

10° 2026

{revistae

encarte especial

Colaboración: Geórgia Nardy, Membro da Equipe de Prevenção da FEAE

10° PRINCIPIO BÁSICO - **COOPERADOR**

La esencia de la familia reside en la cooperación,
no solo en la convivencia.

La esencia de la familia no es solo vivir juntos o compartir un mismo espacio, sino la cooperación consciente y responsable entre sus miembros. Es en el compromiso diario de colaborar, asumir responsabilidades, respetar

límites y cuidarse mutuamente donde la familia se fortalece y se cierran las puertas a comportamientos disfuncionales.

1ª SEMANA - Principio con enfoque en **MÍ**

Este enfoque destaca que una familia solo se construye de forma saludable cuando cada persona asume su propia responsabilidad dentro del sistema familiar.

Cuando participo activamente en mi entorno familiar, contribuyendo con actitudes, diálogo y apoyo, la convivencia deja de ser pasiva y se transforma en un vínculo vivo, basado en respeto, solidaridad y corresponsabilidad.

Compartir y Meta:

- ¿Cómo coopero activamente en mi familia, más allá

de la simple convivencia? ¿Qué puedo cambiar en mi actitud para asumir mayor responsabilidad?

- ¿Qué límites, compromisos o acciones concretas dependen de mí para fortalecer la cooperación y el respeto dentro de mi familia, sin esperar a que la otra persona cambie primero? ¿Qué meta me propongo esta semana?

Espiritualidad:

La "Historia de las cucharas de mango largo" (YouTube) enseña que la cooperación, el altruismo y el trabajo en equipo superan el individualismo y la escasez. Cuando superamos el egoísmo, abrimos las puertas a la abundancia y la felicidad. ¿Qué opinas al respecto?

2ª SEMANA - Principio con enfoque **MÍ** y en el **OTRO**

Cuando reconozco mi rol en la relación familiar y comprendo que la otra persona no existe para satisfacer mis expectativas, elijo cooperar, asumiendo responsabilidades, respetando los límites y actuando con consciencia. Es en este "encuentro" entre mi espacio y el del otro donde la familia deja de ser simplemente un lugar de presencia física y se convierte en un entorno de responsabilidad compartida, respeto y crecimiento mutuo.

Compartir y Meta:

- Hoy, ¿qué depende de mí para cooperar mejor en mi familia, respetando a los demás tal como son?
- ¿En qué momentos dejo de cooperar porque espero que la otra persona cambie antes que yo? ¿Qué meta me propongo al respecto?

Espiritualidad:

Comenta la siguiente afirmación: "Si quieres ir rápido, ve solo. Si quieres llegar lejos, ve acompañado." – Proverbio africano. En la familia y en las relaciones, realmente avanzamos cuando dejo de intentar controlar el camino y elijo construir juntos, porque lo que se hace en comunión perdura en el tiempo.

3ª SEMANA - Principio con enfoque **MÍ** y en la **SOCIEDAD**

Al asumir responsabilidades, respetar límites y cooperar en la vida familiar diaria, aprendo valores como el diálogo, la solidaridad y la responsabilidad compartida, que trascienden el ámbito familiar. Así, mis actitudes en casa se reflejan directamente en la sociedad, contribuyendo a la construcción de una sociedad más justa y consciente.

Compartir y Meta:

- Mis acciones y actitudes dentro de la familia, ¿cómo influyen en mi contribución a la sociedad? Dé un ejemplo.

- De los comportamientos o valores que practico en casa ¿cuáles puedo llevar al mundo para ayudar a construir una comunidad más justa y solidaria? ¿Qué meta de cambio quiero proponer para ser mejor para todos?

Espiritualidad:

“Pelota de calcetín

Pelota de canica

Una persona compasiva no quiere la soledad

Cada vez que me invade la tristeza, un niño me tiende la mano.”

Pelota de calcetín, pelota de canica – Milton Nascimento
Cuando me invade la tristeza, puedo elegir tender la mano o recibir ayuda de otro. ¿Cómo impacta esto en la sociedad? Comenta.

4ª SEMANA - Rever nuestros **PRINCIPIOS ÉTICOS**

“Promover la espiritualidad en su grupo familiar respetando a cada uno.” - ESPIRITUALIDAD

Este principio nos lleva a valorar y cultivar la dimensión espiritual en el hogar, reconociendo que cada miembro puede tener su propia fe, creencia o forma de conectar con valores superiores. Así, la espiritualidad se convierte en un vínculo de unión y fortaleza, contribuyendo a la construcción de valores como la sencillez, el amor, la fe y la paciencia.

Compartir y Meta:

- ¿Cómo puedo cultivar mi espiritualidad en el seno de la familia sin faltar al respeto a las creencias o decisiones de los demás?
- ¿Acepto, sin prejuicios, creencias diferentes a las mías? ¿Qué puedo hacer para mejorar esta semana?

Espiritualidad:

Solo el amor, solo el amor

conoce la verdad

El amor es bueno, no desea el mal

No siente envidia ni se vuelve vanidoso

Monte Castelo – Renato Russo.

¿Qué relación podemos establecer entre esta estrofa y el 10º principio ético?

