

چه گروهی را برای تسهیلگری انتخاب کرده اید؟

جمع ۴ نفره خواهرانه

این گروه برای شما که هستید؟ چه فکرها و ذهنیت‌ها و فرضیه‌هایی درباره این گروه دارید؟ دو خط درباره آن بنویسید.

هر کدام از ما با تلاطم‌های روحی و سختی‌های مختلفی در زندگی روبرو هستیم، یکی در کار، یکی در تربیت فرزند، یکی در ارتباط با همسر و ... نزدیکی روحی ما و شناختی که از هم داریم، کمک‌کننده به درک و همدلی ماست. و فکر می‌کنم ما از کودکی نسبت به هم یک سری ذهنیت‌هایی داریم که به خاطر اینکه از هم ناراحت نشیم هیچ وقت راجع بهشون حرف ن‌زدیم. و همین باعث شده گهگاهی با دلخوری به هم چیزی بگیم و یا باهم رفتار کنیم. گفتگو راجع به احساسات و نیازها میتونه راهگشا باشه شاید. دنیای تسهیلگری شما شامل چه نیت‌هایی است؟ چه نیت‌هایی برای تسهیلگری این گروه دارید؟

امنیت و آرامش و همدلی و رشد/ همدلی و شنیدن فعالانه و صلح

چه فرصت‌هایی برای تسهیلگری این گروه می‌بینید؟

هر دو هفته یکبار یک دورهمی ۴ نفره به میزبانی یک نفر: قسمتی از نشست برای شنیدن و همدلی و قسمتی هم جهت بیان تجربه‌های ناب این دو هفته (هرآنچه که آموختیم و تجربه کردیم از زندگی)

مثلاً: ماهی یک جلسه کتابخوانی، هر دو هفته یک بار یک دورهمی خانوادگی، هفته‌ای یک بار جلسه گروهی

چه موانعی برای تسهیلگری این گروه دارید؟

جدی نگرفتن من/ نفهمیدن حرف همدیگه و منحل شدن آن به کلی/ نگرانی برای بچه‌های خواهر بزرگه که ممکنه نذارن هر دو هفته بیاد/ ترس از کنار رفتن پرده روی چهره و نمایان شدن حقیقت دل

مثلاً: ممکنه من را خیلی تحویل نگیرند، من خیلی حساسم در ارتباط با این‌ها، قبولم ندارند، ساختارهای سازمان اجازه تسهیلگری

به من نمی‌ده و ...