

Apêndice dois

SUGESTÕES PARA COMEÇAR UM GRUPO DE APOIO PARA AS HABILIDADES COMUNICATIVAS COOPERATIVAS

Sobre grupos de apoio

O convido a formar seu próprio grupo de apoio local para praticar as habilidades descritas na Apostila dos Sete Desafios. O grupo pode ser no trabalho, em casa, como parte de um serviço público de alguma organização comunitária ou congregação religiosa.

A Rede dos Grupos de Apoio é uma associação informal de pessoas que estão estudando a Apostila dos Sete Desafios e que se ajudam uns aos outros e suas comunidades de um jeito que eles acham apropriado e que melhore suas vida . Nós mantemos contacto através do nosso e-mail “Journal of Cooperative Communication Skills” (Jornal das habilidades comunicativas cooperativas). Você pode se associar visitando o site www.NewConversations.NET).

Porque participar?

A felicidade, competência e satisfação que alguém tira de uma atividade na vida, geralmente, depende do amor, esforço e atenção que a pessoa põe dentro dela. Isto é muito verdadeiro quando aprendemos novas habilidades comunicativas. Uma das maneiras mais poderosas de você se ajudar é ajudar outros a aprender. Ao observar, treinar e praticar com outros, você desenvolve uma nova consciência do que acontece entre as pessoas em conversas e em conflitos. Você pode usar essa consciência para obter mais sucesso, reconciliação e satisfação.

O apoio de colegas ajuda as pessoas a se desenvolverem, e depende mais do tempo que as pessoas tem disponível, do esforço que elas conseguem fazer e da clareza e a disponibilidade de materiais de treinamento; ao invés do dinheiro que as pessoas tem para gastar ou o talento ou carisma do treinador. Práticas atuais de treinamento em comunicação tendem a

ser breves e caras. Isso tem duas grandes desvantagens: elas excluem muitas pessoas que poderiam se beneficiar da exploração de novas maneiras de se comunicar e elas não resolvem a questão das necessidades à longo prazo dos estudantes. Habilidades comunicativas evoluem no decorrer de meses e anos de prática. Pessoas que estão aprendendo novas maneiras de escutar e falar precisam:

- De relacionamentos para prática constante
- De oportunidades para crescer através da observação e treinamento
- De apoio para praticar novas habilidades através de uma comunidade praticante

Praticar em grupos de colegas usando a Apostila dos Sete desafios via internet de graça, é uma alternativa para aprender habilidades comunicativas onde todo mundo capaz de fazer um esforço pode participar por longos períodos de tempo. Todo mundo, pode receber tanta atenção quanto a que estão dispostos a dar. É o tipo de apoio que todo treinamento em comunicação precisa (mas que não tem). Participar de um grupo de apoio local é uma recapitulação ideal para os cursos que usam a Apostila dos Sete Desafios no trabalho, em escolas, clínicas, etc.

A falta de habilidade em comunicação e resolução de conflitos tem conseqüências drásticas em todos os setores da sociedade. Violência em escolas, tiroteios no local do trabalho e abuso de crianças vem `a mente, para dar alguns exemplos. A criação de ambientes de ensino que encorajem uma maior participação é para o nosso próprio bem. Nós nos ajudamos em muitos níveis diferentes., quando ajudamos o mundo.

As regras para participação, enumeradas nas páginas seguintes, como as regras de qualquer jogo, tem a intenção de ajudar as

peças a se focarem e coordenarem seus esforços. São promessas para nós mesmos, para os companheiros de time e para o mundo onde queremos viver vidas mais felizes. Elas foram desenvolvidas por Dennis Rivers após longas discussões com professores, terapeutas e futuros participantes. Cada grupo decide o que é o melhor para satisfazer suas necessidades, pois os grupos de apoio baseados nesta Apostila são independentes e auto-governadas. Eu espero que você considere as quatro sugestões seguintes como um ponto de partida bem pensado para desenvolver as regras que irão definir seu grupo de apoio e aprendizado em particular.

Quatro sugestões de acordos para os Grupos de Apoio

- Nós prometemos estudar e praticar a comunicação mais cooperativa, mais criativa, mais consciente, mais caridosa, mais corajosa e com mais sucesso, continuamente, em casa, no trabalho e na comunidade, usando a Apostila dos Sete Desafios como um dos nossos materiais de estudo, para termos uma vida mais plena e mais paz no mundo.
- Nós concordamos compartilhar nossas experiências no aprendizado, da melhor maneira que pudermos, como uma fonte de encorajamento para outros, para aumentar o encorajamento da cooperação no mundo. [estórias de sucesso nos dão força e encorajam muito mais que o melhor dos livros ou professores. O Instituto para habilidades comunicativas cooperativas se dedica a oferecer estórias de sucesso via internet de graça para todos.]
- Para aprofundar nossas habilidades comunicativas e ajudar a criar um mundo menos violento e mais cooperativo, nós concordamos em ajudar pelo menos uma pessoa a estudar e praticar os Sete Desafios, 2 horas por semana, em uma ou mais das seguintes maneiras:

Sendo um colega no aprendizado de uma pessoa,

Começando e coordenando um grupo de estudo e prática em casa, no trabalho, na escola ou em outra situação comunitária,

Apoiando outros membros do grupo a desenvolver suas habilidades pessoais como comunicador e treinador,

Apresentar o método dos Sete Desafios em reuniões e conferências como um exemplo de conhecimento compartilhado de forma pública e disponível para todos,

Dando aulas introdutórias em troca de pequenas doações ou cursos para adultos de baixo custo (poderão ser cobradas custas de reprodução e outros materiais), e

Qualquer outro serviço público que seja condizente com nossa situação de vida, como: trabalho voluntário em prisões, cadeias, casas de detenção, hospitais, etc., ou traduzindo materiais para outras línguas.

- Nós concordamos em manter um diário pessoal onde registramos nossos pensamentos, sentimentos, esperanças, decepções e experiências de vida, para focar melhor no nosso aprendizado e na nossa história de vida. [um dos aspectos mais importantes em se manter um diário é que só podemos guiar as partes de nossas vidas e as ações que somos capazes de observar. Se você não está familiarizado com diários, tente começar a escrever cartas sobre sua jornada de vida para amigos imaginários. Diários oferecem um lugar seguro e privado onde expressar, explorar e clarificar emoções e necessidades antes de expressá-los em público. Observar sua vida através de um diário também o/a ajudará a aprender a observar mais sua interação em conversas de um momento para o outro.]

Próximos passos. Sugestões para participação

Custo: Por favor, torne a participação no grupo de apoio o mais barato possível. Use lugares públicos, como bibliotecas que são de

