



Sage-ing® International

Wisdom and Spirit in Action

Guia do Círculo da Sabedoria

A viagem da sabedoria

Chuck Warren & Del Jones

1ª edição português

Novembro de 2016

Sage-ing International: www.sage-ing.org

Tradução livre de Gustavo G. Boog

Revisão Técnica Magdalena Boog

Conteúdo

Introdução	4
Por quê um Círculo?	4
Um Círculo da Sabedoria é. . .	5
Um Círculo da Sabedoria não é. . .	5
O objetivo deste guia é. . .	5
Por que criar um Círculo da Sabedoria?	6
Acordos Fundamentais	6
Como Começar	7
Papel do Facilitador	9
Exemplo de Agenda	10
Tópicos sugeridos	11
Onde recrutar participantes	12
Diretrizes para participantes do Círculo da Sabedoria	13
Outros recursos	13
Círculos de sabedoria: um pouco de história	15
Sobre Sage-ing International	17
Apêndice: Resultados da Pesquisa dos Círculos da Sabedoria	18



"Eu estava começando a pensar que eu era invisível ... até que fui para um programa Sage-ing ®"
Rose (participante de 84 anos)

Introdução

A Sage-ing® International (SI) tem incentivado a formação de Círculos de Sabedoria (às vezes chamados Círculos ou Círculos de Anciãos) por vários anos, como um meio eficaz de criar comunidades significativas para nossos membros e amigos da Sage-ing, na segunda metade da vida. Além disso, os Círculos da Sabedoria fornecem oportunidades significativas da educação para os participantes, com suas facilitadas discussões de tópicos do interesse aos idosos. Finalmente, os Círculos da Sabedoria são um serviço à nossa comunidade local e àquelas que participam. Assim, os Círculos da Sabedoria incluem todas as dimensões (comunidade, educação e serviço) do tripé do envolvimento local que a SI promove. Ao tempo que esta terceira edição¹ do Guia do Círculo da Sabedoria é escrita, SI tem mais de 40 Círculos de Sabedoria nos Estados Unidos, Canadá e além. O objetivo deste Guia é fornecer um recurso para os líderes de Círculos de Sabedoria existentes, bem como para as pessoas que desejam formar um novo Círculo da Sabedoria em sua comunidade.

Uma boa parte deste Guia foi escrita há vários anos, com base no trabalho do Círculo inicial de Chuck Warren, na Flórida e Del Jones, no Arizona. Uma segunda edição foi lançada há dois anos, incluindo revisões de texto por Paul Severance e novas obras de arte por Cindy Siemers. Com base neste trabalho anterior, esta Terceira Edição, editada por Gary Carlson, também inclui (no Apêndice) os resultados de uma pesquisa recente de nossos Círculos da Sabedoria existentes. A pesquisa foi realizada no início de 2016 para estabelecer uma linha de base de prática e experiência real para os nossos Círculos, alguns dos quais já existem há mais de 15 anos. Esperamos que esta base de experiência ajude os líderes dos Círculos existentes e dos Círculos novos a melhorar o processo do Círculo, incorporando algumas novas ideias em seu trabalho.

Gary Carlson, julho de 2016

¹ Esta 1ª edição brasileira corresponde à 3ª edição em língua inglesa (Nota do Tradutor)

Por que um Círculo?



Círculo de idosos

Black Elk, Oglala Sioux Holy Man², nos lembra do poder do círculo como experimentado em sua cultura:

"Você percebeu que tudo o que um índio faz está em um círculo, e isso é porque o Poder do Mundo sempre trabalha em círculos, e tudo tenta ser redondo ... O céu é redondo, e eu ouvi que a terra é redonda como uma bola, e assim são todas as estrelas. O vento, em seu maior poder, gira. Os pássaros fazem seus ninhos em círculos, pois deles é a mesma religião que a nossa. Mesmo as estações formam um grande círculo em sua mudança, e sempre voltam novamente para onde estavam. A vida de um humano é um círculo da infância à infância, e assim é em tudo onde o poder se move. "

Nossos Círculos de Sabedoria ocorrem com os participantes sentados em um círculo. Todos estão equidistantes do centro, com acesso visual igual para todos os outros. O processo respeita a experiência e a sabedoria de cada membro do círculo. O círculo é sagrado - o tempo todo juntos permite falar e ouvir a verdade. É um lugar de segurança e respeito.

