

Colaboração: Celso Garrefa, Membro do Conselho Deliberativo da FEAE

## 9° PRINCIPIO BÁSICO - APOYADOR

En la comunidad las familias necesitan dar y recibir apoyo.

### 1ª SEMANA - Principio con enfoque en **MÍ**

Es común, como frente a un problema complejo, llegar a la conclusión de que ya intentamos todo y no encontramos una salida. Esto no es motivo para desanimarnos y desistir, sino de contar con la ayuda de un grupo de apoyo. En los grupos, nos reunimos con personas que viven o vivieron problemas semejantes a los nuestros y, juntos, comenzamos a intercambiar las experiencias y las vivencias, inspirados por principios básicos y éticos y fortalecidos por una espiritualidad pluralista. Esto nos da el coraje de lidiar con nuestro desafío de forma orientada, ampliando nuestra capacidad de enfrentar

las turbulencias resultantes de la crisis establecida y, consecuentemente, visualizamos nuevas posibilidades de intervención. Varias cabezas pensando y buscando soluciones para un problema común aumentan, de forma extraordinaria, las posibilidades de éxito.

#### Compartir. Meta Semanal:

- ¿Utilizo mi grupo de apoyo para recibir apoyo o solamente como un muro de lamentaciones?
- De esta reunión, ¿qué aprendí y que voy a asumir como meta para esta semana?

#### Espiritualidad:

- <https://metaforas.com.br/2001-01-06/chegando-ao-destino.htm>

### 2ª SEMANA - Principio con enfoque en **MÍ** y en el **OTRO**

Mientras lidiamos con el desafío de manera aislada, creyendo que solos seremos capaces de eludir el problema, difícilmente encontraremos la solución. Debemos comprender que nuestros hijos viven agrupados y hacen uso intensivo de sus grupos, intercambiando experiencias y discutiendo la mejor estrategia para manipular a sus familiares para obtener lo que desean. Con hijos reunidos y proveídos de informaciones por sus iguales, frente a padres aislados, consiguen obtener enormes ventajas. Entretanto, si hay algo que debemos aprender con ellos es la capacidad de agruparnos también, de juntarnos a otros familiares e intercambiar experiencias, buscando dejar de

ser un blanco de fácil manipulación, como hablaba cierta vez una madre: “el grupo de apoyo fue donde aprendí a hacerme experta con mi hijo”.

#### Compartir. Meta Semanal:

- ¿Consigo aprender cuánto mis hijos exploran en sus grupos para conseguir lo que quieren?
- ¿Qué meta voy a asumir para posicionarme y aprender a convertirme en “experto” en relación a quien vive intentando manipularme?

#### Espiritualidad:

- <https://metaforas.com.br/2000-10-7/era-uma-vez-um-menininho.htm>

## 3ª SEMANA - Principio con enfoque en **MÍ** y en la **SOCIEDAD**

Este principio dice que, en comunidad, las familias necesitan dar y recibir apoyo y que, los grupos de apoyo del Programa Amor-Exigente representan para nosotros la oportunidad de intercambiar experiencias buscando nuestro fortalecimiento. Nuestra vida está construida de elementos variados, a veces buenos, a veces medio turbulentos y necesitamos de los grupos en ambos momentos. En la turbulencia, necesitamos de un refugio de apoyo, de ayuda y vamos a encontrar ese soporte en la fortaleza de quien está bien, en una

palabra, de consuelo, en un abrazo apretado, en una mano extendida. Pero, cuando estamos bien, podemos ser el soporte, el abrazo, el regazo de aquellos que necesitan ayuda. Como cita AE: Juntos somos más fuertes.

### **Compartir. Meta Semanal:**

- ¿Cómo veo mi momento actual: de turbulencia o de calma?
- ¿De acuerdo con este momento, qué meta voy a adoptar para ser cobijado o cobijar?

### **Espiritualidad:**

- <https://metaforas.com.br/2019-10-19/ha-sempre-alguem.htm>

## 4ª SEMANA - Rever nuestros **PRINCIPIOS ÉTICOS**

**“Compartir en el grupo familiar situaciones incompatibles con su propuesta de vida.” - CORAJE.**

El ser humano es por naturaleza procrastinador. Cuántas veces percibimos que las cosas no marchan bien, que necesitan de ajustes, que no conciben con nuestra propuesta de vida y, entretanto, cerramos los ojos, a la espera de una solución mágica, capaz de solucionar el problema, sin que nada debamos hacer. Como consecuencia, los pequeños deslices van ganando en intensidad, y vamos acomodándonos a lo que no deberíamos, acomodarnos. Es necesario encarar el desafío sin miedos de generar conflictos, y compartir en el grupo familiar

nuestra insatisfacción con los comportamientos que desaprobamos, así como la necesidad de que sean corregidos con la mayor celeridad posible. Si no reparamos nuestro tejado cuando presenta solamente una gotera, corremos el riesgo de necesitar cambiar todo el techo en el futuro.

### **Compartir. Meta Semanal:**

- ¿Cómo me identifico en relación a la procrastinación?
- ¿Qué meta voy a asumir buscando no tirar los problemas siempre para el día de mañana y asumir posiciones hoy?

### **Espiritualidad:**

- <https://metaforas.com.br/2006-09-02/guiados-por-cegos.htm>