

ESCOLA CHICO XAVIER



Família
Relacionamentos e
Desafios



Aula 1

“Amarás o Senhor teu Deus de todo o teu coração, e de toda a tua alma, e de todo o teu pensamento. Este é o primeiro e grande mandamento. E o segundo, semelhante a este, é: Amarás o teu próximo como a ti mesmo”.
[Mateus 22:37-39]



Aula 1

O maior mandamento do
Universo diz respeito aos
nossos relacionamentos:
com Deus
com o próximo
e conosco mesmo.



Aula 1

Amar ao próximo
como a si mesmo.

Vamos começar conosco mesmo.

Como criar nosso próprio clima
emocional?



Aula 1

Quem está no
controle da sua
vida?



Aula 1

Paradigma comum

A vida é assim mesmo e não há muito que eu possa fazer para mudá-la.



Aula 1

2 grupos em duplas:

1. Dê 3 argumentos de defesa.
2. 3 argumentos que demonstram que a afirmação é falsa.



Aula 1

Paradigma comum

A vida é assim mesmo e não há muito que eu possa fazer para mudá-la.

Pensando em outro paradigma mais eficaz...



Aula 1

Paradigma altamente eficaz

Sou livre para escolher e, em
última análise responsável
por minha felicidade



Aula 1

Quando o espírito toma
consciência de que é o construtor
de si mesmo, o artífice de sua
felicidade, ele não para mais.
Pode acontecer o que for, que ele
continua.

Chico Xavier



Aula 1



Achamos que vemos o mundo
como ele é, quando de fato vemos
o mundo como nós somos.



Aula 1



Quando vemos as coisas como realmente elas são pensamos, sentimos e agimos de modo diferente.

E fazemos isso automaticamente, espontaneamente.



Aula 1



“Se você deseja fazer pequenas mudanças, trabalhe seu comportamento. Mas se você deseja fazer mudanças significativas e revolucionárias trabalhe seus paradigmas.”

Stephen Covey



Aula 1

Crie seu
próprio
clima





Aula 1

Vídeo



Aula 1

*Quando não podemos
mais mudar uma
situação, somos
desafiados a mudar a nós
mesmos.*

Viktor Frankl



AULA 1

O que significa criar seu próprio clima?

Como podemos fazer isso?

O que Victor Frankl aprendeu sobre ser proativo?

Qual a grande transformação da enfermeira?





Aula 1

Prática comum

Reagir com
base em
humores,
sentimentos e
circunstâncias.

Prática eficaz

Parar e
responder com
base em
princípios.



Aula 1

Comportamento reativo

**Deixar que influências
externas controlem suas
respostas.**



Aula 1

ESTÍMULO

RESPOSTA



Aula 1

Entre o que acontece conosco e a nossa resposta há um espaço.

Nesse espaço residem o nosso poder e a nossa liberdade de escolhermos nossa resposta.

E nessa resposta estão nosso crescimento e nossa felicidade.



Aula 1

Comportamento Proativo

Parar e dar a si mesmo a liberdade de escolher com base em princípios.



