**Pasos para Resolver-Problemas de Forma Conjunta: Resolviendo problemas con dignidad y respeto**

1. **Presente una observación:** “He notado \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ y me gustaría si pudieramos encontrar otra forma de resolver esto de forma que los dos pudieramos vivir con la solución.”
2. **Pregunte al adolescente cual es su punto de vista del problema, y pregunta como se siente.** **Escuche sin interrumpir, a no ser que sea para preguntar, “**¿Hay algo más? **No discuta. Cuando su adolescente ha terminado, sumerize lo que ha dicho de la forma siguiente:**

“ Te sientes \_\_\_\_\_\_\_\_\_porque \_\_\_\_\_\_\_\_y deseas \_\_\_\_.

**Pregunte si usted lo/a entendido correctamente. Si no, pregunte por una clarificación en intente de nuevo. Si su adolescente no incluye un deseo, pregúntele,** ¿Que deseas que pase?

1. **Pregunte a sus adolescente si estaría dispuesto a escuchar sus emociones y su punto de vista del problema. (los adolescentes usualmente dicen que si en este punto porque han sido escuchados respetuosamente).**

**Comparta usando la expression “Siento que\_\_\_\_\_\_\_porque \_\_\_\_\_\_\_y yo deseo \_\_\_\_\_\_.” Después de que ha terminado de compartir su punto de vista, pregunte a su adolescente que sumarize lo que ha dicho o que le de opinión sobre lo que ha dicho.**

1. **Exprese apreciación por su adolescente:** “Gracias por compartir tus pensamientos y emociones.”
2. **Pregunte,** “¿Estamos cerca or lejos de un entendimiento?” **Si está cerca, probablemente puedan coincidir en una solución en este momento. Pregúntele a su adolescente por una sugerencia. O pregunte,** “¿Estarias dispuesto de intentar \_\_\_\_\_\_ (por un día /semana?” **Si no está cerca de una solución, sugiera,”Vamos a pensar en algunas ideas acerca de como resolver esto.” Simplemente presenten tantas ideas posibles en como resolver este problema juntos. Escríbalos. No tienen que coincidir en que cada idea es una buena idea, ni que sea una idea que ambos van a intentar-simplemente escríbalas. Si su adolescente protesta sobre una idea, diga “no tenemos que elejir nada que a ambos no nos guste.” Intente presenter al menos seis o ocho posible soluciones juntos.**
3. **Pregunte a su adolescente que elija una de las soluciones de la lista que crearon juntos, una que ambas partes puedan aceptar por un periodo corto de tiempo- un día, una semana, etc. Práctique la solución si hay tiempo**

**suficiente.**

1. **Coincidan en una fecha en la que revisaran la solución temporal para ver como está funcionando.**

**Asegúrese de terminar la conversación con una apreciación hacia su adolescente por trabajar juntos en buscar una solución al problema. “Gracias por trabajar conmigo en esto.” O “Aprecio que hemos podido trabajar en esto juntos para encontrar una solución.”**

**Lynn Lott, Alicia Wang & Kimberly Gonsalves (adapted by Julia Tomes)**