



PREVENCIÓN de la VIOLENCIA desde la FAMILIA



AYUNTAMIENTO DE
Villalbilla





Visión General

Introducción

Conflictos

**Conflictos con los hijos e
hijas más pequeños**

**Conflictos con hijos/as
adolescentes**

**Conflictos entre
hermanos/as**

**Cómo enseñar a resolver
conflictos**

Conclusión

Introducción

Los **niños, niñas y adolescentes** aprenden desde pequeños las conductas que observan en los adultos, por eso las formas de responder que tienen éstos, influye directamente en su desarrollo.

Por ello, es importante recordar que **cualquier conducta violenta, traerá en si consecuencias en el desarrollo infanto-juvenil** a corto, medio y largo plazo, además de vulnerar su derecho a una protección especial para que tengan un buen crecimiento de su capacidad cognitiva, emocional y física, y socialmente sanos y libres de violencia.

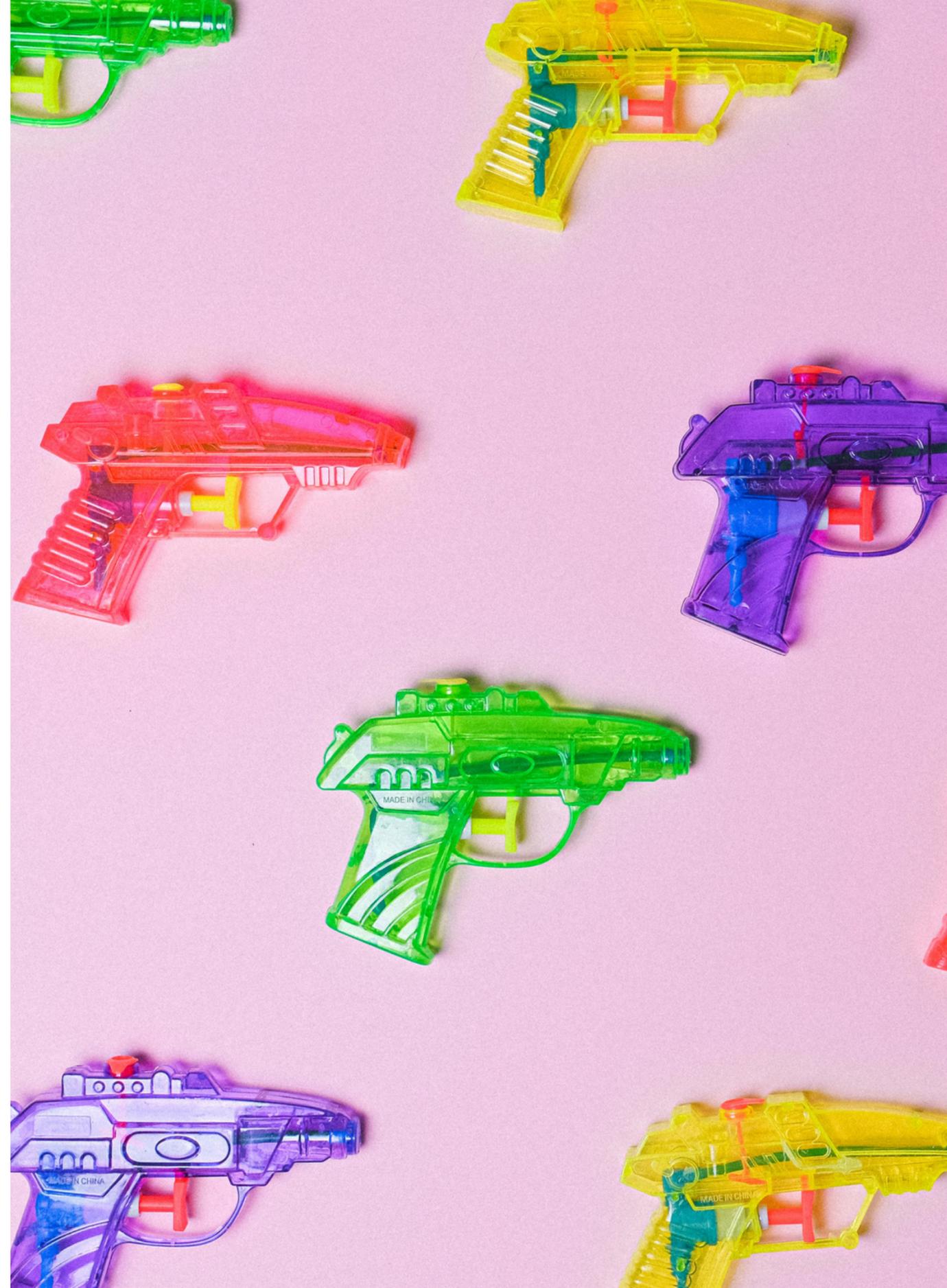
Sin embargo, la **violencia puede prevenirse desde las familias**. Para esto, es importante que las madres, los padres y otros/as cuidadores/as principales como abuelos, tíos, tías, etc., se involucren en el cuidado y enseñanza de resolución de conflictos sin violencia, sobre todo en su prevención.

