



La Mireia i en Pol se separen. Un fet que ja és de per sí prou feixuc, però que encara ho és més perquè pateixen per la seva filla Irina.

S'han posat en contacte amb el Servei de mediació de GREC per analitzar la situació i quina és la millor manera per encarar tots tres aquest conflicte legal, social i psicològic. **Partim d'un objectiu comú: tots dos volen el millor per a la Irina.**

Aquests són algunes de les reflexions que n'hem extret:

- Tots necessitem un lloc on sentir-nos tranquils i relaxats. Quan mantenim un conflicte, hem de trobar aquests espais físics de serenitat que ens ajuden a agafar distància i a temperar-nos. En el cas d'un divorci, **hem de fer que els més petits continuïn sentint-se bé a casa.**
- Les baralles i els crits continus no arreglen res: comportem-nos com a adults i busquem solucions. Normalment, tots fem coses bé i coses malament. Així que, **si els adults no es culpen l'un a l'altre, tampoc ho faran els infants.**
- **Els nens/es mai han de servir per enfrontar-se.** Els pares podran tenir els problemes que siguin, però sempre tindran aquests fills en comú.
- Els fills han de tenir clar que ells **no tenen res a veure amb el fet que els pares es vulguin separar.**
- Si tots **expliquem com ens sentim**, superarem els mals moments més ràpid.

**Heu viscut casos similars? Teniu consells que vulgueu compartir? Feu-nos-els arribar a [comunicacio@grecxarxa.org](mailto:comunicacio@grecxarxa.org) (garantim l'anonimat).**