Aula 1

ESTÍMULO

**LIBERDADE
PARA ESCOLHER**

RESPOSTA



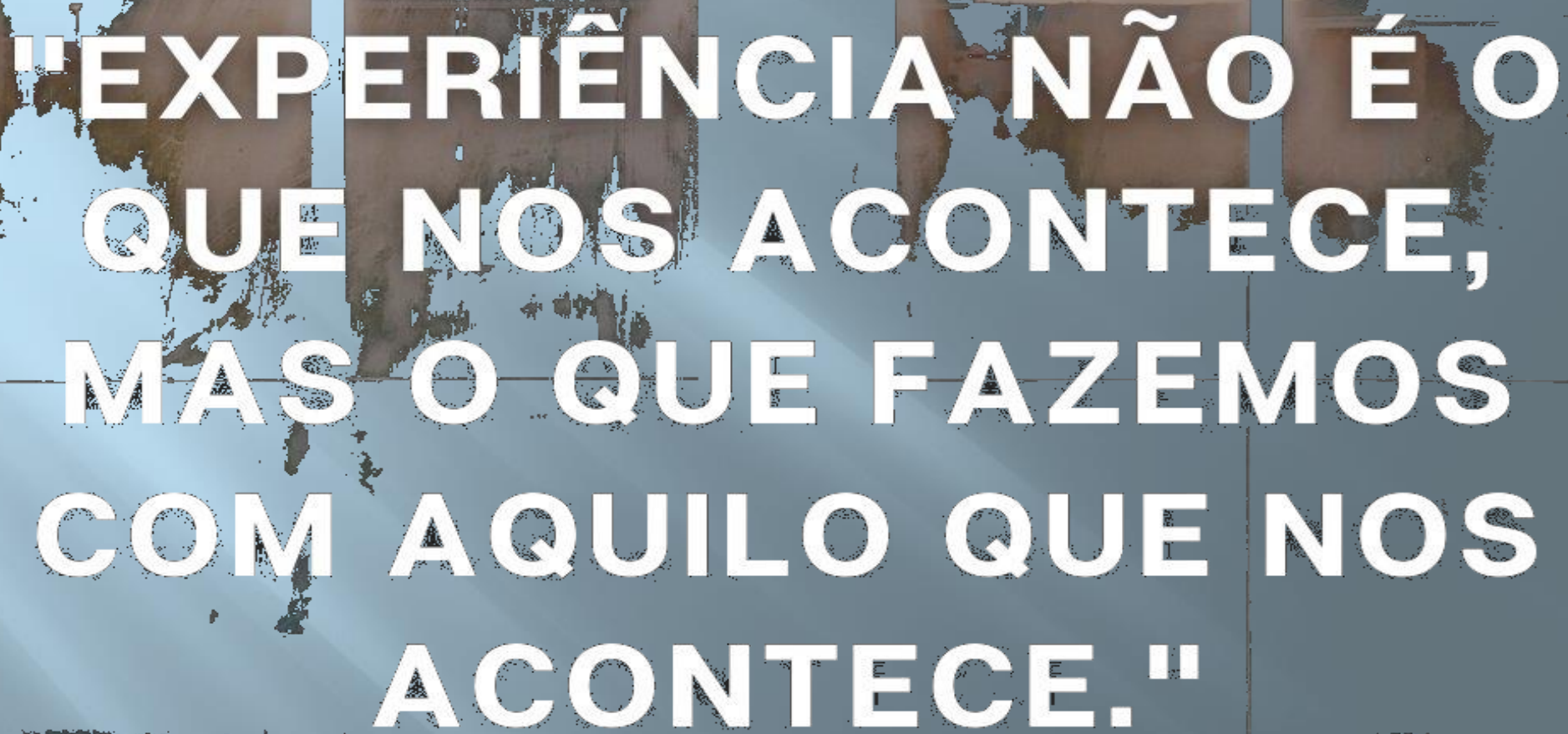
Aula 1



A person in a pink shirt and black pants stands on a large, dark, rocky outcrop that juts out over a deep valley. The valley below is filled with green mountains and a winding river or lake. The sky is bright and hazy. The text is overlaid on the image in a bold, black, serif font.

**"Eu não sou o que
me aconteceu.
Eu sou o que escolho
me tornar"**

C.G.Jung



**"EXPERIÊNCIA NÃO É O
QUE NOS ACONTECE,
MAS O QUE FAZEMOS
COM AQUILO QUE NOS
ACONTECE."**

Aldous Huxley



Aula 1

Prática comum	Prática eficaz
Culpar, acusar e utilizar linguagem de vítima.	Usar linguagem proativa.



Aula 1

Não há nada que eu possa fazer.

Ele me deixa louca.

Tenho que fazer isso.

Eu sou assim e pronto.

Vou procurar uma alternativa.

Sou responsável por meus sentimentos.

Escolho fazer.

Posso tomar outra atitude.



