



## Dialogue

Conte como está se sentindo, e escute com atenção.

## Ignore

Não responda a provocação. Às vezes funciona. Caso contrário, ache ajuda.

## Ganhe distância

Combine um lugar para quando quiser um tempo para pensar e sentir.

## Ache ajuda

Se não sabe como agir, quer conversar, ache ajuda.



Para mais informações e recursos, visite:

[PROGRAMADIGA.COM.BR](http://PROGRAMADIGA.COM.BR)



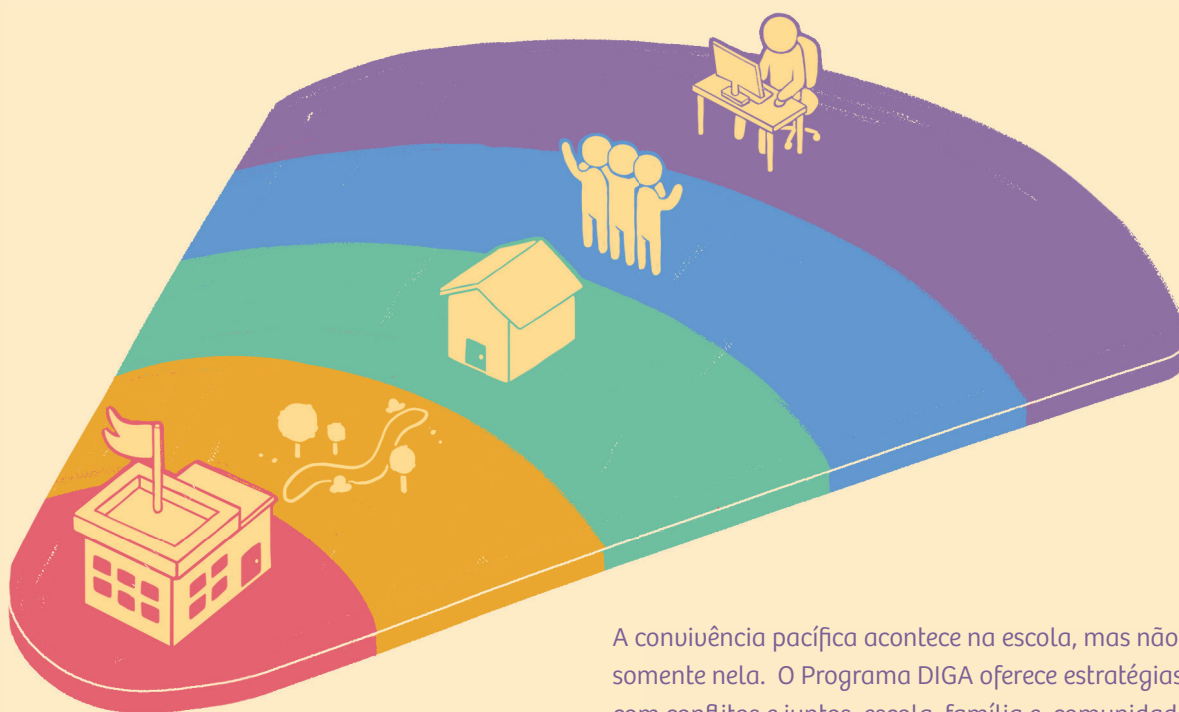
Realização



Apoio



TEMPLETON WORLD  
CHARITY FOUNDATION



A convivência pacífica acontece na escola, mas não fica somente nela. O Programa DIGA oferece estratégias para lidar com conflitos e juntos, escola, família e comunidade podem pensar em formas pacíficas para lidar com os conflitos que ocorrem no dia-a-dia.

Para mais informações e apoio, entre em contato com sua escola. Juntos podemos promover o desenvolvimento positivo das crianças em casa, na escola e na comunidade.

## USE O DIGA EM CASA

### Adote a linguagem DIGA em casa

Lembre seus filhos de Dialogar, Ignorar, Ganhar distância e Achar ajuda quando estiverem com dificuldades.

### Converse

Para que crianças saibam que podem contar contigo em situações difíceis, é importante manter canais de comunicação aberta e saudável. Assim, quando precisarem achar ajuda, lembrarão de você.

*Quando surgir um conflito você pode perguntar:*

*Como aconteceu?*

*Como podemos usar o DIGA nesta situação?*

*\*Lembre sempre de escutar com atenção ao que a criança dig.*

### Use o DIGA e resolva seus conflitos

Você é um grande exemplo! Se eles virem você usando o DIGA para lidar com problemas, entenderão melhor como o DIGA pode ser usado em diferentes ambientes e situações.

### Leia livros e assista filmes com as crianças

Converse sobre as ações e escolhas dos personagens para resolver seus conflitos, lidar com sentimentos.

### Use a “Pausa para Pensar e Sentir”

Quando a criança estiver passando por uma situação de conflito, pode dar a ele uma pausa para pensar e sentir. Depois desse momento, discuta o conflito a sós com a criança, e então junto com as outras pessoas envolvidas. Peça-os para falar sobre como as coisas saíram do controle, como poderiam ter usado o DIGA para evitar conflitos e sobre como podem agir de forma diferente quando outros conflitos surgirem.

### Incentive as crianças a usar o DIGA

Encoraje sua família a continuar usando o DIGA e a resolver conflitos de forma positiva e proativa, elogiando-os quando percebe que souberam resolver as situações de conflito. Destaque que usar o DIGA pode ser melhor do que brigar.