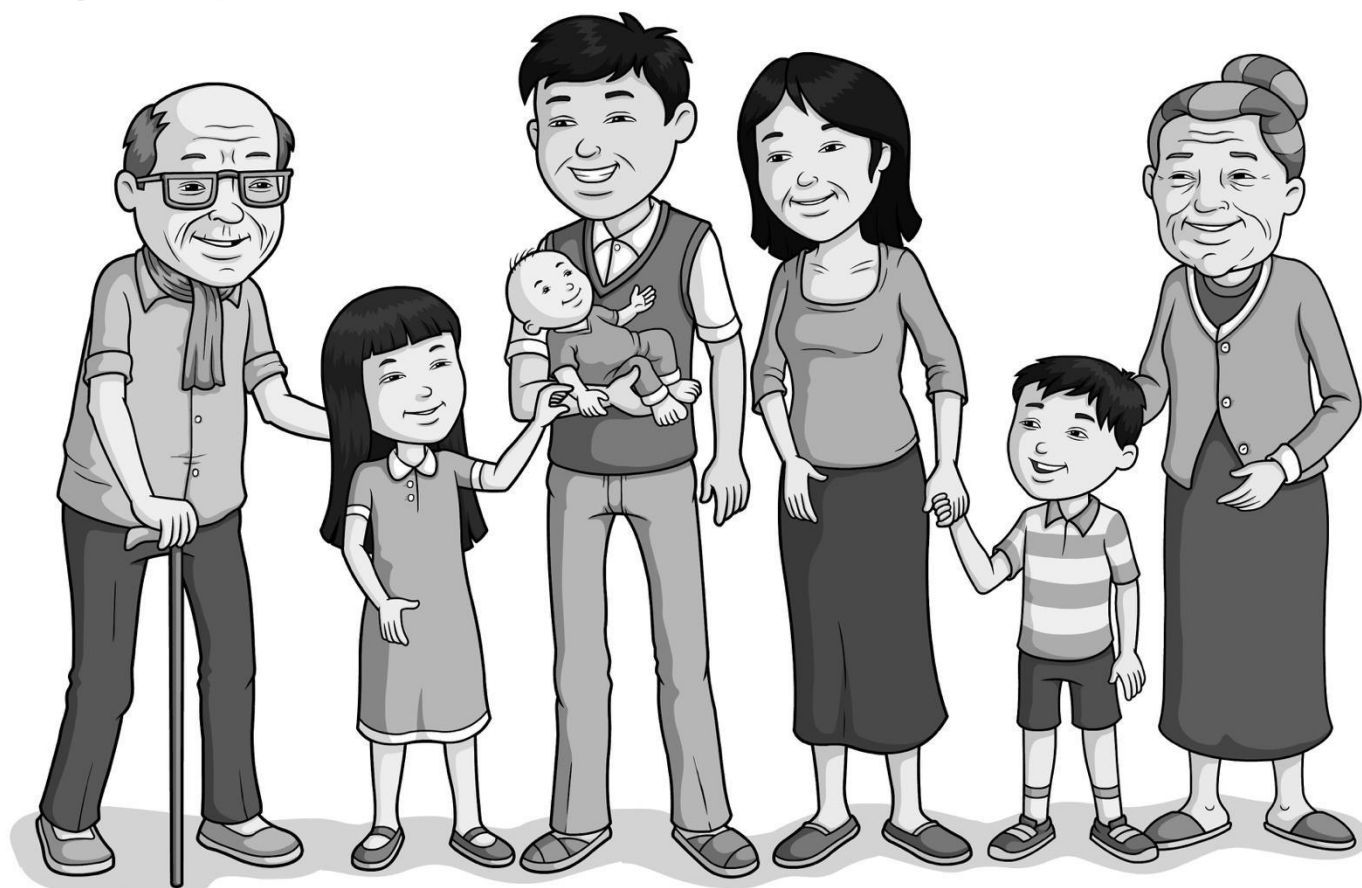


**TRUTH
CENTERED
TRANSFORMATION**

MODULE



CASAMENTO & FAMÍLIA

GUIA DO PROFESSOR

Transformação Centrada na Verdade - Módulo: Casamento e Família v4. Copyright ©2020 Reconciled World, Phoenix, Arizona, Estados Unidos da América. www.reconciledworld.org

Este trabalho é disponibilizado sob os termos da licença Creative Commons Attribution-ShareAlike 3.0. Lhe é permitido e encorajado adaptar a obra e copiá-la, distribuí-la e transmiti-la sob as seguintes condições:

Atribuição - Deve atribuir a obra incluindo a seguinte declaração: Copyright ©2017. Publicado por Reconciled World (www.reconciledworld.org) sob os termos da licença Creative Commons Attribution-ShareAlike 3.0. Para mais informações, consulte www.creativecommons.org.

Não comercial - Não é permitida a utilização desta obra para fins comerciais.



Se estiver interessado em traduzir este material, contacte info@tctprogram.org.

Todas as citações das escrituras, salvo indicação em contrário, são retiradas da Bíblia Sagrada, Nova Versão Internacional®, NIV®. Copyright ©1973, 1978, 1984, 2011 por Biblica, Inc.TM. Usado com a permissão da Zondervan. Todos os direitos reservados em todo o mundo. www.zondervan.com. A "NIV" e a "Nova Versão Internacional" são marcas registadas no United States Patent and Trademark Office pela Biblica, Inc.TM.

Antes de Começar

Nota especial do Facilitador para o Módulo Casamento e Família

Estas lições têm cerca de 2 horas cada - não as habituais 1,5 horas. Peça aos participantes que convidem o seu cônjuge para assistir à formação. Faça algumas modificações para as discussões do casal. Encoraje todos a participarem nesta formação, mesmo que não sejam casados ou que não tenham filhos. Estes tópicos são valiosos para que todos possam aprender a desenvolver relações saudáveis em todas as comunidades. Todos os meios de auxílio visual estão no final do Guia do Professor. Se não imprimir um Guia do Estudante para os participantes, faça uma cópia para cada pessoa do tópico Reconhecer as nossas diferenças na Lição 2. Cada Igreja pode querer pagar uma cópia do Guia do Estudante para recordar as ideias principais deste módulo.

Preparando para ensinar a lição

1. Leia atentamente o **Manual do Professor**, se possível várias vezes. Sublinhe ou faça anotações nos lados das páginas para se lembrar dos pontos importantes.
2. Veja as **ideias principais** de cada lição para saber o que os alunos devem aprender com a lição.
3. Leia todas as passagens das **Escrituras** antes da lição.
4. Verificar que **materiais** são necessários para cada lição e certificar-se de que fez cópias dos Guias do Aluno (folhetos) e cria os auxílios visuais que são utilizados na lição.
5. Certifique-se de que está familiarizado com cada **atividade** da lição (dramatizações, jogos, recursos visuais). Pode praticá-las com a sua família ou amigos.
6. Reserve algum tempo para **orar** para que Deus prepare os alunos, para que os alunos ouçam o que Deus quer que ouçam e para que Ele o ajude a ensinar os materiais. Lembre-se que só através do poder de Deus é que veremos as pessoas mudarem.

Como Usar Este Guia do Professor

1. **Ideias principais e materiais:** Cada lição começa com esta secção.
 - a. **Ideias Principais** - Há muitas ideias boas em cada lição, mas os participantes devem compreender claramente estas ideias principais no final de cada lição. É bom perguntar-se a si próprio se acha que os participantes se vão lembrar destas ideias principais depois de dar uma aula. Reserve tempo para rever as ideias principais com frequência para os ajudar a lembrarem-se.
 - b. **Materiais** - Os materiais específicos necessários são enumerados para cada lição.
 - i. **AJUDA VISUAL** - serão etiquetados desta forma. Devem ser impressos com antecedência.
 - ii. Recomendamos que tenha papel para cartazes, um quadro branco ou um quadro de giz para usar com o grupo grande.
 - iii. Os Guias do Estudante são opcionais. Qualquer secção da lição que tenha páginas correspondentes no Guia do Estudante é identificada no Guia do Professor da seguinte forma: (GE)
2. **Instruções para o Facilitador:** Existem instruções especiais na lição para o ajudar a conduzir bem a formação. Não se destinam a ser partilhadas com os alunos. Leia-as com antecedência para estar preparado para conduzir os debates e as actividades. Algumas perguntas também têm respostas em itálico para o ajudar, enquanto facilitador, a saber que ideias deve realçar junto dos alunos. Estas não são as únicas boas respostas, mas apenas algumas delas.

Lição 1: Papeis no Casamento

Ideias Principais

1. Os homens têm dois papéis no casamento. Eles devem ser o líder da família e devem amar as suas esposas da mesma forma que Cristo amou a Igreja e da mesma forma que eles amam e cuidam de si mesmos.
2. As mulheres têm dois papéis no casamento. Elas devem amar, respeitar e submeter-se aos seus maridos da forma como a Bíblia ensina e ser uma ajudadora piedosa.

Materiais

1. Ajuda Visual: Reconhecer as nossas diferenças - uma cópia para cada participante (frente e verso)
2. Guia do Aluno Opcional (GA)
 - a. Papéis de Maridos e Esposas

Introdução

DISCUSSÃO NO GRUPO GRANDE

O sucesso dos nossos casamentos exige que os homens e as mulheres vivam em harmonia e se relacionem da forma que Cristo pretendeu. Um dos aspectos fundamentais para construir o seu casamento é compreender os diferentes papéis dos cônjuges.

Instruções para o Facilitador: Leia cada história e discuta as questões no grupo grande.

História da Leah

Lia estava no vão da porta a lavar legumes para o jantar. De vez em quando, ela empurrava a rede onde o seu bebé dormia para a manter a balançar para a frente e para trás. A sua sogra estava deitada numa esteira de bambu, roncando suavemente com o calor da tarde. Lia estava casada há apenas dois anos e a sua vida já era muito diferente do que esperava. Sentia-se velha e cansada. Tinha saudades dos amigos e desejava poder visitar a mãe e o pai. Em vez disso, tinha de cuidar do bebé e manter a casa para a família do marido.

Lia sabia que a sogra esperava que tudo estivesse pronto para o jantar assim que acordasse. Tendo sentido uma dor ela espreguiçou-se e esfregou o sítio dorido na parte de trás do pescoço. Quando ela e Timeus se casaram, ele por vezes chegava cedo do trabalho e eles iam dar um passeio a pé ou de mota. Mais tarde, todavia, ele ficava sempre fora até tarde com os amigos. Chegava a casa a cheirar a álcool e a cigarros e mal dizia algumas palavras antes de se deitar.

Lia tinha conhecido Timeus no grupo de jovens da igreja. Antes de se casarem, ele parecia gostar de ir à Igreja. Ela imaginava que Timeus seria um bom marido e um bom pai. Timeus não era cruel, pois não batia em Lia e ela sabia que ele não saía com outras mulheres, mas o seu coração estava sempre longe. Mesmo nas tardes de Domingo, quando estava em casa, parecia distante. Nunca brincava com o bebé nem falava com a esposa. Só dormia ou via televisão. Se o bebé chorasse ou se a mãe se queixasse de Lia, Timeus discutia com Lia e gritava com ela. Lia começou a desejar nunca se ter casado. Nunca imaginou que a vida pudesse ser tão difícil.

História de Temeus

Certa noite, Timeus estava sentado a beber café com os seus amigos. Baara estava a contar uma anedota sobre mulheres que os fez rir a todos. Timeus pensou em Lia e estremeceu. Ele sabia que ela estaria à sua espera quando chegasse a casa e que estaria zangada. Ela nunca estava feliz. Estava sempre a queixar-se da mãe dele e de todo o trabalho que tinha de fazer em casa. Timeus sabia que lidar com a sua mãe podia ser

difícil, mas desejava que Lia fosse mais paciente. A mãe dele tinha trabalhado arduamente toda a vida e merecia descansar agora que estava mais velha. Lia devia compreender isso.

Então Timeus começava a sair com os amigos e a arranjar desculpas para estar longe de casa porque não queria ouvir todas as discussões entre a Lia e a mãe. Estava farto das queixas de Lia sobre o trabalho e o bebé. Ela parecia sempre muito zangada com ele. Será que ela não percebia que ele trabalhava o dia todo e que só precisava de estar sossegado e descansar à noite?

Timeus até evitava ir à Igreja com a Lia. Detestava fingir que estava tudo bem entre eles. Sempre que iam ao culto no domingo de manhã, a Lia vestia o bebé e passava a ferro a melhor camisa do Timeus. Era como se ela quisesse que toda a gente acreditasse que eles eram prósperos e felizes. A verdade é que lutavam para ganhar dinheiro suficiente e não eram felizes em casa. Timeus começou a interrogar-se se alguém seria realmente tão feliz como fingia ser. Sentia-se tão desanimado que já nem sequer queria ir à igreja. Não tinha a certeza de que ir a Igreja tivesse algum significado. Nunca imaginou que a vida pudesse ser tão confusa.

- O que aconteceu nestas duas histórias?
- Como é que isto se compara às famílias da nossa comunidade?

DISCUSSÃO EM PEQUENOS GRUPOS

- Que conselhos darias à Lia? Pense no que o Timeus precisava; o que é que ela poderia fazer para cuidar melhor do esposo?
- Que conselho darias ao Timeus? Pensa no que a Lia precisava; o que é que ele poderia fazer para cuidar melhor da esposa?

Nesta lição, vamos examinar o papel do marido e da mulher no casamento. Deus deu-nos princípios orientadores para nos ajudar a ter casamentos bem-sucedidos.

Papel do marido

DISCUSSÃO NO GRUPO GRANDE

- Como descreveria o papel de um marido no casamento?

Leia Efésios 5:23, 25, 28-29.

- O que esses versículos dizem sobre o papel do marido?
 - *O marido é o cabeça da mulher.*
 - *O marido deve amar a sua esposa como Cristo amou a Igreja.*
 - *O marido deve amar a sua esposa como ama e cuida do seu próprio corpo.*
- O marido deve ser o cabeça da esposa como Cristo é o cabeça da igreja. Como é que Cristo age como cabeça da igreja? Como é que o marido deve agir como cabeça da esposa? Dê alguns exemplos práticos.
 - *O marido é o líder.*
 - *Jesus deu a Sua vida e os Seus direitos como Deus para ser o nosso Salvador, por isso o marido deve fazer sacrifícios para cuidar, proteger e sustentar a sua mulher e não apenas para fazer que é melhor para si próprio.*
 - *Ele não força a sua mulher a submeter-se, mas ama-a incondicionalmente. (Cristo nunca força a igreja a submeter-se).*
 - *Quando um marido toma decisões, deve discuti-las com a sua mulher e considerar o que é melhor para ela, e não apenas o que é melhor para si próprio.*
- Uma vez que o marido deve amar a sua esposa da mesma forma que Cristo ama a Sua Igreja, como descreveria o amor de Deus?

DISCUSSÃO EM PEQUENOS GRUPOS

Leia 1 Coríntios 13:4-8 e Filipenses 2:1-8 e responda as seguintes questões:

- Como é que cada um destes versículos descreve o amor de Deus?
 - 1 Coríntios: 13:4-8 - *paciente, bondoso, não inveja, não se vangloria, não se orgulha, não desonra, não é egoísta, não se irrita facilmente, não guarda mágoas. Não se deleita com o mal, mas com a verdade. Protege, confia, espera e persevera. O amor nunca falha.*
- Filipenses 2:1-8 - *humilde, considerando os interesses dos outros em primeiro lugar, servindo e sacrificando-se.*
- Como é que um marido pode mostrar amor pela sua esposa destas formas? Nos vossos grupos, sugiram 10 coisas práticas que um marido pode fazer para demonstrar este tipo de amor pela sua esposa.
 - *Perdoar a sua esposa quando têm um desentendimento*
 - *Ouvir as ideias da mulher quando estão a tomar uma decisão*
 - *Ajudar a cuidar do bebé - dar banho ao bebé*
 - *Tirar água para a sua mulher*
 - *Ser fiel à sua mulher*
 - *Cuidar das crianças para que a mulher tenha tempo para visitar outras pessoas*
 - *Considerar as necessidades da mulher antes das suas próprias necessidades*
 - *Ser um bom exemplo espiritual - certificar-se de que a família frequenta a igreja todas as semanas*
 - *Orar pela sua mulher*
 - *Perguntar as suas ideias e falar sobre decisões importantes em conjunto*
- Se um marido tratasse a sua esposa da forma como a Bíblia ensina, que efeito acha que isso teria num casamento?

RELATÓRIO - Rever as perguntas acima.

