

**EL TRITÓ DEL BAIX MONTSENY  
MATERIAL PER A LA PREVENCIÓ D'ABUSOS DE DROGUES I ALTRES  
COMPORTAMENTS DE RISC**

**FITXA 2  
LA COMUNICACIÓ EN LA FAMÍLIA**

Les relacions familiars són un aprenentatge de vida, per la vida.

Amb la relació positiva amb els pares, els fills aprenen a ser autònoms, independents, lliures i solidaris.

És convenient mantenir la disposició al DIÀLEG, especialment en èpoques "de trànsit" com és l'adolescència"

Ajudar a la comprensió i a la reflexió permet estar a prop dels fills.

**QUÈ S'HAURIA DE FER?**

Parlar de les coses, expressar les idees, les opinions i els sentiments respectuosament.

Posar límits sense interferir ni restringir la llibertat d'acció, negociant les normes i arribant a acords.

Confiar i impulsar les possibilitats d'actuació madura i responsable dels fills i no impedir-les.

Reaccionar amb respecte davant propostes o actuacions que d'entrada semblen "desmesurades" o "fantasioses".

Escoltar i donar l'opinió avaluant les parts positives i negatives d'una proposta, sense desqualificar-la.

**QUÈ NO S'HAURIA DE FER?**

Utilitzar la prohibició sistemàtica, ja que actua com a incentiu fent les coses més atractives.

Deixar els adolescents indefensos i sols amb els seus dubtes i conflictes.

Ferir els sentiments i no prendre's seriosament l'adolescent. Això afecta molt negativament la relació amb ell/a.

Forçar a parlar.

Imposar idees a través de la por.

Delegar la responsabilitat com a pares i mares.