Aula 1

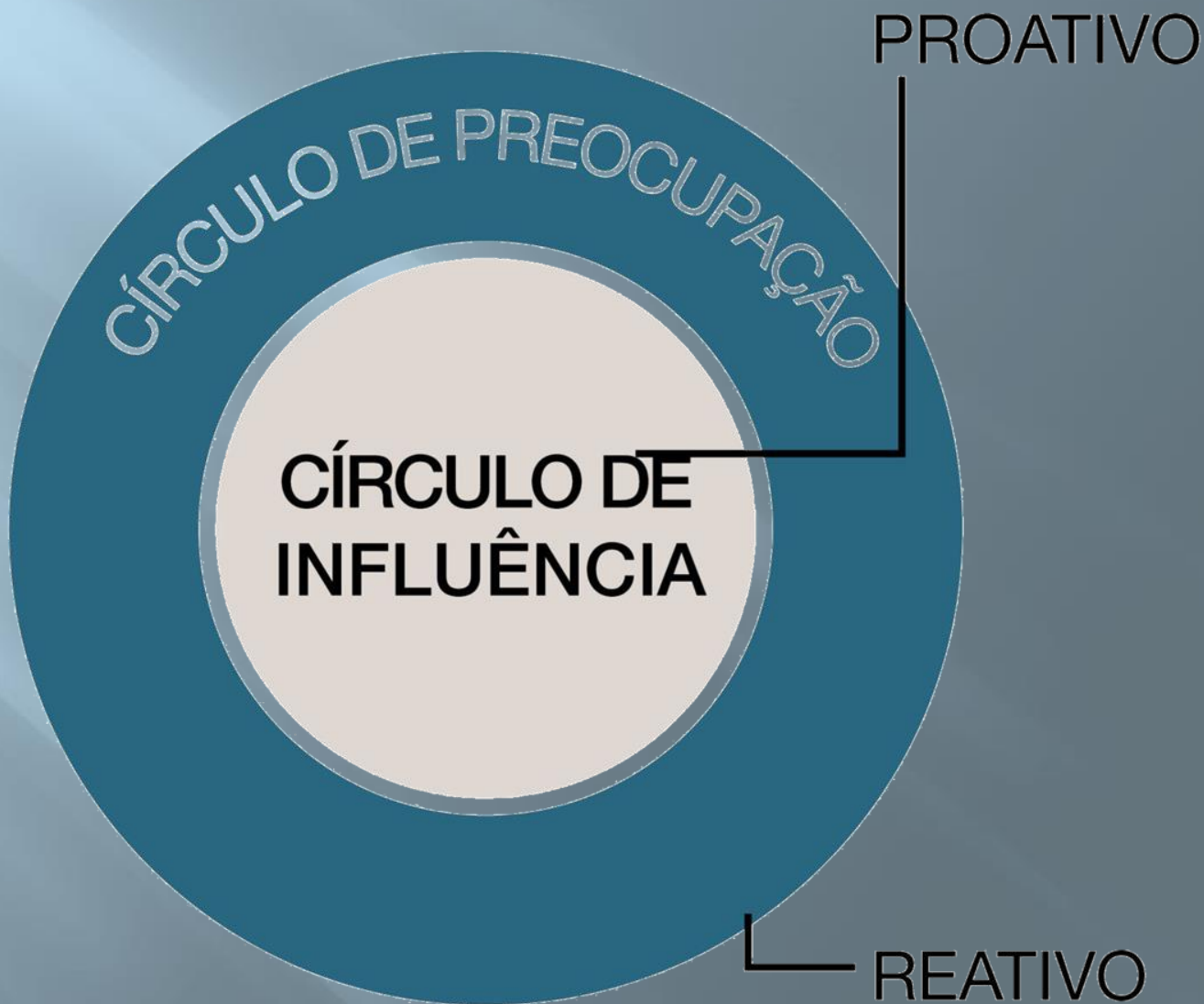
Prática comum Prática eficaz

Desperdiçar
tempo e
energia com
coisas que
estão além do
seu controle .

