

9º PRINCÍPIO - APOIADOR

Grupo de Apoio - Na comunidade, as famílias precisam dar e receber apoio.

1ª SEMANA / Princípio com enfoque EU

Cada um de nós possui nossas limitações, nossas fraquezas e dificuldades, mas também possui conhecimentos, vivências e experiências que são próprios. Enquanto vivemos presos a nós mesmos, as nossas dificuldades nos limitam e nossas potencialidades não serão capazes de apoiar quem precisa. Ao nos juntarmos a um grupo de apoio, somos beneficiados pelas trocas de experiências, com isso conseguimos aumentar nossa capacidade de lidar de forma assertiva com nossos desafios, ampliando nossas potencialidades e ao mesmo tempo, nossas vivências e experiências serão importantes no apoio ao próximo. Esse é o milagre das trocas de experiências realizadas nos grupos de apoio: melhoramos todos, e juntos somos infinitamente mais fortes.

Partilha:

- Fazendo uma autoanálise, quais são minhas maiores dificuldades e preciso do apoio do grupo para melhorar? E quais são minhas qualidades que podem servir de estímulos ao outro?
- Em grupo, aceito os retornos das partilhas, mesmo quando ouço algo que não gostaria de ouvir, consciente de que mesmo não gostando, pode ser o que estou precisando?

Espiritualidade:

- Mensagem "O que é o amor?" (pesquisar na internet).

2ª SEMANA / Princípio com enfoque EU e o OUTRO

Fortalecidos pelas trocas de experiências no nosso grupo, podemos fazer da nossa família um verdadeiro grupo de apoio, abandonando a casa "ilha", ou seja, cada um no seu canto, a seu modo, sem diálogo, sem interação. Para tanto, é necessário criarmos momentos de convivência familiar, onde consigamos não apenas falar, mas também ser ouvidos; não apenas ouvir, mas demonstrar interesse na partilha do outro. As tecnologias encantam, as redes sociais seduzem, mas não podemos perder por completo os relacionamentos reais. Atualmente, falamos virtualmente por longo tempo com quem está distante e emudecemos em relação aos que estão ao nosso lado, que convivem conosco. É importante buscarmos o equilíbrio, pois sem contato, não se cria vínculos afetivos.

Partilha:

- Qual meta posso adotar para reunir os membros da casa, mesmo que seja por alguns instantes? Qual a minha dificuldade? Quem pode me sugerir algo?
- Como está meu diálogo em família? Os demais membros me ouvem? E eu demonstro interesse na escuta quando falam?

Espiritualidade:

- Mensagem "A ponte do perdão" (pesquisar na internet).

3ª SEMANA / Princípio com enfoque EU e a SOCIEDADE

Em sociedade nos deparamos com grupos de diversos seguimentos, como os grupos religiosos, de autoajuda, de defesa de direitos. Os conselhos municipais também são grupos que se reúnem com a finalidade de discutir políticas públicas nos diversos seguimentos: saúde, educação, assistência social, crianças e adolescentes, idosos, preservação às drogas, etc. Interessar-se em participar de forma ativa desses espaços democráticos significa desenvolver nossa responsabilidade social, apresentando sugestões e debatendo sobre as melhores práticas políticas para o nosso município.

Partilha:

- Conheço os diversos grupos e conselhos que fazem parte da minha comunidade? Como me informar sobre cada um deles?
- Como deve ser minha participação nos demais grupos da minha comunidade, visando agregar os seus membros e contribuir para uma sociedade mais justa?

Espiritualidade:

- Mensagem “Vidro ou diamante?” (pesquisar na internet).

4ª SEMANA / Rever nossos princípios ÉTICOS

“Partilhar no Grupo familiar situações incompatíveis com sua proposta de vida” - CORAGEM.

Todo planejamento familiar deve incluir as propostas de vida pelas quais estamos dispostos a implementar em nossa casa. Com uma proposta bem definida, estabelecemos os limites do aceitável e assim podemos nos posicionar com coragem, pois nada resolve possuir uma proposta de vida familiar se nos calamos quando assistimos comportamentos incompatíveis com o que foi combinado. O medo de criar conflitos é um desastre na consolidação da nossa proposta de vida. Não devemos fazer dos conflitos uma guerra, mas não podemos temê-los. Uma família feliz e funcional não é uma família sem conflitos, mas sim aquela que sabe administrá-los, com coragem e sabedoria.

Partilha:

- Ao perceber quaisquer situações incompatíveis com a minha proposta de vida familiar, como devo agir, visando sua correção?
- Ao perceber um conflito, como devo atuar para não transformá-lo em uma guerra e ao mesmo tempo administrá-lo com coragem e sabedoria?

Espiritualidade:

- Mensagem “Pão com manteiga” (pesquisar na internet).