

EDUCACIÓ EMOCIONAL “D’ESTAR PER CASA”

A CASA... FEM EQUIP!

“Ens repartim la feina entre tots”

Aquests dies, A CASA podem parlar de la responsabilitat col·lectiva i la individual. Les responsabilitats adequades a cada edat ajuden a aprendre habilitats a infants i joves , els dóna seguretat i estratègies per solucionar problemes que tindran quan creixin i siguin adults

PERQUÈ hem de fer-los responsables?

- La responsabilitat és la capacitat per dur a terme els compromisos adquirits i assumir les conseqüències de les nostres accions.
- La responsabilitat és imprescindible per a ser persones autònomes. Es tracta d'aconseguir que els infants i joves sàpiguen QUÈ han de fer i COM ho han de fer, a casa, a l'escola, amb els amics, i que ho duguin a terme.
- Complir amb les responsabilitats reforça l'autoestima.
- Fer encàrrecs és una eina educativa, que ajudarà els vostres fills a tenir una actitud madura.
- Demostrar confiança envers les activitats encomanades els farà sentir més capacitats.
- La participació en les feines de casa farà que se sentin integrants actius en la família.

COM ho puc fer?

- ☐ Pacta amb ells com repartir les responsabilitats i per què, i la manera de concretar-les. Escriure-les i fes-ne un seguiment. Per exemple; pots fer un llistat de tasques, planificar-les mitjançant graelles i distribuir aquestes tasques entre tota la família .
- ☐ Fes-los encàrrecs concrets i adequats a la seva edat i característiques personals
- ☐ Sigues exigent amb les seves responsabilitats diàries, però reconeix quan les compleixi.
- ☐ Potencia l'autonomia personal en els teus fills i deixa'ls que siguin ells mateixos els qui encarin les pròpies dificultats i trobin solucions als obstacles.
- ☐ Ajuda'ls a pensar abans d'actuar i fes que s'adonin de les conseqüències de les seves accions
- ☐ Ensenya'ls a conèixer les pròpies capacitats i límits perquè sàpiguin en què es poden comprometre i en què no.
- ☐ Ensenya'ls a ser perseverants i pacients davant les dificultats i no buscar resultats immediats
- ☐ Ajuda'ls a corregir els errors aprenent de les pròpies accions i a entendre el fracàs com una part de l'aprenentatge.
- ☐ Sigues un model positiu per als teus fills. Els infants i joves sovint imiten els pares o els tenen com a referents.

[Mail: orientacio@escolacasanostra.cat](mailto:orientacio@escolacasanostra.cat)