Los errores son maravillosas oportunidades para aprender

¿Por qué no puedes hacer las cosas como tu hermano?

¿Cuándo vas a aprender?¿Otra vez lo mismo?

¿Recuerdas cómo te sentías cuando cometías un error y alguien te hablaba así?

Esto seguramente generó en ti miedo a equivocarte, a aceptar tus errores o a sentirte rechazado. La verdad es que **los errores no son nuestros enemigos sino maestros que nos ayudan a aprender.**

Los **4 pasos** para reponerse de los errores te ayudarán a transformar una equivocación en una oportunidad de aprendizaje y reconexión, en lugar de un motivo de culpa o castigo:

1

Reconocer:

Admitir con humildad que cometiste un error, sin buscar excusas ni culpar a otros.

2

Responsabilizarse:

Asumir tu parte de responsabilidad en lo ocurrido. Es importante hacerlo desde la compasión y no desde la culpa.

3

Reconciliarse:

Pedir disculpas a la persona afectada. Un simple "lo siento" ayuda a restaurar la conexión emocional.

4

Resolver:

Enfocarse en buscar una solución conjunta para reparar el daño o evitar que el error se repita en el futuro.



Al emplear estos pasos para solucionar los conflictos con las personas que amas estarás **fortaleciendo el vínculo con ellas y previniendo la violencia,** especialmente al interior de tu hogar; y si tienes hijos, les enseñarás habilidades de vida fundamentales como **la honestidad, la empatía y la resolución de problemas.**

Juntos estamos Tejiendo Hogares

Alcaldía de Medellín
Distrito de
Ciencia, Tecnología e Innovación