

Dia diocesano do catequista

Santa Cecília, Câmara de Lobos

Discernimento e acompanhamento dos jovens

10 de junho de 2018

Natália Pita

Dinâmica

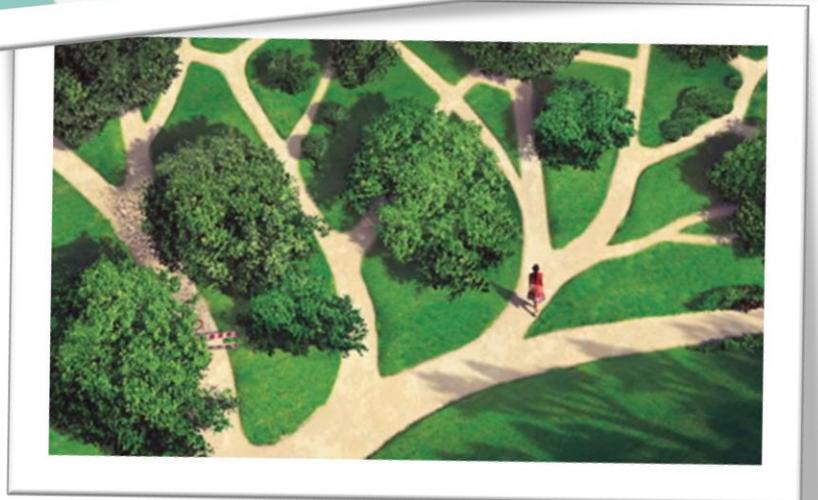
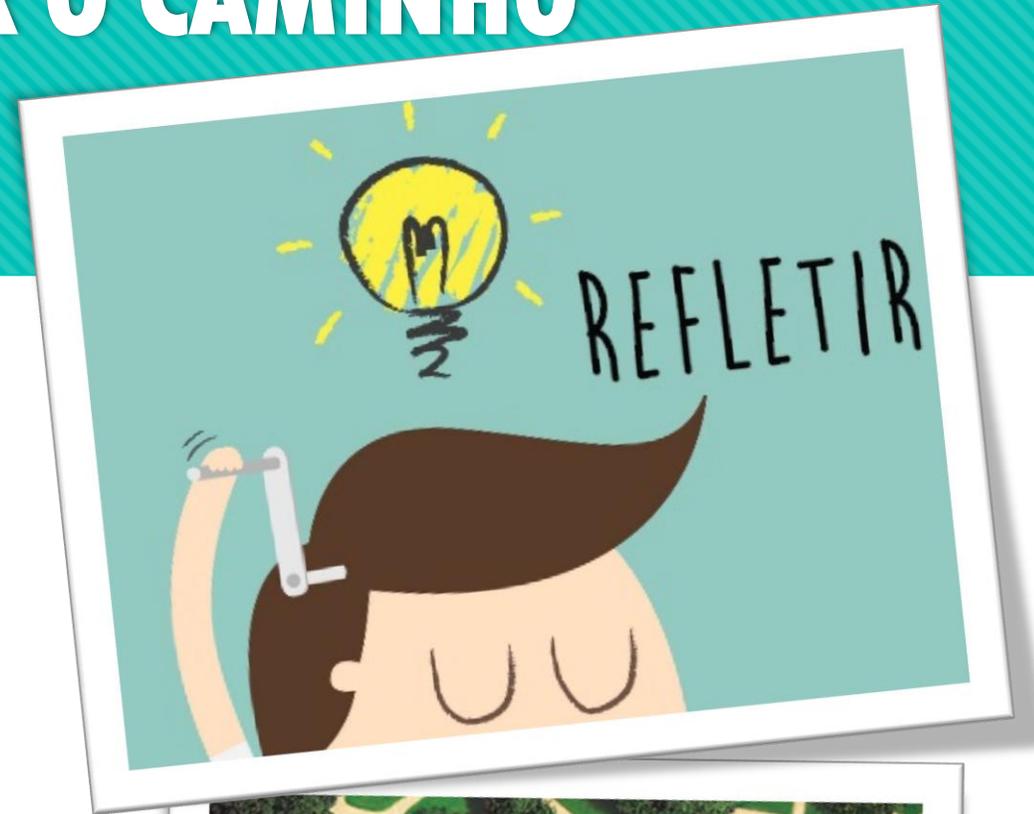


- **Sentiram-se orientados?**
- **Foi fácil APONTAR COM SEGURANÇA a orientação certa?**
- **Se tivessem a possibilidade de usar uma BÚSSOLA, acham que ela poderia vos ter ajudado?**

SERÁ SEMPRE FÁCIL ESCOLHER O CAMINHO CERTO?

