



CENTRO ESPÍRITA: _____

MOCIDADE ESPÍRITA: _____

Curso: Juventude em defesa da vida e pela paz

Aula: 07 – Paz na família

Instrutores:

Data:

Duração: 55 min.

Objetivo: Refletir sobre a importância da paz em família, a grande oficina de almas, exercitando valores como o amor, a indulgência e o perdão

| CONTEÚDO | TEMPO | DESENVOLVIMENTO | RECURSOS |
|---------------------------------|-------|---|--|
| O que é família | 3' | Prece inicial e chamada | |
| Paz dentro do lar | 10' | Introdução <u>Dinâmica: O pote</u> - O/A instrutor(a) apresentará um pote transparente ao grupo com três ou quatro bolas de tênis dentro do pote (de acordo com o tamanho do pote, para ocupar quase todo o espaço disponível) e perguntará: o pote está cheio? - Na sequência, colocará várias bolas de gude dentro do mesmo pote e fazer a mesma pergunta: e agora? O pote está cheio? - Dando continuidade, o/a instrutor(a) derramará areia dentro do pote, preenchendo os espaços vazios entre as bolas grandes e pequenas e, mais uma vez, perguntará: finalmente o pote está cheio? - Por fim, o/a instrutor(a) virará um copo d'água dentro do pote; água essa que será absorvida pela areia. O/A instrutor(a) dirá então que, finalmente, o pote está cheio. | 2 pote (balde) transparente 6 bolas de tênis Algumas bolas de gude |
| O lar: nosso 'cadinho redentor' | | - Na sequência, o/a instrutor(a) convidará um/uma jovem para realizar a mesma experiência, porém inserindo os elementos na ordem inversa (primeiro a água, depois a areia, depois as bolinhas de gude e, por fim, as bolas de tênis). O que fará com que os mesmos materiais não caibam no mesmo pote, ou em um pote exatamente igual. Concluir com a seguinte reflexão: - O pote é a nossa vida. A nossa disponibilidade de tempo é o que cabe | |



