



Exemplos de Perguntas/ Tópicos para Círculos

EXPLORANDO VALORES

- Quando você está sendo humano, no seu melhor, que qualidades descrevem você? (em uma palavra ou frase curta).
- Imagine que você esteja em conflito com uma pessoa que é importante em sua vida. Que valores você deseja que guiem sua conduta enquanto busca resolver esse conflito?
- Que valor você gostaria de oferecer ao nosso espaço conjunto?
- Conte-nos sobre seu trabalho e quais são os desafios.
- Qual é a sua paixão?
- Para o que você se volta sempre em sua vida?
- O que lhe toca o coração?
- O que lhe dá esperança?
- O que demonstra respeito?
- O que você valoriza em sua família? Por quê?
- O que você valoriza em si mesmo? Por quê?
- Diga-nos uma coisa pela qual você se sente agradecido. Por quê?
- Fale-nos sobre uma coisa que você quer e uma coisa de que você precisa. Qual a diferença?
- O que você aprendeu sobre poder? O que significa para você?
- O que você aprendeu sobre trabalho? O que significa para você?
- O que você aprendeu sobre dinheiro? O que significa para você?
- Pela sua experiência, o que sustenta sua recuperação após sofrer um dano?
- O que lhe sustenta durante tempos difíceis?

Michelle Brenneman usou esta pergunta com uma turma do 5º ano da Educação Fundamental: “Em uma discussão boa, as pessoas estariam...” Eles escreveram suas respostas em papel pardo e colocaram no centro do Círculo. Ela, então, fez uma rápida rodada, perguntando-lhes se eles se comprometiam em demonstrar esses valores durante sua discussão.

CONHECENDO-SE MELHOR

- Compartilhe uma lembrança boa de sua infância.
- Compartilhe uma história engraçada de sua vida (ou trabalho).
- Se você pudesse ser um super-herói, quais super-poderes você escolheria e por quê?
- Do que você mais gosta em seu trabalho ou atividade principal?
- Como seu melhor amigo descreveria você?
- O que você gostaria que não mudasse em sua vida?
- Se você pudesse conversar com alguém de sua família que não está mais vivo, quem seria essa pessoa e por quê?
- Se você tivesse um dia livre inesperado, o que você gostaria de fazer?
- Se você fosse um animal, que animal você seria? Por quê?
- Diga-nos quem são duas pessoas que sempre te fazem rir.
- Eu gosto de colecionar...
- Diga-nos o nome de um homem e de uma mulher que sejam um bom modelo para os jovens.
- Quando foi a última vez que você disse “sim” quando queria ter dito “não”?
Por que você disse “sim”?
- Se você pudesse conversar frente a frente com qualquer pessoa, viva ou que já se foi, quem seria essa pessoa e por quê?
- Descreva seu trabalho ideal.
- Descreva suas férias preferidas.
- Se você pudesse mudar qualquer coisa em você, o que seria?
- Conte-nos sobre uma habilidade ou talento que você tem.
- Quais são três dons (ou atributos seus) que você traz para o Círculo?
- Se você fosse repórter, que tipos de histórias você gostaria de escrever?
- Quem são alguns de seus heróis? Por que são seus heróis?
- O que você acha que as outras pessoas veem como sua melhor qualidade? Por quê?
- Qual foi a coisa mais boba que já lhe aconteceu?
- Qual foi a melhor coisa que aconteceu com você na semana passada?
- Qual foi a coisa mais difícil ou mais desafiadora que aconteceu com você esta semana?

CONTAÇÃO DE HISTÓRIAS DE NOSSAS VIDAS PARA COMPARTILHAR QUEM SOMOS E O QUE NOS FORMOU

Estas perguntas foram elaboradas para construir comunidade, aprofundar relacionamentos e desenvolver empatia. Convide os participantes a compartilhar:

- Uma ocasião em que você deixou de lado o controle.
- Uma ocasião em que você ficou fora de sua zona de conforto.
- Uma experiência em sua vida quando você “fez do limão uma limonada”.
- Uma experiência de transformação quando, em uma dificuldade, você descobriu que tinha uma coisa boa em sua vida.

- Uma experiência de causar dano a alguém e depois lidar com a situação de um jeito que fez com que você se sentisse bem.
- Uma experiência em que você deixou de lado sua raiva e ressentimento.
- Uma ocasião em que você seguiu seus valores mesmo quando os outros não estavam seguindo esses valores.
- Uma ocasião na sua adolescência quando você estava em conflito com seus pais ou cuidadores.
- Você percebeu que uma pessoa era totalmente diferente da impressão negativa que você tinha.
- Conte-nos sobre uma ocasião em que você se sentiu excluído.
- Conte-nos sobre uma ocasião em que você teve uma experiência de justiça.
- Conte-nos sobre uma ocasião em que você teve uma experiência de injustiça.
- Um momento embaraçoso que você passou, mas, que hoje, quando lembra, dá risada.
- Alguma coisa que lhe assusta ou assustava. Como você lida/lidou com isso?
- Alguma coisa que lhe deixa/deixava com raiva. Como você lida/lidou com isso?
- Uma ocasião em que você passou por um dos desafios mais difíceis. Como você lidou com isso?

