

## IMPORTANCIA DE LA PREVENCIÓN DEL CONFLICTO EN FAMILIA

La persona o personas adultas que conforman una familia son el modelo a imitar por las hijas e hijos con los que conviven. Las personas adultas conforman la estructura que facilita que las interacciones personales, sociales,... confluyan adecuadamente.

### ESTRATEGIAS PREVENTIVAS DEL CONFLICTO DESDE LA FAMILIA:

- Mejorar la cantidad y la calidad de la comunicación familiar.
- Aumentar la calidad de las relaciones familiares.
- Disminuir la frecuencia e intensidad del conflicto familiar.
- Fortalecer los vínculos entre padres/madres e hijos/hijas y la vinculación de los hijos/hijas a la familia.
- Mejorar la supervisión de la conducta de los hijos e hijas.
- Establecer normas claras y coherentes.

### FOMENTAR LA COMUNICACIÓN Y EL AFECTO:

1. Evitar mensajes cargados de sermones y críticas referidas a los errores cometidos por los hijos e hijas para conseguir una buena comunicación.

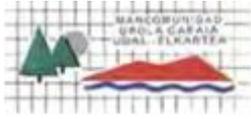
2. Los temas que preocupan a nuestros hijos e hijas tanto en la infancia como en la adolescencia a veces pasan a un segundo plano en la comunicación familiar más centrada en cuestiones como las tareas del hogar, los estudios o la forma de vestir que, a menudo, pueden acabar en discusiones y conflictos. En este



sentido debemos permitir y dedicar tiempo a sus inquietudes, a lo que ellos y ellas quieren transmitir en cualquier momento. Aunque en ocasiones puede carecer de interés para la persona adulta, para ellos y para ellas es importante sentirse escuchados y escuchadas, así como apoyados y apoyadas emocionalmente.

3. Madres y/o padres deben ser conscientes de los obstáculos que dificultan la buena comunicación e intentar superarlos.

4. Madres y/o padres son una fuente primordial de influencia para el desarrollo de sus hijas e hijos.



5. Cuando las relaciones familiares se caracterizan por el afecto y la comunicación, las estrategias de control y disciplina suelen ser más eficaces e hijos e hijas muestran un mejor ajuste emocional y comportamental.
6. La persona adulta debe potenciar la comunicación libre y espontánea.
7. Es clave saber qué hacen los hijos e hijas, pero no mediante prohibiciones e interrogatorios.
8. Las y los adultos deben crear un clima familiar con la suficiente confianza para que el menor o la menor se sienta con libertad para comunicarse de forma sincera y abierta.
9. Si el control es excesivo y se ejerce con límites muy restrictivos puede generar rebeldía y problemas de comportamiento.
10. Requisitos para que los hijos y las hijas cumplan las normas:
  - \* Que las entiendan y las perciban como necesarias, tanto en la infancia como en la adolescencia.
  - \* Que participen en su elaboración, especialmente en la adolescencia



#### **Bibliografía y Páginas web de interés:**

- Garrido, V. (2005). Antes que sea tarde: cómo prevenir la tiranía de los hijos. Editorial Nablá.
- Ovejero, A. (2005). La convivencia sin violencia. Recursos para educar. Editorial MAD.
- [http://www.bilbao.net/cs/Satellite?cid=1279101260448&language=es&pagenam e=Bilbaonet%2FPage%2FBIO\\_ListadoConEntradilla](http://www.bilbao.net/cs/Satellite?cid=1279101260448&language=es&pagenam e=Bilbaonet%2FPage%2FBIO_ListadoConEntradilla)

**ETXADI.** Servicio de Orientación gratuito para las familias con hijos y/o hijas de 0 a 18 años. Haz tu consulta por Teléfono: 94405 1549 (Martes: de 11:30 a 13:00 y de 17:00 a 18.30) ó rellenando el formulario de la Mancomunidad de Urola Garaia en [www.etxadi.org](http://www.etxadi.org)