Portanto, é apropriado quando reivindicamos nosso envelhecimento, que nos reunamos em círculos.

"O poder do Círculo ... o reconhecimento do espaço sagrado através do ritual, a criação em conjunto de pactos de relacionamento para guiar o modo como nos tratamos uns aos outros, o uso de um bastão da fala³ para dar voz a todos e promover uma boa fala e uma boa escuta, e um círculo de sabedoria coletiva onde todos são igualmente responsáveis pelo resultado".

Tom Porter, Paz e Justiça, Igreja Metodista Unida



² Nome de xamã de tribo de nativos norte Americanos (Nota do Tradutor)

³ Do inglês *talking stick*, um bastão que permite que a pessoa que está falando não seja interrompida e todos os outros do Círculo ouvirem ativamente (Nota do Tradutor)



Um Círculo da Sabedoria é...

- ❖ Uma oportunidade para explorar e compartilhar o que é profundamente significativo para cada um de nós em relação à jornada do envelhecimento para Sage-ing®.
- ❖ Um diálogo que focaliza tópicos relacionados ao envelhecimento e à mudança do papel dos idosos em nossa sociedade.
- ❖ Um lugar seguro e respeitoso para explorar nossos sentimentos de envelhecer.
- ❖ Um lugar para aprender algumas ferramentas para se tornar um idoso sábio.
- ❖ Uma comunidade de pessoas que pensam como elas.

Um Círculo da Sabedoria não é...



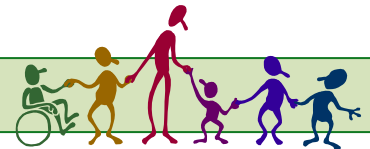
- ❖ Um grupo de terapia.
- ❖ Um grupo religioso ou político.

O objetivo deste Guia é ...

- ❖ Guiá-lo na decisão se você deseja iniciar um Círculo da Sabedoria.
- ❖ Fornecer informações básicas sobre como iniciar um Círculo da Sabedoria e como mantê-lo.



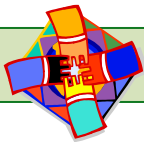
Por que criar um Círculo da Sabedoria?



Para apoiar-se mutuamente:

- ❖ Em assumir o nosso lugar de direito na nossa família e na sociedade.

- ❖ Em transformar-se em modelo apropriado para as gerações mais jovens.
- ❖ Em apreciar os nossos anos mais velhos como uma parte essencial da experiência humana.
- ❖ Em descobrir o novo papel dos idosos, à medida em que vivemos vidas mais longas e saudáveis.
- ❖ Em descobrir aspectos mentais e emocionais de nós mesmos, que podem ter sido negligenciados anteriormente na vida.
- ❖ Em tornar-nos líderes com uma visão única para o mundo que vem de ter vivido uma vida longa.
- ❖ Através da discussão de tópicos como amor próprio, desenvolvimento da sabedoria, perdão, enfrentando a mortalidade, deixando um legado e outros ensinamentos da Sage-ing®.



Acordos fundamentais

- ❖ Nos comprometemos com a confidencialidade: o que é dito no Círculo da Sabedoria permanece no Círculo. Desta forma, todos se sentirão seguros e serão capazes de compartilhar mais voluntária e abertamente.
- ❖ Quando um participante está falando, nós escutamos com compaixão e sem julgamento, mantendo uma mente aberta para o que está sendo dito.
- ❖ Ninguém nunca é obrigado a dizer ou fazer qualquer coisa que ele / ela não esteja confortável.
- ❖ Falamos somente para nós mesmos; falamos sempre “eu”; falamos de uma forma que encoraja o diálogo; nós nos esforçamos para sermos breves e diretos ao ponto.
- ❖ Nós ouvimos com respeito; nós ouvimos com compreensão; nós estamos abertos para sermos transformados.

