

# DECÀLEG

## COM ACOMPANYAR ELS VOSTRES FILLS I FILLES DAVANT D'UN CONFLICTE

01

### ESCOLTEU-LOS AMB CALMA

Deixeu que expliquin la seva versió sense interrompre'ls ni jutjar. El primer que necessiten és sentir-se escoltats i compresos.

02

### NO REACCIONEU DE MANERA IMPULSIVA

Eviteu buscar culpables o actuar guiats per la ràbia o la por. La calma dels adults dona seguretat als infants.

03

### VALIDEU LES EMOCIONS

Ajudeu-los a posar nom al que senten: "Entenc que estiguis enfadat/trist/preocupat". Reconèixer l'emoció és el primer pas per gestionar-la.

04

### BUSQUEU ENTENDRE ELS FETS AMB OBJECTIVITAT

Abans de treure conclusions, parleu amb l'escola. Sovint hi ha més d'una mirada i és important conèixer tots els punts de vista.

05

### CONFIEU EN EL CENTRE EDUCATIU

Els mestres i l'equip directiu actuen amb criteri pedagògic i seguint protocols per garantir la seguretat i el benestar dels infants.

06

### DONEU-LOS EINES PER RESOLDRE ELS CONFLICTES

Parleu sobre com poden demanar ajuda, expressar el que senten o reparar allò que hagi passat.

07

### EVITEU ALIMENTAR ELS RUMORS

Compartir informació no contrastada pot agreujar la situació i fer mal a altres persones. Transmeteu calma i respecte.

08

### FEU-LOS SENTIR PROTEGITS I ESTIMATS

Recordeu-los que, passi el que passi, poden comptar amb vosaltres i amb l'escola per trobar una solució justa i segura.

09

### COMUNICACIÓ DIRECTA

La comunicació directa és la millor eina per comprendre i resoldre qualsevol situació de manera educativa.

10

### TRANSFORMEU EL PROBLEMA EN APRENENTATGE

Ajudeu-los a reflexionar: "Què podem aprendre d'això?" o "Com ho podríem fer millor la pròxima vegada?"