

## **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](mailto: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**

**Atendimento Permanente: 962 688 811**

*Email:* [familiasanonimas1987@gmail.com](mailto:familiasanonimas1987@gmail.com)

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