

15 de gener

Avui som 6 persones que acompanyem a altres persones. En la roda d'inici surten diversos temes i el que agafa més força es aprofundir en els ordres d'amor i parlar de casos pràctics.

Primer parlem dels ordres de l'ajuda i llavors ens plantejem que entenem per ajuda. Veiem la similitud en a acompanyar i ajuda segons Bert Hellinger.

*Parlem d'un cas concret* d'una família amb risc d'exclusió social. Parlem de fins a quin punt tants ajuts poden ajudar o desempoderar. De vegades quan hi ha molta ajuda externa no hi ha espai perquè la persona s'empoderi en la seva pròpia vida. També parlem com a vegades des de la nostre figura podem caure en el propi parany d'ajudar des de un lloc diferent.

Arribem algunes conclusions:

-Diferenciem que en l'ajuda no es necessari que apareguin llocs diferents. Si no que estan en situacions diferents.

-Des de la sistèmica es mes simple posar-nos al nostre lloc i no estar en la posició de salvadors del mon. I no posicionar als acompanyats en lloc de víctima.

Sorgeix el terme de lla bona consciència; terme escoltat de Angelica Olvera. On explica l'idea de tenir la solució i a vegades es diferent a el que els ajuda. A vegades la millor ajuda es no ajudar.

Parlem d'un altre cas on una acompanyant a animat a uns familiars a agafar el seu lloc de pares. Per això l'acompanyant ha necessitat dir no i posar límits a la seva funció per no invadir llocs familiar.

Sorgeix el *cas de persones* que es situen en el lloc de víctima per poder aconseguir que altres facin coses per ell. Compartim com ens sentim nosaltres quan algú agafa aquest rol. Aquest, ens porta a un altre *cas concret* de quan acompanyant un infant la família ens transmet que no li agrada.

Això ens porta a verbalitzar el dubte que ha vegades sorgeix:

Estic fent allò suficient??

Mirem tot el que ve darrere d'aquesta pregunta: judici, culpa, perfeccionisme...

Surten idees de com acompanyar-nos i dinàmiques que a nosaltres ens han funcionat:

-Dinàmica d'observació

-Despersonalitzar. Observar les projeccions que fem sobre l'altre. Quan l'altre en comenta poder separar que ens comenta sense que ens mogui temes passats propis. **Jo he fet el millor que he pogut i estic obert a escoltar-te.**

- obrir-nos a escoltar.

- aplicar-nos els ordres d'ajuda a nosaltres.

- sorgeixen paraules com honestedat, consciència, responsabilitat, escoltar-me. Que ens ajuden a expressar com ens sentim.

- analitzis transaccional ajuda a poder posar consciència en des de quin lloc la gent esta parlant( nen, pare o adult).

-Actuar des del lloc.

- Posar consciència en la nostre situació familiar, ja que els desordres viscuts en la família tenim tendència a repetir-los en la feina. I poder-nos preguntar: Que estem cobrint quan donem mes del que l'altre necessita.

Dinàmiques concretes en l'aula i el dia a dia :Ajuda molt poder ubicar-nos en el nostre lloc en el sistema. També a l'hora d'acompanyar a un infant poder ubicar-lo amb els seus pares darrere i lloc amb els germans.

Fem una roda final per despedir-nos i pel proper dia algunes persone portaran: el llibre “Els ordres de l'ajuda” i també ens recomanem un llibre que es diu el manantial no pregunta por el camino.