

PRINCÍPIO PREPARADOR

Colaboração: Celso Garrefa,
Voluntário do Amor-Exigente, Sertãozinho/SP

7º PRINCÍPIO - Tomar atitude precipita crise.

Famílias que convivem com dependentes do álcool ou de outras drogas, na tentativa de solucionar o problema, oferecem ajuda, aconselham, ameaçam, porém sem sucesso. Querem recuperá-los, mas nem sempre eles compartilham com o mesmo desejo e não se sensibilizam com falações.

Chega um momento em que é preciso tomar atitudes e agir. O primeiro passo é adotarmos um posicionamento claro e firme em relação ao abuso do álcool ou de outras drogas e acabarmos com as ameaças vazias que não levam a lugar algum. Diferente das ameaças vazias, uma tomada de atitude exige postura firme, norteadas por ações concretas e devem possuir um objetivo claro a ser alcançado, cuidando para que elas não sejam movidas por raiva ou por vingança.

Um ponto fundamental para o sucesso na tomada de atitude é a firmeza na manutenção do que for estabelecido, portanto, uma pequena regra possível de ser cumprida funciona melhor que uma grande decisão cujo cumprimento não está ao nosso alcance.

As tomadas de atitude podem despertar reações do dependente através da manipulação, das promessas ou ameaças. Ao estabelecermos regras, precisamos nos preparar para resistir às pressões, caso contrário, amassamos barro e não saímos do lugar.

Um grande problema não se resolve por si só. É loucura fazermos hoje o mesmo que fizemos ontem e esperar que o amanhã seja diferente. Precisamos agir, mas não no impulso. Tomada de atitude deve ser uma ação consciente, visando um objetivo claro e isso exige apoio, orientação e equilíbrio.

1ª SEMANA / Princípio com enfoque EU

PARTILHA:

- Os problemas enfrentados fizeram com que abandonássemos planos, projetos ou ideais, enfim, abandonássemos nossa própria vida. Vamos fazer uma análise para identificarmos o que paralisamos em nossa vida.
- Que atitudes adotarmos para retomar nossa existência, independente do nosso desafio? Voltar a sair de casa, jantar fora, fazer um passeio, inscrever-se em um curso, etc.
- Como está o cuidado comigo mesmo? Minha saúde, minha aparência. Quanto tempo faz que não solto um sorriso? Como mudar isso?

2ª SEMANA / Princípio com enfoque EU e o OUTRO

PARTILHA:

- Vamos identificar aquilo que transmitimos ao outro e que não passam de ameaças vazias.
- Como podemos fazer para eliminarmos essas ameaças, trocando-as por atitudes concretas, que estamos dispostos e possuímos condições de mantê-las?
- Tomar atitude nem sempre é fazer algo. Por vezes, tomar uma atitude significa parar de fazer coisas, por exemplo, parar de pagar as multas do filho. Como identificar aquilo que estamos fazendo e que precisamos parar de fazer?

3ª SEMANA / Princípio com enfoque EU e a SOCIEDADE

PARTILHA:

- Que atitudes nós podemos adotar para o bem da nossa comunidade?
- Como nos posicionarmos em comunidade diante de atitudes do outro e que desaprovamos?
- Como podemos valorizar e apoiar atitudes positivas em nosso meio social?

4ª SEMANA / Rever nossos princípios ÉTICOS:

Agir com respeito e fraternidade no relacionamento com seus parentes e afins.

- Cada membro da família é uma pessoa única, com suas características e peculiaridades. Como agir com respeito às diversidades?
- Como podemos facilitar a convivência familiar, agregando os membros da família?
- No grupo familiar, quem respeita possui autoridade para exigir respeito. Como conquistar essa autoridade?

ESPIRITUALIDADE

José morava às margens de um rio e a previsão era de muita chuva. Quando as águas do rio chegaram à porta da casa, um vizinho o chamou para sair do local e José respondeu: - Eu vou ficar aqui, Deus me salva. A água atingiu a altura da mesa e um barqueiro chamou José e ele respondeu: - Eu vou ficar aqui, Deus me salva. Por fim, José estava sobre o telhado da casa e de um helicóptero desceram a escada de cordas e gritaram para José subir e mais uma vez ele disse: - Eu vou ficar aqui, Deus me salva. E José morreu afogado.

Ao chegar até o Criador, José reclamou: - Meu Deus, eu confiei tanto no Senhor e o Senhor deixou-me morrer afogado? E Deus respondeu: - Eu tentei te salvar, filho. Pedi para o vizinho te chamar e você não veio. Dei-te uma segunda chance enviando o barqueiro e você recusou e pela terceira tentativa, quando enviei o helicóptero você também não subiu. Fiz minha parte, faltou você fazer a sua.

Sugestões para o momento de espiritualidade (pesquisar na internet)

- Música: Tente Outra Vez – Raul Seixas
- Mensagem: O Pequeno Bombeiro
- Mensagem: A Paz Perfeita

Este encarte especial é parte integrante da **REVISTAE**, publicação mensal da FEAE - Federação de Amor-Exigente
Jornalista Responsável: Patrícia Medeiros (MTB 0066511/SP) / Projeto Gráfico: Biancheti Propaganda

Travessa Álvares de Azevedo, 52 - Cambuí - Campinas / SP
CEP 13025-030 - Telefones: (19) 2519-6555 / 2519-6557
2519-6558 / 2519-6552 / 3252-2630 / Whatsapp: (19) 98449-8044
www.amorexigente.org.br / revistae@amorexigente.org.br



AMOR
EXIGENTE

FEAE
FEDERAÇÃO
DE AMOR-EXIGENTE