Focar seu
Círculo de
influência



Aula 1



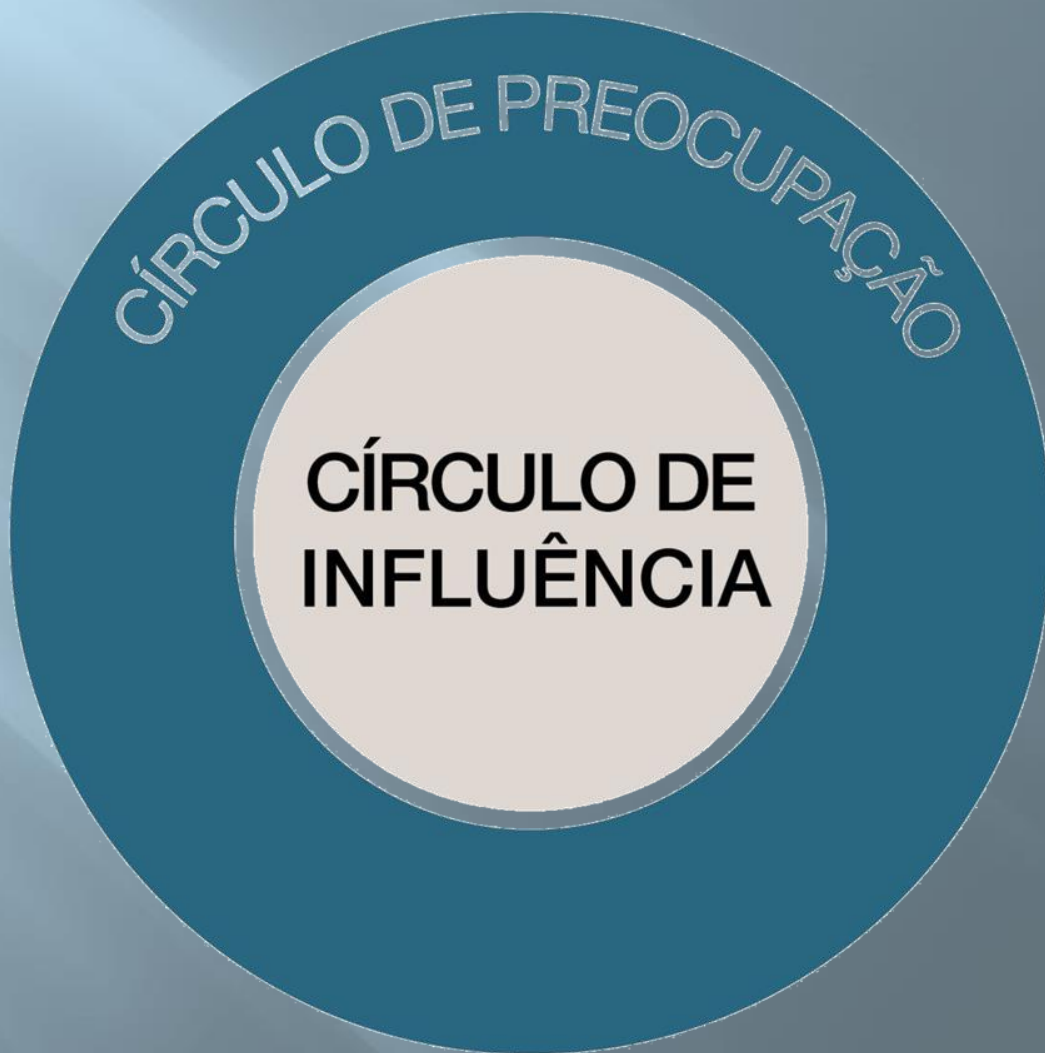


Aula 1





Aula 1





Aula 1





Aula 1





Aula 1

Prática comum

Repassar
padrões
negativos.

Prática eficaz

Tornar-se uma
figura de
transição.

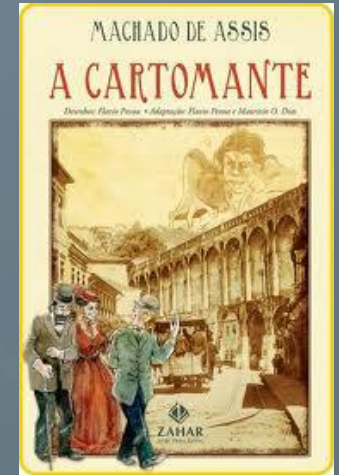
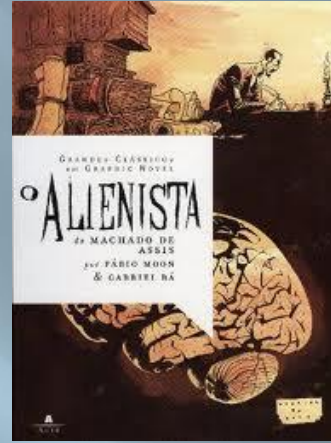
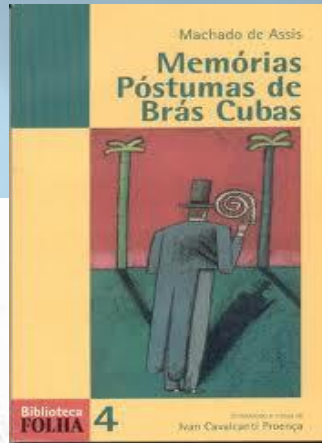


