

Bisogna imparare a gestire il conflitto.

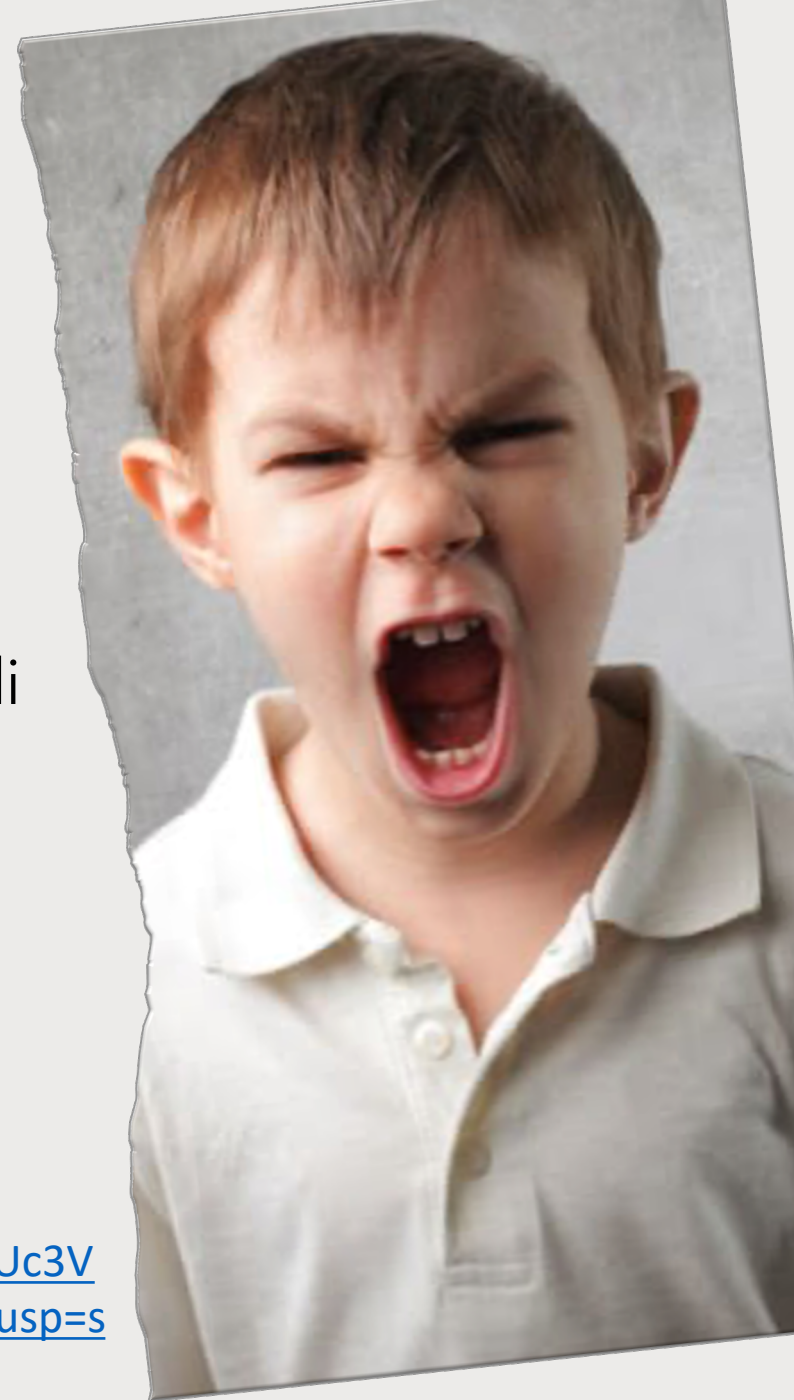


SITUAZIONE TIPO

Chiamate vostro figlio o figlia e l'avvertite che tra dieci minuti è ora di andare a letto. Lui si butta per terra urlando:» Non voglio dormire ! Ti odio!»

Quale potrebbe essere la vostra probabile risposta?

https://docs.google.com/forms/d/e/1FAIpQLScJdDtzaWbUc3VH92LMoblwvwXK5I9vfAarlvPmcWmcOnY6hQ/viewform?usp=sf_link



IL POTERE DELL'INTENZIONE POSITIVA CHE RENDE IL CONFLITTO UNA RISORSA

Non trattate la loro sofferenza come un fastidio, sfruttate quella emozione e concentratevi sui loro lati migliori, rafforzerete i loro lati positivi e l'autostima insegnandogli qualcosa sulle emozioni

Non lasciate che se la cavi da solo, analizzate con loro, Se vostro/a figlio/a non «si sente cattivo/a», è in grado di essere responsabile delle proprie azioni. mentre lo aiutate a comprendere le sue azioni sbagliate/sgarbate: è un'occasione per insegnare la libertà!

Promuovete la sicurezza nei figli e **imparate a gestire le vostre emozioni**: quando i bambini si sentono sicuri passano dai capricci e dalle crisi alla calma/assennatezza

Non va bene punire l'emozione, es.: *«adesso ti do io qualcosa per cui piangere!»*.....**Reagite in modo sano al conflitto, senza eccessi**: imparerà ad accogliere la diversità senza averne paura. Incoraggiatelo a sviluppare la sua volontà riconoscendo che **non ha bisogno di ubbidirvi per conservare il vostro amore.**

STRATEGIE CHE RENDONO IL CONFLITTO UNA RISORSA PER LA RELAZIONE GENITORI/FIGLI



Saper temporeggiare, prendere tempo evitare l'immediatezza della reazione la quale rende difficile la lettura del conflitto.

In questo modo si crea un dialogo con le nostre emozioni, accettandone la loro fondamentale presenza.

Non confondere l'Altro con la situazione di contrasto, con l'azione compiuta.

Da evitare ...

Si ha una connaturata tendenza ad attribuire le componenti del conflitto alle componenti o temperamenti personali.