Los conflictos son emotivos...

Los conflictos son hechos cotidianos naturales que ocurren por algo que está en proceso, y que parten de un comentario, una mala interpretación, diferentes expectativas o como un modo de descarga de tensión.

Se originan porque nos relacionamos con los demás y convivimos con las personas. En la familia, en el trabajo, en los centros educativos, etc.

Pueden darse de muchas formas e intensidad y en todos los niveles de comportamiento.



Los conflictos son naturales

Los **conflictos no son buenos ni malos...** pero entonces,
¿Por qué nos sentimos mal cuando estamos inmersos en él?

El conflicto genera un **malestar emocional porque no lo gestionamos bien**, y por lo tanto, este procesamiento no nos satisface. Sobre todo, cuando se origina en las relaciones con nuestros hijos/as, padres, madres, hermanos/as y con las personas más queridas. Por lo tanto, esto ocurre en todo tipo de conflictos, sobre todo ; en los familiares !.

En la familia se vive como algo muy negativo porque **las emociones y sentimientos que se generan se intensifican por el vínculo de apego que existe**, permitiendo establecer relaciones familiares más positivas o más destructivas.

Conflicto Familiar

Enfadarse con cualquier persona es duro, pero con las personas que más queremos y a las que tenemos que proteger o tienen que protegernos, es infinitamente mucho más difícil.

¡ ES UNA OPORTUNIDAD PARA CRECER !

**... porque no hay ganadores ni perdedores.
Todos ganan o todos pierden.**



Todas las familias

pasan por **periodos de equilibrio**
y otros de **desequilibrio**.

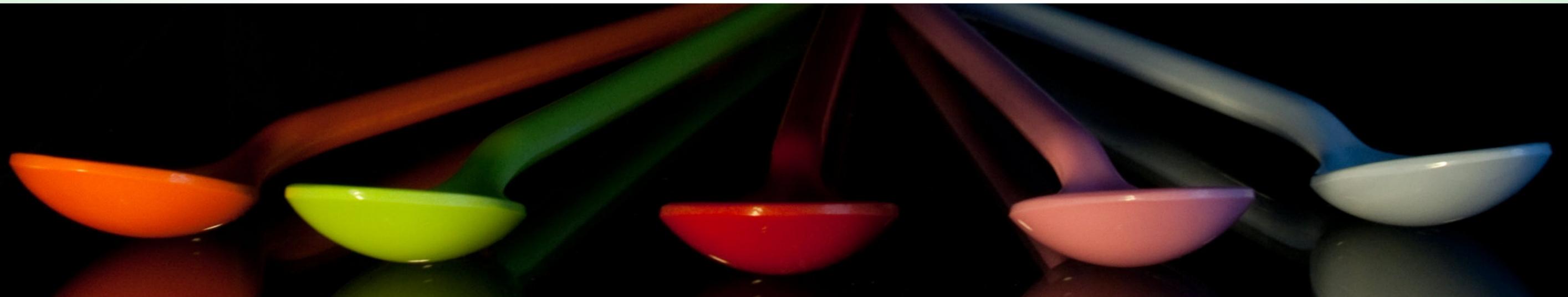
Por ello, no es extraño que los **periodos de desequilibrio se den en las fases de cambio del ciclo vital de una familia** como el nacimiento de un hijo/a, reparto de nuevas responsabilidades en la época de crianza, pérdida del empleo de uno de los miembros de la pareja, etc.



Un ingrediente clave en los conflictos familiares es la **flexibilidad**.

Tanto para los conflictos en las relaciones entre padres, madres e hijos/as como en las relaciones entre los hermanos/as.