| Perante um lar em dificuldades | 10' | <p>esse sentimento não agradável está sendo o mais presente no relacionamento familiar. Explicar que, em momento posterior à aula, este quadro será novamente utilizado.</p> <table border="1"><thead><tr><th colspan="4">SENTIMENTOS TOXICOS NO RELACIONAMENTO EM FAMÍLIA</th></tr><tr><th>SENTIMENTO</th><th>FREQUÊNCIA</th><th>INTENSIDADE</th><th>FATOR</th></tr></thead><tbody><tr><td>PREGUIÇA</td><td></td><td></td><td></td></tr><tr><td>RAIVA</td><td></td><td></td><td></td></tr><tr><td>ÓDIO</td><td></td><td></td><td></td></tr><tr><td>INVEJA</td><td></td><td></td><td></td></tr><tr><td>INSATISFAÇÃO</td><td></td><td></td><td></td></tr><tr><td>REJEIÇÃO</td><td></td><td></td><td></td></tr><tr><td>VERGONHA</td><td></td><td></td><td></td></tr><tr><td>CIÚME</td><td></td><td></td><td></td></tr></tbody></table> | SENTIMENTOS TOXICOS NO RELACIONAMENTO EM FAMÍLIA | | | | SENTIMENTO | FREQUÊNCIA | INTENSIDADE | FATOR | PREGUIÇA | | | | RAIVA | | | | ÓDIO | | | | INVEJA | | | | INSATISFAÇÃO | | | | REJEIÇÃO | | | | VERGONHA | | | | CIÚME | | | | Textos para estudo |
|--------------------------------|--|--|--|--|------------|------|------------|------------|-------------|------------|----------|----------------|------|------|---------|-----------|--------|---------|-----------|------------------|--|--|--------|--|--|--|--------------|--|--|--|----------|--|--|--|----------|--|--|--|-------|--|--|--|--------------------|
| | SENTIMENTOS TOXICOS NO RELACIONAMENTO EM FAMÍLIA | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| SENTIMENTO | FREQUÊNCIA | INTENSIDADE | FATOR | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| PREGUIÇA | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| RAIVA | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| ÓDIO | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| INVEJA | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| INSATISFAÇÃO | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| REJEIÇÃO | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| VERGONHA | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| CIÚME | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 5' | <p><u>Estudo em grupo</u></p> <ul style="list-style-type: none">- Organizar os/as jovens em três grupos para leitura dos textos com os títulos abaixo (os textos se encontram no capítulo do livro).- Solicitar que escolham um representante para comentar:<ol style="list-style-type: none">1. Perante um lar em dificuldades2. A bênção de construir uma família3. A importância do perdão no lar <p><u>Estabelecendo meta de reforma íntima no seio familiar</u></p> <ul style="list-style-type: none">- Solicitar que os/as jovens observem novamente o mapa dos sentimentos tóxicos e identifiquem o sentimento com maior fator.- Entregar, a cada um deles, a tabela abaixo para que circulem a META a ser praticada durante a semana. <table border="1"><thead><tr><th colspan="3">REVERTENDO SENTIMENTOS TOXICOS</th></tr><tr><th>SENTIMENTO</th><th>META</th><th>RESULTADO</th></tr></thead><tbody><tr><td>PREGUIÇA</td><td>Caridade</td><td>Satisfação</td></tr><tr><td>RAIVA</td><td>Perdoar/Sorrir</td><td>Amor</td></tr><tr><td>ÓDIO</td><td>Abraçar</td><td>Bem-estar</td></tr><tr><td>INVEJA</td><td>Elogiar</td><td>Admiração</td></tr></tbody></table> | REVERTENDO SENTIMENTOS TOXICOS | | | SENTIMENTO | META | RESULTADO | PREGUIÇA | Caridade | Satisfação | RAIVA | Perdoar/Sorrir | Amor | ÓDIO | Abraçar | Bem-estar | INVEJA | Elogiar | Admiração | Fichas impressas | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| REVERTENDO SENTIMENTOS TOXICOS | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| SENTIMENTO | META | RESULTADO | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| PREGUIÇA | Caridade | Satisfação | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| RAIVA | Perdoar/Sorrir | Amor | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| ÓDIO | Abraçar | Bem-estar | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| INVEJA | Elogiar | Admiração | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |



| | | | | | | | | | | | | | | | |
|--------------|-------------------------------|---|--------------|-----------|------------|----------|----------|-----|----------|--------------|---------|-------|-------------------------------|-----------|--|
| | | <table border="1"><tr><td>INSATISFAÇÃO</td><td>Agradecer</td><td>Felicidade</td></tr><tr><td>REJEIÇÃO</td><td>Dialogar</td><td>Paz</td></tr><tr><td>VERGONHA</td><td>Valorizar-se</td><td>Ousadia</td></tr><tr><td>CIÚME</td><td>Amor a si / desprendimento</td><td>Confiança</td></tr></table> | INSATISFAÇÃO | Agradecer | Felicidade | REJEIÇÃO | Dialogar | Paz | VERGONHA | Valorizar-se | Ousadia | CIÚME | Amor a si / desprendimento | Confiança | |
| INSATISFAÇÃO | Agradecer | Felicidade | | | | | | | | | | | | | |
| REJEIÇÃO | Dialogar | Paz | | | | | | | | | | | | | |
| VERGONHA | Valorizar-se | Ousadia | | | | | | | | | | | | | |
| CIÚME | Amor a si / desprendimento | Confiança | | | | | | | | | | | | | |
| | 5' | Conclusão: <u>Vídeo: Fábula dos porcos-espinho</u> - Apresentar o vídeo com a fábula dos porcos-espinho que ressalta a importância da convivência. | Vídeo | | | | | | | | | | | | |
| | 2' | Prece de encerramento | | | | | | | | | | | | | |