ASSUMINDO A RESPONSABILIDADE

- Como cada um de nós contribuiu para que essa situação acontecesse, e como cada um de nós, ao assumir a responsabilidade, pode agir de forma diferente agora?
- Alguém tem alguma coisa a esclarecer?
- O que não é falado no grupo que bloqueia bons relacionamentos ou o possível sucesso?
- Diga-nos uma coisa em você mesmo que gostaria de melhorar.
- O que você acha que os outros veem como uma qualidade que você precisa melhorar?
- Qual foi a lição mais importante que você aprendeu na vida? O que fez com que fosse tão importante?

COMUNIDADE

- Que mudança você gostaria de ver em sua comunidade? O que você pode fazer para promover essa mudança?
- O que você valoriza em sua comunidade – cultura, escola, grupo de jovens, etc. Por quê?
- Qual o seu lugar preferido para ir na comunidade? Por quê?
- Pense na comunidade em que você cresceu. Quais são suas lembranças mais antigas? Quais são suas lembranças mais recentes?
- Pense no que você gosta e no que você não gosta no seu bairro. Por quê?
- Pense em uma coisa que, se pudesse, você mudaria na sua família (ou comunidade, escola, time, etc.).

- Se você pudesse mudar ou remodelar duas coisas na cultura de nossa sociedade, quais seriam elas?

EXPLORANDO OS RELACIONAMENTOS

- Qual a qualidade mais importante para você em um relacionamento com outra pessoa? Como e por que é importante para você?
- Fale sobre um relacionamento entre pessoas que você conhece e que você admira. Por que você admira esse relacionamento?
- Quem é a pessoa em sua vida em quem você busca se espelhar?
- Quem é alguém em sua vida que lhe ensinou alguma coisa importante? O que você aprendeu?
- Quem é alguém em sua vida que lhe ajudou a crescer? Como você cresceu? Como eles lhe ajudaram a crescer?
- Quem foi um professor ou professora que lhe influenciou de maneira positiva? De que maneira ela/ele lhe influenciou?
- Como você é diferente de seu pai (se for menino), ou de sua mãe (se for menina)?
- Conte-nos sobre uma ocasião em que você se sentiu realmente parte de um grupo.
- Conte-nos sobre uma ocasião em que você se sentiu excluído.
- Em que contexto social você se sentiu mais desempoderado? O que fez com que você se sentisse assim?
- Que pessoa ou que pessoas em sua vida é/são seu maior desafio?
- O que você lembra de seu pai ou sua mãe, ou quem fez esse papel, lhe dizerem com mais frequência?
- O que você aprendeu sobre sexo, relacionamentos e responsabilidade?
- Complete esta frase: Vou lhe apresentar meu pai. Ele é o tipo de homem que...
- Complete esta frase: Vou lhe apresentar minha mãe. Ela é o tipo de mulher que...
- Que pessoa (ou pessoas) lhe conhecem melhor? Como você sente que realmente lhe conhecem?
- O que as outras pessoas querem de você?
- O que você quer das outras pessoas?
- Qual é uma qualidade que você vê no sexo oposto e que você gostaria de ter ou ter mais em você mesmo?
- O que você mais admira em alguém que é muito importante em sua vida?

SONHOS E ESPERANÇAS

- Se você pudesse ir a qualquer lugar no mundo, para onde você iria? Por quê?
- Feche os olhos e imagine-se daqui a dez anos. Onde você está? O que você está fazendo? Quem é a pessoa ou qual é a coisa que se destaca? Descreva-os. (Você pode fazer isso para sua família, comunidade, escola ou bairro).
- O que você faz que lhe dá mais prazer?
- O que você faz que lhe dá maior satisfação?
- Qual é a habilidade ou talento que você gostaria de ter?

- Se você pudesse fazer qualquer coisa que quisesse no mundo, o que seria?
- Com que você sonhava quando era uma criança pequena?
- Com o que você sonha agora?
- Quais são as três coisas que você faria se pudesse mudar o mundo?
- Que objetivo você tem para você mesmo? Como você vai celebrar quando conseguir atingi-lo?
- Qual é o obstáculo que está em seu caminho para atingir esse objetivo?
Qual é o seu plano para vencer esse obstáculo?
- Se você fosse completamente livre, o que significaria isso? Como seria?
- O que lhe dá mais alegria?
- O que você está sinceramente procurando em sua vida agora?
- O que você está tentando aprender neste ponto da sua vida?

CHEGANDO AO FINAL DO CÍRCULO

- Existe alguma coisa que você trouxe para o Círculo que você gostaria de deixar para trás?
- O que você está levando desse Círculo que ajuda na sua recuperação?
- Para onde você se vê seguindo?
- O que você aprendeu?
- O que você pode levar do Círculo que será útil para você?
- Como as reflexões que fizemos aqui no Círculo poderão ajudar vocês nas próximas duas semanas?
- Se você fosse dar um nome a este Círculo/Grupo, que nome você daria?