La flexibilidad es necesaria porque **permite la adaptación de cada miembro de la familia a los cambios**, que sin duda ocurren en los momentos de desacuerdo y que a su vez son necesarios para el desarrollo de los hijos e hijas.



Otro factor clave es la manera en la que los padres y madres tienen de entender la crianza de sus hijos/as.

Por lo tanto, los **estilos educativos parentales** que se tengan (autoritario, permisivo, negligente o democrático) **influyen directamente en la forma en la que los hijos e hijas aprenden de las madres y los padres a resolver las dificultades** ante momentos de crisis. Pueden desarrollar **4 de los estilos de apego** que existen: **ansioso-ambivalente, evitativo, desorganizado o seguro.**

De cara a los problemas con los hijos e hijas...

Seguir haciendo lo que funciona.

Dejar de hacer lo que da un mal resultado.

Buscar nuevas manera para afrontar las situaciones conflictivas cuando ocurran regularmente.





En la búsqueda de la autonomía de los hijos e hijas.

Madres, padres y cuidadores, a veces, **se sienten frustrados, con sentimientos de culpabilidad y sensaciones de no estar haciéndolo bien** en la crianza de sus hijos e hijas.

Estas situaciones derivan en **bloqueos que impiden que los pequeños y adolescentes evolucionen** en la dirección que se desea, repitiéndose frecuentemente la situaciones conflictivas.

¿Qué hacer en casos de conflictos frecuentes con nuestros hijos/as más pequeños/as?

Mostrar a los hijos e hijas un modelo claro de lo que se quiere, a través de pautas de lo que hay que hacer y cuál sería el siguiente paso.

Proporcionar los recursos necesarios para cubrir las necesidades básicas de los hijos e hijas, de tal manera que aprendan a autorregularse por sí mismos/as gradualmente.

No hacer a los hijos/as las tareas que son responsabilidad de ellos/as.

Reconocer los avances y logros que tengan los niños, niñas y adolescentes.

¿Qué hacer en casos de conflictos frecuentes con nuestros hijos/as más pequeños/as?

Ante las rabietas de los más pequeños hay que dejar de premiar y reconocer aquello que solicitan. Éstas rabietas surgen para conseguir algo o pueden ser la forma que han aprendido para comunicar que están enfadados.

Por ejemplo: si tu hijo/a tiene una rabieta porque quiere que le compres un helado, lo primero que habría que hacer es no comprárselo y lo segundo, sería reconocer su enfado diciéndole “no te preocupes, que entiendo tu enfado y puedo esperar a que termines”

¿Qué hacer en casos de conflictos frecuentes con nuestros hijos/as más pequeños/as?

Fomentar los comportamientos que estimulen buenas conductas frente a los que queremos eliminar, por ejemplo, reconocerles cuando griten más bajo, cuando lloren menos, cuando no pataleen, incluso cuando todavía se de este comportamiento, pero su intensidad haya disminuido.