Como começar



- ❖ Escolha uma data conveniente, uma hora para começar e uma hora para terminar, e um local para a reunião. Considere o estacionamento, conforto físico, habilidades dos membros para entrar e sair do local.
- ❖ Selecione cinco a dez pessoas para convidar. Veja a seção "Diretrizes para Participantes do Círculo da Sabedoria" abaixo.
- ❖ Ao planejar suas reuniões iniciais, aqui estão algumas perguntas / sugestões que você pode querer considerar:
 - Considere por quanto tempo você gostaria que o grupo continuasse. Isso pode ser decidido pelo grupo após as primeiras sessões.
 - Esteja ciente de que alguns participantes podem ter perdas auditivas, e incentive-os a sentarem-se perto do orador.
 - Com que tópico você quer começar? (Veja a lista de tópicos sugeridos abaixo)
 - Você quer música? Música suave pode ajudar a definir o tom quando os participantes entram na sala. Também pode ser útil se você iniciar a reunião com um pequeno tempo de reflexão pessoal (cinco minutos). Música clássica ou sons da natureza são boas escolhas. Spring Hill Music tem excelentes opções.
 - Um ponto focal no meio do círculo pode dar significado ao grupo. Isso pode incluir objetos da natureza, ou cada um pode trazer um objeto pequeno significativo para colocar no centro. Cada pessoa pode usar seu objeto para se apresentar.
 - Você pode começar com um poema, uma breve história significativa ou um tempo calmo para refletir. Veja os recursos abaixo para ideias de poesia e histórias.

- Check-in: abra a reunião com um tempo para cada pessoa para dizer como estão, o que estão fazendo, o que é novo em sua vida etc.
- Como você vai finalizar a reunião? Cada pessoa pode dizer o que o grupo significa para eles, ou o que aprenderam. Um poema ou tempo de reflexão também são boas maneiras de terminar.
- Deve haver algum tempo para socializar antes ou depois da discussão?
- Você vai incluir refrescos, café e chá?
- Alguns Círculos usam um "bastão da fala", que é uma vara decorada segurada por quem está falando. Somente a pessoa que segura o bastão fala. Quando o participante terminou de falar, ele passa o bastão para a pessoa à direita (ou, como alternativa, coloca o bastão da fala no centro do círculo, e quem quer falar em seguida pega-o). Esta prática ajuda a todos a dar total atenção ao orador, e evita "conversas" uns com os outros.

Aqui estão alguns recursos que você pode achar valiosos:

- ❖ O livro "*Mais velhos, mais sábios: uma visão nova e profunda da arte de envelhecer*" (Editora Campus, 1996, Rio de Janeiro)⁴ de Zalman Schachter-Shalomi e Ronald S. Miller, pode ser um excelente livro de estudos para um Círculo da Sabedoria. Tem exercícios no final do livro que podem ser feitos no grupo, ou feito como lição de casa para ser discutido no grupo.
- ❖ Os conceitos e práticas-chave da Sage-ing são apresentados no formato de livro de trabalho em "*The Sage-ing Workbook*", disponível na Sage-ing International em <http://sage-ing.org/shop/>
- ❖ Também recomendamos que você explore os recursos oferecidos pela PeerSpirit, Inc., incluindo o processo The Circle Way, baseado no trabalho de vida de Christina Baldwin e Ann Linnea, que tem servido como fonte valiosa para alguns de nossos trabalhos. Elas têm uma série de fantásticos recursos disponíveis em <http://www.peerspirit.com/books-audio-gifts.html>, incluindo:

⁴ Há edições mais atualizadas em inglês, de 2014, disponíveis na forma impressa ou como E-Book. A edição brasileira de 1996 está esgotada, e exemplares avulsos eventualmente podem ser encontrados em www.estantevirtual.com.br (Nota do Tradutor)

- O "*Basic Circle Guidelines*" grátis para download, disponível em diversos idiomas
 - O seu livro guia, "*A Harvest of Years, A PeerSpirit Guide for ProActive Aging Circles*", (escrito por sua colega Cynthia Trenshaw).
 - Seu livro "*The Circle Way: A Leader in Every Chair*".
 - O livro de Christina, "*Calling the Circle: The First and Future Culture*".
- ❖ A Sage-ing® International incentiva a formação de Círculos da Sabedoria nas comunidades locais. Consulte nosso site Sage-ing em <http://sage-ing.org/about-us-2/circles-chapters/> para ver se um Círculo existente está disponível em sua área. Se não, você pode formar um. A Sage-ing International pode ajudá-lo a começar.
- ❖ Não é necessário que uma pessoa tenha sido treinada como um Líder Sage-ing para iniciar ou liderar um Círculo. Na verdade, a maioria dos líderes do Círculo não são treinados como Líderes Sage-ing. No entanto, você pode receber treinamento para liderar um Círculo como parte de um programa de Desenvolvimento Profissional de Sage-ing. Veja <http://sage-ing.org/learning-ops/professional-development/> para mais detalhes.

