

FUENTES DE APOYO ESPIRITUAL PARA NUESTRA FAMILIA

Examine la lista siguiente de fuentes de apoyo para usted y para su familia. Mire a las fuentes que existieron en el pasado, las que se utilizan en el presente y a aquellos que le gustaría a su familia usar en el futuro.

Instrucciones:

- Coloque un signo "+" junto a las fuentes que son más importantes para usted y su familia.
- Coloque un signo "-" al lado de las fuentes que son menos importantes.

ACTIVIDAD	PASADO	PRESENTE	LE GUSTARIA USAR
Servicios de adoración			
Visita con clero			
Conversar con amigos			
Oración (Rezo)			
Meditación			
Música			
Canción			
Poesía			
Escritura			
Otros libros			
Rosario			
Sacramentos			
Ayudar a los demás			
Compañerismo			
Escribir			
Visitar la Naturaleza			
Movimiento/Baile			
Compartir una comida			
Otras personas			
Otros símbolos			
Otros rituales			

Revise sus respuestas y escriba sus pensamientos, comentarios y preguntas sobre lo que usted nota.

(Adaptado de la hoja de trabajo titulada, Working with Groups on Spiritual Themes)

SUS RECURSOS ESPIRITUALES

Cuando estas desanimado o deprimido, ¿qué es lo que te mantiene en pie?

¿Dónde haz encontrado fuerza en el pasado?

¿Crees en un poder superior a ti mismo? ¿Quién o qué es?

¿Cuánto control crees que tienes sobre lo que sucede en tu vida?

¿Tienes una manera personal de satisfacer tus necesidades espirituales? (Por ejemplo, la oración, la escritura, etc.)

¿Qué diferencia ha hecho la espiritualidad en la forma en que has vivido tu vida?

¿Cuáles son tus habilidades creativas especiales?

Revisa tus respuestas, luego escribe un par de pensamientos, perspicacias (entendimientos), o ideas que se te ocurren sobre tus respuestas. ¿Qué notas?

(Adaptado de la hoja de trabajo titulada, Working with Groups on Spiritual Themes)

FLOR DE PALABRAS DE LA ESPIRITUALIDAD

Una actividad que ayuda al grupo creativamente a ampliar la variedad de imágenes asociadas con el tema de la espiritualidad.

Materiales

- Creta
- Pizarrón
- Papel
- Plumas o Lápices

Proceso

1. Coloque la palabra de tema, la espiritualidad, dentro de un círculo dibujado en la pizarra.



2. Los miembros de grupo entonces comparten todas las palabras que ellos asocian con la palabra. Añada aquellas palabras como pétalos en la flor.



3. Tenga alguna discusión limitada sobre algunas palabras seleccionadas, apuntando puntos culminantes de la discusión en la pizarra.

(Adaptado de la hoja de trabajo titulada, Working with Groups on Spiritual Themes)

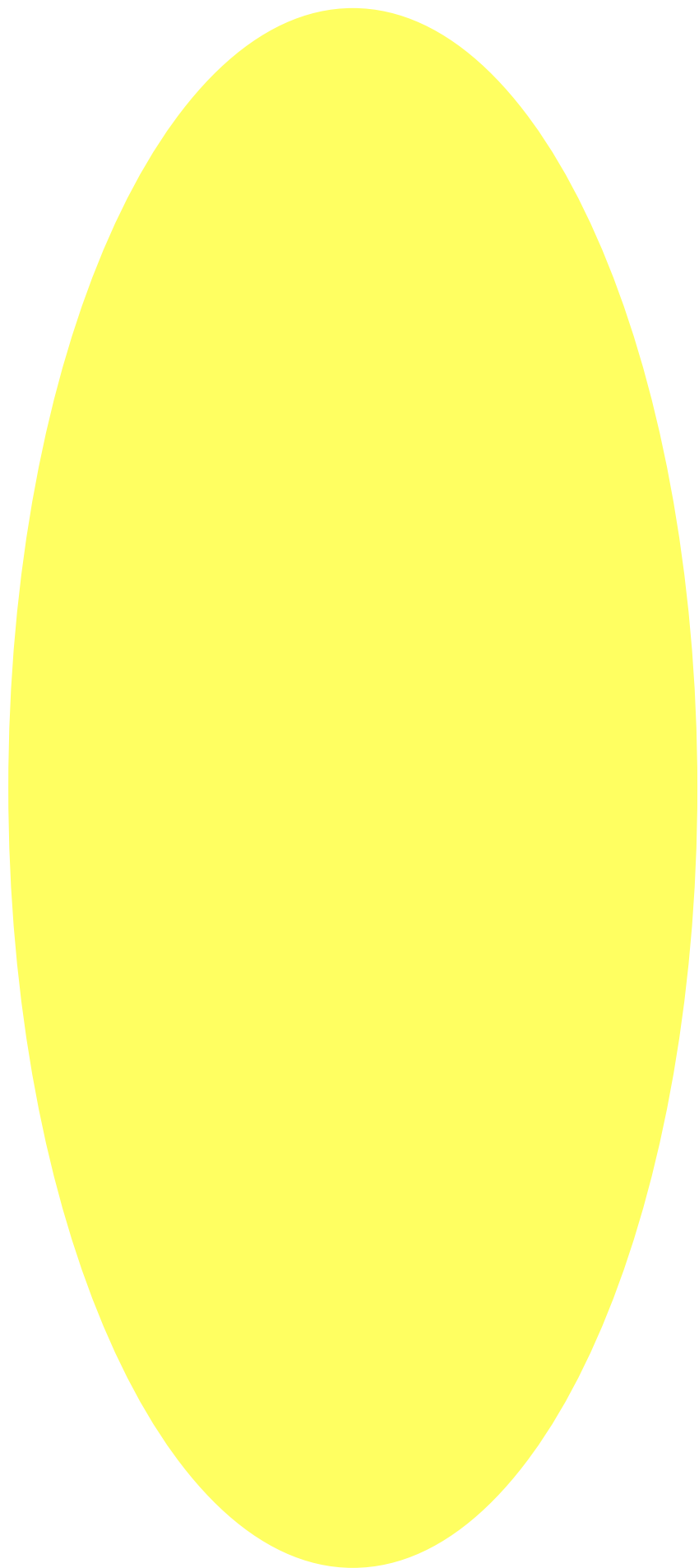
Definiciones:

Espiritualidad - la manera que nosotros nos enfocamos, la manera que nosotros hacemos sentido de nuestras vidas, reconocer la presencia de Espíritu dentro de nosotros y viviendo un un estilo de vida consecuente con aquella presencia.

Religión – un sistema de creencia, valores, reglas para vivir, y rituales. Es una manera que la espiritualidad de una persona es mostrada. Puede proporcionar una manera para el desarrollo espiritual.

Palabras que pueden ser asociadas con la espiritualidad:

Oración,	Propósito	Fuerza	Vida después	Tolerancia
Meditación	Integridad	Reflexión	de muerte	Conexión
Compromiso	Trinidad	Cólera	Creencia	Guía
Perdón	Maravilla	Alimento	Silencio	Aprendizaje
Sabiduría	Relaciones	Agradecimiento	Soledad	Lectura
Devoción	Cuidando	Adoración	Felicidad	Calma
Creencia	Familia	Viaje	Tristeza	Sencillez
Paz	Dios	Poderoso	Alégrese	Trabajo
Confraternidad	Esperanza	Comodidad	Gritos	Luz
Voz Interior	Alegría	Cielo	Canto	Oscuridad
Comunidad	Fe	Ángel	Impresionante	Paz
Amor	Dirigir	Salvación	Tragedia	Predicador
Tierra	Saber	Iglesia	Biblia	Vida
Interno	Celebración		Rindiendo	



Nuestro Valores de Familia



¿Qué son los valores de familia?:

- Los valores de familia son en lo qué creemos.
- Los valores de familia son lo que pensamos es importante.
- Los valores de familia son compartidos.
- Los valores de familia dirigen nuestras acciones de familia.

Aquí hay algunos valores que algunas familias consideran importantes.

Tiempo con la familia	Afecto	Diversión
Amor	Privacidad	Dinero
Respeto	Religión	Trabajo
Compartir	Educación	El hogar

Anote algunas otras cosas que las familias valoran:

Anote las cosas que su familia valora en el orden que usted los valora:

1.

2.

3.

4. _____
5. _____

Valores de Familia y Vida de Familia

Pensando en el valor que usted eligió poner en la lista como número uno _____

Hablen juntos acerca de ...

¿Cómo este llegó a ser un valor de familia?

¿Concuerdan todos en la familia que este valor es el más importante? ¿Quién concuerda? ¿Quién no esta de acuerdo?

¿Los parientes y amigos de su familia cercana apoyan este valor de familia? ¿Cómo?

¿Cómo es que este valor guía a su familia?

¿Cómo muestran la importancia de este valor en la vida diaria de su familia?



Planee una actividad de familia para reforzar uno de sus valores de familia importantes.

Uno de nuestros valores de familia importantes es _____.

Mostraremos nuestra creencia en este valor realizando la siguiente actividad familiar: _____.

¿Quién participará?:

_____	_____
_____	_____
_____	_____
_____	_____
_____	_____
_____	_____

¿Cuándo vamos hacerlo?: _____

¿Qué vamos hacer?:

¿Quién hará qué para prepararse?

¿Quién?

¿Qué?

