Student Tips®

Resolviendo Conflictos

Contabas con jugar el nuevo juego de video con algunos de tus amigos este fin de semana pero ahora tus padres quieren que limpies el cuarto en vez de salir con tus amigos. Tu amiga te invitó a ver una película el sábado, pero el viernes canceló la cita otra vez más. Esta vez ella decidió de ir a visitar otra amiga.

Tú estabas ocupándote de tus problemas. Pero un grupo de chicos mayores te empezaron a molestar. Uno de ellos te dijo que te iba a golpear. Ahora tienes miedo de ir a la escuela sin protección alguna.

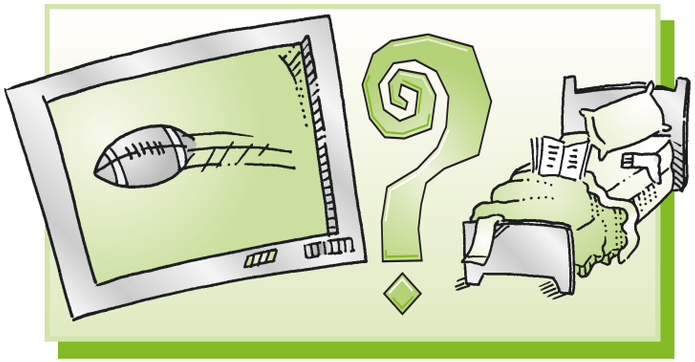
Los conflictos son parte de una vida normal. Desde los más pequeños desacuerdos hasta las mayores discusiones, las personas no siempre ven las cosas de la misma manera. Pero a veces los problemas se vuelven más y más grandes. Las personas pelean o hasta se vuelven violentas. Hay mejores maneras de resolver conflictos. En este libreto, aprenderás estrategias que te ayudarán a resolver conflictos antes de que se vuelvan grandes problemas.

Tú puedes resolver conflictos

Aquí hay seis maneras de resolver conflictos. Cada una es efectiva en ciertas situaciones. Cuando estés enfrentando un conflicto, trata de pensar en cada una de estas alternativas y escoge la que mejor te ayude a obtener tu meta.

1. Compite. Solo queda un lugar en el equipo. Solo queda un papel estelar en la obra. A veces, puedes competir por lo que quieres.

Competir puede ser algo bueno—puede animar a que tú y tu competidor traten de hacer lo mejor que puedan. Pero competir puede complicar las amistades. Si estás compitiendo con alguien, recuerda—a nadie le gusta un ganador jactancioso o un perdedor enojado. Y *nada* es tan importante que tienes que hacer trampas para ganar.

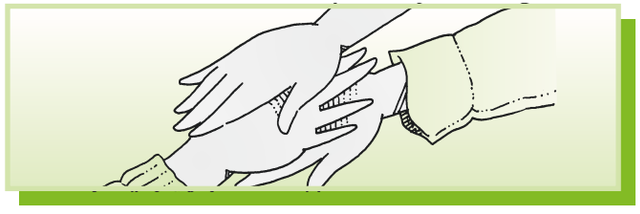


2. Confórmate. Quieres ir a la casa de tu amigo a ver el partido. Tu mamá necesita que limpies tu cuarto antes de que tu abuela llegue de visita.

Puedes enojarte—pero sabes que tu mamá probablemente ganará al final. O puedes tratar de encontrar una manera de acomodar ambas cosas. Dile a tu mamá que limpiarás tu cuarto—pero pregúntale si puedes invitar a tu amigo a ver el partido en tu casa mientras limpias.

3. Haz un compromiso. Puede ser que quieras resolver el problema haciendo un compromiso. Tú quieres quedarte hasta la medianoche. Tus padres te dicen que tienes que estar en casa a las 10. Tal vez puedes hacer un compromiso con ellos y volver a las 11. En un compromiso, no obtendrás todo lo que quieres, pero la otra persona tampoco obtendrá lo que ella quiere. Ambos partidos tienen que estar dispuestos a perder algo para llegar a un desacuerdo.