Papel do Facilitador

- Decidir sobre a estrutura de liderança do Círculo: um facilitador rotativo, um facilitador permanente ou alguma outra forma de estrutura facilitadora.
- Facilitador planeja o conteúdo e agenda.
- Facilitador assegura que o Círculo irá iniciar / finalizar no tempo definido.
- Facilitador busca conhecer o que está na mente dos participantes e cria uma direção em torno das necessidades do momento.

- Facilitador permite tempo para *feedback* sobre como e se o Círculo está satisfazendo as necessidades de todos.



Exemplo de agenda

Inicie o Círculo: Acenda uma vela.

Abertura: Um poema, citação, ou algumas palavras de sabedoria sobre o tema.

Reveja as Diretrizes: Ouça com respeito; procurar compreender, não persuadir; falar cordialmente, com significado e usando mensagens "eu"; seja breve

Check-in: Para isso, você pode querer usar o bastão da fala, para eliminar qualquer conversa paralela. Para o check-in, cada participante conta brevemente algumas notícias de sua vida. O facilitador pode pedir alguma colocação de um certo ponto sobre o tópico do dia.

Tópico do Dia: (consulte a seção Tópicos Sugeridos para ideias, sugestões). O Facilitador apresenta novas informações, fala sobre um livro, um artigo, usa citações, poemas e, em seguida, coloca algumas questões para discussão.

Discussão: Divida o grupo em pares, trios ou quadras e permita cerca de 15-30 minutos para discussão. Dê um aviso de 3 a 5 minutos para concluir. Convocar novamente em círculo.

Partilhar AHA's:

Este é um diálogo / discussão sobre o tópico - novas aprendizagens, compartilhamento com todo o grupo de indivíduos ou pequenos grupos.

Check-out:

O bastão da fala pode ser usado aqui também. Cada participante pode dizer apenas uma frase, ou se o tempo é curto, uma palavra; Ou cada participante pode abordar a pergunta "*Que nova intenção você tira desta reunião?*"

Fechando o círculo:

Pensamento de encerramento, poema, palavras. Soprar vela, retirar itens da mesa etc.

Tópicos sugeridos

A gama de tópicos que podem ser discutidos em um Círculo da Sabedoria é limitada apenas pela sua imaginação. Alguns são muito explicitamente tópicos Sage-ing / Envelhecimento Consciente, enquanto outros são mais gerais sobre envelhecimento que, no entanto, podem iniciar discussões muito ricas e estimulantes. Abaixo estão alguns tópicos de discussão que foram usados com sucesso por Círculos da Sabedoria.

1. Qual é o papel dos idosos na sociedade de hoje?
2. Como eu me sinto sobre o meu envelhecimento?
3. Como me sinto em relação às mudanças? Eu resisto a isso? Se sim, como?
4. Perdão: O que é e como é feito?
5. Como eu me preparo para a minha morte?
6. Que papel os propósitos desempenham em minha vida?



7. Discuta livros, filmes e poesias que me influenciaram (veja a lista de livros em Outros Recursos na página 13 para ideias de estudo de livros).
8. O que tenho a oferecer à minha família, à minha comunidade, ao meu mundo?
9. Que arrependimentos eu tenho? O que eu celebro?
10. O que eu ainda quero realizar?
11. Que papel a paixão desempenha em minha vida?
12. Outros tópicos sugeridos podem ser encontrados nos materiais de recursos apresentados na página 8 deste Guia.
13. O grupo Los Alamos, New Mexico, criou uma extensa lista de tópicos e comentários de seus encontros durante um período de 8 anos (veja <http://can-nm.org/more-on-can-nm/elder-circles/>).
14. O Círculo de Idosos de Tucson, Arizona, usaram os seguintes tópicos: Abordagens para o fim da vida; Abraçando seu legado; Escuta consciente; Em quem estou me transformando?; Planejando seu funeral; Sabedoria interior; Testamentos; Testamentos éticos; Diretrizes avançadas de cuidados de saúde; Mentoring; Perdão.