DISCUSSÃO NO GRUPO GRANDE

Deus deu aos maridos dois papéis primordiais no matrimónio - ser o cabeça da mulher e amar as suas mulheres como a si próprios, tal como Cristo faz pela Igreja. Jesus foi o modelo de uma atitude de servo, lavando os pés dos discípulos e entregando a Sua vida como sacrifício pela nossa salvação. Jesus era carinhoso e bondoso, abdicou dos Seus direitos como Deus e não era dominador.

É importante que compreendamos como Jesus modelou estes papéis e que não sigamos apenas um destes dois papéis e esqueçamos o outro. Se olharmos para a vida de Abraão, vemos que, por vezes, ele deu mais importância a um do que ao outro e, isso resultou em problemas.

1. **Agir como chefe, mas sem amor (Génesis 12:10-16):** Abraão levou a sua mulher para o Egipto para fugir da fome. Disse à sua mulher para dizer a toda a gente que ela era sua irmã, para que ele não fosse prejudicado. Por esta causa Sara foi levada por Faraó para se tornar uma das suas esposas. Neste caso, podemos ver que Abraão estava a agir como chefe de família e a tentar resolver o problema da fome para a sua família. No entanto, não demonstrou amor a sua mulher ao pedir-lhe que mentisse e que deste modo se tornasse mulher de outro homem. Deus teve de intervir e salvar Sara daquela situação.
2. **Amar, mas não agir como chefe de família (Génesis 16:1-4):** Sara pediu a Abraão que dormisse com Agar para poder ter um filho através dela e depois, quando surgiram problemas, pediu a Abraão que se livrasse de Agar. Abraão aceitou os desejos de Sara sem sequer orar para saber se era a decisão correcta. Ele amava Sara, mas, como chefe da sua mulher, devia ter-lhe recordado os mandamentos de Deus para que o sexo fosse praticado por casais casados e não ter concordado com os planos dela.

Em ambos os casos, Abraão não foi um bom marido. Se um homem quer ser um bom marido, tem de ser o cabeça da sua mulher e amar a sua mulher como Jesus ama a Igreja. Um sem o outro prejudicará o casamento.

Papel da Mulher

DISCUSSÃO NO GRUPO GRANDE

- Na sua região, qual é o papel típico da esposa?

Leia Génesis 2:18, 20.

- Como é que Deus descreve a mulher (*ajudante*)?
- Como é que definiria um "ajudante"? Que coisas é que um ajudante faz normalmente?

Leia Deuterónimo 33:29 e Salmo 121:1-2.

- Quem é o nosso ajudante nestes versículos?
- Como descreveria o ajudante nestes versículos?

Em hebraico (a língua original), a mesma palavra para "ajudante" é usada em cada um destes versículos. Quando Deus descreveu a mulher como uma ajudadora, Ele usou a mesma palavra que usou para descrever a Si mesmo. Satanás mentiu-nos e deu-nos um entendimento errado da palavra "*ajudadora*". Não é a mesma ideia de ser um servo ou escravo. A verdadeira definição de "*ajudante*" que Deus usou para a mulher significa "uma pessoa forte que vem para apoiar e ajudar uma pessoa em necessidade". Esta mesma palavra é usada 16 vezes referindo-se a aspectos do carácter de Deus: Ele é a nossa força, o nosso salvador, o nosso protetor e a nossa ajuda! Deus criou Eva para dar uma força e uma ajuda preciosa a Adão.

- Como é que a compreensão da ideia bíblica de "ajudante" muda o nosso entendimento do papel da esposa?

Leia Efésios 5:22,24, 33; e I Pedro 3:5.

- O que esses versículos dizem sobre o papel da esposa?
 - *A esposa deve submeter-se ao marido como ao Senhor.*
 - *A esposa deve tratá-lo com respeito.*

Deus deu às esposas dois papéis principais num casamento. O primeiro é amar, respeitar e submeter-se ao marido como líder da família. O segundo é ser uma ajudante piedosa que seja forte e capaz.

DISCUSSÃO EM PEQUENOS GRUPOS

- Quais são algumas maneiras de ser uma "ajudante" e mostrar submissão e respeito piedosos aos maridos? Em grupos, tentem pensar em 10 exemplos.
 - *Preparar refeições, limpar a casa, etc.*
 - *Certificar-se de que a família tenha roupas limpas*
 - *Apoiar-lo no seu trabalho*
 - *Criar um lar feliz*
 - *Encorajar os nossos maridos*
 - *Partilhar as nossas ideias e pensamentos com os nossos maridos*
 - *Orar pelos nossos maridos*
 - *Obedecer aos nossos maridos*
 - *Falar bem dos nossos maridos*
- Como é que um casamento seria afectado se a esposa fizesse este tipo de coisas?

RELATÓRIO – *Que cada grupo partilhe as suas respostas.*

Um casamento Divino (Piedoso)

DISCUSSÃO NO GRUPO GRANDE

Leia Provérbios 31:10-31.

- Sobre quem foram escritos estes versos? (*uma esposa honrada*)
- Para quem foram escritos os versículos? (*vs. 2 - homens*)
- Liste as actividades que esta esposa faz
 - *Trabalha com as mãos fazendo coisas - roupas e utensílios domésticos*
 - *Prepara boa comida para a família*
 - *Compra terras*
 - *Planta uma vinha*
 - *Compra e negocia com sucesso no mercado*
 - *Trabalha arduamente*
 - *Cuida dos pobres e dos necessitados*
 - *Cuida da casa*
- Que actividades são comuns às mulheres na sua área? Quais são as que não são normalmente permitidas às mulheres na sua área?
- Como é que o marido trata a sua mulher (versículos 28-31)? (*Ele elogia-a, honra-a e dá-lhe o fruto das suas mãos*).
- No versículo 30, porque é que o marido elogia a sua mulher e lhe chama excelente? (*Porque ela teme o Senhor*)
- Como é que honras a tua mulher?

Esta passagem foi escrita pela mãe do rei para ajudá-lo a compreender o que é uma esposa piedosa e o valor e o poder de uma mulher assim (veja o versículo 10). Não se trata de dar uma lista de coisas que uma esposa deve fazer ou uma justificação para tratar a esposa como escrava. Não promove a preguiça do marido, mas chama o marido a tratar bem a sua mulher.

Amor e Respeito

DISCUSSÃO NOS GRUPOS GRANDES

Leia Efésios 5:33.

- O que esse versículo nos mostra sobre os papéis dos maridos e das esposas num casamento piedoso?

São-nos dadas duas ordens simples, uma para o marido e outra para a mulher. Maridos, AMAI as vossas mulheres. Mulheres, RESPEITAI os vossos maridos. Porque é que acham que é diferente? Porque é que se diz às mulheres para respeitarem e aos maridos para amarem? Porque Deus nos conhece; sabe exactamente do que precisamos. Ele sabe que os homens precisam de respeito e as mulheres precisam de amor. Os homens continuam a gostar de ser amados e as mulheres de ser respeitadas, mas os homens preferem o respeito e as mulheres o amor.

Podemos ver isto na vida quotidiana. No exército, um lugar dominado por homens, o respeito e a honra são importantes. Os homens aspiram a subir na hierarquia para serem mais respeitados. Os comportamentos desrespeitosos não são tolerados. Não gostar do seu comandante não é um problema. Os comandantes não esperam que gostem deles; querem ser respeitados. As mulheres, por outro lado, criam ambientes acolhedores - querem ser amadas; não estão tão preocupadas em serem respeitadas.

O que acontece frequentemente é que as mulheres não mostram respeito pelos seus maridos, e estes não mostram amor pelas suas mulheres. Por não se sentirem amadas, as mulheres não demonstram respeito e os homens, que se sentem desrespeitados, não demonstram amor. Torna-se um ciclo. Pode começar tanto com o

marido como com a mulher, mas uma vez iniciado, dá voltas e mais voltas - um ciclo de desrespeito e falta de amor.

Ouçã esta história e veja se ela se parece com uma situação típica.

Tinha sido uma semana dura de trabalho nos campos. O sol parecia especialmente quente e o calor era insuportável nos campos, onde não havia muito alívio. Mateus estava entusiasmado com o facto de em breve estar em casa para ver a sua mulher. Tinha estado fora durante 10 dias; era muito tempo para estar longe da família. Enquanto conduzia pela estrada, esperava que ela estivesse tão contente por vê-lo .

Maria estava em casa; estava cansada depois de cuidar das crianças sem grande ajuda e frustrada por elas não se comportarem bem. Estava ansiosa por ver o marido chegar a casa. Tinha-lhe telefonado mais cedo nesse dia para o lembrar de trazer arroz para casa. Não tinha conseguido sair porque era muito difícil levar as crianças pequenas para qualquer lado. Esperava que ele voltasse depressa - as crianças já estavam a ficar com fome e ela não tinha nada para lhes dar de comer.

"Estou em casa", disse Mateus.

"Finalmente!", disse Maria. "Onde é que está o arroz?"

"Oh", respondeu o Mateus, "esqueci-me dele - tinha tanta coisa para me lembrar hoje".

"Como é que pudeste fazer isso?" A Maria subiu o tom da sua voz. "O que é que as crianças vão comer?"

"Não tens nenhum arroz?"

"Não! Foi por isso que te pedi para trazeres algum. Às vezes acho que te preocupas mais com os teus amigos do que com a família. Nunca te esqueces de ir tomar café com eles".

"Está bem, eu vou buscar!" Mateus gritou enquanto saía pela porta. A felicidade que ambos tinham tido com a ideia de se verem já tinha desaparecido, substituída por raiva e mágoa.

- O que aconteceu nesta história?
- Qual foi a reação da Maria para com o Mateus?
 - *Maria ficou frustrada por ele se ter esquecido do arroz*
- Qual foi a reação do Mateus para com a Maria?
 - *Ele ficou zangado*
- O que é que aconteceu no final?
 - *Mateus foi-se embora*

Instruções para o Facilitador: *Recorde à turma que esta discussão NÃO tem a ver com arroz. Tem a ver com o facto de a Maria sentir que o marido a esqueceu porque se esqueceu da única coisa que ela pediu. Tem a ver com o facto de o Mateus não se sentir amado porque a sua mulher não apreciou tudo o que ele fez, mas sim porque o chateou.*

Senhoras, por vezes isto (sair) é uma coisa boa. Por vezes, os nossos maridos estão tão zangados com os nossos comentários que precisam de tempo para se acalmarem, para não responderem de uma forma ímpia, como bater ou usar linguagem ofensiva.

No entanto, o que é que as mulheres pensam quando os homens se vão embora? ELE NÃO ME AMA. Ele nem sequer me ama o suficiente para resolver o problema!

Homens, têm de se lembrar de comunicar claramente quando saem, podendo dizer o seguinte. "Estou extremamente zangado neste momento. Amo-te e quero tratar-te de uma forma que honre a Deus, mas preciso de algum tempo para me acalmar".

De que forma esta história poderia ter sido diferente?

- O que é que a Maria poderia ter dito de forma diferente?

"Agradeço muito por tudo o que tens feito para sustentar a família, todo o teu trabalho e esforço. No entanto, precisamos de arroz - podes fazer mais um esforço para ir buscar algum?"

- O que é que o Mateus poderia ter dito de forma diferente?

"Estava tão ocupado a pensar no quanto ficaria feliz por te ver, no quanto te amo e aprecio, que o arroz me saiu do cérebro. Deixa-me ir buscar um pouco agora; é só um minuto."

Em todos os casos, alguém tem de parar o ciclo e mostrar amor ou respeito. Mesmo quando não o queremos fazer, temos de nos lembrar - é-nos ordenado! A Bíblia não diz: "Quando o teu marido estiver a ser amável, respeita-o. Quando a tua mulher estiver a ser amável, ama-a". Cristo não esperou que fôssemos bons para nos amar. Temos de nos lembrar que, mesmo que não queiramos, por amor a Deus, temos de nos amar e respeitar uns aos outros.

DISCUSSÃO EM PEQUENOS GRUPOS

Recordem a história de Timeu e Lia.

- Como é que acham que o problema do amor e do respeito se reflecte nesta história?
- Que conselho darias a Timeus?
- Que conselhos darias à Lia?

COM UM PARCEIRO

1. Faça uma lista das coisas que o seu marido ou mulher faz para o ajudar. (Para os solteiros, o que é que o seu pai e a sua mãe fazem para o ajudar?)
2. Ao ler a lista, ore e agradeça a Deus pelo seu marido ou mulher (ou pelos seus pais).

REFLEXÃO PESSOAL

O que pode fazer logo após esta formação para melhorar a sua relação com o seu cônjuge ou família?

1. No dia seguinte:
 - **Maridos:** Diga à sua mulher que lhe está grato por ela e pelo que ela faz para cuidar da vossa família. Pergunte-lhe se há alguma coisa que possa fazer para tornar a vida dela menos difícil. Lembrem-se que ela quer saber que a amam.
 - **Esposas:** Diga ao seu marido que está grata por ele e que aprecia o seu trabalho árduo para cuidar da vossa família. Pergunte-lhe se há alguma coisa que possa fazer para tornar a vida dele menos difícil. Lembre-se que ele quer saber que o respeita.
 - **Solteiros:** Diga aos seus pais que está grato por eles e por tudo o que fazem pela sua família. Pergunte-lhes se há alguma coisa que possa fazer para tornar a vida deles menos difícil.
2. Depois, todos os dias, tente fazer pelo menos uma coisa para mostrar ao seu marido ou mulher (ou aos seus pais) que os ama ou que os respeita.
3. Reserve agora algum tempo para escrever algumas ideias suas sobre o que pode fazer todos os dias desta semana. Ore e peça a Deus que lhe ajude a fazer estas coisas.

Estes passos podem parecer demasiado difíceis. Se não está preparado para falar com o seu marido ou mulher (ou pais), comece por orar por ele ou ela todos os dias. Ore sempre que se sentir triste ou zangado. Agradeça a Deus pelo seu marido ou mulher e peça-lhe que o ajude no seu casamento.

Lição 2: Um Casamento Feliz

Ideias Principais

1. Podemos ter casamentos felizes se tomarmos consciência das diferenças que temos com o nosso cônjuge ou com um familiar próximo.
2. Precisamos de aprender formas saudáveis e bíblicas de lidar com as nossas diferenças e resolver conflitos.

Materiais

1. Auxílio Visual
 - a. Folha de trabalho "Reconhecer as nossas diferenças" (frente e verso - uma cópia para cada)
2. Guia do Aluno Opcional (GA)
 - a. Reconhecer as nossas diferenças
 - b. Resolvendo Desentendimentos

Um Casamento Feliz

Mesmo num casamento saudável, haverá sempre alguns conflitos.

- Quais são as coisas sobre as quais os casais discordam frequentemente?

DISCUSSÃO EM PEQUENOS GRUPOS

Leia os seguintes versículos - o que é que podemos entender destes versículos que nos ajuda a compreender como lidar melhor com os conflitos?

- 1 Coríntios 15:41 e 1 Coríntios 12:4-7 - *Deus fez cada um de nós único; temos passados diferentes e foram-nos dados talentos diferentes. Precisamos de compreender as diferenças e estar dispostos a aceitar a forma como Deus nos tornou diferentes.*

RELATÓRIO

DISCUSSÃO NO GRUPO GRANDE

Deus fez cada um de nós diferente. Como vimos em 1 Coríntios, temos diferentes talentos, capacidades e pontos fortes. Isso NÃO faz com que uma pessoa seja melhor do que a outra. Cada um de nós é como Deus nos fez. Deus não nos fez todos iguais. Ele fez-nos únicos. No próximo exercício, veremos algumas das formas como Deus nos tornou únicos. Lembre-se que, para cada um destes pontos, não é que uma pessoa seja melhor do que outra, é um reflexo da forma como Deus nos fez.

ACTIVIDADE INDIVIDUAL E DO CÔNJUGE

Instruções para o facilitador: Cada pessoa precisará de uma cópia do **AJUDA VISUAL** - Reconhecer as nossas diferenças. Também pode colocar os homens de um lado da sala e as mulheres do outro. Se as pessoas não souberem ler, ou se não compreenderem as afirmações, pode ler cada tópico e pedir-lhes que assinalem na linha. É importante dar instruções muito claras para esta atividade! As instruções claras são dadas abaixo (depois do quadro).

