



Parlem de conflictes

Amb la psicopedagoga
Margarita Monton



Dilluns 25 de maig a les 17h
a l'escola Josep Tarradellas

CONFLICTES EN FAMÍLIA



Que hem de saber?

- Tenir conflictes no ens ha de preocupar, allò més important és com els resollem. No es tracta d'evitar-los sinó de gestionar-los de forma positiva. Per a fer-ho cal que ens preocupem d'aprendre habilitats i estratègies que ens ajudin.
- Cal que ens adonem que tenir un problema amb una persona no és el mateix que veure a la persona com un problema, però com en un conflicte es posen en joc sentiments i emocions molt intenses, això se'ns fa difícil.
- Cada persona interpreta els conflictes des del seu punt de vista, però per a resoldre'ls hem de ser capaços de posar-nos en el lloc de l'altre.

L'elefant

Vet aquí que una vegada hi havia sis savis que vivien en la mateixa ciutat. Els sis eren cecs. Un bon dia un elefant va fer cap a la ciutat. Els sis savis volien saber com era un elefant. De manera que cecs com eren, cadascun es va acostar a l'elefant i va començar a palpar-lo.

El primer va tocar l'orella gran i plana de l'elefant. Va notar com es movia endavant i en darrera. "L'elefant és com un ventall", va dir.

El segon va tocar una de les potes de l'elefant. "L'elefant és com un arbre", va dir.

El tercer li va tocar la cua. "Esteu ben equivocats, l'elefant és com una corda".

El quart va tocar la trompa. "aneu errats, l'elefant és com una serp".

El cinquè va tocar un dels ullals. "L'elefant és com una llança!", va manifestar.

"No, no", va cridar el sisè, "Sou uns beneïts!" "L'elefant és com una paret molt alta" (Havia tocat l'elefant pel costat).

"Ventall!", "Arbre!", "Corda!", "Serp!", "Llança!", "Paret!".

I mai no es van posar d'acord en com era un elefant.

Com podem reaccionar davant d'un conflicte?



- **Competició** (guanyo/perds)
- **Evitació** (perdo/perds)
- **Acomodació** (perdo/guanyes)
- **Cooperació** (guanyo/guanyes)

Què ens ajuda?

- Tenir paciència
- Saber escoltar de forma activa
- Poder posar-nos al lloc de l'altre
- Saber dir allò que pensem i sentim de manera apropiada
- Ser respectuosos
- No prendre decisions a cop calent
- Equilibrar allò que pensem amb allò que ens diu el cor
- Saber aturar-nos, no hem d'oblidar que els adults som nosatres
- Buscar solucions i trobar la manera d'arribar a acords
- Mirar de ser creatius i no perdre l'humor



Què podem fer quan tenim una relació tensa a casa?

- Primer de tot, no desanimar-nos
- Posar tota la confiança en què s'aconseguirà algun canvi.
- Mirar d'esbrinar els motius que provoquen el malestar, comunicació o conflicte amb el nostre fill/a.
- Definir i comprendre clarament el problema
- Expressar els conflictes de les emocions i els sentiments de les diferents parts amb respecte, tant dels pares com dels fills
- Pensar amb la parella les possibles actuacions educatives
- Trobar acords mutus possibles de pares i fills



Què necessiten els fills dels pares?

- **L'estima.** Tos els nens i nenes, fills i filles tenen necessitat de sentir-se estimats. Hem de procurar que aquesta estima es personalitzi en cadascun dels fills per mantenir la seva individualitat
- **L'acceptació.** Hem d'acceptar als fills tal i com són, encara que no acceptem algunes de les seves conductes

- **L'autoestima.** Hem de procurar crear un clima familiar i de relació amb els fills que els proporcionin una imatge d'ells mateixos positiva i real
- **La comunicació** entre pares i fills
 - s'ha d'anar en compte en no confondre el diàleg amb el monòleg i la comunicació amb l'alliçonament
 - durant el diàleg s'ha de compartir allò que s'està parlant, mostrar veritable interès pel que ens estan explicant i, sobretot, hi ha d'haver capacitat d'escolta, d'entendre el seu punt de vista i espais de silenci que donin temps a entendre el que s'ha dit i a pensar en la resposta



A més cal tenir en compte...

- Trobar el temps i el moment oportú per parlar
- Reconèixer que ens hem equivocat i demanar perdó, si és el cas
- No infravalorar la importància dels problemes dels fills; per a ells ho són.
- Tractar de proposar o suggerir metes als fills més que no pas imposar-les. Qui decideix es compromet i es fa responsable

Els camells

Diuen que en un país del nord d'Àfrica, un pare, en morir, va llegar als seus tres fills un ramat de 17 camells com a herència. I els va deixar dit que se'ls havien de repartir:

- la meitat dels camells per al fill gran
- la tercera part per al fill mitjà
- la novena part per al fill petit

Ja feia un mes de la mort del pare i els tres fills encara no s'havien pogut repartir el ramat de camells. Per aquest motiu van decidir enviar a buscar la persona més sàvia de la contrada que vivia enmig del desert. Quan la dona sàvia va arribar, va oferir el seu camell als nois. Com en tenien 18, van poder dividir el ramat de manera que:

- el fill gran se'n va quedar la meitat: 9 camells
- el mitjà, la tercera part: 6 camells
- el petit, la novena part: 2 camells

Un cop fet el repartiment segons el desig del pare ($9 + 6 + 2 = 17$), encara sobrava el camell de la dona sàvia que, novament, va retornar al desert amb el seu

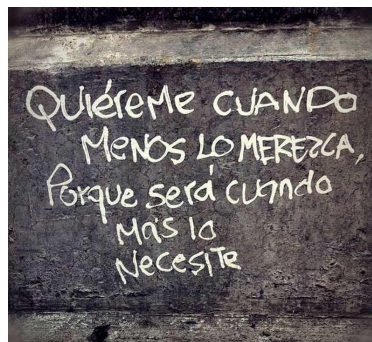


Conclusió...

- La creativitat és una eina valuosa a l'hora de trobar vies de sortides als conflictes
- A vegades una tercera persona pot fer de mediadora per ajudar a que siguin els mateixos protagonistes els que puguin decidir com solucionar el seu conflicte.



Per això si no ens en sortim, sempre és bo demanar ajuda!!!



Robert Louis Stevenson

(autor del llibre "L'illa del tresor" entre d'altres)

Fonts

- *Gestió de conflictes i resolució de problemes.* Palomar M., Negro E. i Virgili A.
- *La resolució de conflictes en la relació pares/ fills.* Comas Fornaguera M.N.

Per saber-ne més...

- *Com hem de parlar perquè els fills ens escoltin i com hem d'escoltar perquè els fills ens parlin.* Faver A. i Mazlish E. (2002). Ed. Medici.
- Petits vídeos a la xarxa:
 - ✓ [IKEA presenta "La otra carta"](#)
 - ✓ [Resolució de conflictes entre companys](#) (per casa i l'escola)
 - ✓ [Conflictos: no pierdas la perspectiva](#) (Corto animado)
 - ✓ [Polonia: El sopar dels conflictes](#) (Sketch de humor)