Na vossa experiência de vida...

- **Tiveram algum tipo de acompanhamento?**
- **Foi adequado? O que poderia ter sido melhor?**
- **O que mais marcou esta fase da vossa vida?**



«Os jovens, a fé e o discernimento vocacional»

Quando o Papa Francisco propõe este tema para o próximo sínodo...



- Ele tem a sábia consciência de que os projetos de vida dos jovens descobrem-se com base em **experiências de crescimento ACOMPANHADAS...**
- E que esse acompanhamento (a sua qualidade) é **essencial para um bom processo de discernimento!**
- Isto é, para boas tomadas de decisão (que favorece o jovem e que favorece o mundo à sua volta), faz toda a diferença estar **acompanhado de adultos conscientes e preparados para ajudar!**

ADOLESCÊNCIA E JUVENTUDE

Período de muitas
**DÚVIDAS, INCERTEZAS,
ANSIEDADE,
INSTABILIDADE...**



**Devia sentir uma
“vozinha interior” a
dizer-me o que
devo fazer?**

**Ter vocação
para? Sou livre
para optar?**

**Ou já
está
predestinado?**

**Estou pronto para
tomar decisões
que vão marcar
toda a minha
vida?**

**Qual a diferença
entre vocação e
profissão?**



Como é que eu sei qual a
melhor decisão para o
meu futuro?

Ter de escolher e
optar: este é um
problema de
todos?

Ou só de alguns,
como eu?

... E se eu escolho
e me arrependo
depois?

E se eu falho??

Quem me
pode
ajudar?





**Nós, adultos, temos
sabido acompanhar?
Ser bússola?**



**Perante
todas estas
DÚVIDAS,**

Nós, adultos, sentimo-nos preparados para acompanhar?



- **Conhecimento?**
- **Experiência?**
- **Paciência?**
- **Motivação?**
- **Saber fazer?**
- **Relação? ...**

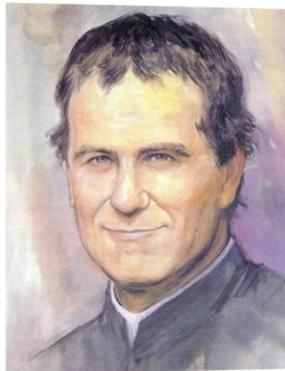


Acompanhar jovens...

DESAFIO !

“Os jovens devem sentir que são amados. A primeira felicidade de um jovem é saber-se amado.”

(S. João Bosco)



RELAÇÃO (importância)



DISCERNIMENTO

Existem ferramentas para viver melhor as fases de discernimento e tomadas de opção!



1. **CONHECER-SE A SI PRÓPRIO**
2. **ESTAR ATENTO AO QUE ACONTECE DENTRO DE SI**

- **As opções certas não surgem logo em forma de ideias claras e distintas!**
- **Cada pessoa vai tendo sentimentos, estados de humor, impulsos, vontades, desejos, anseios...**

... sentimentos,
estados de humor,
impulsos, vontades,
desejos, anseios...

Tendem a ser **SINAIS**
que **podem indicar**
as opções que
autorrealizam!

Neste sentido, não
chega o raciocínio.
É preciso sabermos ler e
compreender o nosso
mundo emocional!