Desacordos	
Resolver o problema imediatamente	Manter a paz

Dinheiro		
Gastar	_____	Poupar
Pessoas		
Passar tempo com os outros	_____	Passar tempo sozinho
Planeando		
Faça planos e cumpra-os	_____	Ser espontâneo
Pontualidade		
Chegue cedo	_____	Chegar mesmo a tempo ou tarde
Relaxar		
Saia	_____	Fica em casa
Dormir		
Vai a cama tarde	_____	Vai a cama cedo
Desporto		
Entusiasta	_____	Falta de entusiasmo
Roupas		
Formal	_____	Casual
Arrumação		
Muito arrumado	_____	Desarrumado
T.V.		
Deixa ligada	_____	Deixar desligada

INSTRUÇÕES:

Vamos ler a folha de apoio duas vezes:

1. A primeira vez - lê cada tópico e marca na linha com um "X" o que **gostas**.

- Vamos fazer o primeiro em conjunto. Pessoas - preferes passar tempo com pessoas ou estar sozinho? Se gosta de estar rodeado de pessoas, coloque um "X" na extremidade direita da linha. Se gosta de ambas as coisas, pode colocar o "X" no meio da linha. Se preferir estar sozinho, coloque um "X" na extremidade esquerda da linha. (Demonstrar no quadro)
 - Percorre toda a página e marca o que preferes em cada situação.
2. Da segunda vez - leia cada tópico e assinale na linha com um "O" o que **acha que o seu cônjuge ou familiar** próximo gostaria de ter. Não discuta este assunto com o seu cônjuge.
 3. Quando tu e a tua esposa tiverem terminado os pontos 1 e 2, mostrem o vosso papel um ao outro. Discutam cada tópico e as perguntas no verso.
 - Compreendeu corretamente as preferências da outra pessoa? Ficou surpreendido com alguma coisa?
 - Você e o seu cônjuge (ou familiar próximo) tiveram sempre as mesmas respostas para cada um destes tópicos?
 - Em que áreas são mais parecidos e têm mais facilidade em concordar?
 - Em que áreas são mais diferentes?
 - Quais os tópicos que criam desacordos no vosso casamento ou relacionamento?
 - Falem sobre como poderiam lidar com estas áreas das vossas diferenças.
 - Como podem usar os pontos fortes de cada pessoa para construir o vosso casamento ou relacionamento?
 4. **Escrevam um plano em conjunto:** Elaborem um plano para lidar com as áreas em que são muito diferentes. Escolham 2 áreas de diferenças e escrevam o vosso plano para as resolver.

Exemplo 1 - Dinheiro

Se o seu cônjuge gosta de gastar e você gosta de poupar, façam um plano para gastar algum dinheiro e poupar a outra parte. Talvez concordem em poupar um montante específico, enquanto o seu cônjuge pode ter uma mesada todas as semanas/mês para gastar nas necessidades da família com base no que acordaram em conjunto.

Exemplo 2 - Relaxar

Se a sua forma de relaxar é estar em casa e o seu cônjuge gosta de sair, então cheguem a acordo sobre uma forma de ambos serem felizes. Podem concordar em sair juntos uma noite por semana e ficar em casa e relaxar juntos uma noite por semana. Ou podem acordar que, uma ou duas noites por semana, o seu cônjuge sairá e vocês ficarão em casa.

RELATÓRIO

Instruções para o facilitador: Pedir a um ou dois casais que partilhem o seu plano para verificar as diferenças.

As nossas diferenças podem dar origem a conflitos se não as discutirmos e não elaborarmos um plano que funcione para ambas as partes.

Resolvendo os Desacordos

Haverá sempre alguns desacordos, mas temos de aprender a resolvê-los de forma saudável. Não podemos deixar que os conflitos se acumulem. Temos de tentar resolver rapidamente qualquer conflito antes que ele cresça com o tempo.

DISCUSSÃO EM PEQUENOS GRUPOS

Leia os seguintes versículos. O que podemos aprender com cada versículo sobre a resolução de conflitos?

- Efésios 4:32 - *Precisamos de ser bondosos, compassivos e dispostos a perdoar, lembrando-nos de que também não somos perfeitos.*
- 1 Pedro 3: 9 e Mateus 5:23-24 - *Temos de estar prontos para pedir desculpa. Mesmo que a outra pessoa tenha começado os problemas, precisamos de estar prontos para corrigir as coisas.*
- Filipenses 2:3-4 - *Precisamos de pensar nos outros como mais importantes do que nós próprios.*
- Efésios 4:26 - *Não devemos deixar que o sol se ponha sobre a nossa ira. Este é um bom lembrete para termos o cuidado de resolver as diferenças rapidamente e não deixar passar os dias. Isto é muito importante nos nossos casamentos, mas também em todos os nossos relacionamentos.*
- Mateus 7:3-5 - *Certifica-te de que reconheces primeiro as tuas falhas - não te apresses a apontar as falhas dos outros.*
- Mateus 18:15 - *Discutam as questões em privado e não à frente dos outros, especialmente das crianças.*
- Provérbios 15:1 - *Discutam as divergências com calma. Escolham um momento em que ambos estejam calmos. Se estiverem zangados, adiem a discussão.*
- Colossenses 4:6 - *Exponham os vossos pontos de vista de forma amável, sem se atacarem mutuamente.*

REFLEXÃO PESSOAL

- Qual destes princípios é mais fácil de aplicar durante um desacordo?
- Qual destes princípios é o mais difícil para si durante um desacordo?
- Indique um ou dois princípios que gostarias de começar a aplicar na sua vida.

ACTIVIDADE EM PEQUENOS GRUPOS

Crie uma dramatização. Escolha um desacordo comum nos casamentos e mostre como resolve-lo utilizando todos estes princípios.

Instruções para o Facilitador: Peça a cada um dos pequenos grupos que faça a sua dramatização para o resto do grupo.

REVISÃO NO GRUPO GRANDE

Nesta lição, aprendemos a reconhecer as diferenças nos nossos relacionamentos, a fazer um plano para lidar com as nossas diferenças e a resolver os nossos desacordos de uma forma bíblica.

- Que princípio importante de resolução de conflitos tu esqueces muitas vezes durante um desentendimento?
- Quais são algumas ideias que ajudam lembrar-te desta verdade da próxima vez que tiver um desentendimento?

Lembre-se, estes princípios não são apenas para as pessoas casadas usarem. Podemos usar estes princípios em todos os nossos relacionamentos sempre que tivermos um conflito.

Instruções para o Facilitador: Termine orando para que Deus ajude cada um deles a discordar de uma forma saudável e piedosa e a garantir que as suas diferenças não se transformem em discussões e brigas.

Lição 3: Lidar com as mágoas

Ideias Principais

1. Precisamos de reconhecer e lidar com a forma como nos magoamos uns aos outros, porque as mágoas não resolvidas podem destruir os casamentos.
2. Pedir desculpas genuínas às pessoas que magoámos ajudará a restaurar as nossas relações.
3. Perdoamos aos outros por gratidão a Deus que nos perdoou.
4. O perdão é um processo pelo qual devemos passar continuamente para limpar as feridas nos nossos relacionamentos.

Materiais

1. Auxílio visual: Imagem de uma família (uma cópia por grupo - rasgada)
2. Fita-cola (suficiente para cada grupo usar para juntar a fotografia da família)
3. Guia do Aluno Opcional (GA)
 - a. Identificando Feridas
 - b. Passos para se Desculpar
 - c. Passos para o Perdão

Revisão e Introdução

DISCUSSÃO NO GRUPO GRANDE

Instruções para o Facilitador: Pergunte ao grupo se se lembram de alguma coisa das lições anteriores. Reveja os versículos para lembrar ao grupo os pontos principais.

- Quais foram alguns dos princípios que aprendeste sobre como podemos discutir e resolver as nossas diferenças?

Mesmo nos melhores casamentos, há alturas em que o marido ou a mulher, ou ambos, se magoam um ao outro. Algumas vezes a mágoa é intencional; outras vezes, não é.

ACTIVIDADE COM O GRUPO GRANDE

Instruções para o Facilitador: Dê a cada grupo uma cópia rasgada da imagem de **AJUDA VISUAL** - Família (pelo menos em 4-6 pedaços) e fita-cola. Peça-lhes para voltarem a colar a imagem. (A imagem encontra-se na parte de trás do Manual do Professor)



Sem a fita adesiva, teria sido impossível voltar a juntar a imagem. O perdão é a "fita adesiva" nos relacionamentos, especialmente no casamento. Ele mantém as peças unidas mesmo quando tenha havido mágoa e relacionamentos quebrados.

As mágoas destroem os casamentos. Torna as pessoas menos próximas e deixam de se apoiar mutuamente.

Nesta lição, veremos como restaurar um casamento danificado pela mágoa.

Primeiro – Identifique a Ferida

DISCUSSÃO NO GRUPO GRANDE

Ler Mateus 5:23-24.

- De acordo com este versículo, que importância atribui à reconciliação de mágoas ou conflitos?

- O que é que este versículo quer dizer com "ter algo contra ti"?
- Que é que devemos fazer se houver mágoa nos nossos casamentos?

A Bíblia deixa claro que devemos reconciliar relacionamentos. Deus acha que isso é tão importante que nos diz para sairmos do culto para o fazermos. Quanto mais depressa reconciliarmos as nossas relações, menos mágoas podem crescer. Passados alguns meses, o que começou como uma pequena mágoa pode facilmente transformar-se num grande problema.

Este versículo lembra-nos que, se deixarmos alguém zangado connosco, temos de ir pedir perdão. No versículo seguinte, vemos que, se alguém nos irrita, ainda temos a responsabilidade de ser nós a ir.

REFLEXÃO PESSOAL

Vamos dedicar alguns minutos a pedir em silêncio a Deus que nos mostre se há alguma forma de termos magoado os nossos cônjuges. Se não for casado, pense antes num amigo íntimo ou num familiar. Pense nas seguintes áreas e escreva os seus pensamentos:

Facilitador: *Ler lentamente estas perguntas, dando cerca de 20 segundos de intervalo entre cada uma, e depois vários minutos para as pessoas orarem e escreverem.*

- Há alguma coisa que tenha deixado de fazer e que deveria estar a fazer?
- Há alguma coisa que tenha feito (ou esteja a fazer) que não deveria fazer?
- Deixou de fazer algo que sabe que o seu cônjuge quer que faça?
- Disse alguma coisa que o tenha magoado?
- Deixou de mostrar amor e encorajamento?

DISCUSSÃO NO GRUPO GRANDE

Leia Mateus 18:15.

Não só temos de reconhecer as formas como causámos dor aos nossos parceiros e prejudicámos os nossos casamentos, como também temos de estar preparados para dizer aos nossos parceiros quando formos magoados. Por vezes, os nossos parceiros não têm intenção de nos magoar, mas mesmo assim somos magoados. Eles podem não se aperceber do que fizeram. Se não lhes contarmos, essa mágoa pode fazer um estrago no nosso casamento. O seu parceiro nunca saberá o que se passa e, por isso, não poderá reparar o rasgão.

REFLEXÃO PESSOAL

Agora, pare um momento e pense nas formas como foi magoado. Pode ou não ser algo que o seu parceiro se aperceba que o está a magoar.

- Existem formas de ter sido magoado pelo seu cônjuge?
- Ore e comprometa-se a começar a discutir estas coisas com o seu cônjuge esta semana.

Nenhum de nós é perfeito. Todos nós já magoámos outros e todos nós já fomos magoados. No resto desta lição, aprenderemos mais sobre como reconciliar o nosso relacionamento com essas mágoas. Esta semana precisa de se lembrar das coisas em que pensou e discuti-las com o seu parceiro - pedindo desculpa e perdoadando quando for apropriado.

Leia Lucas 15:11-22.

- Que obstáculos o filho mais novo enfrentou?
- O que é que o filho mais novo teve de fazer para restaurar a sua relação com o pai?
- O que é que podemos aprender com esta história sobre pedir desculpas?
- Qual foi a reação do pai? *(Ele perdoou.)*
- O que é que podemos aprender com esta história sobre o perdão?

Os dois passos seguintes para restaurar as relações são: pedir desculpa e perdoar.

Segundo – Pedir Perdão Quando Magoares alguém

DISCUSSÃO NO GRUPO GRANDE

Quais são alguns dos obstáculos que enfrentamos para pedir desculpa e pedir perdão aos outros?

- *Orgulho*
- *Embaraço*
- *Encontrar tempo*
- *Medo*

Existem 6 Passos para Pedir Desculpas para restaurar relações quando foram magoadas outras pessoas:

Instruções para o Facilitador: *Escreva estes passos num quadro branco à medida que os vai lendo.*

Passos para Pedir Perdão

1. **Confessar a Deus** - Quando magoamos os nossos parceiros, também desobedecemos a Deus. Precisamos de ir ter com Deus e pedir-Lhe perdão pelo que fizemos de errado. Aceitar o perdão de Deus dar-nos-á um coração humilde para confessar e pedir perdão à outra pessoa.

2. **Confessar à outra pessoa sem dar desculpas** - Muitas vezes, quando nos confessamos, queremos explicar porque é que cometemos tal erro. No entanto, isso pode dificultar o perdão da outra pessoa.

Exemplo 1:

Culpar: Sei que ontem critiquei-te à frente dos teus amigos, mas não o teria feito se não nos tivesses feito chegar uma hora atrasados.

Correcto: Magoei-te ao criticar-te ontem à frente dos teus amigos; foi indelicado da minha parte.

Exemplo 2:

Culpabilização: Sei que fui mal-humorado e rude contigo ontem à noite, mas devias ter-te lembrado que a tua mãe me tem criticado muito ultimamente e que estou cansado de todo o trabalho.

Correcto: Fui egoísta, insensível, rude e mal-humorado contigo ontem à noite. Lamento ter-te magoado.

Compare cada um dos exemplos acima. Qual dos exemplos seria mais suscetível merecer perdão?

3. **Pedir desculpa** - Certifique-se de que é específico em relação ao que lamenta e exprima a sua mágoa com sinceridade. Diga algo como: "Estou extremamente arrependido pelo que fiz" ou "Sinto-me muito mal pela forma como o tratei".
4. **Pedir perdão** - Temos de perceber que precisamos de perdão. Pode acontecer que o seu cônjuge não esteja pronto para perdoar-te imediatamente, pelo que temos de ser pacientes. Ore para que Deus ajude o seu cônjuge a perdoar-te. Não deve forçá-lo a dizer que o perdoa contra a sua vontade.
5. **Mudar o seu comportamento** - Não basta confessar e pedir perdão se não tencionamos mudar e se tencionamos continuar a cometer o mesmo erro. Parte do restabelecimento da relação é garantir que se está disposto e decidido a mudar o seu comportamento. Na medida das suas possibilidades, deve tentar não repetir o erro.
6. **Aceite as consequências** - A pessoa pode precisar de tempo para o perdoar. É preciso ter paciência e pedir a Deus que a ajude a perdoar. Algumas mágoas podem destruir a confiança numa relação. Tem de compreender que o seu cônjuge pode não confiar em si tão facilmente como antes. Esta é uma consequência da sua acção. Pedir desculpa não torna automaticamente tudo novo. Por vezes, é preciso viver com as consequências do que se fez. É preciso tempo para que a mágoa que causou desapareça.

ATIVIDADE EM PARCERIA

Pense numa situação comum em que alguém teria de pedir perdão ao seu cônjuge ou a outro familiar próximo. Façam, um de cada vez, uma dramatização de como pediriam desculpa e perdão.

Instruções para o Facilitador: *Pode convidar as pessoas que queiram fazer a sua dramatização em frente do grupo.*

Aplicação

REFLEXÃO PESSOAL

Peça a Deus que lhe mostre se há alguma coisa no seu casamento pela qual tem de pedir desculpas.

1. Crie um plano de quando irá falar com o seu cônjuge. Quando falar com o seu cônjuge, peça desculpa pelas mágoas que causou. Tente seguir estes passos. Se não for casado, pode utilizar estes mesmos passos para resolver mágoas em qualquer relação que tenha - por exemplo, com os pais, irmãos, familiares ou amigos.
2. Escolha uma boa altura para as duas pessoas falarem. Encontre uma altura em que não haja interrupções e em que ambas as pessoas não estejam demasiado cansadas.
3. Ore e peça a Deus que lhe dê um coração humilde e que lhe dê as palavras certas para dizer. Ore para que Deus prepare o seu cônjuge para o ouvir e esteja disposto a perdoá-lo.
4. Comprometa-se com o Senhor a fazer isto. Há alguém que possa rezar por si e responsabilizá-lo por isto?

Perdoe Pessoas que lhe tenham magoado

DISCUSSÃO NO GRUPO GRANDE

Lê os seguintes versículos e resume o que a Bíblia diz sobre o perdão.

- Lucas 23:34 - *Jesus perdoou, e disse que os outros não sabiam o que estavam a fazer.*
- Mateus 18:21-22 - *Jesus disse a Pedro para perdoar 77 vezes 7 (todas as vezes).*
- Colossenses 3:13 - *Perdoai-vos uns aos outros como o Senhor nos perdoou.*

Deus perdoou-nos muito. Ele ordena-nos que nos perdoemos uns aos outros. Às vezes é difícil perdoar os outros quando eles nos magoam.

