

# PREPARAR/ENRIQUECER

## Guia do *Feedback do Facilitador* (8 Sessões)

### **Prover *Feedback***

Para cada reunião, iniciar dando aos casais *feedback* específicos dos resultados de seus Relatórios do Casal e do Facilitador. Dar aos casais *feedback* equilibrado a respeito de seus pontos fortes (itens em que concordam) e também das questões potenciais (divergências, indecisão e itens com foco especial). A seguir, conduzir o casal aos exercícios do Livro de Exercícios do Casal referentes aos temas abrangidos na reunião.

O esboço provido destina-se a ser o guia *feedback*. Trata-se de uma diretriz sugestiva, mas pode ser adaptada para se enquadrar aos vários ambientes, estruturas de tempo e modelos de *feedback* (ex.: grupos ou casais individuais).

### **Relatórios**

- **Relatório do Facilitador:** O Relatório do Facilitador destina-se a ser usado pelo facilitador do PREPARAR/ENRIQUECER ou por um casal mentor treinado. Este relatório não deve ser entregue ao casal que está recebendo o *feedback*.
- **Relatório do Casal:** O Relatório do Casal pode ser entregue ao casal para ser visto e guardado como registro de seus resultados do PREPARAR/ENRIQUECER.
  - Não dê ao casal seu relatório antes do primeiro exercício: Partilhar os Pontos Fortes & Áreas de Crescimento.
  - O Facilitador não necessita dar ao casal o relatório e pode considerar dar aos casais apenas as seções que se aplicam ao *feedback* e exercícios que estão sendo abrangidos em determinada seção.

### **Livro de Exercícios do Casal**

- Ao prover *feedback* ao casal, cada indivíduo deve ter sua própria cópia do livro de exercícios ou uma cópia dos exercícios selecionados que estão sendo abrangidos na sessão atual.

### **Tarefa de Casa**

- O esboço das 8 Sessões sugere atribuir uma tarefa de casa, depois de cada encontro. Os casais devem ser instruídos a reverem e a discutirem, em casa, o material abrangido no Livro de Exercícios do Casal. Cobre os casais para que façam sua tarefa de casa, a cada semana.
- Em alguns casos, a tarefa de casa envolverá realizar os exercícios que não foram feitos durante o tempo com o facilitador. Em outros casos, eles serão instruídos a discutirem e/ou praticarem em casa os conceitos ou capacidades recém-apresentados.
- Dedique, aproximadamente, 5-10 minutos no início de cada encontro para conferir com o casal como se saíram em sua experiência na tarefa de casa e responda às perguntas que surjam. Em alguns casos, poderá ser necessário repetir/rever certos conceitos e habilidades.

<b>Sessão</b> (60-90 min.)	<b>Temas do Relatório</b>	<b>Livro de Exercícios do Casal</b>	<b>Tarefa de Casa</b>
<b>1</b>	<b>Pontos Fortes &amp; Áreas de Crescimento</b> <b>Dinâmicas Relacionamento</b> <b>Comunicação</b>	p.2 Partilhar os Pontos Fortes & Áreas de Crescimento. p.4 Criar Lista de Desejos.	➤ p. 5 Diálogo Diário & Elogios Diários. ➤ Praticar a Positividade & Ouvir Ativo. ➤ Rever e Discutir as páginas 2-4
<b>2</b>	<b>Perfil do Estresse Pessoal</b>	p.6 Identificar as Questões Mais Críticas. p.7 Equilibrar Suas Prioridades. p.8 Estresse no Preparo das Bodas (se for os caso).	➤ Exercício para Rever o Equilíbrio de Suas Prioridades no lar. ➤ Rever e discutir as páginas 6-8.
<b>3</b>	<b>Resolução de Conflito</b> <b>Dinâmicas Relacionamento</b>	p.9 Dez Passos na Resolução do Conflito. p.10 Como Reservar um Tempo para Sair. p.11 Pedir & Dar o Perdão.	➤ Praticar os 10 Passos para a Resolução do Conflito em uma questão atual. ➤ Rever e discutir as páginas 9-11.
<b>4</b>	<b>Administração Financeira</b>	p.12 O Desafio do Dinheiro. p.13 Importância dos Alvos Financeiros. p.15 O Significado do Dinheiro.	➤ p. 14 Preencher a Folha do Orçamento. ➤ Rever e discutir as páginas 12-15.
<b>5</b>	<b>Sexo e Afeição</b> <b>Papéis no Relacionamento</b> <b>Atividades de Lazer</b>	p.17 A Expressão da Intimidade. p.18 Compartilhar Papéis.	➤ p.16 Preencher o Exercício do Namoro. ➤ Rever e discutir as páginas 16-18.
<b>6</b>	<b>Expectativas no Casamento</b> <b>Filhos &amp; Paternidade</b> <b>Crenças Espirituais*</b>	p.20 Administrar Suas Expectativas. p.21 Discussão do Casal Sobre Filhos. p.21 Planejar uma Reunião Familiar Semanal. p.22 Famílias Conjugadas: Escolher Expectativas Realistas (se for o caso).	➤ p.19 Sua Jornada Espiritual*. ➤ Rever e discutir as páginas 19-22.
<b>7</b>	<b>Mapa do Casal</b> <b>Mapa da Família</b>	p.23 Mapear Seu Relacionamento. p.25 Exercícios da Intimidade. p.26 Exercícios da Flexibilidade.	➤ Praticar a Intimidade & Flexibilidade, conforme indicado. ➤ Rever e discutir as páginas 23-26.
<b>8</b>	<b>SCOPE Personalidade</b>	p.27 Sua Personalidade SCOPE . p.28 Alcançar os Alvos . . . Juntos.	➤ Rever e discutir as páginas 27-28. ➤ Discutir o que você aprendeu deste programa.

\* Se preferir, poderá pular o exercício das Crenças Espirituais devido a restrições obrigatórias por lei.