Resolviendo Conflictos



4. Colabora. Trabajar sobre un problema juntos a veces hace más fácil resolver conflictos. Por ejemplo, si comentarios negativos o pullas están causando conflictos en un grupo de amigos, traten de resolver el problema juntos. Probablemente tendrán que pensar en soluciones un poco creativas. Y a medida que aprendan más sobre el uno y el otro, las pullas y los comentarios dejarán de suceder.

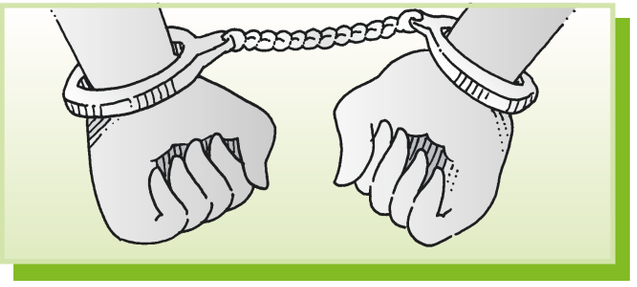
5. Evítalo. A veces no tienes que estar en un conflicto. No hay necesidad de empujar a la persona en frente de ti en la línea para el almuerzo. Ordenarás tu almuerzo cuando llegue tu turno. Si *de veras* no te molesta si tienes que poner los cubiertos sobre la mesa a la hora de cenar o limpiar la mesa después de cenar, deja que tu hermana escoja cual de estos ella quiere hacer.

Cuando haya algo que no te importe demasiado, trata de evitar un conflicto. Luego, cuando haya algo que *sí* te importa, los demás a menudo tratarán de cooperar contigo porque te habrás comportado de manera razonable.

6. Enfréntalo. Cuando se trata de algo verdaderamente importante para ti y tiene que ser resuelto inmediatamente, es mejor enfrentarlo directamente. Si tu amigo de repente ya no te trata como un amigo, es tiempo de actuar. Puede ser que digas, "Esta es la segunda vez que me has dicho al último momento que no puedes venir a verme. Mis sentimientos están heridos. ¿Qué está pasando?"

"Enfrentar" no quiere decir pelear. Usualmente lo más efectivo es que digas lo que te está molestando claro y calmadamente sin enojarte y sin violencia.

Hay algunos tipos de comportamientos—comentarios y actos de origen sexual, amenazas violentas, ataques físicos—que *nunca* deberías de aceptar. Si una de estas cosas están sucediendo, díselo a un adulto inmediatamente. En la escuela, dile a un maestro, un consejero, o la principal lo que está sucediendo. En la comunidad, dile a un padre, un líder religioso o a la policía.



Unas palabras acerca de las armas

Demasiadas veces, los chicos deciden obtener un arma para poner fin a un conflicto.

Esta es la peor decisión que puedes tomar. Las escuelas toman seriamente la ley que prohíbe armas en la escuela. Si te atrapan con un arma, puede ser que te arresten. Probablemente no te dejarán volver a la escuela. Esto puede arriesgar tu futuro entero.

Cuando los estudiantes tienen armas, lo más probable es que alguien puede salir herido o puede incluso resultar en muertes.

Escoge uno de los otros métodos para resolver conflictos. Déjales saber a tus padres o a tus maestros. Llama la policía si tienes miedo. Pero *no* uses una arma para tratar de resolver un conflicto.

En el transcurso de tu vida, vas a enfrentar muchos conflictos. Usa uno de estos métodos para ayudar a resolver un conflicto positivamente para que puedas enfrentar otras cosas más importantes … y más divertidas.

Uno de una serie de *Student Tips*®
Stock No. 5015 (English), 6015 (Spanish)
© 2020 The Parent Institute
(800) 756-5525 | www.parent-institute.com
THE PARENT INSTITUTE®