

Como padres y madres, tenemos la responsabilidad de promover una relación saludable con nuestros hijos. Así, además de propiciar una convivencia armónica en el hogar, también favorecemos que crezcan como personas de bien.

Confiemos en nuestras capacidades y tengamos una actitud abierta para adoptar las estrategias que aquí proponemos; nos van a ayudar a gestionar de forma positiva los conflictos cotidianos que surjan en casa, y también a prevenirlos en el futuro.

Las demostraciones de afecto, el diálogo fluido, el consenso construido entre padres e hijos y el acompañamiento firme y coherente de los adultos, son los pilares de una familia sana.



INFORMACIÓN
Y CONCIENTIZACIÓN

Guía para padres

Cómo gestionar los
conflictos familiares
y educar hijos felices

IPLIDO

Instituto para la Igualdad
de Oportunidades de la UTHGRA

● Av. de Mayo 945 piso 2
Ciudad Autónoma de Buenos Aires
☎ +11 4341.8097 / 8099
✉ info@iplido.org.ar • www.iplido.org.ar





El funcionamiento diario de una familia se sostiene con reglas, pero también —y especialmente— con la guía de los padres.

Las normas deben ser construidas por todos los miembros de la familia, asignando la participación y el protagonismo adecuados a cada etapa evolutiva de nuestros hijos.

A la hora de guiarlos, la coherencia entre lo que pensamos, decimos y hacemos es fundamental: les da seguridad, porque nos hace creíbles y confiables.

Por el contrario, las contradicciones, la falta de cariño y empatía y la inmadurez emocional de los adultos, pueden ser nocivas para la maduración de los niños y provocar situaciones conflictivas.

Las normas familiares existen para que nuestros hijos construyan de modo progresivo su autonomía y su sentido de responsabilidad.

■ Conflictos que ayudan a madurar

Hay situaciones que, bien encaradas, pueden representar oportunidades para educar en valores e incluso fomentar la felicidad en nuestros hijos.



Berrinches o rabietas

Surgen a partir de los dos años, cuando los niños comienzan a buscar su independencia. Son un recurso ante el “no” de los padres.



Es tarea de los padres enseñarles a controlar la ira y tolerar la frustración. Para lograrlo, necesitan que nosotros estemos en control de nuestras emociones y los guíemos.



Problemas para resolver las tareas escolares

Los niños deben construir su propio aprendizaje a partir de analizar, buscar alternativas y tomar decisiones.



Motivémoslos para que encuentren las respuestas por sus propios medios. Así, valorarán más el resultado y ganarán confianza en sí mismos.



Indiferencia y falta de colaboración

A mayor preocupación y protagonismo de los padres, menor es el interés y la participación de los hijos.



Evitemos perseguirlos, amenazarlos o sermonearlos. Démosles la oportunidad de decidir por sí mismos.



Provocaciones y actitudes desafiantes

Expresan búsquedas de nuestros hijos: su autonomía, su lugar en el mundo y obtener la credibilidad de los padres, entre otras.



Opongamos una actitud afectuosa a los gritos, sermones, castigos injustos, desconfianzas y faltas de respeto que muchas veces los padres tenemos hacia nuestros hijos.



Vínculo conflictivo con la tecnología

Las pantallas son adictivas. Y a mayor contacto con el espacio virtual, menor es el aprendizaje real.



Cuantas menos pantallas haya en casa, mejor. Promovamos el uso responsable de la tecnología, con límites acordados entre todos: aplicaciones, horarios y tiempo de uso.



Incumplimiento del horario de llegada

Nuestros hijos incumplen la hora establecida de regreso, nos invade la incertidumbre y entramos en pánico.



Dialoguemos estando en calma. Lleguemos a un compromiso mutuo: una norma acordada con nuestros hijos los hace partícipes activos y responsables.



Consumo de alcohol y otras sustancias

Evaluemos la edad y el efecto buscado por nuestros hijos, su grupo de pertenencia y la cantidad, calidad y consecuencias de la sustancia consumida.



Es importante que sepamos decirles “no” para que nuestros hijos aprendan a decirse “no” a ellos mismos. Conversemos abiertamente sobre el consumo de sustancias psicoactivas.