- Pela sua experiência, quais são algumas das consequências da falta de perdão num casamento?
 - *Amargura - acumulação de mágoas*
 - *Quebra de confiança um no outro*
 - *Insatisfação com o casamento e possível infidelidade*
 - *Tensões familiares - até as crianças se sentem inseguras e receosas*

O perdão é essencial para garantir que um casamento se fortaleça. Na Bíblia, é-nos ordenado muitas vezes que perdoemos. Mas primeiro precisamos de compreender claramente o que é e o que não é o perdão.

Instruções para o Facilitador: *Desenhe duas colunas no quadro e escreva "O perdão NÃO é" e "O perdão É" em cada coluna. Escreva cada ponto à medida que o vai explicando.*

O Perdão não É	O Perdão É
<ol style="list-style-type: none">1. Um sentimento2. Aceitar a injustiça ou tolerar um comportamento ofensivo ou abusivo3. Exigir que uma pessoa mude antes de a perdoar4. Esquecer5. Fingir que não importa	<ol style="list-style-type: none">1. Uma escolha que fazemos2. Enfrentamos o mal que foi feito, mas optamos por não guardar mágoa do nosso cônjuge3. Confiar em Deus para lidar com a outra pessoa e perdoar mesmo antes de ela mudar

	4. Entregar o nosso cônjuge nas mãos de Deus quando sentimos raiva ou mágoa; não procurar vingança 5. Aceitar a morte de Jesus como pagamento por todos os pecados
--	---

Perdão Não É:

- **Um sentimento.** O perdão é uma escolha que fazemos. Não precisamos de esperar até sentirmos o perdão, mas decidimos que vamos perdoar alguém. Não nos perguntamos: "Apetece-me perdoar?", mas simplesmente decidimos perdoar e deixamos de lado a autocomiseração e o desejo de vingança.
- **Exigir que a pessoa mude antes de a perdoar.** Não podemos obrigar alguém a mudar. Perdoamos porque Cristo nos perdoou e nos manda perdoar os outros, não por causa do que exigimos da pessoa.
- **Aceitar a injustiça.** Quando perdoamos uma pessoa, não temos de concordar que o que ela fez tenha sido correto. Podemos reconhecer que o que ela fez foi errado, mas perdoá-la-emos na mesma. Só porque perdoamos alguém não significa que permitimos que essa pessoa continue a magoar-nos. O perdão NÃO significa que toleramos comportamentos ofensivos ou abusivos.
- **Esquecimento.** Por vezes, quando perdoamos, não conseguimos esquecer imediatamente a dor que nos foi causada. Temos de continuar a perdoar a pessoa sempre que começarmos a sentir-nos zangados.
- **Fingir que não importa.** Quando perdoamos alguém, não estamos a dizer que o que essa pessoa fez foi bom ou que não nos afectou. Estamos a dizer que, apesar da forma como nos feriram, vamos continuar a perdoar-lhes. Confiamos em Deus para lidar com a outra pessoa.

Perdão É:

- **Uma escolha que fazemos.** É uma resposta ao perdão de Deus para nós e está em obediência a Ele.
- **Enfrentar o mal que foi feito.** Temos de reconhecer que alguém fez algo de errado connosco e que o seu comportamento nos magoou, mas escolhemos não guardar essa mágoa.
- **Confiar em Deus para lidar com os outros.** Deixamos que Deus traga convicção e perdoamos mesmo antes de alguém mudar.
- **Libertar a pessoa nas mãos de Deus.** Quando perdoamos, desistimos do nosso direito de vingança ou de exigir mudanças. Em vez disso, permitimos que Deus discipline ou mude a pessoa como Ele quiser.
- **Aceitar a morte de Jesus como pagamento por todos os pecados.** Depois de termos perdoado a pessoa, não podemos continuar a recordar-lhe o que ela fez e a usá-lo para a levar a fazer coisas por nós.

O perdão pode ser difícil, especialmente se a pessoa nos magoou muito. A Bíblia recorda-nos que perdoamos por gratidão pelo que Deus fez por nós, e não porque a pessoa "mereça" necessariamente o perdão. Quando perdoamos, não dizemos que o que a pessoa fez foi bom, mas dizemos que estamos dispostos a deixar que Deus seja o juiz e decida como quer reagir às suas acções.

REFLEXÃO PESSOAL

- Que nova ideia aprendeu sobre o perdão?
- Como podem aplicar o que aprenderam no vosso casamento durante a próxima semana?

Os Passos para o Perdão

Instruções para o Facilitador: Falar sobre as etapas do perdão. Depois de passar em revista as etapas, indique como é que o Adam na história fez ou não fez essa etapa. Em seguida, ajude a clarificar tudo o que os alunos não tenham a certeza.

Se a mágoa que sofreu foi pequena, então pode ser fácil passar por estas etapas. Se a mágoa foi mais significativa, então este processo pode demorar mais tempo.

1. Reconheça que o que lhe foi feito foi injusto.
2. Admita a raiva e o desejo de magoar a pessoa.
3. Peça a Deus que o ajude a perdoar a outra pessoa.
4. Escolha não se vingar.
5. Abandonar o desejo de magoar a pessoa.
6. Entregar a responsabilidade do julgamento a Deus.
7. Pedir a Deus que remova a amargura e o ressentimento.
8. Peça a Deus para curar a sua dor e todas as consequências da injustiça na sua vida.

COM UM PARCEIRO (Não a sua esposa)

- Que passos para o perdão são os mais difíceis para si?
- O que é que o poderia ajudar a tornar este passo mais fácil?
- Qual é a coisa que precisa de perdoar ao seu cônjuge?

Se não conseguir pensar em nada com o seu cônjuge, então pense em qualquer outra pessoa que o tenha tratado injustamente. Se mesmo assim não conseguir pensar em nada, ore em silêncio por aqueles que estão a passar pelo processo.

REVISÃO

Instruções para o Facilitador: Leia cada passo em voz alta enquanto os participantes fecham os olhos. Faça uma pausa de um minuto após a leitura de cada passo, para que os participantes tenham tempo para refletir sobre cada um deles. Quando tiver terminado de ler todos os 8 passos, ore pelo grupo, para que Deus tire a dor resultante das injustiças que acabaram de perdoar.

Fechem os olhos, ouçam e pensem em perdoar o seu cônjuge à medida que cada passo é lido.

Recomeçar Juntos

DISCUSSÃO NO GRUPO GRANDE

Leia cada versículo e identifique a ideia principal em cada um deles:

- I Coríntios 13:4-5 - *O amor é incondicional e não mantém um registo dos erros cometidos.*
- Tiago 5:16 - *Confessar os nossos pecados, orar uns pelos outros e dar graça uns aos outros.*
- Filipenses 3:13 - *Esqueçam o passado e concentrem-se no futuro.*

Depois de termos passado pelo processo de identificar as mágoas, pedir desculpa e perdoar, temos de estar dispostos a começar de novo. É difícil passar por este processo, por isso precisamos de nos confortar e orar uns pelos outros. Depois, em vez de nos lembrarmos do que aconteceu no passado, temos de nos concentrar no futuro.

- Com que frequência precisa de limpar a sua casa?

Tal como na limpeza da casa, precisamos de limpar regularmente as feridas nos nossos casamentos e noutros relacionamentos. Se não limparmos regularmente as mágoas, elas acumulam-se e podem fazer uma grande confusão nos nossos relacionamentos! Ajude o seu casamento a manter-se forte, certificando-se de que passa por este processo regularmente.

Conclusão

Instruções para o facilitador: Rever o que o perdão É e NÃO é e os passos do perdão. Rever os 4 passos para restaurar relacionamentos danificados. Faça qualquer pergunta adicional.

Nas duas últimas lições, falámos de quatro formas de restaurar relações danificadas. Lembra-se de quais são?

- 1 - Identificar a mágoa
- 2 - Pedir desculpa quando magoamos os outros
- 3 - Perdoar as pessoas que o magoam
- 4 - Começar de novo juntos

Depois de fazermos estas coisas, precisamos de olhar para a frente e não nos concentrarmos no passado. Também precisamos de nos certificar de que passamos por este processo sempre que nos magoamos uns aos outros. Temos de confiar em Deus para nos ajudar neste processo.

ORAÇÃO EM PEQUENO GRUPO OU COM O CÔNJUGE (pode ser feita com os cônjuges)

Em grupo ou com o seu cônjuge, orem uns pelos outros. Peça a Deus que o ajude a perdoar os outros como Ele o perdoou a si. Peça a Deus para curar os seus relacionamentos através da prática do perdão.

Lição 4: Fortalecendo o seu Casamento

Ideias Principais

1. Para dar amor aos nossos cônjuges, precisamos de saber o que os faz sentir amados.
2. Quando um casal ora em conjunto, coloca Deus no centro do seu casamento.
3. Temos de dar prioridade aos nossos cônjuges antes dos outros, porque no casamento duas pessoas tornam-se uma só.

Materiais

1. Auxílio visual
 - a. Palavra Coreana
 - b. Triângulo matrimonial
2. Guia do Aluno Opcional (GA)
 - a. Cinco Linguagens do Amor

Introdução

DISCUSSÃO NO GRUPO GRANDE

O casamento é uma dádiva maravilhosa de Deus e, quando os maridos e as mulheres estão fortemente unidos no matrimónio, podem fazer coisas incríveis para servir e glorificar a Deus. No entanto, para que isso aconteça, os nossos casamentos precisam de ser fortes e saudáveis. Tornar um casamento forte e mantê-lo forte durante toda a vida exige trabalho árduo. Nesta lição, veremos diferentes maneiras de fortalecer o seu casamento.

3 Maneiras de fortalecer o seu casamento

1. Mostre o seu amor
2. Orem juntos
3. Ponha o seu cônjuge à frente dos outros

Instruções para o Facilitador: Escreva as 3 formas de fortalecer o seu casamento no quadro ou crie um cartaz.

Mostre o seu Amor

DISCUSSÃO NO GRUPO GRANDE

Toda a gente quer sentir-se amada. Se aprender a expressar o seu amor ao seu cônjuge, isso fortalecerá o seu casamento.

Instruções para o Facilitador: Escreva os seguintes sinais no quadro (ou pode imprimir como **AUXÍLIO VISUAL**)

사랑해

- Quem sabe o que isto diz?

Não podemos ler isto porque está escrito em coreano. Não sabemos falar coreano, por isso não significa nada para nós. Essa inscrição diz: "Amo-te". A forma como demonstramos amor pode ser a mesma. Há diferentes formas de demonstrar amor e diferentes formas de as pessoas se sentirem amadas. Se usarmos a linguagem errada, as pessoas não nos compreendem. É tão confuso quanto estas palavras no quadro.

Cindo Diferentes Linguagens do Amor

No livro de Gary Chapman, *As Cinco Linguagens do Amor*, ele explica 5 formas comuns de as pessoas se sentirem amadas. As pessoas são diferentes e têm formas diferentes de receber amor. Se demonstrarmos amor de uma forma diferente daquela que o nosso cônjuge se sente mais amado, é como se estivéssemos a falar uma língua

diferente e ele pode não se sentir amado. Podemos estar a falar, mas eles não entendem. Se quisermos falar com o nosso cônjuge, temos de falar a sua língua. O mesmo acontece com o amor - precisamos de aprender a linguagem do amor da outra pessoa para podermos exprimir-lhe o nosso amor da forma que ela melhor compreenda. O segredo para manter o amor vivo no seu casamento é aprender a demonstrar o seu amor de uma forma que o seu cônjuge se sinta amado.

Existem 5 diferentes linguagens do amor.

1. **Servir o outro** - Algumas pessoas sentem-se amadas quando fazemos coisas por elas. Podem ser coisas simples como arrumar a casa, lavar a louça ou arrancar as ervas daninhas.
2. **Palavras de afirmação** - Algumas pessoas sentem-se amadas quando lhes dizemos coisas positivas. Podem ser elogios como: "Cozinha tão bem" ou "Tem um cabelo lindo" ou "É uma ótima mãe". Podem ser palavras de gratidão ou apreço: "Obrigado por fazeres o jantar" ou "Obrigado por trabalhares tanto para sustentar a família".
3. **Presentes** - Algumas pessoas sentem-se amadas quando recebem um presente. As prendas não precisam de ser caras nem de custar dinheiro. Podem ser tão simples como uma flor que apanhou no caminho para casa ou um poema que escreveu.
4. **Toque físico** - Algumas pessoas sentem-se amadas através do toque físico. Isto inclui tudo, desde dar as mãos, abraços ou acariciar o cabelo da outra pessoa.
5. **Passar algum tempo juntos** - Algumas pessoas sentem-se amadas quando passamos algum tempo especial com elas. Isto não significa estar no mesmo lugar mas a fazer coisas diferentes. Significa que damos atenção um ao outro. Pode ser feito dando um passeio juntos e partilharmos os nossos dias.

Poderá descobrir que o seu cônjuge reage mais favoravelmente a uma linguagem amorosa do que a outras. Cada pessoa tem a sua própria preferência. Tente descobrir qual a forma de demonstrar amor que é mais importante para o seu cônjuge e faça mais desse tipo.

DISCUSSÃO EM PEQUENOS GRUPOS

Quais são as 2-4 maneiras de demonstrar cada uma destas formas de expressar amor?

RELATÓRIO

Instruções para o facilitador: Peça a cada grupo que partilhe algumas ideias práticas sobre como demonstrar amor em cada uma das 5 linguagens do amor.

Se quisermos ter casamentos felizes, temos de nos certificar de que os nossos cônjuges se sentem amados. Mesmo que os nossos cônjuges não estejam a fazer qualquer esforço, quando começarmos a mostrar-lhes amor de uma forma que eles gostem, eles irão apreciá-lo. Também se tornarão naturalmente mais amorosos e tolerantes para connosco. Se não se sentirem amados, será difícil viver com eles e irritar-se-ão mais facilmente connosco.

REFLEXÃO PESSOAL

- Pense no seu cônjuge - o que é que ele parece gostar ou apreciar?
- Quais são algumas novas formas de mostrar amor ao seu cônjuge imediatamente?
- Quais são as 5 coisas que aprecia no seu cônjuge? Tente ser muito específico. Todos os dias tente expressar algo que aprecia no seu cônjuge.
- Pensem em vocês próprios. Qual das formas de demonstrar amor é a vossa preferida? Quais são as coisas que o vosso cônjuge faz que vos fazem sentir mais amados?

Se for difícil saber do que o seu cônjuge gosta, pode fazer uma experiência. Durante um mês, escolha uma das linguagens do amor e pratique a demonstração de amor dessa forma. Qual é a reação? Se não houver mudanças, tente uma linguagem diferente. Continue a tentar mês após mês até ver uma resposta do seu cônjuge.

Orar Juntos

DISCUSSÃO NO GRUPO GRANDE

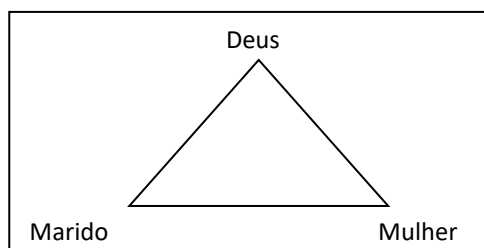
Ler Eclesiastes 4:12: "Um cordão de três dobras não se quebra facilmente".

Outra competência importante para construir um casamento forte é a oração em conjunto. Quando oramos juntos, colocamos Deus no centro dos nossos casamentos. Deus nunca pretendeu que os nossos maridos ou mulheres satisfizessem todas as nossas necessidades. Quando esperamos que os nossos maridos ou mulheres nos compreendam completamente e satisfaçam todas as nossas necessidades, então falhamos e magoamo-nos um ao outro. Fomos criados para estar em relação com Deus - só Ele é capaz de satisfazer todas as nossas necessidades.

Instruções ao Facilitador: Desenhe esta imagem no quadro um num Papel grande, ou mostre a AJUDA VISUAL: Triângulo matrimonial.

Um casamento deve ser parecido com esta imagem:

- O marido está diretamente ligado a Deus.
- A esposa está diretamente ligada a Deus.
- O marido e a esposa estão ligados um ao outro.



Uma forma importante de Deus estar no centro do casamento é reservar tempo para falar com Ele, tanto em conjunto como individualmente.

A oração em conjunto ajudará o marido e a mulher a fortalecer o seu casamento. Isso ajudará a garantir que um casamento feliz dure a vida inteira. Ao orarmos, podemos procurar a vontade de Deus para os desafios que enfrentamos e para as decisões que temos de tomar. A oração também nos ajuda a concentrarmo-nos e a dependermos de Deus.

