



Menos conflictos, más soluciones

El trabajo conjunto con su hijo buscando soluciones a los conflictos fortalecerá sus relaciones.

Entienda las relación entre conflicto y comunicación

- El 90% de los conflictos están relacionados con déficits en la comunicación o malentendidos.
- Las habilidades de comunicación positiva pueden prevenir el conflicto.
- Sea cuidadoso con el tono de su voz y las palabras escogidas durante el conflicto.

Use escucha activa y reflexiva para mejorar la comunicación

<i>Escucha activa</i>	<i>Escucha reflexiva</i>
• Haga contacto visual. • Resista el impulso de interrumpir. • Absténgase de hacer suposiciones o juicios. • Enfóquese en las palabras que está usando.	• Escuche activamente. • Reformule lo que cree que ha escuchado. • Obtenga confirmación de que ambos / todos están en la misma página .

Use orientación emocional durante los conflictos entre los hermanos

- Haga acuerdos comunitarios.
- Dé a cada persona un "micrófono" para expresar sus sentimientos.
- Practique escucha activa y reflexiva.
- Decidan una forma para hacer las paces como equipo.
- Verifique posteriormente y reafirme el proceso según sea necesario

Use prácticas compasivas para resolver conflictos entre adolescentes y adultos

1. Entienda el origen del "mal comportamiento"

- a. ¿Es para hacer una conexión?
- b. ¿Expresa una necesidad insatisfecha?
- c. ¿Muestra que las expectativas de los adultos no coinciden con el conjunto de habilidades o herramientas del niño?

2. Pregunte al joven lo que necesita para ser exitoso

- a. Conexiones: Fije una fecha, emplee un recordatorio visual
- b. Necesidades insatisfechas: enséñeles formas de satisfacer sus propias necesidades
- c. Disparidad en las expectativas y habilidades: ayúdeles a obtener las habilidades y herramientas necesarias para completar las tareas

3. Repare

- a. Discúlpese por el tono, volumen y las palabras empleadas
- b. Valide o reconfirme los sentimientos
- c. Déjelo ir—Defina un plan para fijar un tiempo de conexión intencional

El modelado consistente, la verbalización de procesos de pensamiento y una plataforma para la asistencia con resolución de conflictos ayuda a los jóvenes a resolver conflictos por sí mismos.

