



¿Cómo enseñar a nuestros hijos a manejar conflictos?

José Fernando Mejía

Director ejecutivo

Programa Aulas en Paz



Conflictos

- Jóvenes peleando por chismes
- Adolescentes discutiendo por un malentendido
- Discusiones en la familia
- Decisiones en pareja
- Queremos lo mismo (juguete, cancha, novio(a))
- Queremos cosas distintas (decisiones comunes)



Piensen en uno propio

¿Qué palabra se les viene a la
cabeza cuando piensan en

CONFLICTOS?



¿Qué son los conflictos?



- Situaciones en la que dos o más personas están en desacuerdo, porque sus posiciones, intereses, necesidades, deseos o valores son incompatibles o percibidos como tal.
- No son ni buenos ni malos
- Son naturales, no podemos escaparnos de ellos

Estilos de afrontamiento



¿Gana-Gana?



Centrarse en los intereses, no en las posiciones

- ¿Por qué? ¿Para qué?
- ¿Qué es lo que realmente quiero?
- Las posiciones están en conflicto, los intereses nos acercan





Niños o jóvenes
peleando...

- ABORDAJE TRADICIONAL

- ¿Quién comenzó?
- Vayan a coordinación
- Dense la mano

OBJETIVO:

ELIMINAR EL CONFLICTO

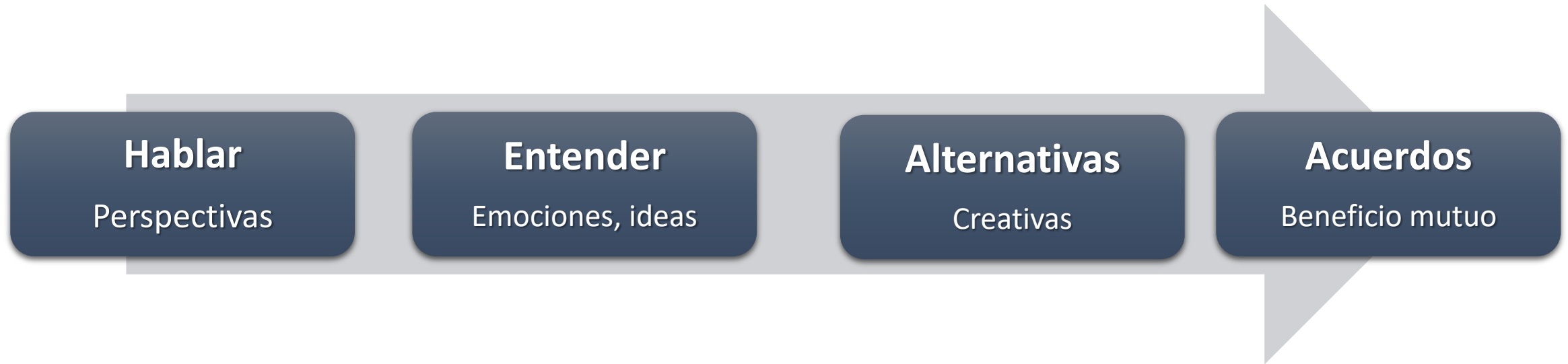
- NEGOCIACIÓN-APRENDIZAJE

- C comunicativas: Expresan y escuchan las versiones
- C emocionales: Expresan sus emociones y entienden las de los otros
- C cognitivas: Generan opciones creativas de solución

OBJETIVO:

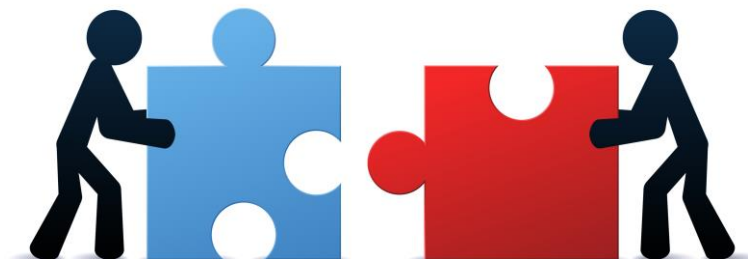
DESARROLLO DE COMPETENCIAS

De ¿Quién empezó? a ¿Qué pasó?



