

Módulo 1

Introdução à Conscienciologia

Pela experiência pessoal e pela observação consciente

Este documento integra o Programa Vivencial da Academia Conscienciologia | Terceira e destina-se a apoiar a sua experiência de observação, reflexão e autopesquisa ao longo do módulo.

Tutoria Vivencial

O que é a Tutoria Vivencial?

A Tutoria Vivencial é um espaço de diálogo, reflexão e esclarecimento integrado no Programa Vivencial.

O seu objetivo não é avaliar conhecimentos nem verificar respostas certas ou erradas.

Pretende proporcionar ao participante uma oportunidade para:

- esclarecer dúvidas;
- refletir sobre as observações realizadas;
- aprofundar aprendizagens;
- partilhar experiências que considere relevantes;
- receber orientação para a continuação do percurso vivencial.

A participação é facultativa, mas fortemente recomendada.

Como funciona?

A Tutoria Vivencial pode realizar-se:

- presencialmente, quando existirem condições para tal;
- online, através de videoconferência.

As sessões podem decorrer:

- individualmente;

- em pequeno grupo.

A modalidade será definida em função das necessidades dos participantes e da disponibilidade da equipa pedagógica.

Como me preparar?

Antes da sessão recomenda-se:

- rever o Exercício Vivencial;
- consultar os registos efetuados no Caderno Vivencial;
- reler a Síntese realizada;
- identificar dúvidas, observações ou temas que gostaria de abordar.

Não é necessário preparar qualquer apresentação formal.

O que posso partilhar?

Cada participante decide livremente aquilo que deseja partilhar.

Não existe qualquer obrigação de revelar aspetos íntimos ou experiências pessoais que prefira manter reservadas.

O respeito pela individualidade e pelo ritmo de cada pessoa constitui um princípio fundamental deste programa.

Princípios da Tutoria Vivencial

Durante as sessões procuramos cultivar:

- respeito mútuo;
- escuta ativa;
- abertura ao diálogo;
- reflexão crítica;
- confidencialidade;
- liberdade de pensamento.

As diferentes experiências e interpretações são valorizadas como oportunidades de aprendizagem.

O que acontece depois?

A Tutoria Vivencial constitui um momento de integração das aprendizagens realizadas até ao momento.

Após a sessão, o participante poderá:

- continuar a aprofundar as observações iniciadas;
- prosseguir para o módulo seguinte;
- solicitar nova tutoria sempre que considere necessário.

O percurso permanece sempre centrado na experiência pessoal e na construção das próprias conclusões.

Ideia-chave

A experiência torna-se mais rica quando é acompanhada por momentos de reflexão, diálogo e esclarecimento.

Tire as suas próprias conclusões.