición. Si esto ocurre, nos llevamos bien con su posible negativa, con su provocación. Le escuchamos, le entendemos, y sólo repetimos el compromiso.

"Lo entiendo cariño, pero te he dicho que cuando recojas la habitación, jugaremos a las cartas". Lo importante no es que recoja la habitación, sino que decida. Y que nosotros cumplamos.

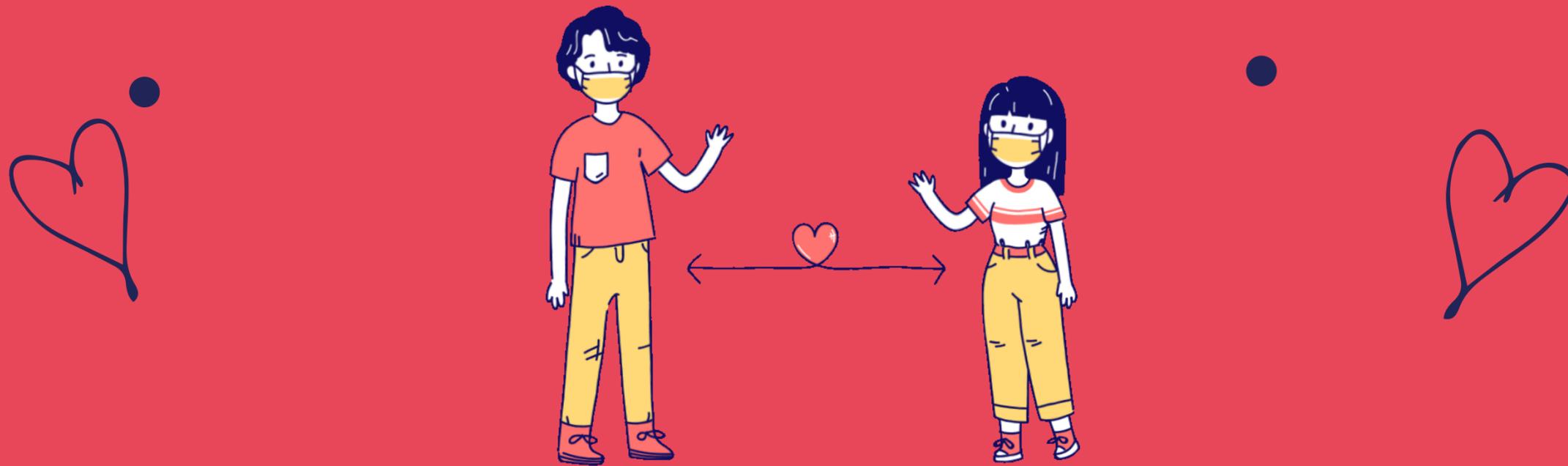
7. Si recoge, y lo hace lento, de mala manera, respetarlo. Si pretende que se le ayude, cuanto menos, mejor, pero si le ayudamos, que sea lo que nosotros decidamos, o lo que le hayamos dicho.

8. Y si no recoge, pues se le respeta, sin discusiones, sermones, regañinas... Y la vida sigue.

9. Si nuestro hijo o hija se enfada, luego cuando se calme, tendremos que abstenernos de opinar. Hay que dejar que su cerebro madure y saque sus propias conclusiones.

10. Esperar a la reflexión de nuestro hijo o hija, y si la comunica, escucharla con empatía.





Los conflictos son educativos

Hay que aprovechar los conflictos para educar en la resolución de los mismos, en la búsqueda de estrategias para resolverlos. Porque por mucho que intentemos que nuestros hijos no los vean en casa, cuando salgan fuera y vayan al colegio o de adultos tengan un trabajo o una relación de pareja, se van a encontrar frente a frente con ellos”.

Hay que vivir los conflictos como una oportunidad de mejora. “Los conflictos nos ayudan a conocernos mejor, a expresar nuestros sentimientos de forma asertiva, a aceptar que somos únicos y, en el caso de conflictos familiares, a identificar la familia como un sistema y unidad”.

Desde Bienestar
estudiantil esperamos
que esta información le
sirva de mucha ayuda.