- **Mediación**

- Intervención formal de un tercero neutral para apoyar al negociación entre las partes



<http://www.imageneseducativas.com>

Que hacer ante
un conflicto con
un compañero/a



Imágenes
Educativas.com

@acrblo



Contar hasta
10
y tranquilizarme

Imágenes
Educativas.com

@acrblo

hablar
hablar
hablar
hablar



Imágenes
Educativas.com

@acrblo

No
hacerle
caso



Imágenes
Educativas.com

@acrblo

Hacer otra
actividad



Imágenes
Educativas.com

@acrblo

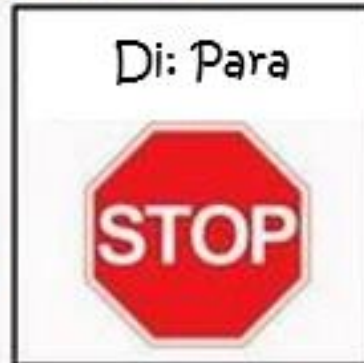
Decirlo a la
maestra/o



Imágenes
Educativas.com

@acrblo

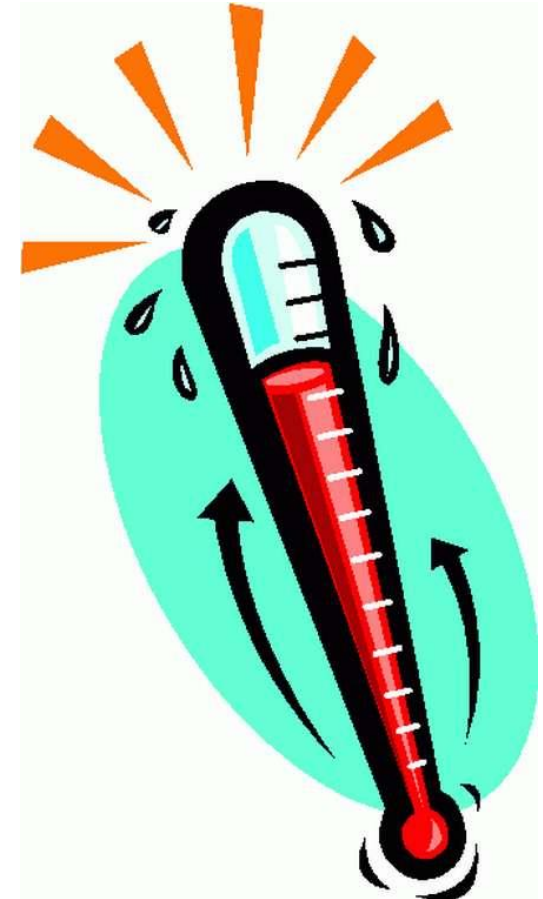
Técnicas para resolver problemas



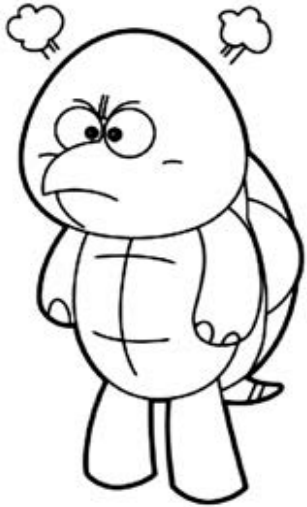
Preescolar

Manejo de emociones

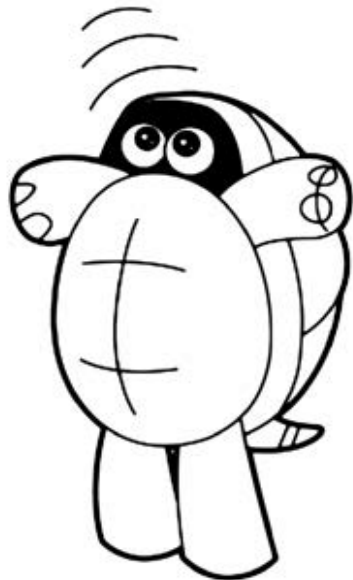
- Identificación, señales corporales
- Disparadores, intensidad