Onde recrutar participantes

1. Grupo de amigos e vizinhos que estão prontos para a viagem.
2. Seu bate-papo do café da vizinhança.
3. Sua comunidade de fé.
4. Anuncie para membros em sua biblioteca pública.
5. Recrutar em instalações de apoio e comunidades de aposentadoria.
6. Outros envolvidos em uma seccional da Sage-ing ou outro trabalho da Sage-ing

Diretrizes para participantes do Círculo da Sabedoria

- ❖ Seja um bom ouvinte.
- ❖ Fique confortável com o silêncio.
- ❖ Deixe de lado a necessidade de aconselhar ou corrigir outras pessoas.
- ❖ Tenha um senso geral de curiosidade.
- ❖ Mantenha sua mente aberta para as opiniões dos outros.
- ❖ Tenha um bom senso de humor e use-o sabiamente.
- ❖ Aprecie as diferenças entre as pessoas.
- ❖ Esteja disposto a ser vulnerável, reflita honestamente sobre sua experiência de vida, compartilhe seus sentimentos e aprenda.



Outros recursos

Livros (veja <http://sage-ing.org/links/books> para mais)

- Livros de Richard Leider, incluindo *The Power of Purpose; Something to Live For: Finding Your Way in the Second Half of Life; Claiming Your Place at the Fire: Living The Second Half of your Life on Purpose; and Repacking Your Bags: Lighten Your Load for the Rest of Your Life*
- *The December Project* de Sarah Davidson
- *The Second Half of Life* de Angeles Arrien
- *Spirituality and Aging* de Robert Atchley
- *Life Gets Better: The Unexpected Pleasures of Growing Older*, de Wendy Lustbader

- *The Little Book of Circle Processes*, de Kay Pranis
- *Secrets of Becoming A Late Bloomer: Staying Creative, Aware, and Involved in Mid-Life and Beyond* de Connie Goldman
- *Essential Writings* de Thich Nhat Hanh
- *Ageless Body, Timeless Mind: The Quantum Alternative to Growing Old* de Deepak Chopra, M.D.

Livros com Poesias ou Histórias que podem ser compartilhadas no Círculo

- *Beyond Forgiveness: Reflections on Atonement* editado por Phil Cousineau
- *The Enlightened Heart: An Anthology of Sacred Poetry* editado por Stephen Mitchell
- *My Grandfather's Blessings* de Rachel Naomi Remen, M.D.
- *Kitchen Table Wisdom* de Rachel Naomi Remen, M.D.
- *Wisdom of the Elders: Sacred Native Stories of Nature* de David Suzuki and Peter Knudtson



Filmes e DVDs

- Joseph Campbell e o Poder do Mito of Myth
- The Power of Forgiveness



Música

- Wisdom of the World
- Spring Hill Music





Círculos da Sabedoria: um pouco de História

Em seu livro, *"Mais velhos, mais sábios: uma visão nova e profunda da arte de envelhecer"*, Zalman Schachter-Shalomi chama imediatamente a nossa atenção para o fato de que os estudos sobre a infância e a idade adulta têm sido o foco de muitos livros e estudos e, ao mesmo tempo, há poucos escritos ou estudos da terceira fase da vida, A FASE IDOSA. Como podemos passar de "mais velhos" para "mais sábios"?

Ele disse: "Uma pessoa tem de ser séria sobre querer a colheita de uma vida inteira. A maioria das pessoas está deprimida quando envelhece porque não tem nada para olhar para frente. E as pessoas não estão querendo enfrentar sua mortalidade. Portanto, há uma lição de casa. Você não pode se tornar um idoso sem fazer a lição de casa. "

E assim surgiu a ideia dos Círculos de Sabedoria. Aqui estava uma maneira de lidar com a conclusão da vida - superar a negação do envelhecimento. Aqui estava uma maneira de criar juntos um lugar de segurança e respeito. Aqui estava uma maneira de fazer a **colheita de nossas vidas**. Kierkegaard disse que vivemos a vida para a frente, mas compreendemos a vida para trás. A colheita de sua vida é uma maneira de olhar para trás e para a frente.

Robert Butler chamou-o de revisão de vida, a prática de examinar formalmente o passado de cada um, e observando seus padrões, tendências e lições.