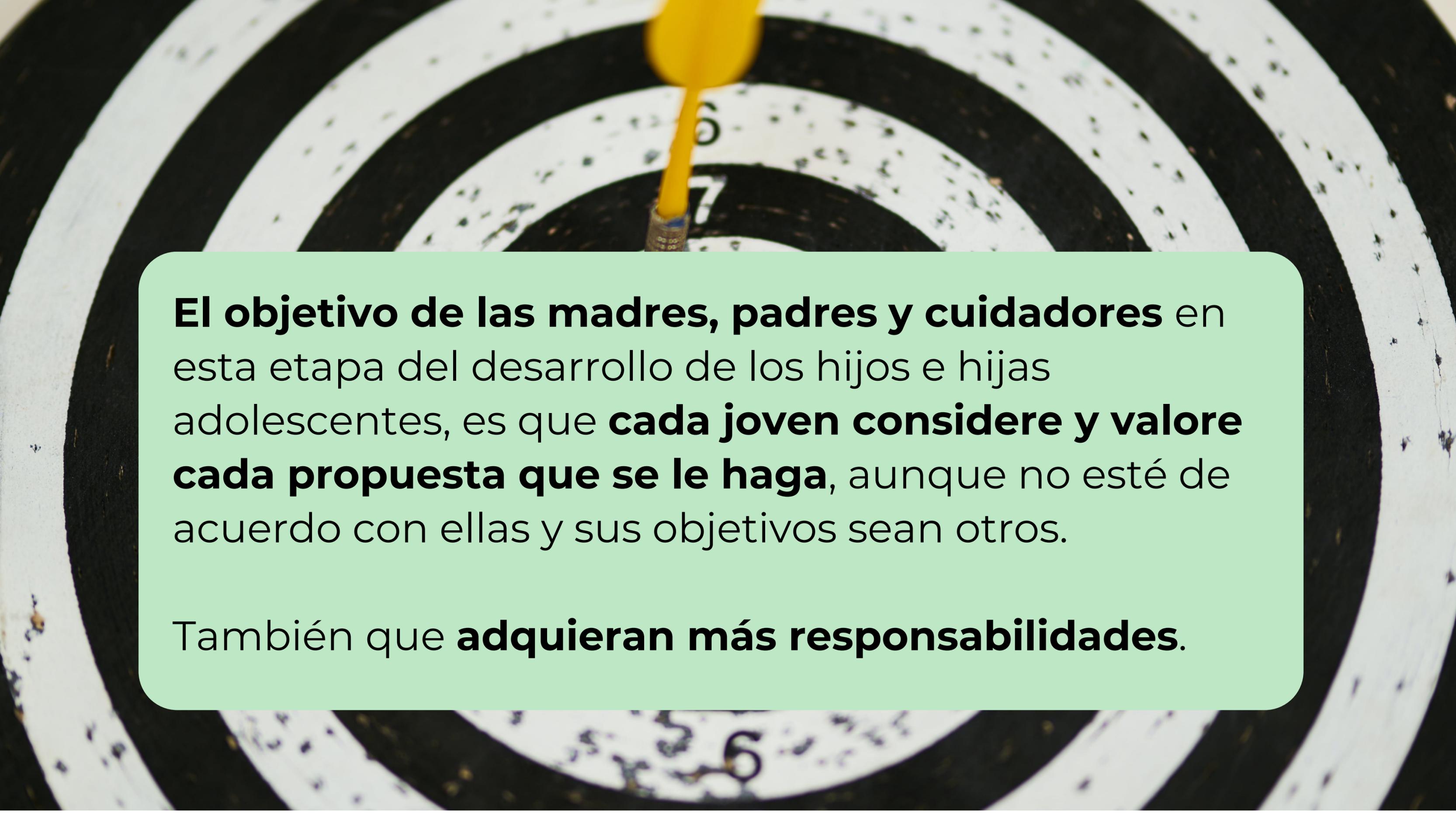
Todas estas indicaciones, **fomentarán el desarrollo de nuestros hijos e hijas para la adquisición de mayores habilidades y capacidades en la autonomía, la autorregulación y una mayor confianza en sí mismos/as.**



... y cuando los **conflictos** son con **nuestros hijos e hijas adolescentes**,
¿Qué se puede hacer?

La adolescencia es una etapa que se da entre los 12 y 19 años en la que se tienen que establecer pautas de comportamiento que posteriormente en un futuro le acompañarán a cada joven en su vida adulta.

Generar límites y disciplina, siempre desde el amor incondicional, para que te vean cercano/a, disponible y como un refugio.

A close-up photograph of a dartboard. A single yellow dart is embedded in the center bullseye. The dartboard features concentric rings of black and white, with numbers 6 and 7 visible on the rings. The background is dark and out of focus.

El objetivo de las madres, padres y cuidadores en esta etapa del desarrollo de los hijos e hijas adolescentes, es que **cada joven considere y valore cada propuesta que se le haga**, aunque no esté de acuerdo con ellas y sus objetivos sean otros.

También que **adquieran más responsabilidades.**

Al adolescente...

Hazle proposiciones, no órdenes.

"¿Qué te parece si...?"

Haz un esfuerzo por entender su punto de vista, en comprender qué siente o en qué está pensando cuando decide comunicar algo. Esto no quiere decir que se esté de acuerdo con ello, pero si se sentirá escuchado y valorado.

"Esa opción no se me había ocurrido, pero podemos pensarlo con calma",

Ofrécele espacios seguros para tener conversaciones.

"Cuando quieras y estés preparado/a, podemos hablar sobre..."

Háblale sobre el futuro: qué cosas quiere hacer, cómo las quiere hacer, qué haría si pasasen, etc. ¡ Escúchale !

"Si se te ocurre alguna otra manera de resolverlo, me gustaría saberla..."

Al adolescente...

Genérale confianza, esto afianzará el doble vínculo.