SENTIR



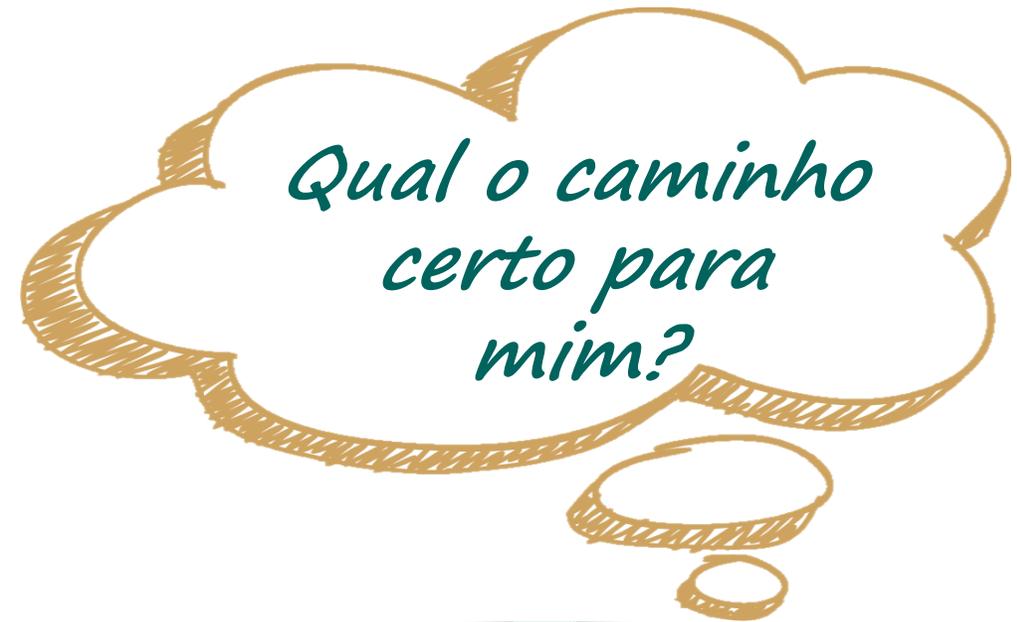
Entender, conhecer



Agir,
tomar opções

A ESCOLHA CERTA é o que dá verdadeiro sentido à vida!

- **Mesmo que isso implique determinados esforços ou obstáculos.**
- **As escolhas certas são aquilo queremos... depois de retirados todos os obstáculos!**



Que obstáculos à descoberta do caminho certo?



1. Influências externas

- 1.** Opinião/pressão dos outros...
- 2.** Deixar-se levar pelas modas ou tendências dominantes...

2. O que é mais fácil...

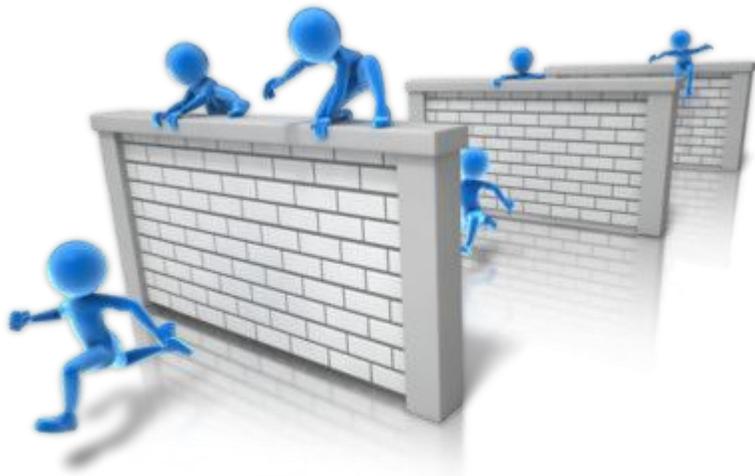
3. O que me apetece...

4. O que é mais cómodo...

5. O que alimenta mais o meu ego...

Que outros OBSTÁCULOS??

**O que impede de
seguir o
caminho/vocação?**



- **Medos**
- **Inseguranças**
- **Feridas**
- **Experiências não
ultrapassadas/resolvidas...**

ATENÇÃO a estes percalços do caminho!!



**Gerir e
ultrapassar esses
obstáculos!!**

Depois de ultrapassados os obstáculos...

Depois de tiradas as cascas... peneirar...

- **DESCASCAR/ PENEIRAR...**
 - deixando ficar apenas a (ou as) opções que fazem sentido para a vida de cada um.
- **Processo de REFLEXÃO, QUESTIONAMENTO E EXPERIMENTAÇÃO...**
 - que aproxima continuamente das **opções mais acertadas...**
= descoberta do **DIAMANTE!**



Dimensões Humanas

Física

Emocional

Intelectual

Social

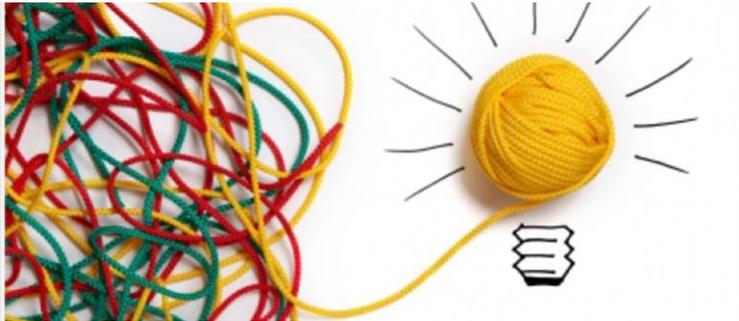
Transcende
ntal
Espiritu
al

Como ACOMPANHAR



- **Gostar de jovens e interessar-se puramente pela sua vida**
- **Cultivar momentos de diálogo e de reflexão (individual, em grupo...)**
- **Ouvi-los verdadeiramente**
- **Estar disposto a aceitá-los como eles são**

