

El nostre acord

Una plantilla per pactar l'ús del mòbil en família

La majoria de normes sobre el mòbil es decideixen enmig d'una discussió, i per això duren poc. Un acord és una altra cosa: es parla amb calma, es decideix entre tots dos i es posa per escrit. Aquesta plantilla serveix per fer-ho.

No us diem què heu d'acordar. Cada casa és diferent i cada infant també. El que sí que sabem, de fer-ho amb moltes famílies, és què distingeix un acord que es compleix d'un que acaba al calaix.

Cinc coses que fan que un acord funcioni

1. **Que sigui concret.** «Al sopar no hi ha mòbils a taula» funciona. «Fer-ne un bon ús» no vol dir res: cadascú hi entendreà una cosa diferent.
2. **Que sigui de tots dos.** Si només hi ha compromisos del fill o la filla, no és un acord: és una llista de normes amb una signatura a sota. Els adults també us heu de comprometre a alguna cosa, i és la part que els infants més valoren.
3. **Que sigui curt.** Dos o tres compromisos per banda. Un acord de deu punts no el compleix ningú.
4. **Que tingui data de revisió.** D'aquí a dues o quatre setmanes. Revisar no vol dir que hagi fallat: vol dir asseure's deu minuts, mirar què s'està complint —també per part vostra— i canviar el que calgui.
5. **Que estigui escrit en positiu.** «El mòbil dorm a la cuina» s'accepta millor que «prohibit el mòbil a l'habitació», i diu exactament el mateix.

Com fer-ho

- Busqueu un moment tranquil, no just després d'un conflicte.
- Comenceu per escoltar: què li agrada del mòbil, què l'amoïna, què li costa. I expliqueu-li vosaltres què us preocupa i per què.
- Ompliu la plantilla de la pàgina següent entre tots dos, i signeu-la tots dos.
- Pengeu-la en un lloc visible de casa. Un acord guardat en un calaix deixa d'existir al cap de tres dies.

Aquest material forma part de Famílies+1, el programa d'Escola de Famílies que es duu a terme a escoles i instituts. Si el vostre centre hi està interessat, podeu escriure'ns a hola@escoladefamilies.cat. I si voleu una mà per mantenir viu l'acord a casa, FamilyAri us hi pot ajudar.



EL NOSTRE ACORD

Un acord entre iguals: el signem perquè el volem, no perquè toca.

Som la família _____

Jo em comprometo a... (fill / filla)

1. _____

2. _____

3. _____

Nosaltres ens comprometem a... (mare / pare / tutors)

1. _____

2. _____

3. _____

Ho revisarem junts el dia _____

Signatura fill/filla: _____

Signatura família: _____

Famílies+1 · escoladefamilies.cat