

ha de tenir present, que la família per si mateixa, té les capacitats per trobar aquelles solucions que millor s'adapten a les seves necessitats, i per tant, no ha de proposar solucions.

Ara que ja us he donat unes quantes eines, us animo a posar-ho en pràctica, i ha treballar per restablir aquella relació amb aquell germà amb qui un dia us va deixar de parlar, i potser ja ni recordeu quin va ser el motiu. O amb aquell amic o amiga amb qui després d'un malentès va perdre

el contacte. I si sou pares o mares i us heu separat, penseu que els vostres fills i filles us estimem per igual, i el millor regal que els podeu fer és aprendre a comunicar-vos des del respecte.

I, com que la màgia del Nadal també m'ha contagiado, us desvetllaré una altra eina que us pot ajudar per gestionar millor els conflictes, l'empatia. Intenteu posar-vos a les sabates de l'altre i allunyar a la persona del conflicte. Una mateixa realitat pot ser viscuda

de moltes maneres diferents, el més possible és que l'altre tingui una percepció diferent a la nostra. Així que, abans de jutjar, intenteu entendre el punt de vista de l'altre persona.

Qualsevol moment de l'any és bo per desfer malentesos i tornar a tenir aprop aquelles persones a qui enyorem. Ara que encara sou a temps, no deixeu escapar l'oportunitat de parlar i reconciliar-vos, perquè malauradament hi ha absències que són per sempre!