As Cinco Pedras

TIPO	MODALIDADE
Compromisso	**Individual**

David não vai para o combate de mãos vazias.

Ligação ao Texto Bíblico

David não vai para o combate de mãos vazias.

Leva consigo cinco pedras.

Mais importante ainda: leva a experiência acumulada, os talentos desenvolvidos e a confiança adquirida ao longo da vida.

Este compromisso convida os jovens a descobrir os recursos que já possuem para enfrentar os desafios.

Objetivo Educativo e Espiritual

• Desenvolver autoestima saudável.

• Reconhecer capacidades pessoais.

• Valorizar experiências anteriores.

• Fortalecer a confiança.

Como Realizar

Cada participante identifica cinco recursos pessoais que o ajudam a enfrentar dificuldades.

Podem ser:

• uma qualidade;

• uma competência;

• uma pessoa de confiança;

• uma experiência superada;

• uma convicção;

• a fé;

• a perseverança.

Durante a semana deverá utilizar conscientemente um desses recursos numa situação concreta.

Critérios de Avaliação

• Capacidade de identificar recursos.

• Aplicação prática desses recursos.

• Reflexão sobre os resultados obtidos.

Questões para Revisão

• Quais são as minhas cinco pedras?

• Costumo valorizar os meus recursos?

• Qual utilizei esta semana?

• O que aprendi sobre mim?

Aspetos a ter em conta pelo Animador

Muitos jovens identificam facilmente os seus defeitos e dificuldades, mas têm dificuldade em reconhecer qualidades.

Pode ser necessário ajudá-los neste processo.