

ATIVIDADE EM FAMÍLIA:

CHAVES DO CORAÇÃO

Querida família,

Cruzar caminhos emocionais é fundamental para desenvolvermos relações sólidas e saudáveis, mas, para que isso ocorra, devemos estar dispostos a conhecer profundamente as pessoas que amamos, sem idealizações ou expectativas. Precisamos apenas estar abertos para navegar no mar do outro, ou seja, pelo desconhecido. A contrapartida também é fundamental: devemos estar abertos para que os outros nos vejam, sem tantas defesas ou fugas. Às vezes, percebemos que o mundo interior daqueles que mais amamos é complexo e enigmático, mas precisamos saber que:

“Todo ser humano é um cofre. Não existem mentes impenetráveis, mas chaves erradas”.

Augusto Cury

Somos verdadeiramente íntimos de quem amamos? Construimos uma relação verdadeira e honesta, sem julgamentos ou apontamentos?

Esta atividade tem a intenção de aproximar mundos emocionais e criar vínculos profundos e fortes. Vamos praticar?

ATIVIDADE EM FAMÍLIA:

Essa atividade trabalha as competências e habilidades socioemocionais, dentre elas, destacamos:

- **Confiança;**
- **Convicção;**
- **Criatividade;**
- **Autoconhecimento;**
- **Contemplar o belo.**



Peça para sua família enfeitar uma pequena caixinha que irá representar o seu coração e faça o mesmo para cada um deles. Todos deverão memorizar como é a caixa de cada um da família. Individualmente, escrevam respostas para os itens a seguir em um papel:

- As coisas que lhe emocionam;
- As pessoas que mais ama;
- Os lugares que mais gosta;
- 3 coisas nas quais acredita;
- Um medo;
- Um desejo para o futuro.

Quando terminarem de responder, cada um coloca o papel em sua devida caixa.

Agora, todos irão esconder muito bem essas caixinhas na casa de tal forma que seja difícil achá-las! Lembre-se: não comentem sobre as respostas uns com os outros.

Pegue um saquinho e coloque, dentro dele, papéis com os nomes dos participantes e peça para cada um extrair um papel...

Cada participante irá tentar encontrar a caixa correspondente ao nome que sorteou. Regra: ninguém pode tocar nas caixas que não correspondam ao nome que pegaram no saquinho.

Na hora que todos estiverem com uma caixa nas mãos, ou seja, com a chave do coração de alguém, peça para cada um abrir e compartilhar o conteúdo que encontrou, assim, estaremos compartilhando também nossas emoções, medos, anseios, sonhos, enfim, tudo aquilo que temos dentro do nosso coração e, principalmente, aproximando nossos mundos emocionais.