Aula 1

COMPORTAMENTOS
NEGATIVOS
PASSADOS



COMPORTAMENTOS
POSITIVOS
FUTUROS

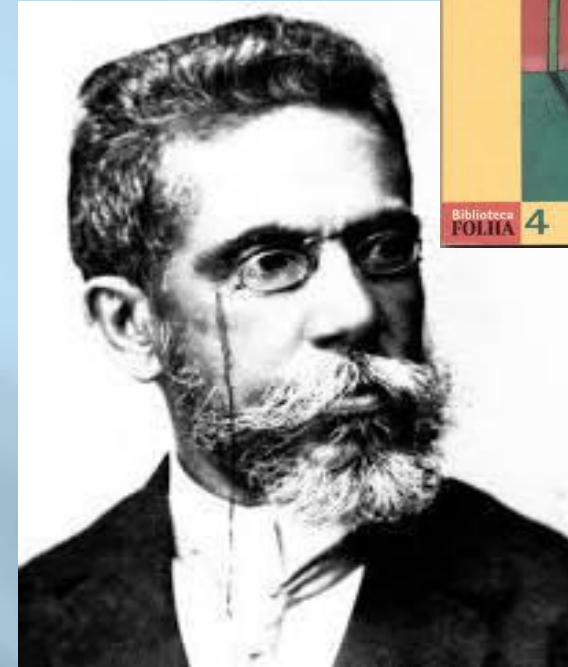


- Pobre
- Gago
- Epilético
- Miatu
- Descendente de escravos

▣ Negro

▣ Pobre

▣ Gago





Aula 1

vídeo

Vídeo: você pode fazer a diferença.

- ▣ Como o personagem agia?
- ▣ Como as outras pessoas o viam?
- ▣ O que estava no círculo de Preocupação/Influência?
- ▣ Como se tornou uma figura de transição na comunidade?
- ▣ Como você se torna uma figura de transição?



Aula 1

“Aos outros, dou o direito de ser como são. A mim, dou o dever de ser cada dia melhor.”

Chico Xavier



Aula 1

A Mulher Samaritana

Chegou a uma cidade de Samaria, havia ali o poço de Jacó.

Jesus, cansado da viagem, sentou-se à beira do poço. Isto se deu por volta do meio-dia.

Nisso veio uma mulher samaritana tirar água.



Aula 1

Disse-lhe Jesus: "Dê-me um pouco de água". (Os seus discípulos tinham ido à cidade comprar comida.)





Aula 1

A mulher samaritana lhe perguntou:

"Como o senhor, sendo judeu, pede a mim, uma samaritana, água para beber?" (Pois os judeus não se dão bem com os samaritanos.)



Aula 1

Jesus lhe respondeu: "Se você conhecesse o dom de Deus e quem está pedindo água, você lhe teria pedido e dele receberia água viva". Disse a mulher: "O senhor não tem com que tirar água, e o poço é fundo. Onde pode conseguir essa água viva?"



Aula 1

Jesus respondeu: "Quem beber desta água terá sede outra vez, mas quem beber da água que eu lhe der nunca mais terá sede. Ao contrário, a água que eu lhe der se tornará nele uma fonte de água a jorrar para a vida eterna".



Aula 1

A mulher lhe disse: "Senhor, dê-me dessa água, para que eu não tenha mais sede, nem precise voltar aqui para tirar água".

Ele lhe disse: "Vá, chame o seu marido e volte".

"Não tenho marido", respondeu ela.



Aula 1

Disse-lhe Jesus: "Você falou corretamente, dizendo que não tem marido. O fato é que você já teve cinco; e o homem com quem agora vive não é seu marido. O que você acabou de dizer é verdade".



Aula 1

Disse a mulher: "Senhor, vejo que é profeta.

Nossos antepassados adoraram neste monte, mas vocês, judeus, dizem que Jerusalém é o lugar onde se deve adorar".



Aula 1

Jesus declarou: "Creia em mim, mulher: está próxima a hora em que vocês não adorarão o Pai nem neste monte, nem em Jerusalém. Está chegando a hora, e de fato já chegou, em que os verdadeiros adoradores adorarão o Pai em espírito e em verdade".



Aula 1

Disse a mulher: "Eu sei que o Messias está para vir. Quando ele vier, explicará tudo para nós".
Então Jesus declarou: "Eu sou o Messias! Eu, que estou falando com você". Naquele momento, os seus discípulos voltaram e ficaram surpresos ao encontrá-lo conversando com uma mulher.