

Reunião familiar da CNV

- ➔ Definir um bastão da fala, que será um objeto escolhido pela família e deverá demarcar o momento em que uma pessoa está falando. A pessoa que estiver falando na reunião, deverá segurar o bastão da fala e não poderá ser interrompida.
- ➔ Inicia-se com a família sentando em roda (em volta da mesa ou sentados ao chão, por exemplo) fazendo o check in. Cada membro da família deve expressar o seu sentimento presente.
- ➔ Após o check in, a família faz a rodada de reconhecimentos em tom positivo. Cada membro da família deverá agradecer uma pessoa ou reconhecer por algo bom que a pessoa fez. Por exemplo, "Filho, eu quero te reconhecer por ter estudado esta semana para suas provas."; "Eu agradeço por você ter feito o almoço e ter deixado tudo organizado para a semana ser mais tranquila."
- ➔ A seguir a família escreve a pauta da reunião: quais são os problemas a serem resolvidos ou as demandas a serem planejadas. Por exemplo, definição de agendas, combinados, tarefas de casa, um conflito que aconteceu... Todas as pautas devem ser escritas em um papel ou caderno e somente devem ser tiradas da pauta caso haja um consenso. No caso de discordâncias, a pauta deve permanecer para a próxima reunião.
- ➔ A dica para tarefas domésticas é definir as principais funções e fazer rodízios a cada semana.
- ➔ Após a conversa sobre as pautas da semana, sugere-se que a família escolha uma necessidade, um valor importante como o Guia da semana, quinzena ou mês. Por exemplo, a escuta, o compromisso, o cuidado pessoal, a autonomia etc.
- ➔ Deverá ter um tempo definido para a duração da reunião. Por exemplo, 20 minutos. O objetivo é que seja algo prático e possível.
- ➔ Encerrar a reunião com algo divertido a ser feito junto e uma rodada de check out (expressão de sentimentos).
- ➔ A reunião deve ser um compromisso com frequência combinada (semanal, quinzenal, mensal).