

9º PRINCÍPIO - APOIADOR

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

1ª SEMANA / Princípio com enfoque EU

A pior decisão que podemos tomar diante de um grande desafio é buscar o isolamento. Sozinhos fragilizamos, perdemos forças, adoecemos. Devemos reconhecer que precisamos buscar ajuda, encontrar apoio, fortalecermos. Reconhecer que juntos somos infinitamente mais fortes. Caminhar sozinhos, por vezes, desanima e, como consequência, paramos pela metade. Quando estabelecemos parcerias, aumentamos nossos compromissos, inclusive com o outro. Em parceria, ao mesmo tempo em que encorajamos, incentivamos e animamos, também somos encorajados, incentivados e animados e essa troca permite chegarmos mais longe, encontrarmos novos caminhos.

Partilha:

- Tenho explorado o apoio do meu grupo, sendo verdadeiro nas minhas partilhas, refletindo e aceitando os retornos recebidos?
- Como o meu grupo tem me ajudado a me tornar cada vez melhor? Consigo perceber minha evolução?

Espiritualidade:

- Mensagem "Até o último momento" (pesquisar na internet).

2ª SEMANA / Princípio com enfoque EU e o OUTRO

De todos os grupos a que pertencemos e participamos, não podemos ignorar aquele que talvez seja o mais importante deles: o grupo familiar. E para construirmos uma relação de apoio entre os membros desse importante grupo é necessário criarmos, dentro de casa, momentos de interação, de partilhas, de trocas. Para tanto, podemos adotar algumas atitudes simples, como, por exemplo, fazermos as refeições com a família reunida, sentados à mesa, com a tevê desligada e sem celulares ao lado dos pratos. Precisamos, por vezes, sair das redes sociais e do mundo virtual para vivermos um pouco de vida real. Precisamos demonstrar interesse pelo outro. Sem isso, vivemos um isolamento dentro de casa, onde cada um vive no seu canto, a seu modo. Família que não interage, não é família, mas um amontoado de pessoas.

Partilha:

- Quais atitudes posso tomar para aproximar os membros da casa, fazendo da minha família um verdadeiro grupo de apoio?
- Como está a minha relação com cada membro da minha casa? Existe reciprocidade? Estou aberto a dar e a receber apoio? Como posso trabalhar isso?

Espiritualidade:

- Mensagem "Cercas ou Pontes" (pesquisar na internet).

3ª SEMANA / Princípio com enfoque EU e a SOCIEDADE

Isolamento não é uma atitude que soluciona desafios e nossa comunidade possui vários recursos que podemos explorar, a começar pelo nosso grupo de apoio do programa Amor-Exigente. Os grupos de apoio não apresentam soluções mágicas, mas quando aceitamos ajuda e trocamos experiências, aumentamos nossa capacidade para lidarmos com um problema de alta complexidade de forma assertiva e orientada. Os grupos de apoio não fazem milagres, mas quando nos movemos, apoiando e sendo apoiados, a providência divina também se move, e o milagre acontece. Abertos a dar e receber apoio em comunidade, ajudamos a melhorar nosso entorno e, conseqüentemente, a nós mesmos.

Partilha:

- Quais recursos eu consigo identificar em minha comunidade e que podem me servir de apoio?
- Dentre os vários grupos de que participo em minha comunidade, quais deles me eleva, me engrandece e quais me atrapalham? Quais escolho fazer?

Espiritualidade:

- Mensagem "A Brasa Solitária" (pesquisar na internet).

4ª SEMANA / Rever nossos princípios ÉTICOS

"Partilhar no Grupo Familiar situações incompatíveis com sua proposta de vida" - CORAGEM.

Para vivenciarmos este princípio na prática diária, primeiro, devemos agregar a família, pois não dá para partilharmos nada em uma família cujos membros não se relacionam. Também precisamos definir qual é a nossa proposta de vida. Quando temos claro quais são as nossas propostas, torna-se mais fácil perceber problemas incompatíveis com elas e buscar sua correção com a maior brevidade possível, sem cair na ilusão de que as coisas mudem sem que nada façamos. Um posicionamento firme é fundamental para estabelecermos os limites do aceitável na relação familiar. Para tanto, atitudes são necessárias. De nada adianta ter claro uma proposta, se nos calam quando assistimos comportamentos incompatíveis com ela.

Partilha:

- Consigo listar algumas propostas de vida que estou disposto a transmitir para a minha família?
- Como posso agir quando percebo qualquer problema incompatível com as propostas estabelecidas?

Espiritualidade:

- Mensagem "As três peneiras" (pesquisar na internet).