

Dinâmica Medidor Estresse

Material: Balões de duas cores, uma cor para homens e outra para mulheres.

Objetivo: Conscientizar o casal da necessidade de não permitir que a ansiedade e irritações do dia a dia sejam transferidos para o relacionamento, pois de tanto “Encher a Paciência” do outro, ele poderá “explodir”

Desenvolvimento: Cada um de vocês recebeu um balão e ele é um “medidor de estresse” do seu relacionamento, proveniente das ansiedades e irritações do dia a dia. A cada pergunta que fizermos, se a resposta for Não me Estresse, não assopre. Mais se for:

Me Estressar um Pouco – Dê um Sopro

Me Estresse Bastante – Dê dois Sopros

Me Estresse e Vou Explodir – Dê três Sopros

Perguntas:

1. Quando Ela Atrasa; (ele)
2. Quando Ele Critica suas Roupas; (ela)
3. Quando Ela tenta Impedir seu Futebol; (ele)
4. Quando Ele te deixa para Jogar Bola; (ela)
5. Quando Ela te Contraria; (ele)
6. Quando Ele está Nervoso com algo e Desconta em Você; (ela)
7. Quando Ela Sai com as Amigas; (ele)
8. Quando Ele Sai com os Amigos; (ela)
9. Quando Ela Não Conversa e Fica de Cara Feia (T.P.M); (ele)
10. Quando Ele toma alguma Decisão Sem Consulta-la. (ela)

Agora vamos Murchar este Balão!

A partir de agora iremos pontuar alguns tópicos de circunstâncias que aproximam vocês. Para cada circunstâncias informada que considere aproximá-los Solte um pouco o Ar do Balão.

1. Quando Ela é Pontual; (ele)
2. Quando Ele te Elogia; (ela)
3. Quando Ela Não implica com seu Futebol; (ele)
4. Quando Ele te Chama para um Programa Juntos; (ela)
5. Quando Ela te Apoia; (ele)
6. Quando Ele é Sensível e te dá atenção; (ela)
7. Quando Ela Respeita seu Espaço; (ele)
8. Quando Ele Confia em Você; (ela)
9. Quando Ela é Carinhosa e te dá Atenção; (ele)
10. Quando Ele tomam as Decisões Juntos. (ela)

Conclusão

A partir da realização desta Dinâmica podemos perceber o quanto a Compreensão é um elemento Chave para que o Amor e Respeito Existam Entre o Casal.

Muitas pessoas dizem que você não pode abrir mão de nada e que a pessoa que te ama deve te aceitar assim como é. Mas isso não é bem verdade, você não pode perder suas características, seu jeito e personalidade por causa de uma pessoa. Mas vai perceber que é preciso abrir mão em algumas circunstâncias para ser feliz.

Sempre devemos nos colocar no lugar do nosso Parceiro ou Parceira, com Tolerância, Humildade, Benevolência, Flexibilidade e Complacência.

O Casal deve ter como plano principal a Aproximação com Deus constantemente, tendo como Base a Fé e o Amor Incondicional a Deus em primeiro lugar, confirmando através desse Amor o crescimento conjunto em um caminho comum Rumo ao Sacramento do Casamento, quando somente a partir de então serão um.

O amor é paciente, o amor é bondoso. Não inveja, não se vangloria, não se orgulha.
Não maltrata, não procura seus interesses, não se ira facilmente, não guarda rancor.

O amor não se alegra com a injustiça, mas se alegra com a verdade.

Tudo sofre, tudo crê, tudo espera, tudo suporta.

O amor nunca perece; mas as profecias desaparecerão, as línguas cessarão, o conhecimento passará.

Pois em parte conhecemos e em parte profetizamos;

quando, porém, vier o que é perfeito, o que é imperfeito desaparecerá.

Quando eu era menino, falava como menino, pensava como menino e raciocinava como menino.

Quando me tornei homem, deixei para trás as coisas de menino.

Agora, pois, vemos apenas um reflexo obscuro, como em espelho; mas, então, veremos face a face.

Agora conheço em parte; então, conhecerei plenamente, da mesma forma como sou plenamente conhecido.

Assim, permanecem agora estes três: a fé, a esperança e o amor. O maior deles, porém, é o amor.

(Coríntios 13:4-13)