

Actividades de Educación Filosófica y Emocional

1. Lo normal es que las relaciones con nuestros padres sean armoniosas. Sin embargo, como en cualquier relación entre las personas, siempre surgen conflictos. En el ámbito de las relaciones entre padres e hijos, esos conflictos se deben principalmente a dos razones, una por cada uno de los lados:

- **Por la necesidad de los padres de tener cierto control sobre la vida de sus hijos, mucho más cuando son adolescentes.**
- **Por la necesidad de libertad e independencia que tienen los hijos, que choca frontalmente con la actitud controladora de los padres.**

Vamos a reflexionar sobre esto.

a) ¿Cómo definirías la relación con tus padres?

- a. Armoniosa.
- b. Con conflictos puntuales y pasajeros.
- c. Con conflictos graves y permanentes.

b) En caso de que tengas algún conflicto, ¿a qué crees que se debe?, ¿tienes siempre razón tú o, en ocasiones, la tienen ellos?, ¿cómo es tu actitud?, ¿cómo es su actitud?

2. La comunicación es, sin duda, la base de las relaciones humanas. Vamos a ver cómo está la comunicación entre tú y tus padres.

a) Aparte de los conflictos, ¿crees que tus padres y tú tenéis una buena comunicación?

b) ¿Qué le falta a la relación con tus padres para que sea armoniosa o para tener una buena comunicación?

- c) ¿Qué podrían hacer tus padres para mejorar la comunicación entre vosotros?
- d) ¿Y tú?
- e) Haz una lista con los cinco temas de mayor discusión o diferencias con tus padres. (Después, puedes poner en común tus resultados con los de tus compañeros y comprobar así cuáles son los que más se repiten).
- f) ¿Crees que tus padres te escuchan lo suficiente?, ¿crees que tú escuchas suficientemente a tus padres?
- g) Ante alguna situación que te preocupa, ¿le has pedido alguna vez a tus padres que se sienten a hablar contigo?
- h) ¿Sobre qué temas te gustaría hablar con tus padres más a menudo? ¿Se los has dicho?