Como ACOMPANHAR



- **Potenciar oportunidades para que possam conhecer melhor os seus próprios:**
 - **Valores (ex., justiça, verdade, igualdade, cultura, bem-estar, beleza, bondade, amor...)**
 - **Talentos/capacidades**
 - **Interesses**
- **Ajudá-los a ser conscientes, não só destes aspetos que os potencia, mas também dos seus limites e dificuldades**
- **Ajudar a descobrir e compreender quais as suas necessidades**

Como ACOMPANHAR



- **Promover a oportunidade de realizar experiências nos mais variados domínios e áreas de possível realização - *moratória psicossocial***
- **Ajudar a avaliar as decisões e opções tomadas**
 - **Apoiar e motivar naquelas que tenham implicado algum erro ou falha (sem julgar)**
 - **Ajudar a minimizar os medos**

Como ACOMPANHAR



- **Ajudar a tomar consciência de algumas pressões sociais que sofre**
- **Evitar projetar expectativas dos adultos**
- **Aceitar que a ansiedade atual é natural e aprender a lidar com essa ansiedade**

Como

ACOMPANHAR

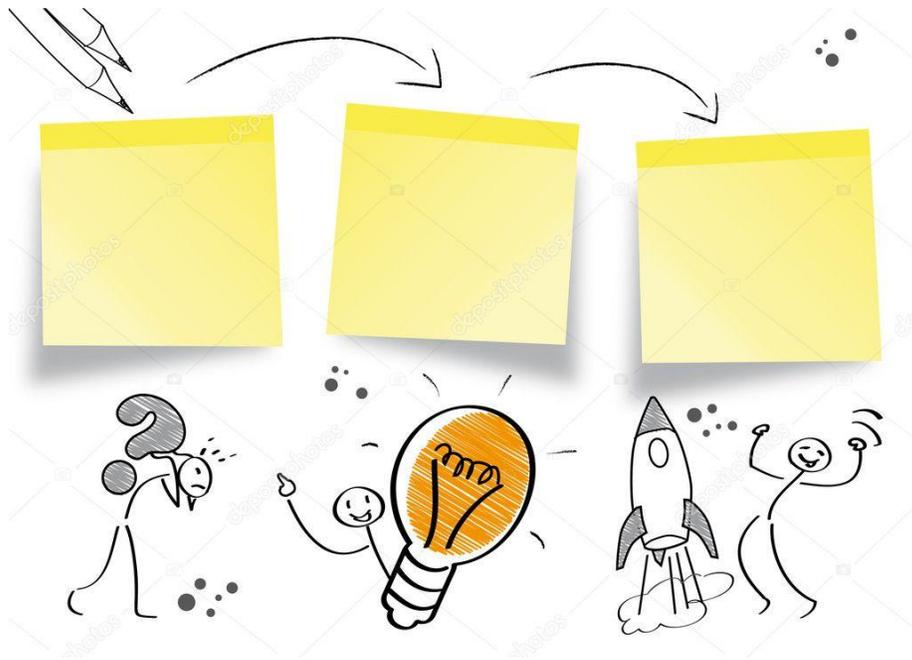


- **Ajudá-los a identificar e construir objetivos em que o seu “eu ideal” e o seu “eu real” se aproximem**

i.e., objetivos realistas, passíveis de serem concretizados

- **Estimular a confiança em si próprios e na capacidade de arriscar**

Como ACOMPANHAR



- **Potenciar a experiência de sonhar, de desejar, de querer...**
- **Incentivar positivamente**
 - **Acreditando no jovem**
 - **Fomentando a esperança (mesmo perante desafios/dificuldades)**

Os jovens são sonhadores, por natureza....



Potenciar e acompanhar
os jovens NOS SEUS
SONHOS,
é contribuir decisivamente
para que a Sociedade
(e também a Igreja)
“pule e avance”!

Quando encontraste a tua vocação?



Quando encontraste o que tu amas!



Obrigada pela atenção!