

# Resolviendo conflictos



**P**ensabas jugar a tu videojuego nuevo con unos amigos este fin de semana, pero ahora tus padres quieren que limpies el sótano.

Tú y un amigo habían quedado para ver una película el sábado, pero tu amigo ha decidido ir a la casa de otra persona.

Los conflictos son parte normal de la vida. Desde pequeños malentendidos hasta grandes desacuerdos, la gente no siempre está de acuerdo. Pero, a veces, los problemas se agravan. La gente discute o incluso recurre a la violencia. Hay mejores formas de resolver los conflictos. En esta guía aprenderás estrategias que te ayudarán a resolver los conflictos antes de que se conviertan en un problema grande.

## Tú puedes resolver conflictos

**E**stas son seis maneras de resolver conflictos. Cada una de ellas es eficaz en determinadas situaciones. Cuando enfrentes un conflicto, intenta pensar en cada una de estas alternativas y escoge la que te parezca más adecuada.

### 1. Sé proactivo.

Cuando enfrentes una situación que pueda conducir a un conflicto, intenta planificarlo con anticipación. Puede que tú y tu mejor amigo estén compitiendo por el papel protagonista en la obra de teatro de la escuela. Antes de las audiciones, habla con tu amigo sobre cómo manejarán la situación si uno de ustedes consigue el papel y el otro no.



### 2. Haz ajustes.

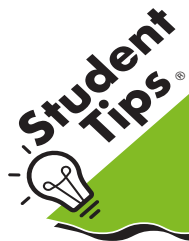
Quieres ir a la casa de tu amigo a ver el partido. Tus padres necesitan que limpies tu habitación antes de la visita de tus abuelos.

Podrías discutir, pero sabes que al final tus padres ganarán. O puedes buscar la manera de satisfacer los deseos de ambos. Tienes que limpiar tu habitación, así que pregúntale a tu amigo si puede venir a ver el partido en tu casa para que puedas limpiar durante los anuncios y el medio tiempo.



### 3. Llega a un acuerdo.

Quizá puedas resolver un problema encontrando un punto medio. Quieres salir hasta medianoche. Tus padres dicen que debes estar en casa a las 10:00. Tal vez puedas llegar a un acuerdo y regresar a las 11:00. En un acuerdo, no conseguirás todo lo que querías, pero la otra persona tampoco. Ambos tienen que estar dispuestos a renunciar a algo para llegar a un acuerdo.



## Resolviendo conflictos

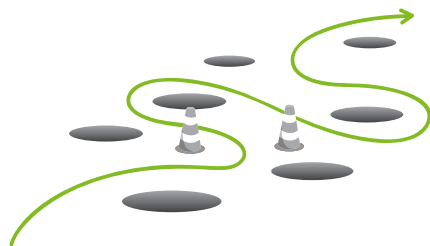
### 4. Colabora.

Trabajar juntos en un problema a veces puede facilitar la resolución de conflictos. Por ejemplo, si las ofensas y los comentarios negativos están causando conflictos en tu grupo de amigos, traten de trabajar juntos para resolver el problema. Seguro que se les ocurrirán soluciones muy creativas. Y a medida que vayan probando las soluciones, las ofensas y los comentarios negativos cesarán.

### 5. Evítalo.

veces no es necesario entrar en un conflicto. No hace falta que te adelantes a alguien en la fila del almuerzo. No tardarás en llegar. Si realmente *te da igual* poner la mesa o limpiar después de la cena, deja que tu hermano escoja.

Cuando un asunto no te importe tanto, intenta evitar el conflicto. Más adelante, cuando haya un asunto que sí sea importante, la gente normalmente intentará trabajar contigo porque has sido razonable en el pasado.



### 6. Enfrentalo.

Cuando el asunto es muy importante para ti y debe resolverse de inmediato, lo mejor es enfrentarlo directamente. Si de repente tu amigo ya no se comporta como tal, es hora de tomar medidas. Podrías decirle, “Es la segunda vez que me dices a último momento que no puedes venir. Heriste mis sentimientos. ¿Qué está pasando?”

“Enfrentarse” no significa pelearse físicamente. Es más eficaz decir con calma y claridad lo que te molesta sin recurrir a la ira o la violencia.



Hay algunos tipos de comportamientos —acoso sexual, amenazas de violencia, agresiones físicas— que *nunca* deberías tolerar. Si te ocurre algo así, díselo a un adulto de inmediato. En la escuela, díselo a un maestro, a un consejero o al director. En la comunidad, díselo a uno de tus padres, a otro adulto de confianza o a la policía.

## Unas palabras sobre las armas

A veces, los niños deciden que tienen que recurrir un arma para resolver un conflicto.

Se trata de una decisión extremadamente peligrosa. Las escuelas toman muy en serio la prohibición de armas en las instalaciones escolares. Si te ven con un arma, te pueden detener. Es probable que te expulsen de la escuela. Eso puede poner en peligro todo tu futuro.

Cuando los estudiantes tienen armas, existe la posibilidad de que alguien resulte herido, o incluso muerto.

Escoge uno de los otros métodos para resolver conflictos. Cuéntaselo a tus padres o a un maestro. Llama a la policía si estás en peligro. Pero *no* utilices un arma para resolver el conflicto.

---

*A lo largo de tu vida, enfrentarás conflictos. Utilizar estos métodos te ayudará a resolverlos de forma más constructiva para que puedas enfocarte en cosas más importantes y divertidas.*

THE  
**PARENT**  
INSTITUTE®

Uno de la serie de Student Tips®  
de The Parent Institute®, P.O. Box 7474, Fairfax Station, VA 22039-7474  
(800) 756-5525 [www.parent-institute.com](http://www.parent-institute.com)

Stock No. 5015 (English) • Stock No. 6015 (Spanish)  
Copyright © 2024 The Parent Institute®