

FAZER CRESCER O SEU GRUPO FA

Uma Lista de Dicas para grupos novos ou já estabelecidos

Grupos de Famílias Anónimas (FA) recém-formados acham muitas vezes que os primeiros seis meses são os mais críticos, enquanto os grupos já estabelecidos se confrontam algumas vezes com uma redução do número de membros e com a desistência dos «novos».

Pretende-se que esta «lista de dicas» sirva de guia para ajudar os novos grupos a começar a funcionar e a ter êxito e para ajudar grupos já estabelecidos a adquirir vivacidade e a rejuvenescer. Seja o seu grupo novo ou não, decerto achará esta «lista de dicas» útil. Comece a usá-la na sua próxima reunião!

OS OBJETIVOS IMEDIATOS DE QUALQUER GRUPO SÃO:

- 1. Satisfazer as necessidades dos membros**
- 2. Planear e conduzir reuniões gratificantes**
- 3. Usar eficazmente a literatura FA**
- 4. Evitar comportamentos destrutivos no grupo**
- 5. Passar a palavra**
- 6. Procurar ajudas e recursos**

1. SATISFAZER AS NECESSIDADES DOS MEMBROS

Reuniões presenciais:

Há... sinalética que oriente para o local da reunião?

- cadeiras suficientes?
- chá ou refrescos [opcional]?

Está... a sala aberta 10 ou 15 minutos antes da reunião?

- literatura FA (só esta) exposta?

São... os membros, quem vem pela primeira vez, os visitantes e os convidados saudados com um sorriso à entrada?

- os que vêm pela primeira vez acolhidos com o folheto *Bem-vindo!* (#6002.PT) e com os números de telefone de alguns membros?

Reuniões virtuais:

Está... a informação de contacto para a reunião colocada no site FA?

- a sala virtual aberta 5 ou 10 minutos antes do início da reunião?

São... os membros, quem vem pela primeira vez, os visitantes e os convidados saudados com um sorriso ao entrarem na sala virtual?

Todas as reuniões:

Será que... começamos e acabamos as nossas reuniões à hora?

- seguimos um dos formatos sugeridos para as reuniões?

- incluímos todas as cinco Leituras Básicas de FA e opcionalmente a leitura do dia de *Hoje Um caminho Melhor* (#1015.PT)?
- partilhamos histórias de recuperação com crescimento e mudança pessoais?
- transmitimos uma mensagem positiva de esperança, de modo a que as pessoas se sintam encorajadas a regressar?
- proporcionamos um lugar seguro, livre de vergonha ou de culpa, em que toda a gente se sente encorajada a partilhar as suas histórias?
- nos afastamos do passado e nos concentramos em viver hoje?
- evitamos dar conselhos de qualquer espécie?
- damos tempo a que *todas as pessoas* possam falar, se o desejarem?
- evitamos conversas cruzadas?
- respeitamos e mantemos o anonimato?
- explicamos o que é o *apadrinhamento* e encorajamos esse tipo de relação no seio do grupo?
- encorajamos os novos a regressarem pelo menos por seis vezes?

2. PLANEAR E CONDUZIR REUNIÕES GRATIFICANTES

- Será que...**
- fazemos a rotação de coordenadores, leitores, secretários, tesoureiros, etc. das reuniões, para evitar o domínio das mesmas por qualquer membro?
 - nos voluntariamos *pessoalmente* para coordenar as reuniões ou tomar outra responsabilidade, numa base rotativa?
 - temos em mente, acima de tudo, os Doze Passos e as Doze Tradições de FA durante as reuniões?
 - planeamos e dirigimos vários tipos de reuniões (com um tópico, sobre os Passos, sobre as Tradições), para estimular as pessoas a partilharem pensamentos e sentimentos sobre determinados desafios e a trabalharem sobre soluções reais para os seus problemas?
 - encorajamos o uso da literatura FA durante as reuniões?
 - conhecemos e partilhamos informação acerca dos diferentes modos disponíveis para participar em reuniões: reuniões presenciais; reuniões *online*; reuniões por *email*; reuniões por telefone?

[Nota: Para ajudar a planear e a coordenar reuniões gratificantes, consultar «Serviço: a Sexta Ferramenta», em *Ferramentas FA de Recuperação* (#5001.PT), e «Quarta Tradição: tipos de reunião», em *As Doze Tradições em Ação* (#5010.PT).

3. USAR EFICAZMENTE A LITERATURA FA:

- Será que...**
- incluímos literatura variada nas reuniões de FA?
 - encorajamos os membros e os que vêm pela primeira vez a usarem a literatura disponível no *site* de FA, onde se pode: encomendar literatura FA; importar gratuitamente literatura selecionada; inscrever-se para receber a leitura do dia de *Hoje Um Caminho Melhor* (#1015.PT)?

4. EVITAR COMPORTAMENTOS DESTRUTIVOS NO GRUPO:

- Compreendemos...** □ porque é que o domínio das reuniões por qualquer membro não é salutar?

- por que razão não usamos outra literatura que não a de FA?
- por que razão não damos conselhos uns aos outros?
- por que razão não revolvemos o passado?
- porque é que falar dos outros é inapropriado, durante ou entre reuniões?
- porque é que temos de fazer sinal ao coordenador antes de falarmos?
- porque é que não discutimos religião?
- porque é que os fundos do grupo têm limitações precisas de utilização?

5. PASSAR A PALAVRA

- Será que...**
- divulgamos as nossas reuniões no *website* gratuito de FA e em *placards* informativos?
 - atingimos centros de tratamento, polícia, técnicos de reinserção social, advogados, juízes e outras potenciais fontes de encaminhamento?
 - importamos folhetos e outros materiais de informação pública disponíveis no *site* FA da Internet e os distribuímos na nossa comunidade?

6. PROCURAR AJUDAS E RECURSOS

- Alguma vez...**
- contactámos, por telefone ou por *email*, o World Service Office, para pedir ajuda?
 - solicitámos, em go@familiesanonymous.org, diretrizes ao Group Outreach Committee?
 - lemos o *Manual do Secretário do Grupo* (WSOF-14.PT)?
 - nos referimos à publicação *As Doze Tradições em Ação* (#5010.PT)?
 - usámos ideias de *Ferramentas FA de Recuperação*(#5001.PT)?
 - entrámos em contacto com grupos FA das proximidades, com o Intergrupo ou com o CNS?

Copyright © 2021
Families Anonymous, Inc.
Todos os Direitos Reservados



ASSOCIAÇÃO PORTUGUESA DE FAMÍLIAS ANÓNIMAS

Rua Manuel Almeida Vasconcelos, Lote 51, 2.º D.º

2775-714 Carcavelos

Atendimento Permanente: 962 688 811

Email: familiasanonimas1987@gmail.com

Internet: <https://www.familiasanonimaspt.com/>