Eis alguns conselhos práticos para orar em conjunto:

- Escolham um momento para orar em conjunto e respeitem-no. Por exemplo, quando acordarem ou se deitarem ou quando as crianças acabarem de ir para a escola.
- Orar diariamente. É melhor tentar orar apenas 5 minutos por dia do que meia hora uma vez por mês.
- Comecem por agradecer a Deus um pelo outro, pelo vosso casamento, família, etc.
- Usem este tempo para orar pelas necessidades uns dos outros, não pelas necessidades do resto do mundo.
- Ouçam um ao outro enquanto orarem.
- Certifique-se de que está a orar a Deus. Não usem a vossa oração para tentar mudar a outra pessoa.

Coleque o seu cônjuge acima dos outros

DISCUSSÃO NO GRUPO GRANDE

Instrução ao Facilitador: Leia toda essa história.

Tamar estava tão frustrada com Caleb. Não podia acreditar que ele tivesse feito aquilo outra vez. Tinha acabado de chegar a casa e anunciado que ia ausentar-se durante 4 dias para ajudar a mãe.

Ela explicara que o bebê de 4 meses estava doente e não conseguia dormir. Por isso, precisava que Caleb a ajudasse em casa com as outras crianças e a preparar os campos para a plantação. Mas ele disse que tinha falado com os seus amigos sobre a situação e todos concordaram que ele devia ir visitar a mãe.

Por isso, ia partir de manhã. Enquanto Tamar se sentava acordada a dar de mamar ao bebê, tinha de admitir que admirava o facto de ele se preocupar tanto com a mãe. Mas sentia um pouco de ciúmes - porque é que ele não via que ela precisava do mesmo cuidado? Quem é que a ia ajudar?

- O que aconteceu nessa história?
- Isto acontece sempre nesta comunidade?
- Qual foi o problema?
- Quem achas que estava errado? Por que razão?

Antes de um homem e uma mulher se casarem, cada pessoa pertence à família dos seus pais. Quando um casal se casa, dá início a uma nova família.

Em Marcos 10,6-9, Jesus faz referência ao versículo do Génesis que diz que o homem deve deixar o pai e a mãe e que os dois se tornam uma só carne; Jesus também diz: "Portanto, o que Deus uniu, ninguém separe". Isto ensina-nos a importância desta nova unidade matrimonial. O homem muda as prioridades da sua antiga família para a sua nova família. Ele é responsável por cuidar primeiro da sua mulher e dos seus filhos.

Isto não significa que deixemos de honrar os nossos pais ou de cuidar da nossa família alargada.

Leia 1 Timóteo 5:8.

- O que diz neste verso?

Uma vez que no casamento duas pessoas se tornam uma só, temos de pôr os nossos cônjuges antes dos outros. Mas não devemos negligenciar a família alargada do marido ou da mulher. A relação entre marido e mulher é a responsabilidade mais importante que Deus nos deu. Portanto, isto significa que temos de aprender a dar prioridade aos nossos cônjuges em primeiro lugar, mas não negligenciar a família alargada do marido e da mulher.

- Na história, quais foram algumas das maneiras pelas quais Calebe colocou os outros antes de sua esposa?
 - *Ele visitou a sua mãe em vez de ficar com a sua mulher.*
 - *Deixou que os amigos decidissem se ele devia ir ou não, em vez de tomar uma decisão com base nos pedidos da mulher.*
 - *Saiu com os amigos em vez de ficar em casa a ajudar a cuidar do bebê.*
- Que outros exemplos de como tornamos os outros mais importantes do que os nossos cônjuges podem ser dados?
- Como é que Caleb poderia ter dado prioridade à sua mulher e, ao mesmo tempo, ter demonstrado o seu carinho pela sua mãe?

Há várias áreas em que precisamos de colocar o nosso cônjuge em primeiro lugar nas nossas vidas. Hoje vamos analisar apenas duas áreas.

1. **Tempo** - Isto não significa apenas que passamos mais tempo com ele, mas que, se ele precisar da nossa ajuda, o colocamos antes de outras pessoas.
2. **Decisões** - Quando uma pessoa é casada, precisa de tomar as suas decisões ou com o seu cônjuge ou pensando no que o seu cônjuge já disse. As decisões relacionadas com o marido e a mulher não devem ser tomadas por outros. A esposa deve ter mais influência numa decisão do que qualquer outra pessoa

e o marido deve honrar a esposa em todas as suas decisões. Esta é uma forma prática de "submetermos uns aos outros por reverência a Cristo", como diz Efésios 5:21. A melhor decisão é tomada após uma boa comunicação, uma reflexão cuidadosa e a oração do marido e da mulher.

- Como é que este entendimento mudaria a forma como um marido e uma mulher poderiam colocar o seu cônjuge à frente dos outros?
 - *Eles criariam uma nova família à qual dariam prioridade e honrariam em primeiro lugar.*
 - *Depois, cuidariam e ouviriam os conselhos de ambas as famílias.*

REPRESENTAÇÃO DE PAPÉIS (Se houver tempo disponível)

Fazer uma dramatização que demonstre o que acontece normalmente nas famílias e o que aconteceria se dêssemos prioridade aos nossos cônjuges.

PREFLEXÃO PESSOAL

Reserve algum tempo para pensar num exemplo da sua vida, em cada área, em que poderia fazer um trabalho melhor ao colocar o seu cônjuge antes dos outros. Depois, para cada exemplo, peça perdão a Deus e, mais tarde, ao seu cônjuge. Peça a Deus que o ajude a mudar e lembre-se de que a primeira responsabilidade que Ele lhe deu é para com o seu cônjuge.

- Tempo - Há alturas em que fez com que os seus amigos ou outras pessoas fossem mais importantes do que o seu cônjuge?
- Decisões - Há decisões que tomou sem considerar os pensamentos ou sentimentos do seu cônjuge?

Conclusão

DISCUSSÃO NO GRUPO GRANDE

Hoje analisámos 3 formas de fortalecer o nosso casamento:

1. Demonstrar o seu amor
2. Orar juntos
3. Colocar o cônjuge em primeiro lugar

Tente praticar estas coisas desde já, para que o seu casamento também se fortaleça.

Lição 5: As mulheres são valiosas

Ideias Principais

1. Tanto os homens como as mulheres têm o mesmo valor porque são feitos à imagem de Deus e redimidos em Cristo.
2. Precisamos de valorizar e tratar as mulheres como Jesus o fez, mesmo que isso seja muito diferente da nossa cultura.

Materiais

1. Cartões Amarelos e Verdes
2. Água e lanches para serem servidos na atividade do grupo grande
3. Auxílio visual: Mulheres e nossa Comunidade
4. Guia do Aluno Opcional (GA)
 - a. A Cultura e os Costumes no Tempo de Jesus
 - b. Nossa Comunidade

Introdução

ACTIVIDADE DO GRUPO GRANDE

Instruções para o Facilitador: Coloque uma pilha de cartões amarelos e verdes numa mesa. Peça a cada um para tirar um.

Hoje vamos fazer as coisas de forma um pouco diferente. Cada pessoa tem um cartão amarelo ou verde. Todos os que têm cartão verde vão para o fundo da sala. Por favor, sentem-se em silêncio e não incomodem os restantes. Estamos a dar uma aula importante e só queremos a opinião de algumas pessoas importantes. Por favor, não façam barulho, não interrompam e não perturbem o resto de nós.

Instruções para o Facilitador: Dar a todos os elementos do grupo amarelo um rebuçado. Verifique se há mais alguma coisa que gostariam de receber. Pergunte-lhes se se sentem confortáveis e prontos para começar a aula. Trate-os como se fossem convidados de honra. Se alguém do grupo verde se mexer ou falar, olhe para cima e recorde-lhe as instruções.

Em relação a cada uma destas afirmações, acha que as pessoas da zona onde vive concordam ou discordam em geral e porquê?

1. “As raparigas são um fardo para as suas famílias”.
 2. “As mulheres não devem ser proprietárias de terras ou receber heranças”.
 3. “Não faz mal bater na mulher quando não estiver a obedecer”.
 4. “As mulheres devem ser vistas e não ouvidas”.
- Existem outras afirmações que são comuns na sua área sobre as mulheres? Quais são?

BALANÇO DA ACTIVIDADE

Instrução para o Facilitador: Peça ao grupo verde que regresse para se juntar ao grupo amarelo. Faça perguntas a cada grupo e, em seguida, tire conclusões do grupo com base nesta experiência.

Nos últimos 10 minutos, o grupo verde foi excluído da discussão.

- **Grupo verde:**
 - Qual foi a sensação de não ser incluído nos debates e de não ser autorizado a falar?
 - Queriam participar e partilhar as vossas ideias?

- Como se sentiram quando viram o grupo amarelo a receber lanches e vocês não receberam nenhum?
- Achas que isto acontece na sociedade? Quem é que é excluído?
- **Grupo Amarelo:**
 - Qual foi a sensação de não incluir uma parte do grupo nos pequenos grupos e nos debates?
 - Reparaste que o outro grupo não recebeu água nem lanches? O que é que pensa sobre isso?
 - Sentiste-te desconfortável? Porquê ou porque não?
- **Todos:**
 - O que é que não pareceu correcto neste caso?
 - Que oportunidades se perderam por não incluir o grupo verde na actividade?

Esta actividade era sobre discriminação - o facto de muitas vezes na sociedade não valorizarmos as mulheres e as raparigas tanto como os homens e os rapazes. Desta vez, não discriminámos pelo género, mas pela cor do cartão que escolheram. No entanto, em muitas áreas isto não é muito diferente do tipo de discriminação que as raparigas e as mulheres enfrentam.

- As opiniões das mulheres são solicitadas em assuntos-chave da comunidade ou da Igreja? Porquê ou porque não?
- Existem privilégios especiais dados aos homens mas não às mulheres? Como é que acha que esta discriminação é sentida?

Nesta lição, vamos falar sobre como pensamos sobre as mulheres e as raparigas. Vamos também analisar algumas das formas como as tratamos e que não demonstram valorização.

DISCUSSÃO NO GRUPO GRANDE

Leia Génesis 1:27-28.

Estes versículos mostram-nos que tanto o homem como a mulher foram criados à imagem de Deus. Embora algumas pessoas argumentem que só o homem foi criado à imagem de Deus, porque algumas traduções dizem "homem" e "ele". No hebraico, Deus usa a palavra "Adão", que pode referir-se tanto a um homem como a toda a humanidade. Mas na Bíblia, sempre que Deus se refere apenas ao homem, e não à mulher, usa a palavra "Ish". Na frase seguinte, Deus continua a esclarecer que é ao homem e à mulher que Ele se está a referir.

Como se recorda na lição 1, Eva foi criada como ajudante de Adão. Porque é que achas que não foi possível encontrar outra ajudante? A Terra estava cheia de animais maravilhosos, mas nenhum era suficientemente bom. A resposta é simples, porque nenhum animal foi criado à imagem de Deus, por isso nenhum animal podia multiplicar a terra como Adão e Eva podiam. Para continuarem a cumprir o trabalho que Deus lhes tinha dado, ambos tinham de ser feitos à imagem de Deus.

No Módulo 1, aprendemos que Deus fez o homem e a mulher à Sua imagem. Infelizmente, as nossas regras e expectativas culturais não correspondem ao valor que Deus deu às mulheres por terem sido feitas à Sua imagem.

- que acontece se uma mulher não seguir as regras e expectativas culturais?
- Como é que os diferentes membros da sua família reagiriam (marido, pais, sogros)?

A Verdade Sobre a Mulher

DISCUSSÃO NO GRUPO GRANDE

Deus criou tanto o homem como a mulher à Sua imagem, com valor e dignidade. Ambos representam aspectos de Deus para o mundo. Deus disse-lhes para encherem a terra e governarem-na juntos como parceiros.

Leia Génesis 3:6.

Adão e Eva pecaram ao desobedecerem a Deus e sofreram as consequências do seu pecado. A sua relação perfeita foi quebrada.

- O que mudou na relação de Adão e Eva depois de terem pecado ao desobedecerem a Deus?
 - *Eles culpavam-se um ao outro.*
 - *A mulher queria dominar o homem, mas o homem dominava a mulher.*
 - *O plano de Deus para a unidade e a união foi destruído.*
- Como é que o pecado e a desordem no nosso mundo influenciaram a forma como as pessoas vêem as mulheres na nossa cultura?

Leia Gálatas 3:26-29.

- Quem são considerados filhos de Deus por meio de Cristo Jesus? *(Todos os que têm fé.)*
- Este versículo diz que não há mais judeu ou gentio, escravo ou livre, homem ou mulher. O que é que isto significa? *(Todos nós temos uma oportunidade igual de sermos filhos de Deus).*

Através de Cristo, tanto os homens como as mulheres podem tornar-se filhos de Deus, herdeiros da vida eterna, e ambos são totalmente restaurados no relacionamento com Deus.

Leia Actos 2:17-18, 21 e 1 Pedro 4:10-11.

- O que é que este versículo diz que acontecerá quando o Espírito de Deus for derramado sobre todas as pessoas?
- Surpreende-o que as filhas e as mulheres estejam incluídas no recebimento dos dons de profecia para serem usados na Igreja?
- Quando todos usam os dons que Deus lhes dá, qual é o resultado?
- O que aconteceria se as mulheres e as filhas não usassem os dons que Deus lhes dá?

Deus dá dons a homens e mulheres para serem usados na construção do Reino de Deus e para trazer honra e glória a Ele.

- Como pode ajudar a sua esposa a usar todos os dons que Deus lhe deu?
- Como pode ajudar a sua filha a desenvolver e usar os dons que Deus lhe deu?
- Como pode encorajar as mulheres da sua igreja e da sua comunidade a usar os dons que Deus lhes deu?

A cultura no tempo de Jesus e como Ele tratava as mulheres

DISCUSSÃO NO GRUPO GRANDE

Hoje vamos analisar a forma como as mulheres eram vistas no tempo de Jesus e a forma como Jesus as tratava.

A Cultura nos Tempos de Jesus

As leis e tradições judaicas e romanas davam pouco valor às mulheres. As mulheres eram vistas como inferiores (mais baixas e menos importantes) aos homens.

- **As mulheres eram tratadas como possessões.** Não eram independentes. Pertenciam à casa do pai ou à casa do marido. Os homens judeus eram mesmo proibidos de falar com qualquer mulher na rua. A sua presença não era registada ou reconhecida em eventos importantes.
- **As mulheres eram restringidas na sua adoração a Deus.** Os líderes religiosos tinham acrescentado novas leis que significavam que as mulheres só podiam ir ao "pátio das mulheres" no templo. (O pátio das mulheres não fazia parte do projecto original do Templo). Não podiam ler a Palavra de Deus nem participar no culto dentro do templo.
- **As mulheres eram geralmente excluídas da educação.** Uma vez que a educação era dada nas escolas da sinagoga, as raparigas eram desencorajadas a participar.

- **As mulheres não tinham direitos legais.** Não podiam ser proprietárias de terras, receber uma herança, a menos que não restassem homens na linhagem familiar, ou divorciar-se dos maridos. As mulheres não podiam testemunhar num tribunal, a menos que um homem confirmasse a sua história.

Em geral, na cultura do tempo de Jesus, as mulheres eram vistas como menos fiáveis, menos inteligentes e menos espirituais do que os homens.

As maneiras de Jesus

A atitude de Jesus em relação às mulheres era radicalmente diferente da cultura da época. Ele tratava homens e mulheres com igual respeito e dignidade. Naquela altura, as mulheres nunca tinham conhecido um homem como Jesus.

- **Jesus tratou as mulheres com incrível respeito e dignidade.** Ele falava com as mulheres publicamente. Jesus falou com a mulher samaritana que era estrangeira e "pecadora" (João 4:7). Ele falou com graça, verdade e bondade com a mulher apanhada em adultério (João 8:1-11).
- **Jesus ministrou às mulheres e tratou cada uma delas como uma pessoa.** Jesus estendeu a mão às mulheres como pessoas que eram tão dignas de serem curadas e salvas como os homens. Ele ignorou as leis dadas a Moisés que diziam que não se podia tocar numa mulher que estivesse com hemorragia (Marcos 5:25-34). Curou uma mulher aleijada durante dezoito anos por um espírito demoníaco e chamou-lhe "filha de Abraão" (Lucas 13:10-17). Curou a filha de uma mulher cananeia (Mateus 15:22-28).
- **Ensinou as mulheres.** Levou a sério as suas perguntas e argumentos. Jesus confiou verdades espirituais importantes tanto a mulheres como a homens. Jesus ensinou Maria, a irmã de Marta (Lucas 10:38-42). As mulheres foram as primeiras a ver o Senhor ressuscitado e foi-lhes dito que levassem a grande notícia aos discípulos (João 20:1-18). Muitas mulheres viajaram com Jesus e apoiaram o Seu ministério (Lucas 8:1-3) enquanto Ele ensinava os Seus discípulos e as multidões.