As culturas mais tradicionais sabiam sobre a idade idosa. Nativos americanos descrevem a idade idosa como "nosso trabalho". Na cerimônia de iniciação à idade idosa, um círculo de idosos discute o que significa tornar-se um ancião da tribo, e como os próximos anos serão um momento de significativa responsabilidade e contribuição.

É hora de mudar a história dessa cultura sobre o envelhecimento. Hoje podemos recuperar nossa voz em um **círculo de idosos**.

Hoje podemos nos engajar em diálogos com genuína profundidade. Este é um lugar onde a pergunta é mais crucial do que obter respostas ... perguntas como:

- Como posso passar a sabedoria acumulada através das minhas experiências?
- Quem se sente "tribo" comigo?
- Como posso compartilhar meus interesses e inspirações?

Assim é o tempo, como Richard Leider diz em seu livro do mesmo nome para "reivindicar nosso lugar no fogo"⁵. O novo idoso, ele diz, está buscando respostas para essas perguntas: Quem sou eu? Onde eu pertencço? Com o que eu me importo? Qual é o propósito da minha vida? Trata-se das histórias dos idosos. E histórias dos idosos, minha história, sua história, nossa história, isto é o que são os Círculos da Sabedoria.

Círculos da Sabedoria são sobre a terceira fase da vida - depois da infância e da idade adulta vem a idade idosa. Em seu livro "*The Second Half of Life*", Angeles Arrien diz: "Temos 4 fronteiras para enfrentar:

- Aposentadoria: do que, para o que
- Tornar-se um mentor, administrador ou avô
- Lidar com os desafios naturais de manter a saúde de um corpo envelhecido
- Mortalidade: perder nossos entes queridos e a inevitabilidade de nossa própria morte. "

Círculos da Sabedoria ... um lugar seguro e respeitoso para o novo idoso fazer a jornada do "mais velho" para o "mais idoso", do ser uma pessoa do "fazer" para uma pessoa do "ser", e do "envelhecer" para "tornar-se sábio"



⁵ "claim our place at the fire."

Sobre Sage-ing® International

Sage-ing International é uma comunidade de idosos e de pessoas chegando lá, de todo o mundo, cuja missão é criar um mundo que respeite e honre os mais idosos, por:

- 👁️ Oferecer uma nova visão da idade idosa como um tempo de aprendizado, crescimento e contribuição
- 👁️ Apoiar-se mutuamente através do nosso site, materiais educacionais, Seccionais e Círculos de Sabedoria, em crescer no papel de sábio - os idosos sábios tão desesperadamente necessários em nossas famílias, em nossos bairros e em nosso mundo.
- 👁️ Oferecer workshops e criar materiais educativos e de inspiração.
- 👁️ Empoderar os idosos para servir suas comunidades e o mundo através do treinamento Sage-ing.

Confira os muitos recursos que temos disponíveis em nosso site (www.sage-ing.org) e aproveite nossa oferta gratuita de associação.



Apêndice

Resultados da Pesquisa dos Círculos da Sabedoria

Uma pesquisa dos Círculos da Sabedoria SI ativos em abril de 2016 foi respondida por 30 líderes dos Círculos da Sabedoria, representando aproximadamente 75% de todos os Círculos de Sabedoria que pudemos identificar na época. Neste Apêndice, resumiremos as informações coletadas de todos os respondentes às perguntas da pesquisa. Quando relevante, também adicionaremos comentários com base em nossa avaliação geral dos resultados da pesquisa.

Pergunta 1. *Como você chama seu círculo?* Bem mais da metade dos entrevistados chamam seu Círculo de um Círculo da Sabedoria (muitas vezes com o local adicionado), enquanto outros usaram uma variedade de outros nomes (Círculo de Idosos, Café da Manhã de Idosos, Envelhecimento com Propósito, Programa Sage-ing, Sala de Sábado, Conversas de Envelhecimento Consciente etc.)

