

Guía para Apoderados



¿Cómo ayudar a nuestros hijos a resolver conflictos con sus pares?



Los conflictos entre niños y jóvenes son una parte natural del aprendizaje social. Nuestro rol no es evitar que ocurran, sino enseñarles a gestionarlos.



1. Escuchar antes de actuar

Validación emocional

- Permíteles desahogarse: escucha sin interrumpir ni juzgar.
- Valida sus sentimientos: «Entiendo que te hayas sentido triste o enojado por eso».
- Mantén la calma: tu tranquilidad les da seguridad.



2. Ayúdalos a reflexionar

Guiar, no resolver

En vez de dar la solución, pregunta:

“¿Qué crees que provocó el problema?”

“¿Cómo crees que se sintió tu compañero/a?”

“¿Qué podrías hacer para arreglar esto o sentirte mejor?”



3. Herramientas prácticas

Estrategia	Cómo ponerla en práctica
Hablar en 1. ^a persona	«Yo me siento molesto cuando...» en lugar de «Tú siempre...».
Pedir una pausa	«Hablemos más tarde, cuando estemos tranquilos».
Buscar puntos en común	Propongan una solución donde ambos cedan un poco.



STOP

4. ¿Cuándo intervenir los adultos?

Intervén cuando exista:

- ⚠ Acoso escolar sostenido en el tiempo.
- ⚠ Agresión física o violencia verbal grave.
- ⚠ Cambios bruscos de ánimo, aislamiento o rechazo a ir al colegio.

Acción: Acércate al establecimiento educativo —profesor/a jefe y convivencia escolar— para trabajar en equipo.



3 frases para usar hoy en casa

1. «Estoy aquí para apoyarte, cuéntame qué pasó.»



2. «Entiendo cómo te sientes, ¿qué se te ocurre que podemos hacer?»



3. «Los errores y las discusiones son oportunidades para aprender a llevarnos mejor.»