DISCUSSÕES EM PEQUENOS GRUPOS

Facilitador: *Leia as seguintes perguntas lentamente, dando tempo aos grupos para discutirem antes de passarem à pergunta seguinte.*

1. Como descreveria a forma como as mulheres eram tratadas durante o tempo em que Jesus viveu na Terra?
2. Há alguma semelhança entre a forma como a sua cultura trata as mulheres e a forma como a cultura do tempo de Jesus as tratava?
3. Quais são as diferenças entre a forma como Jesus tratava as mulheres e a forma como a cultura daquela altura as tratava?
4. Como é que acha que as mulheres se sentiam quando Jesus as tratava desta forma?
5. As nossas igrejas estão a agir mais como a nossa cultura ou como Jesus? Quais são alguns exemplos?

RELATÓRIO – Instruções para o facilitador: *Reveja as perguntas acima e peça a cada grupo que partilhe as suas respostas.*

Como cristãos, temos de seguir o exemplo de Jesus perante a nossa cultura. Jesus é o nosso exemplo.

Nós Podemos Fazer a Diferença

DISCUSSÕES NO GRUPO GRANDE

Jesus fez a diferença na Sua cultura e nós podemos fazer a diferença na nossa cultura.

Leia esta história verídica (os nomes foram alterados):

Sojib nunca tinha pensado no facto de homens e mulheres terem sido criados com igual valor por Deus. Nunca tinha pensado na sua mulher. Tinham muito poucos rendimentos e nunca conseguiam comprar comida suficiente. Por isso, todas as noites, ao jantar, acontecia a mesma coisa. Sentava-se à mesa sozinho e comia todo o arroz e o molho que quisesse. Quando acabava e se levantava, a sua mulher comia o que restava. Um dia, Sojib participou numa formação sobre valores bíblicos e casamento. Chegou a casa e decidiu fazer algo para mostrar que valorizava a sua mulher. À hora do jantar, pediu à mulher que se sentasse à mesa com ele. Pegou no arroz que ela tinha cozinhado e dividiu-o em duas partes iguais, dando uma parte para ele e a outra para ela. De seguida, fez o mesmo com o molho. A sua mulher ficou surpreendida! Todas as noites Sojib continuava a fazer a mesma coisa. Sentava-se com a mulher e partilhava tudo por igual. À medida que isto ia acontecendo, Sojib ia descobrindo que a sua relação com a mulher melhorava. Tornaram-se mais unidos e outras pessoas da comunidade começaram a seguir o seu bom exemplo de um casamento saudável.

- Que prática diária é que Sojib decidiu mudar para mostrar que valorizava a sua mulher?
- Qual foi a reação da mulher a esta mudança?
- Como é que esta mudança afectou os outros (a sua esposa, outros na comunidade)?

Hoje em dia, muitas culturas não vêem as mulheres e as raparigas da forma que Deus pretende. As nossas tradições culturais são fortes e muitas pessoas pensam que são aceitáveis. No entanto, os maus-tratos a qualquer pessoa criada à imagem de Deus não são correctos. Isso entristece Deus, e devemos pedir-lhe que nos ajude a mudar os nossos hábitos.

Precisamos de olhar para as nossas tradições e práticas e aprender o que não está certo na perspetiva de Deus.



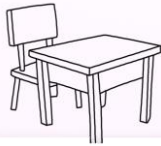

Instruções para o facilitador: Distribua uma cópia do livro *AJUDA VISUAL: As mulheres e a nossa comunidade a cada pequeno grupo*. Antes de iniciar o debate em pequenos grupos, explique os quatro contextos no quadro para os ajudar a pensar em exemplos locais. Faça as perguntas e dê os exemplos gerais abaixo para cada contexto.

- **Família** - De que forma é que as mulheres e as raparigas são tratadas diferente dos homens e dos rapazes em casa? De que forma são maltratadas?
 - Exemplo - Quando um formador perguntou a um grupo de 20 médicos cristãos se alguma vez tinham batido nas suas esposas, 18 levantaram a mão para indicar que sim. O formador perguntou então, quantos de vós acreditam que seria correto bater na vossa mulher se ela fizesse algo que trouxesse grande vergonha à família - todos levantaram a mão.
- **Escola** - De que forma as raparigas são tratadas diferente dos rapazes na escola? Que oportunidades é que elas não têm que os rapazes possam ter?
 - Exemplo - Algumas escolas não permitem que as raparigas frequentem determinadas aulas ou sigam determinadas carreiras, como ser médica, piloto ou construtora.
- **Igreja** - De que forma as mulheres e as raparigas são tratadas diferente dos homens e dos rapazes na igreja? Que limitações têm apenas pelo facto de serem mulheres?
 - Exemplo - Dois terços dos cristãos são mulheres - o que acontece se não lhes for permitido e encorajado o uso dos seus dons?
- **Comunidade** - De que forma as mulheres e raparigas são tratadas diferente dos homens e rapazes na nossa comunidade? De que forma são as mulheres e as raparigas maltratadas na nossa comunidade?
 - Exemplo - Num país africano devastado pela guerra, quase metade das mulheres foram violadas, apesar de o país ser considerado maioritariamente cristão. Noutro país asiático, de 8 em 8 minutos, uma rapariga desaparece e é vendida como escrava.

Tanto os homens como as mulheres são muito importantes. Deus quer que tratemos ambos com honra e valor. Queremos ver tanto os homens como as mulheres a prosperar.

DISCUSSÃO EM PEQUENOS GRUPOS

Falem em conjunto sobre cada área e preencham esta tabela. Reflictam sobre os problemas que vêem na vossa comunidade relativamente à forma como as mulheres e as raparigas são tratadas e pensem em 1-2 ideias para cada área sobre o que podem fazer para tratar as mulheres e as raparigas com dignidade, respeito e valor.

Área	Maus-tratos e desigualdades na nossa comunidade	O que podemos fazer (1-2 ideias para cada área)
 <p>Família</p>	<i>Dê um exemplo específico da sua comunidade (por exemplo, são dadas prendas especiais quando nascem rapazes; os rapazes comem primeiro e são encorajados a ir à escola).</i>	<i>Celebrar o nascimento de rapazes e raparigas. Incentivar a igualdade de tratamento entre rapazes e raparigas - alimentação, educação, herança, etc.</i>
 <p>Igreja</p>		
 <p>Escola</p>		
 <p>Comunidade</p>		

- Quais são as duas coisas que poderia fazer de forma diferente em sua casa para honrar a sua mulher? As vossas filhas?
- Quais são as duas coisas que poderia fazer de forma diferente na sua comunidade para honrar as mulheres e as raparigas?

Partilhem uns com os outros o que se estão a comprometer a fazer. Orem uns pelos outros e peçam a Deus que vos ajude a fazer estas coisas.

RELATÓRIO

Instruções para o Facilitador: Verifique se os grupos conseguem pensar em exemplos locais de problemas e em algumas formas de tratar bem as mulheres e as raparigas. Dê tempo suficiente aos grupos para trabalharem nesta tabela. Quando a maioria dos grupos tiver terminado, peça a voluntários que partilhem uma ideia para

cada área - família, igreja, escola e comunidade. Certifique-se de que eles conseguem pensar em algumas formas diferentes de honrar as mulheres e raparigas. Incentive-os a pedir a Deus as suas ideias e sabedoria.

Todos nós fomos feitos à imagem de Deus - homens e mulheres. Deus ama-nos tanto que enviou o Seu filho para morrer por nós, para que tanto os homens como as mulheres pudessem ser Seus filhos. No Reino de Deus não há pessoas altas e pessoas baixas. Ele criou cada um de nós de acordo com a forma como nos quer, e tem um objectivo especial para os homens e para as mulheres.

Podemos fazer a diferença dando aos outros o exemplo da forma de tratar as mulheres e as raparigas como Jesus. Isto honrará a Deus e ajudará os outros a verem que as mulheres são valiosas. Podemos começar com pequenas coisas para ajudar as pessoas a verem o valor das mulheres. Queremos que tanto as mulheres como os homens vivam da forma que Deus pretende.

REFLEXÃO PESSOAL ou COM UM PARCEIRO

Deus é honrado quando agimos de acordo com o que aprendemos. O que é que se pode comprometer a fazer com o que aprendemos?

- Quais são as duas coisas que farão em vossa casa para honrar a vossa esposa e filhas?
- Quais são as duas coisas que vão fazer na vossa comunidade para honrar as mulheres e as raparigas?

Partilhem uns com os outros o que se estão a comprometer a fazer. Orem uns pelos outros e peçam a Deus que vos ajude a fazer estas coisas.

Lição 6: O Papel dos Pais

Ideias Principais

1. Os filhos são uma dádiva de Deus.
2. Os pais são responsáveis por suprir as necessidades dos filhos e guiá-los à medida que crescem espiritualmente, mentalmente, socialmente e fisicamente.

Materiais

1. Guia do Aluno Opcional (GA)
 - a. Ajudando as Crianças a Crescer

Introdução

DISCUSSÃO NO GRUPO GRANDE

Para aqueles que são pais:

- Como é que a sua vida mudou desde que se tornou pai ou mãe? Que mudanças eram expectáveis? Que mudanças foram inesperadas?
- Como descreveria o seu papel como pai ou mãe?
- Que conselhos é que a família alargada lhe deu sobre a parentalidade (bons e maus conselhos)?

É difícil ser pai ou mãe. Não existe um manual de instruções pormenorizado que nos ajude a saber o que fazer. Queremos que os nossos filhos sejam felizes e bem comportados, e que cresçam para poderem cuidar das suas famílias e serem bons membros da sociedade e cristãos fortes. Mas como é que fazemos isto? Infelizmente, não há respostas fáceis.

Normalmente, cada adulto tem a responsabilidade de cuidar e educar as crianças. Hoje vamos começar a analisar o papel dos pais para ajudar os filhos a crescer espiritual e mentalmente. Nas três lições seguintes, aprenderemos competências para orientar os filhos e ajudá-los a comportarem-se bem.

O Papel dos Pais

DISCUSSÃO NO GRUPO GRANDE

Ler o Salmo 127:3

- O que aprendemos sobre os filhos com esses versículos?
 - *Os filhos são uma bênção de Deus*

Ao olharmos para os versículos 1-2, somos lembrados de que não podemos fazer nada sem a ajuda de Deus. Educar os filhos não é diferente. Os filhos são uma dádiva de Deus e criar filhos piedosos requer a ajuda de Deus.

Instruções para o Facilitador: *A maioria das pessoas pensa nas necessidades físicas. Incentive-as a pensar noutras necessidades de uma criança. Lembre-os de Lucas 2:52 e das quatro maneiras pelas quais Jesus crescia - física, social, espiritualmente e em sabedoria.*

- Quais são algumas das necessidades que uma criança tem?
- Quem é responsável por satisfazer essas necessidades?

O papel dos pais de prover aos seus filhos é uma responsabilidade tão grande que muitas vezes nos sentimos inadequados para assumir.

DISCUSSÕES EM PEQUENOS GRUPOS

Instruções para o Facilitador: Escreva os cinco versículos no quadro ou em cartões para cada grupo.

Nos grupos, analisem os versículos. O que é que estes versículos dizem sobre o papel de um pai ou de uma mãe?

- Provérbios 22:6 - *Devemos guiar os nossos filhos.*
- Efésios 6:4 - *Devemos treinar os nossos filhos.*
- Deuteronómio 6:6-7 - *Devemos desenvolver os nossos filhos espiritualmente.*
- Provérbios 1:8 - *Devemos desenvolver os nossos filhos mentalmente.*
- Provérbios 31:15, 21 - *Devemos suprir as necessidades físicas de nossos filhos.*

RELATÓRIO

Instruções para o Facilitador: Pergunte aos grupos o que cada verso diz sobre o papel de um pai e sublinhe as ideias principais em *itálico* acima.

Como pais, é-nos dada a responsabilidade de formar ou orientar os nossos filhos. Deus deu-nos a responsabilidade de os ajudar a tornarem-se homens e mulheres fortes de Deus. Esta responsabilidade é dada tanto ao marido como à mulher para educar os seus filhos. Embora a família alargada possa ajudar, os pais têm a responsabilidade principal.

A Bíblia diz-nos que esta responsabilidade é muito importante. Quando Paulo dá instruções a Timóteo sobre como escolher os líderes da Igreja, uma das qualidades era que tivessem filhos bem comportados (1 Timóteo 3:4-5). Como pais, precisamos de prover às necessidades físicas e mentais dos nossos filhos. A Bíblia também nos diz que os pais, e não a Igreja, são os principais responsáveis por ensinar a Bíblia aos seus filhos.

Tal como Jesus cresceu em quatro áreas da Sua vida (Lucas 2:52), queremos ajudar os nossos filhos a crescer nessas mesmas quatro áreas - espiritualmente, mentalmente (sabedoria), fisicamente e socialmente.

Crescendo Espiritualmente

DISCUSSÃO EM PEQUENOS GRUPOS

- Quais são algumas das formas de ajudar os filhos a crescer espiritualmente?
- Na sua opinião, qual é a importância de ajudar os filhos a desenvolverem-se espiritualmente?
- Quais são algumas das dificuldades que enfrentamos ao ajudar os nossos filhos a crescer espiritualmente?
- Como é que podemos ultrapassar essas dificuldades?

RELATÓRIO

Instruções para o Facilitador: Se a turma tiver um nível de literacia elevado, escreva as respostas à primeira pergunta no quadro.

DISCUSSÕES NO GRUPO GRANDE

Ler Deuteronómio 6:6-7.

- O que isso ensina sobre a importância de ajudar uma criança a crescer espiritualmente?

3 maneiras de ajudar uma criança a crescer espiritualmente:

1. **Devoções familiares ou leitura da Bíblia** - Tente reservar tempo todos os dias para ler a Bíblia ou contar histórias bíblicas aos seus filhos. Ajude-os a compreender as histórias. Depois de terminar a passagem ou a história, faça-lhes perguntas como: "O que podemos aprender sobre Deus com esta história? O que é que podemos aprender sobre como nos devemos comportar?"
 - Algum de vós já experimentou isto?
 - Funciona bem? Que conselhos dariam àqueles que ainda não experimentaram?
2. **Orar com os nossos filhos** - Precisamos de reservar tempo para orar com os nossos filhos. Escolha uma altura em que esteja normalmente livre. Certifique-se de que passa esse tempo com o seu filho, ouvindo as

suas preocupações e orando com ele. Quando são muito pequenos, podem dizer-lhe o que devem orar e você pode fazer uma pequena oração. À medida que crescem, podem começar a orar também. Ajude-os a entender quando Deus responde às suas orações.

- Algum de vós já experimentou isto?
 - Funciona bem? Que conselho dariam àqueles que ainda não experimentaram?
3. **Passar tempo juntos** - Falar de Deus a toda a hora quando estão juntos. Ensinem-lhes sobre Deus. Quando vão lá fora e vêem uma árvore, podem comentar como Deus nos ama tanto que nos deu árvores para nos darem abrigo, madeira e comida, e para tornar a nossa terra bonita. Fale sobre o facto de a terra pertencer a Deus e de nos ter sido dada a responsabilidade de cuidar dela. Procurem sempre formas de ajudar os vossos filhos a ver Deus.
- Algum de vocês já tentou fazer isso?
 - Funciona bem? Que conselho dariam àqueles que ainda não experimentaram?

REFLEXÃO PESSOAL

- De todas as ideias dadas, quais são uma ou duas coisas que pode começar a fazer para ajudar o seu filho a crescer?

Crescendo Mentalmente

DISCUSSÃO NO GRUPO GRANDE

Também precisamos de ajudar os nossos filhos a crescer mentalmente.

- Quais são algumas das formas de ajudarmos os nossos filhos a crescer mentalmente?
 - *Quando são pequenos, precisamos de os ensinar em casa. Quando são mais velhos, temos de os levar à escola para que possam aprender mais.*
 - *As crianças pequenas fazem muitas perguntas. Tentar responder ao maior número de perguntas possível.*
- Quais são alguns dos problemas que enfrentamos ao tentar ajudar os nossos filhos a crescer mentalmente?
- Como é que podemos ultrapassar estes desafios?

Uma das nossas responsabilidades é ajudar os nossos filhos a crescerem mentalmente. Se olharmos para Lucas 2:52, vemos que Jesus crescia em sabedoria. Nós também queremos que os nossos filhos cresçam em sabedoria. Duas formas de o fazermos são:

1. Ensine as crianças muito pequenas em casa.

Tente explicar-lhes as coisas quando elas são pequenas e curiosas. Ensine-lhes o ABC, os números, os nomes das cores e as formas (triângulo, quadrado, círculo, etc.). Com crianças pequenas, deixe-as escolher entre duas opções quando a decisão não é importante. Por exemplo: "Hoje queres vestir a camisola vermelha ou a azul?" Reserve algum tempo para responder às suas perguntas!