"No habría podido hacerlo sin ti"; "Me fío de tu opinión"; "Llevas razón, me he equivocado".

Negocia en las cosas que puedan ser importantes para él o ella a través de intercambios por otras cosas que sean importantes para ti como madre, padre o cuidador.

"Una decisión que seguro podemos tomar juntos, sería más útil..."

Deja para más adelante conversaciones que en el momento no se puedan dar porque alguna de las partes no esté en calma.

"Mejor lo hablamos mañana después de comer cuando los dos estemos más calmados"

Al adolescente...

Exígele aquello que sí sea capaz de realizar, dejando de lado lo que no pueda hacer aún. Así, dejará de sentirse perseguido por sus fallos y empezará a sentirse querido por sus habilidades.

"Preparo la comida y la cena, y si te parece ¿recoges tu la mesa?"

No insistir en los fracasos, puesto que los convertimos en aspectos muy importantes y omnipresentes, y se dejan olvidados aquellos aspectos más agradables y admirables de nuestros hijos e hijas que pasan a un segundo plano.

"Esto no ha salido como esperabas, por ello, la próxima vez sabrás como no hacerlo y podrás probar a hacerlo de otra manera porque eres una persona creativa"

Al adolescente...

No impongas tu ayuda a tu hijo o hija, espera a que procese lo que le ha ocurrido y autorregule hasta que sienta que la necesita y entonces la pida.

No le obligues a contarte algo. Déjale un tiempo para que tenga la iniciativa de iniciar una conversación contigo lo más franca posible que le permita recibir ayuda.

"Cuando te sientas preparado/a, me avisas porque estaré disponible para poder escucharte"



Las relaciones entre los hermanos/as...

está directamente relacionado con la manera en que se relacionan los padres y madres.

Si somos capaces de ver esto, se establecerán unos cimientos fuertes para asumir y afrontar los conflictos que surgen entre los hijos/as; y entre los padres, madres con los/as hijos/as.

Los hijos e hijas, son solo un capítulo más para la vida de crecimiento y evolución de los padres y madres.



Si como padre o madre analizas cuál es la manera frecuente que tienes de resolver los problemas y conflictos que surgen con la otra figura de la pareja, no te será difícil identificar patrones similares en tus hijos/as.

Solo así, podrás comprender a tus hijos/as para ayudarles a gestionar su mundo emocional ante las dificultades de la vida.

Para que exista buena relación entre hermanos y hermanas es necesario que padres y madres sepan...

Poner límites claros y modificables, puesto que proporcionan control, orden, evitan conductas violentas y proporcionan seguridad para que desarrollen sus ritmos biológicos.

Conocer la influencia directa del orden de nacimiento para poner derechos y responsabilidades ajustados a cada edad. Por ejemplo los hermanos/as no colaborarán con las mismas tareas, pero si tendrán todas tareas que hacer; No verán los mismos programas de televisión, pero todos verán la televisión.

Para que exista buena relación entre hermanos y hermanas es necesario que padres y madres sepan...

Procurar no demostrar favoritismos, puesto que los hijos/as desde que son pequeños luchan por el amor de sus padres y madres.

Se dice que se quiere igual a todos los hijos/as. Esto es así posiblemente en la intensidad, es decir, se les tiene el mismo cariño, pero en formas diferentes, puesto que cada hijo/a nace en momentos diferentes y los padres no son los mismos cuando nace un primer hijo/a que un segundo.

Para que exista buena relación entre hermanos y hermanas es necesario que padres y madres sepan...

Procurar no demostrar favoritismos, puesto que los hijos/as desde que son pequeños luchan por el amor de sus padres y madres.

Se dice que se quiere igual a todos los hijos/as. Esto es así posiblemente en la intensidad, es decir, se les tiene el mismo cariño, pero en formas diferentes, puesto que cada hijo/a nace en momentos diferentes y los padres y madres no son los mismos cuando nace un primer hijo/a que un segundo.



Enseñar pautas de comportamiento a nuestros hijos/as para resolver los conflictos sin violencia es fundamental en la crianza para un buen crecimiento de éstos.

El primer paso en la infancia es...

Favorecer la empatía basada en el sentido de la justicia para que se respeten los derechos humanos.

Pregúntale a tu hijo/a:

¿Te gustaría que otro niño/a te pegase o insultase?

¿Cómo te sientes o sentirías si otro niño/a lo hace o hiciese?

¿Cómo se sentiría otro niño/a si tú le pegases o insultaras?