Manejo de emociones



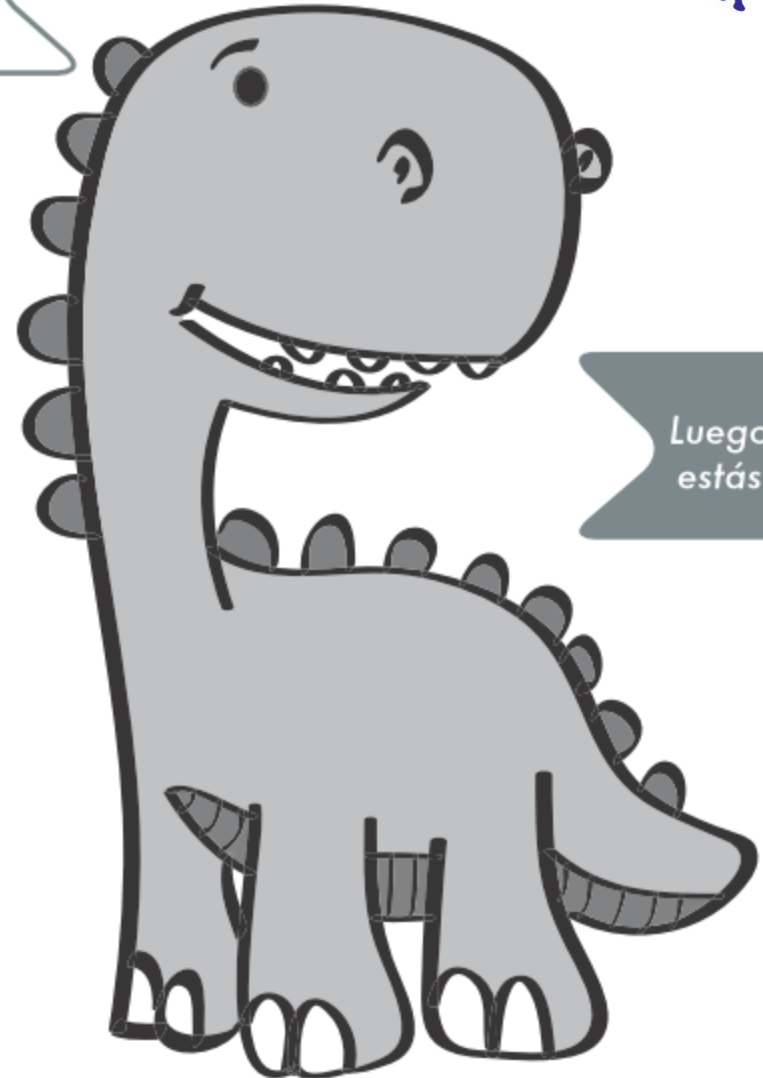
- Estrategias para calmarse
 - Respirar
 - Relajarse
 - Distraerse, pensar en cosas bonitas o felices



Asertividad

- Expresarse claramente sin agredir
- Defenderse o defender a los demás
- No juzgar
- No generalizar
- Mensajes en primera persona

Primero di NO
de manera
amable



Luego di lo que
estás sintiendo



Generación de opciones

- Decisiones, situaciones difíciles, conflictos.



Generación de opciones



- Decisiones, situaciones difíciles, conflictos.





Generación de opciones

- ¿Qué podría hacer?
- Todo vale, lo mejor es tener MUCHAS opciones
- Aplazar la evaluación (no importa, aún, si son buenas o malas, viables o absurdas)
- Lluvia de ideas (nube de ideas)

Consideración de consecuencias



- ¿Qué pasaría si...?
- ¿Cómo quedas tu?
- ¿Cómo queda la otra persona?
- ¿Cómo queda la relación?
- ¿Es esto lo que quieres?
- ¿Cuál es la mejor opción?
- ¿Qué otra cosa podrías hacer?



Algunas herramientas

- pazatuidea.org



- Emociones para la vida SED:

https://www.educacionbogota.edu.co/portal_institucional/transparencia/emociones-para-la-vida

- Paso a Paso MEN

<https://www.mineducacion.gov.co/1759/w3-article-385321.html? noredirect=1>

- RedPapaz (aprendiendo a ser papaz)

<https://aprendiendoaserpapaz.redpapaz.org/>

¡Muchas gracias!