2. Mandar as crianças em idade escolar para a escola.

Por vezes, temos de fazer sacrifícios para mandar os nossos filhos para a escola, mas esta é também uma parte importante de ser pai ou mãe. Através da educação, podemos dar aos nossos filhos oportunidades no futuro. Não sabemos os planos que Deus tem para os nossos filhos, mas temos de garantir que eles tenham a oportunidade de explorar as suas opções. Deus pode escolher o seu filho para trazer grandes mudanças à sua região. Muitas vezes, eles precisam de educação e formação para o fazer. Os seus sacrifícios agora podem permitir que o seu filho possa ir para a universidade e ajudar a sua família no futuro.

DISCUSSÃO NO GRUPO GRANDE

- Até que ponto se está a sair bem nestas duas coisas neste momento?
- Quais são algumas das dificuldades que enfrenta ao fazer estas coisas?
- Quais são outras ideias sobre como pode ajudar as crianças a crescer em sabedoria?

RELATÓRIO – Se a turma tiver um nível de literacia elevado, escreva as respostas à primeira pergunta no quadro.

REFLEXÃO PESSOAL

- De todas as ideias dadas, diga uma ou duas coisas que pode começar a fazer para ajudar o seu filho a crescer?

Crescendo Socialmente

DISCUSSÃO NO GRUPO GRANDE

Também precisamos de ajudar os nossos filhos a crescer nas suas relações com os outros.

- Quais são alguns exemplos de relações que as crianças têm com outras pessoas?
 - *Irmãos*
 - *Amigos (vizinhos, Igreja, escola)*
 - *Adultos (familiares, vizinhos, professores, líderes comunitários)*
 - *Pais*
- Porque é que acha que é importante ajudar as nossas crianças a crescer socialmente—a ter relações saudáveis com os outros?
- Quais são alguns dos problemas comuns que as crianças têm com outras pessoas?

A família é o local onde as crianças aprendem a interagir com os outros. Por isso, os pais devem passar tempo com os seus filhos e ser modelos das melhores competências sociais.

Há 3 maneiras de ajudar os nossos filhos a crescerem socialmente:

1. Ensinar às crianças como Deus quer que elas se relacionem com os outros.

Leia cada versículo. O que é que aprendemos com estes versículos que é importante ensinar aos nossos filhos?

- Filipenses 2:3 - *Não sejas egoísta, valoriza os outros mais do que a ti mesmo.*
- Colossenses 3:13, 15 - *Perdoem os outros quando vos magoarem, façam as pazes com os outros e sejam sempre gratos.*
- Mateus 5:44 - *Amem os vossos inimigos e orem pelas pessoas que vos perseguem.*
- 1 Coríntios 13:4-5 - *O amor é paciente e bondoso. O amor não se vangloria e não se orgulha. Não se irrita facilmente e não guarda registo das injustiças.*
- Mateus 7:12 - *Façam aos outros apenas o que gostariam que fizessem a vocês.*

A Bíblia ajuda-nos a compreender a importância de viver em paz com os outros, de amar toda a gente, de ser paciente, bondoso, perdoar e de tratar os outros como queremos ser tratados. É necessário falar sobre isto quando os seus filhos são pequenos e também à medida que crescem e as suas relações mudam.

2. Ser um exemplo. As crianças aprendem competências sociais observando os outros, especialmente os pais. A forma como se relaciona com os outros é um exemplo diário para os seus filhos.

Pense na forma como se relaciona com os outros e como Deus gostaria que se relacionasse com eles, de acordo com o que aprendemos na Bíblia.

- De que forma é que é um bom exemplo para os seus filhos?
- Em que áreas gostaria de ser um melhor exemplo com a ajuda de Deus?

3. Ajude os seus filhos a lidar com os desafios das suas relações quando eles surgirem.

Muitas vezes, as crianças não lhe falam sobre os problemas que estão a ter com outras pessoas, mas podem começar a agir de forma diferente. Pode notar um aumento da raiva, violência física, ou um silêncio e retraimento invulgares. Estes são sinais de que podem ter alguns problemas com outras pessoas. As crianças precisam de apoio e incentivo para falar sobre estas questões e para aprender a tratar bem os outros, mesmo quando estão magoadas, zangadas ou a ser maltratadas pelos outros. Deixe-as partilhar o que aconteceu, como se sentem e como lidaram com a situação. Este tipo de conversa é um exemplo para a criança de uma relação de amor, aceitação e bondade. Isto é especialmente importante numa idade jovem, para que a criança confie em si para a ajudar nestas situações à medida que for crescendo.

DISCUSSÃO EM PEQUENOS GRUPOS

- Quais são algumas das outras formas de ajudar o seu filho a aprender a pensar bem dos outros e a tratá-los com amor e bondade?

RELATÓRIO

Instruções para o Facilitador: *Escreva ideias no quadro.*

As nossas relações com os outros são muito importantes. Ser egoísta é um comportamento normal para as crianças, mas não é agradável a Deus. Queremos ensinar os nossos filhos a pensar, falar e agir com bondade para com os outros. Também temos de os ensinar a lidar com os conflitos. Estas coisas têm de ser ensinadas e modeladas para os nossos filhos.

REFLEXÃO PESSOAL

- De todas as ideias dadas, diga uma ou duas que pode começar a fazer para ajudar o seu filho a crescer socialmente?

Crescendo Físicamente

DISCUSSÃO NO GRUPO GRANDE

- Quais são algumas das formas de ajudarmos os nossos filhos a crescer fisicamente?
 - *Alimentação nutritiva*
 - *Dormir*
 - *Abrigo, vestuário*
 - *Exercício (actividade e brincadeira)*
 - *Práticas saudáveis*
- Quais são algumas das práticas de saúde comuns que ensinam aos vossos filhos?
 - *Lavagem das mãos*
 - *Utilização de uma latrina*
 - *Ter uma fossa para o lixo*
 - *Usar redes mosquiteiras*
- Qual a importância destas práticas para a proteção da saúde das crianças?

COM UM PARCEIRO

- Quais destas práticas saudáveis está a fazer ou não? O que mais poderia fazer para cuidar da saúde das crianças que Deus lhe deu?

Conclusão

DISCUSSÃO NO GRUPO GRANDE

O papel dos pais é orientar os filhos, satisfazer as suas necessidades e ajudá-los a desenvolverem-se espiritualmente, mentalmente, socialmente e fisicamente.

Reserve alguns minutos para pensar nos seus próprios filhos (se tiver filhos) e na forma como os está a ajudar a crescer nestas quatro áreas. Há alguma área em que acha que precisa de se concentrar mais? Peça a Deus que o ajude a ser capaz de guiar os seus filhos, de prover às suas necessidades e de os ajudar a crescer em todas as áreas das suas vidas.

REFLEXÃO PESSOAL

- Que coisas já estão a fazer bem para ajudar os vossos filhos a crescer?
- Em que áreas se quer concentrar mais?
- Que novas ideias tem a partir deste ensino sobre o que pode fazer para ajudar os seus filhos a crescer?

Lição 7: Comunicar com os filhos

Ideias Principais:

1. As crianças não são capazes de processar bem as emoções fortes. Como resultado, muitas vezes agem de forma inadequada. Em vez de repreender, temos de as ajudar a lidar com as suas emoções, ouvindo-as.
2. As nossas palavras têm o poder de construir ou magoar os nossos filhos. Uma comunicação positiva e palavras encorajadoras ajudam as crianças a tornarem-se aquilo que Deus pretende que elas sejam.

Materiais

1. Ajuda Visual
 - a. Jogo de papéis "Ouvir as crianças com atenção" (2 cópias para os voluntários)

Lidando com Emoções Fortes

ACTIVIDADE COM O GRUPO GRANDE – REPRESENTAÇÃO DE PAPÉIS

A criança entra e bate com os pés. Odeio a bebé, ela é tão feia. (*Bate na parede.*)

- Isto acontece alguma vez na vossa família ou comunidade?
- Como é que as pessoas normalmente reagem?

Há várias formas de reagirmos quando as crianças se comportam mal. Muitas vezes, fazemos uma das seguintes coisas:

- **Negação:** Não pode ser assim tão mau. 'Não é possível que estejas a falar a sério'.
- **Resposta racional:** 'Não há nada que possas fazer - pára de te queixar'. 'Não sejas tolo! Sabes que tens de ir à escola. 'Se queres um bom emprego, tens de ir à escola'.
- **Conselhos:** 'Tens de te esforçar muito para manteres os teus amigos ou vais sentir-te muito só. 'Tens de aprender a lutar'.
- **Julgamento:** 'Que coisa horrível de se dizer!' 'Deves ter-lhe feito alguma coisa.'
- **Perguntas:** 'O que é que fizeste?' 'Porque é que dizes coisas tão horríveis?'
- **Defesa da outra pessoa:** 'Ela é uma boa rapariga.' 'Tenho a certeza que ele não quis dizer aquilo.'
- A criança costuma acalmar-se ou mudar o seu comportamento quando fazemos estas coisas?

Quando reagimos desta forma, não estamos a ajudar a criança a aprender a compreender os seus sentimentos e a reagir de forma positiva. Em vez disso, a criança sentirá tristeza, vergonha, embaraço, culpa ou mesmo raiva. Mas quando ouvimos os nossos filhos, podemos ajudá-los a compreender os seus sentimentos e a lidar com eles de forma positiva.

DISCUSSÃO NO GRUPO GRANDE

- Já alguma vez ficaste chateado com alguma coisa e depois agiste mal ou de uma forma de que te arrependeste?

Muitas vezes, quando estamos tristes ou zangados, podemos fazer coisas de que nos arrependemos. Isto é o resultado de não sabermos como lidar com sentimentos intensos. É ainda mais difícil para as crianças.

As crianças têm frequentemente grandes emoções mas não sabem como as gerir. Muitas vezes, não conseguem dizer-nos exatamente o que sentem - elas próprias não o compreendem bem e, por isso, não o conseguem comunicar aos outros. Como resultado, na sua frustração, comportam-se frequentemente mal ou dizem coisas

que não são apropriadas. Se quisermos ajudar as crianças a comportarem-se bem, temos de as ajudar a exprimir os seus sentimentos.

Ouvindo Bem

DISCUSSÃO NO GRUPO GRANDE

Leia Efésios 6:4

- Diga algumas das formas como os pais tratam os filhos que os deixam frustrados, zangados ou amargos.

ACTIVIDADE COM O GRUPO GRANDE – INTERPRETAÇÃO DE PAPEIS

Instruções para o Facilitador: Peça a duas pessoas do grupo para o ajudarem a fazer a seguinte dramatização. Entregue aos dois voluntários o **AUXÍLIO VISUAL** - Escutar atentamente as crianças - dramatização. Peça aos voluntários que se preparem com antecedência para se sentirem confiantes.

O pai está sentado a ler o jornal.
O filho entra a correr na sala e grita: "Nunca mais brinco com ele! Odeio-o!"
O pai pausa o jornal, vira-se para o filho e diz: "Vejo que estás muito zangado".
O filho diz: "Ele não merece ter amigos!"
O pai diz: 'Ah?'
O filho diz: 'Joguei muito bem e marquei dois golos. Depois, mesmo no fim, quando o resultado estava empatado, falhei um golo.'
O pai diz: 'Mmmm'.
O filho diz: 'E depois o Micah disse à frente de toda a gente que a culpa de não termos ganho era minha. Por isso, gritei com ele e fui-me embora'.
O pai diz: 'Isso deve ter sido muito embaraçoso para ti'.
O filho diz com mais calma: "Sim, foi horrível, mas gostava de não me ter zangado com o Micah. Ele é o meu melhor amigo."
O pai diz: "Eu compreendo".
O filho diz: 'Acho que vou voltar lá para ver se o Micah ainda lá está. Acho que ele queria mesmo que ganhássemos.'
O pai sorri.

DISCUSSÃO NO GRUPO GRANDE

- Quais eram os sentimentos da criança no início?
- Como é que eles mudaram?
- Que coisas diferentes o pai fez para ajudar o filho a lidar com os seus sentimentos?
 - Pousou o jornal para se concentrar no filho
 - Não interrompeu
 - Aceitou os seus sentimentos (por exemplo, "Oh", "Mmmm")
 - Ajudou o filho a perceber os sentimentos que tinha (por exemplo, "Vejo que estás muito zangado"; "Deve ter sido muito embaraçoso para ti").
- O que é que o surpreendeu no resultado?

Princípios para escutar os sentimentos das crianças

Oiça Cuidadosamente

"André, vejo que estás muito perturbado. Conta-me o que aconteceu."

Ouvir atentamente uma criança ajuda-a a lidar com os seus sentimentos de uma forma correcta em vez de se comportar mal. Ajuda-a a aprender a resolver problemas e dá-lhe as competências de que necessita para ser

um adulto maduro. Ajuda-a a sentir-se melhor consigo própria e a aprender a comportar-se bem. É uma das competências mais importantes na educação das crianças.

Quando tentamos encorajar uma criança a afastar um sentimento mau, a criança fica geralmente mais perturbada. As crianças conseguem lidar com muitos sentimentos e encontrar as suas próprias soluções quando as ouvimos com atenção e praticamos estes princípios:

Princípios para escutar e responder aos sentimentos das crianças

Para ouvirmos atentamente os nossos filhos, temos de fazer 3 coisas:

1. Ouvir com toda a atenção (Exemplo da dramatização: *O pai pousa o jornal*)

- É mais fácil quando a criança percebe que o pai faz alguma coisa para prestar-lhe toda a atenção. Exemplos: pousar o jornal e olhar para ela, virar-se para a criança; sair da cozinha e sentar-se.
- É difícil as crianças lidarem sozinhas com sentimentos fortes. Se ninguém as ajudar, os sentimentos tornam-se mais fortes e são muitas vezes expressos por mau comportamento.

2. Reconhecer os seus sentimentos: (Exemplo da dramatização: 'Oh', 'Mmm', 'Eu compreendo')

- Usar uma frase ou palavra - Oh, mmm, uau, sim, ou compreendo.
- Usar alguns sinais não-verbais - acenar com a cabeça, contacto visual, expressão facial.
- Não os faça sentir mal por terem esse sentimento. Temos de aceitar os sentimentos das crianças e ajudá-las a lidar com eles sem nos comportarmos mal.

3. Ajude-os a saber o que estão a sentir: (Exemplo da dramatização: 'Deve ter sido embaraçoso.')

- Ajude-os usando palavras para expressar o que o seu comportamento lhe mostra.
- As crianças são muitas vezes incapazes de dizer o que estão a sentir. Se o fizermos por elas, elas sentem que as compreendemos e aceitamos. Normalmente, sentem-se confortadas e ficam mais calmas. Não se preocupe se se enganar. O seu filho dir-lhe-á se não tiver compreendido bem.
- Quais são alguns exemplos comuns de sentimentos que as crianças têm?

○ Triste	○ Zangado
○ Frustrado	○ Traído
○ Magoado	○ Surpreso
○ Envergonhado	○ Feliz

ACTIVIDADE EM PEQUENOS GRUPOS (2-3 pessoas)

Desenvolver duas dramatizações.

1. Na primeira dramatização, mostre o que acontece normalmente na sua comunidade quando uma criança está aborrecida e como os pais reagem.
2. Na segunda dramatização, mostre as competências e os princípios de escuta que aprendeu hoje. Podem usar algumas das situações mencionadas anteriormente ou pensar noutra situação comum.

Instruções ao Facilitador: *Dê aos grupos 10 minutos para prepararem as suas dramatizações e depois peça aos que estiverem dispostos a demonstra-las em frente do grupo. Depois de cada encenação utilizando as competências de escuta, pergunte ao resto do grupo que princípios foram utilizados na encenação. Se houver algum princípio que não tenha sido demonstrado, veja se alguém pode fazer uma encenação rápida usando essas competências.*

Para ajudar os nossos filhos a se comportarem bem, temos de os ajudar a lidar com os seus sentimentos. Para isso, temos de os ouvir com atenção. Para tal, precisamos de fazer três coisas:

1. Ouvir com toda a atenção.
2. Reconhecer os seus sentimentos.

3. Ajudá-los a saber o que estão a sentir.

O Poder das Nossas Palavras

DISCUSSÃO NO GRUPO GRANDE

A Bíblia tem muito a dizer sobre as nossas palavras, a forma como usamos a língua e as palavras que dizemos. O versículo seguinte é dirigido aos pais, porque são os chefes de família, mas é apropriado para todos os que cuidam de crianças.

