

CERCLES DE DIÀLEG EN FAMÍLIA - CONVIVEXIT

Estimades famílies, estimats docents, intentant oferir petites aportacions per sobreduer aquesta nova situació d'una manera lo més positiva, creativa i didàctica possible, vos recordam la utilitat de realitzar ***cercles de diàleg en família***.

Els nostres fills com nosaltres mateixos, segurament ens sentim estranys i a moments nerviosos, el poder parlar en cercle és una manera d'estar amb els nostres fills i les nostres parelles compartint estones, activitats, mostrant suport, escolta, comprensió etc. Podem fer cercles per expressar el nostre estat d'ànim, la nostra opinió, per fer una pluja d'idees sobre algún tema concret, per imaginar o per cercar una solució a algun conflicte de fora o de dins de la nostra mateixa llar familiar.

Veureu que amb la pràctica, (diària per què no?), la nostra família se sentirà més connectada i, tal vegada, animada perquè gaudirà d'aquests cercles especials en família.

Qué necessitam?

- Un espai per estar tots asseguts al mateix nivell, cadires, al terra, damunt el llit ...
- Un petit objecte
- Les persones de la família

Com es fa un cercle?

- Ens seiem en cercle a la sala, a la cuina ... a l'espai el més adient de la nostra casa per estar tots junts.
- La persona facilitadora (la que fa la pregunta inicial i la respon per donar un model) animarà a què tothom participi quan li arribi el seu torn. (Tal vegada caldrà ajudar als més petits de la casa en les seves primeres intervencions).
- Tenim un objecte (piloteta per exemple) que passarà de mà en mà de forma seqüencial¹ i s'utilitzarà per donar el torn de la paraula. Aquesta norma és molt important. Si xerrem tots alhora la facilitadora recordarà la norma.
- Quan li arribi l'objecte a la persona pot parlar, però també té dret a passar. La participació és voluntària. Hem d'intentar que participi en una segona ronda.
- Sempre fer els cercles amb to positiu, i finalitzar-los amb un agraïment, reconeixement, comentari esperançador etc. Aquesta actitud és una de les claus del seu èxit!

Idees per fer cercles

Podem fer cercles per:

- **expressar el nostre estat d'ànim:**
 - Com me vaig sentir quan me digueren que no havia escola?
 - Com me vaig sentir quan vaig saber lo del COVID-19?
 - Com me sent avui?
 - Com me sent quan veig tota la feina i suport que fan les persones que treballen a la sanitat, les forces de seguretata, el personal de neteja ...?
 - Com me sentiria si ...?
- **la nostra opinió, fer una pluja d'idees sobre algún tema concret,**
- **per imaginar**
- **per cercar una solució a algun conflicte de fora o de dins de la nostra mateixa llar familiar:**

Més informació

¹Convé fer els primers cercles de forma seqüencial per a què tots els familiars participin per igual, però també és possible fer-los de forma no seqüencial i quan els participants demanin l'objecte que dona la paraula. El tipus de cercle l'ha de determinar la facilitadora segons l'objectiu inicial del cercle.