Pergunta 2. *Há quanto tempo seu Círculo está em operação?* Um ano ou menos (12 grupos); 2-5 anos (15 grupos); mais de 5 anos (3 grupos). *Comentário: claramente, embora haja um número de grupos relativamente novos, há muitos que estão em operação há vários anos por mais de 15 anos, atestando a popularidade e a estabilidade geral de nossos Círculos.*

Pergunta 3. *Como seu grupo foi formado originalmente?* Os Círculos da Sabedoria têm sido mais frequentemente formados como uma atividade em sequência de um workshop Sage-ing (como um Intensivo ou Despertar o Sábio Interior) ou outra atividade relacionada (13 grupos). Outras respostas incluem a necessidade sentida pelo criador de um grupo de apoio pessoal (11 grupos) e pedidos de uma organização de apoio (biblioteca, agência de serviço social, igreja) para criar um grupo de discussão / apoio (6 grupos). *Comentário: muitas vezes, um workshop Sage-ing é uma atividade autônoma que pode deixar os participantes sem um lugar para continuar a aprender e crescer; um Círculo fornece uma maneira de continuar a explorar e a fazer parte de uma comunidade de pessoas com idéias semelhantes.*

Pergunta 4. *Com que frequência o seu grupo se encontra?* 16 se encontram mensalmente e 14 se encontram com mais frequência (aproximadamente igualmente dividido entre semanalmente e cada duas semanas)

Pergunta 5. *Quanto tempo tem uma reunião típica?* Para a maioria dos grupos (23), são 2 horas, enquanto 2 grupos se reúnem por 2-3 horas e 4

grupos se reúnem por uma hora. *Comentário: claramente, um formato de duas horas atende às necessidades da maioria dos grupos.*

Pergunta 6. *Seu grupo é aberto ou fechado? (ou seja, a reunião está aberta a novas pessoas, ou limitada a um determinado grupo definido?)* A maioria dos grupos (21) são abertos, enquanto 9 grupos são fechados. *Comentário: os grupos de maior duração (5 a 15 anos) são todos grupos abertos, indicando que a perda de membros do grupo ao longo do tempo pode ser um problema para grupos fechados*

Pergunta 7. *A participação de grupo é gratuita, ou há uma cobrança, e para que finalidade?* Vinte e seis grupos são gratuitos, enquanto 3 cobram uma taxa nominal para cobrir os materiais, aluguel de sala ou honorários do facilitador.

Pergunta 8. *Quantos participantes você tem, em média? Qual é a agenda típica de uma reunião de grupo? (Exemplos podem ser: ritual de abertura, check-in, reunião de negócios, partilha de alimentos, discussão facilitada, ritual de encerramento, etc.)* O número médio de participantes em todos os grupos é de 10, com um intervalo de quatro a vinte e cinco. Agendas são geralmente semelhantes, geralmente incluindo check-in, qualquer atividade do grupo (como a escolha de tópicos futuros ou facilitadores), discussão e encerramento. Além disso, vários grupos incorporam alguns dos seguintes: acender uma vela, tempo de meditação, ritual de abertura, comida compartilhada, poesia, leituras, música, palestras TED, discussões de livros, ritual de encerramento e tempo social após encerramento.

Pergunta 9. *Como é escolhido o líder do grupo? Qual é o seu papel?* Na maioria dos casos, o líder do Círculo é a pessoa que inicialmente organizou o Círculo, e depois permanece na posição de liderança. *Comentário: na maioria dos casos, o líder do Círculo não é um Líder Sage-ing (olhando para toda a lista de líderes do Círculo, apenas 16 são CSL ou SCFs; os restantes 25 ou mais são conduzidos por uma pessoa sem treinamento Sage-ing que simplesmente decidiu, ou foi solicitado por algum grupo, para iniciar um Círculo).* As funções do líder podem incluir alguns ou todos os seguintes itens: introdução e gerenciamento de atividades de grupo (como check-ins), facilitar discussões, lidar com as dinâmicas do grupo, fornecer materiais, gerenciar a lista de membros do grupo e envio de avisos.

Pergunta 10. *Como são escolhidos os tópicos da discussão? Como é escolhido o facilitador da discussão? Você tem um formato sugerido / preferido para discussões e interações de grupo?* Isso varia muito. Alguns

círculos são conduzidos pelo líder do grupo, com tópicos de discussão escolhidos e facilitados por esse líder. Mais frequentemente, no entanto, a escolha dos tópicos de discussão é administrada pelo grupo de participantes, e muitas vezes, o facilitador da discussão é simplesmente um membro do grupo que concorda com antecedência em facilitar um tópico específico. O rodízio de facilitadores parece criar um bom senso de inclusão para os membros do grupo. O formato para discussões e interações grupais é geralmente semelhante ao dos workshops Sage-ing, com uma breve introdução a um tópico (cinco minutos pode ser suficiente), seguido de uma ou duas perguntas para discussão a dois e partilha em todo o grupo. *Comentário: normalmente, com uma introdução bastante breve, a discussão se automantém e a maioria dos membros do grupo participa com vontade. Pessoalmente, as únicas discussões de grupo realmente ineficazes que eu vi foram aquelas onde o facilitador falou muito tempo ou era muito acadêmico. Os grupos geralmente ficam muito mais confortáveis com um "guia", e não um "sábio no palco".*