Si tiene menos de 6 años, ya se puede ir planteando las dos últimas preguntas que estimulen la empatía.

El primer paso en la adolescencia es...

Fomentar el aprendizaje tanto de las perspectivas de los demás como de las propias, basadas en el sentido de la justicia para se respeten los derechos humanos.

Hazle ver el conflicto desde la distancia:

- 1) Analizar un conflicto externo (que ocurre a otros) desde las dos perspectivas de los implicados.
- 2) Pensar una jerarquía de prioridades basada en qué derecho y daño previsible se fundamenta.

Por ejemplo: los problemas que pueden existir en el instituto.

El segundo paso es crear una Ficha de Resolución de Problemas

1. **Definir el conflicto** identificando e incluyendo todos sus componentes.
2. **Establecer todos los objetivos se tienen y ordenarlos** según la importancia real que tengan.
3. **Escribir todas las posibles soluciones que se seguirán para resolver el conflicto**, valorando las consecuencias positivas y negativas de cada una de las opciones. Puntúalas.
4. **Eligir la solución que mejor se ajuste y elabora un plan de acción**, considerando las posibles dificultades que pueden surgir como las acciones para solucionarlas.
5. **Poner en práctica la solución.**
6. **Valorar los resultados.**

La familia, desde la infancia de sus hijos e hijas, puede proporcionar las herramientas necesarias para generar las bases para el desarrollo de una buena personalidad basada en la confianza y la empatía.



En resumen...

Si eres padre, madre o cuidador proporciona a tus hijos/as:

Atención continua, un apoyo emocional incondicional y oportunidades para autorregular sus emociones y comportamientos.

Comparte la responsabilidad de educar con tu pareja.

Responde ante tus hijos/as con sensibilidad y coherencia.

Transmítele mensajes positivos que vaya interiorizando para que le faciliten la autorregulación emocional y conductual.

En resumen...

Si eres padre, madre o cuidador proporciona a tus hijos/as:

Enséñale los límites cambiando las críticas por conductas específicas, ayudándole a comprender las situaciones.

Crea espacios de buen trato y comunicación, así como rutinas para desarrollar la expresión oral.

Enséñale a regular su conducta respecto a la de los demás a través de la lectoescritura y la comunicación hablada.

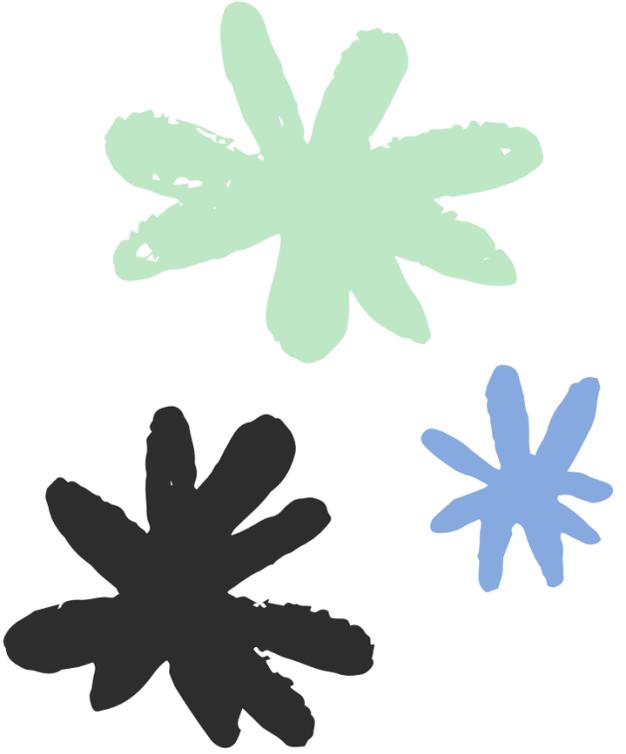
En resumen...

Si eres padre, madre o cuidador proporciona a tus hijos/as:

Asístele en desarrollar su propia motivación para ser una persona más eficaz, enfocada en objetivos en los que se supere y adquiera habilidades para conseguirlo.

Enséñale a anticiparse a las situaciones en las que surgen dificultades para evitar las conductas agresivas y generar alternativas.

Vigila los mensajes indirectos que recibe de los medios de comunicación, juguetes y cuentos que utiliza para que tengan coherencia con los valores que se le quieren enseñar.



Entre todos
es posible
frenar la violencia