Pergunta 11. *Você exige que os tópicos de discussão sejam tópicos de Sage-ing (versus tópicos mais gerais de interesse para uma população mais velha)?* Seis grupos exigem que tópicos de discussão sejam tópicos de Sage-ing, enquanto 20 grupos não exigem isso. No entanto, vários entrevistados sugeriram que quase todos os tópicos de interesse para os mais velhos são na verdade tópicos da Sage-ing, mesmo que não especificamente identificados como tal no Sage-ing Workbook ou Mais velhos, mais sábios. *Comentário: ter uma definição mais flexível de tópicos adequados pode levar a algumas discussões muito ricas (por exemplo, Ser avô, Transições, Diminuição, Opções de moradia, Tecnologia para idosos, De repente solteiro, Quanto é suficiente, para listar alguns? Consulte as páginas 11-12 para obter ideias de tópicos que foram usados em Círculos.*

Pergunta 12. *Você requer/encoraja os participantes a se tornarem membros do SI?* Doze grupos geralmente incentivam, 15 grupos não encorajam ou exigem que os participantes sejam / se tornem membros da SI. *Comentário: geralmente, não parece haver uma forte sensação de que os participantes do Círculo precisem ser membros do SI. No entanto, pode ser vantajoso para os participantes ocasionalmente discutir os benefícios da adesão ao SI.*

Pergunta 13. *Qual é a sua avaliação geral do sucesso do seu grupo? Que coisas você indicaria como responsável por este sucesso ou falta de sucesso?* De longe, a maioria dos grupos relatam o sucesso bom a grande, com o sentido da comunidade que é um produto muito importante da experiência do Círculo. Alguns grupos estão "nafragando" e talvez eles podem se

beneficiar em ver como outros grupos operam para aumentar seu sucesso. *Comentário: parece haver uma tendência para os grupos mais bem sucedidos de terem mais de um aspecto orientado pelos participantes (facilitação rotativa e tópicos de discussão escolhidos por grupo). Isto não é surpreendente, uma vez que estas características tendem a promover um sentido de propriedade pelos participantes.*

Pergunta 14. *Seu Círculo também serve como um papel de uma Seccional Sage-ing? Se sim, por favor explique brevemente como ele preenche esse papel.* Quatro Círculos são também Seccionais Sage-ing, enquanto 21 não e 3 não tinham certeza. *Comentário: geralmente, os papéis de Círculo e Seccional são diferentes o suficiente para que seja mais apropriado separar as duas funções. Os membros da Seccional normalmente são membros da SI e as atividades da Seccional estão focadas no apoio às atividades locais da Sage-ing, enquanto os membros do Círculo frequentemente não são membros do SI e podem não desejar se tornar.*

Pergunta 15. *Que tipo de apoio do SI poderia ajudá-lo no seu trabalho do Círculo?* O apoio mais solicitado é para obter informações sobre como os Círculos trabalharam para outros e para listas de possíveis tópicos de discussão. *Comentário: este Apêndice é sobre a informação de como os Círculos operam na prática. Algumas listas de possíveis tópicos de discussão estão incluídas no Guia (consulte as páginas 11-12).* Outro apoio solicitado inclui melhores maneiras de os líderes do Círculo se comunicarem entre si, por exemplo, através do site usando uma página do blog ou uma página de recursos de Círculo especificamente para os líderes do Círculo. *Comentário: isto será desenvolvido no futuro. A boa notícia é que a maioria dos líderes do Círculo sente que seus Círculos estão funcionando bem e eles não sentem uma grande necessidade de apoio adicional da SI. Esses líderes podem ser capazes de dar ajuda ou conselhos a outros que não estão fazendo tão bem.*