Leia Colossenses 3:21 e Efésios 6:4.

- Que tipo de comportamentos e acções provocam a exasperação das crianças (v 21)?
- Que tipo de comportamentos e acções levam as crianças a ficarem amargas e desanimadas?

Uma das formas de exasperar os nossos filhos é não os ouvirmos bem. Outra forma é através das palavras que usamos. Nesta secção, vamos examinar como podemos usar as nossas palavras para magoar ou edificar os nossos filhos.

Leia Provérbios 12:18.

Nesse versículo, somos lembrados de que as palavras podem perfurar como uma espada ou trazer cura.

- Que tipo de palavras podem trespassar como uma espada?
 - 'És estúpido'
 - 'Tu não vales nada'
- Que tipos de palavras podem trazer cura?
 - 'És muito talentoso'
 - 'Gosto da forma como tratas a tua irmã com bondade'
- Lembra-se de alguma coisa que lhe tenha sido dita em criança - dolorosa ou curativa? Pode ter sido dito pelos teus pais, irmãos, um professor, etc.
- Que impacto teve na sua vida?

Instruções para o Facilitador: Dê ao grupo tempo suficiente para refletir cuidadosamente sobre o poder das nossas palavras. Ajude-os a ver que algumas das coisas que lhes foram ditas em criança ainda se lembram. As palavras tiveram um impacto e ainda hoje têm um impacto. Ore brevemente por aqueles que se lembram de coisas negativas que lhes foram ditas.

Vamos orar para que Deus nos cure da memória de quaisquer palavras negativas que os outros tenham dito sobre nós e nos ajude a perdoá-los por essas palavras. Vamos também pedir a Deus que nos lembre das coisas positivas que as pessoas disseram sobre nós e, mais importante, o que Deus diz sobre nós.

Palavras Ofensivas

DISCUSSÃO NO GRUPO GRANDE

As palavras ofensivas são coisas que dizemos e que magoam alguém. Muitas vezes, não temos a intenção de magoar a pessoa. De facto, normalmente estas coisas são ditas para encorajar uma criança a mudar, mas o resultado é que magoam a criança.

A maioria das palavras ofensivas enquadra-se numa destas categorias:

- **Palavras ditas com raiva e frustração**
Muitas vezes, não queremos dizer o que dissemos (por exemplo, "Quem me dera que nunca tivesses nascido!")

- **Rótulos que damos às crianças**

Quando as crianças fazem algo de que não gostamos, muitas vezes dizemos algo sobre a criança em vez do comportamento (por exemplo, "És um fracasso" ou "És estúpido")

- **Comparações**

É muito fácil comparar uma criança com os seus irmãos e irmãs (por exemplo, "Gostava que fosses mais como o teu irmão" ou "Ele não é tão inteligente como a irmã").

- **Previsões**

Por vezes, dizemos-lhes o que vai acontecer no futuro (por exemplo, "Nunca vais arranjar um emprego" ou "Vais ser como o teu tio preguiçoso").

- **Falar negativamente com os outros**

Por vezes, falamos negativamente sobre os nossos filhos aos outros quando eles nos podem ouvir (por exemplo, "O meu filho chumbou outra vez no exame. Ele não se esforça o suficiente." ou "Esta é a minha filha. Ela é tão malandra!").

Normalmente, as palavras ofensivas conseguem o oposto do que queremos nos nossos filhos. Por exemplo, queremos que os nossos filhos se esforcem mais, mas ouvir essas palavras fá-los acreditar que não conseguem fazer nada bem. Por isso, deixam de tentar. As palavras ofensivas podem impedir as crianças de se tornarem tudo o que Deus as criou para serem.

REFLEXÃO PESSOAL ou COM UM PARCEIRO

Pense nestas duas perguntas e depois ore em silêncio para que Deus o ajude a aprender melhores formas de falar com os seus filhos.

- Que palavras ofensivas disse aos seus filhos?
- Em que situações é que as disse?

Comunicação Positiva

DISCUSSÃO NO GRUPO GRANDE

É possível comunicarmos bem com as crianças.

Leia Provérbios 15:1: "A resposta branda desvia o furor, mas a palavra dura suscita a ira."

Princípios para uma comunicação positiva

1. **Explicar à criança o que é verdade**, logo que possível, se disse algo que não era verdade, mesmo que não tenha sido intencional. Isto evita mal-entendidos a longo prazo.
2. **Peça desculpa e comunique de forma positiva depois de ter usado palavras muito ofensivas com raiva**. Isto dá ao seu filho um modelo de pedido de desculpas que ele pode copiar. Também lhe dá a oportunidade de pedir desculpa, se for caso disso, por ter feito o que o deixou zangado. As crianças respeitá-lo-ão mais se pedir desculpa quando estiver errado e sentir-se-ão motivadas a agradar-lhe.

Leia a seguinte história:

Chun acreditava que era melhor para o seu filho adolescente estar sempre ocupado com diferentes actividades da igreja. Sempre que possível, enviava-o para participar em acampamentos e conferências bíblicas, pensando que isso era o melhor para ele. Mas o filho de Chun não gostava de nada disso. Era um pouco tímido e não se sentia à vontade para ir a esses eventos. Quando foi anunciada uma conferência de jovens na grande cidade, Chun e o seu filho tiveram uma grande discussão por causa da sua ida. Chun ficou tão zangado que gritou com o filho e insistiu para que ele fosse à conferência.

O filho fez a longa viagem até à conferência. Não conhecia quase ninguém e sentia-se infeliz. Não parava de pensar nas coisas duras que o pai lhe tinha dito. Quando regressou a casa, estava tão zangado que se recusou a falar com o pai.

Enquanto o filho estava fora, Chun frequentou a formação de Casamento e Família da TCV. Aprendeu a pedir desculpas e a pedir perdão, mesmo ao filho, quando este lhe dirigia palavras ofensivas. Normalmente, ele nunca teria pensado em pedir desculpa ao filho. Na sua cultura, as pessoas acreditavam que os pais e os mais velhos tinham sempre razão e, por isso, não havia necessidade de pedir desculpas aos filhos. Mas Chun apercebeu-se de que tinha feito mal ao seu filho ao gritar com ele e ao não o ouvir. Foi então pedir-lhe desculpa. O filho não falava com ele há semanas, mas a partir desse momento a sua raiva começou a diminuir. Começou a falar novamente com o pai e, lentamente, a relação entre eles começou a sarar.

- Porque é que Chun queria que o filho fosse à conferência de jovens?
 - Porque é que o filho não queria participar em actividades como a conferência de jovens?
 - O que aconteceu quando Chun não ouviu o seu filho e não reconheceu os seus sentimentos?
 - De que forma é que o Chun poderia ter ouvido melhor o seu filho? Como é que isso teria alterado o resultado da situação?
 - Quando Chun se apercebeu que não tinha ouvido bem, o que é que fez? Como é que isso afectou a situação?
 - O que é que a sua cultura pensa sobre pedir desculpas aos filhos?
- 3. Descreva o comportamento que o desilude ou irrita em vez de rotular a criança.**
Dizer: "Isso foi uma coisa muito estúpida!" é mais eficaz e menos ofensivo do que dizer: "Tu és estúpido!"
- 4. Nunca compare os seus filhos uns com os outros.**
As comparações fazem com que as crianças se sintam mal consigo próprias e causam ressentimentos. Isso faz com que seja difícil para os seus filhos darem-se bem.
- 5. Só diga coisas positivas sobre o seu filho quando ele o puder ouvir.**
- 6. Nunca apresente o seu filho com características negativas.**

ACTIVIDADE EM PEQUENOS GRUPOS (2-3 pessoas)

Nos vossos grupos, escolham um destes princípios e criem uma peça de teatro para mostrar como o podem utilizar na vossa família.

***Instruções para o facilitador:** Dê aos grupos 5 minutos para prepararem a sua dramatização e depois peça aos que estiverem dispostos a demonstrar a sua dramatização em frente do grupo. Depois de cada encenação, pergunte ao resto do grupo que princípios foram utilizados na encenação.*

REFLEXÃO PESSOAL

***Instruções para o facilitador:** Incentive-os a serem específicos e certifique-se de que todos têm tempo suficiente para pensar nas coisas que apreciam nos seus filhos. Se puderem, encoraje-os a escrevê-las.*

Em vez de usarmos palavras que magoam, precisamos de encontrar oportunidades para encorajar os nossos filhos.

Reserve 5 minutos para pensar em 5 coisas que poderia dizer para encorajar cada um dos seus filhos. Quanto mais específico for, melhor. Para quem não tem filhos, pense em formas de encorajar outras crianças com quem tenha contacto ou outros membros da sua família.

Por exemplo, "Gosto da forma como me ajudas na cozinha quando chegas a casa depois da escola. É bom passar tempo contigo e tornas o meu trabalho muito mais fácil" é melhor do que "És uma boa menina".

COM UM PARCEIRO (Com o Cônjuge se Possível)

Discutam as coisas que já estão a fazer bem na forma como falam com os vossos filhos. Que palavras utilizou que possam ter magoado os seus filhos? Partilhe com outra pessoa algumas das formas como tenciona encorajar os seus filhos ou as crianças com quem tem contacto.

Conclusão

DISCUSSÃO NO GRUPO GRANDE

As nossas palavras podem ser usadas para encorajar os nossos filhos ou para os magoar. Embora não tenhamos a intenção de os magoar, as nossas palavras ofensivas podem impedir os nossos filhos de se tornarem aquilo que Deus pretende que eles sejam. Podemos aprender a usar técnicas de comunicação positivas com os nossos filhos. É preciso prática para mudar os nossos hábitos e a forma como falamos com os nossos filhos, mas a Bíblia diz-nos que é importante usar a nossa língua para encorajar e edificar os outros.

Tente encontrar o maior número possível de oportunidades para encorajar os seus filhos na próxima semana. Tente evitar dizer palavras que magoem e, se disser algo que magoe, peça desculpa rapidamente e explique o que quis dizer.

Lição 8: Disciplina Amorosa e Eficaz

Ideias Principais

1. Disciplina significa orientar e corrigir os filhos para que aprendam a agir de forma piedosa. Não significa apenas punição.
2. A disciplina eficaz é feita com amor e é consistente.
3. O castigo físico NÃO é a única forma ou sempre a forma mais eficaz de disciplinar os filhos.

Materiais

1. Auxílio visual
 - a. Formas Alternativas de Dramas de Disciplina
 - b. Disciplinando Crianças
 - c. Formas Alternativas de Disciplina

Introdução

DISCUSSÃO NO GRUPO GRANDE

Leia Provérbios 29:17 e 13:24.

- O que esses versículos nos ensinam sobre disciplina?
- Qual é a importância de disciplinarmos nossos filhos?
- Se amamos os nossos filhos, devemos discipliná-los?
- A disciplina adequada é boa ou má para uma criança?
- Quais são as formas típicas que as pessoas usam para disciplinar os seus filhos?

Leia estas duas histórias:

Seth tinha seis irmãos e irmãs mais velhos. Um dia, as suas irmãs estavam a gozar com ele e ele fartou-se. Ficou tão zangado que lhes atirou um grande jarro de água. O jarro atingiu duas das suas irmãs e elas começaram a chorar. A tia viu o que ele tinha feito e chamou o pai. O pai chegou rapidamente e começou a gritar com o Seth. Toda a gente ficou assustada, até os vizinhos que estavam a ver. Bateu no Seth 4 ou 5 vezes com um cinto e disse-lhe que era melhor não voltar a fazer aquilo ou não conseguiria andar no dia seguinte. Seth estava muito zangado com as suas irmãs. No dia seguinte, uma das suas irmãs começou a gozar com ele. Toda a gente se riu. Então Seth deu uma bofetada à irmã. Desta vez, o pai riu-se com toda a gente.

Dinah gostava de desenhar, mas não gostava de fazer as suas tarefas. A mãe lembrava-a todos os dias de fazer as suas tarefas. Certo dia disse à Dinah que, se não fizesse as suas tarefas até ao fim do dia, passaria uma semana inteira sem desenhar. Naquele dia Dinah depois de chegar da escola, começou a desenhar. Esqueceu-se das suas tarefas. Depois do jantar, a mãe perguntou-lhe pelas tarefas e só aí Dinah lembrou-se. A mãe fez-lhe lembrar do que havia dito naquela manhã. Perguntou-lhe se se lembrava da consequência de não fazer as suas tarefas. Logo em seguida pediu que trouxesse o material de desenho. A mãe disse-lhe então que só voltaria a desenhar na semana seguinte caso fizesse as suas tarefas durante o resto da semana. No entanto, cada dia que se esquecesse de fazer as tarefas, perderia outro dia de desenho na semana seguinte.

- Que história é mais parecida com a vossa comunidade?
- De que formas diferentes é que os dois pais disciplinaram os seus filhos?
 - *O pai do Seth bateu no filho uma vez e riu-se dele noutra e a mãe da Dinah retirou-lhe o privilégio de desenhar.*
- Que história apresenta bons exemplos de disciplina? Porquê?

- *A mãe de Dinah disciplinou-a com amor, certificou-se de que Dinah compreendia o que tinha feito de errado e quais eram as consequências, e foi coerente.*

Nesta lição, veremos como guiar os nossos filhos através da disciplina divina. Também examinaremos alguns outros métodos para ajudar os filhos a cooperar, de modo que não tenhamos que castigá-los fisicamente. Se aplicarmos estas e outras técnicas que aprendemos, não teremos de castigar os nossos filhos com frequência.

Boas Sugestões para Disciplinar uma Criança

DISCUSSÃO NO GRUPO GRANDE

Disciplina significa orientar e corrigir as crianças para que aprendam a comportar-se de uma forma piedosa. Disciplina não significa apenas castigo. Há uma variedade de maneiras de disciplinar os filhos. A disciplina é boa se for feita com amor e de forma consistente.

Disciplinamos os nossos filhos porque os amamos e queremos que eles aprendam a viver uma vida piedosa, a fazer boas escolhas e a tratar bem os outros. Às vezes, a maneira como disciplinamos os filhos não é eficaz porque causa rebeldia, amargura, corações duros, vergonha, medo e inseguranças. É muito importante compreender o que podemos fazer para tornar a nossa disciplina eficaz e ajudar os nossos filhos a crescerem até à maturidade na sua relação com os outros e com Deus.

Tipos de Disciplina Efectiva:

1. Assegurar que as crianças saibam que as amamos, mesmo quando as disciplinamos.
 - Nunca se deve castigar o filho quando se está zangado. Isso só ensina a criança a bater ou a gritar quando está zangada. Se se sentir zangado, tente acalmar-se primeiro e peça ao seu filho para se sentar num canto até estar pronto.
 - Depois de disciplinar uma criança, é importante expressar o seu amor incondicional por ela. Também pode dizer palavras encorajadoras à criança, como: "Acredito que podes fazer a escolha certa no futuro" ou "Acredito que podes aprender a ser bom para o teu irmão". O amor é um melhor motivador do que o medo. Isto também ajuda a criança a sentir-se segura sabendo que continua a ser amada.
2. Ser coerente na sua disciplina.
 - Se permitirmos que as crianças façam algo uma vez e depois as castigarmos da próxima vez, as crianças ficarão confusas sobre o que podem ou não fazer. Terão medo de fazer algo errado por acidente. Se formos coerentes, as crianças aprenderão o que está certo e errado.
 - Ameaçar castigar uma criança por mau comportamento mas não aplicar a consequência é confuso e não é eficaz.
3. Certifique-se de que a criança compreende o que fez de errado.
 - Pergunte à criança se sabe o que fez de errado. Se ela não souber, explique calmamente.
 - NUNCA discipline ou bata numa criança sem falar com ela sobre o que fez de errado.
4. Explicar as expectativas de bom comportamento que se pretende.
 - Por vezes, as crianças não sabem o que é esperado. Ponha limites claros às crianças.
 - Certifique-se de que a criança compreende o que quer que ela faça no futuro.
5. O tipo de disciplina ou castigo deve ser diferente consoante a idade da criança.
 - As crianças pequenas (2-10 anos) podem muitas vezes ser corrigidas com um olhar severo, com uma palmada ou sentando-as num canto durante um período de tempo igual à sua idade (por exemplo, 10 minutos para uma criança de 10 anos).

- As crianças mais velhas (11-18 anos) reagem ao facto de lhes serem retirados os privilégios e de lhes ser exigido que assumam a responsabilidade pelo seu comportamento e pelas suas escolhas.
6. A severidade da disciplina deve ser igual à gravidade da infração cometida.
 - Se o comportamento incorreto for grave, a disciplina deve ser séria. Se o mau comportamento for menor, então a disciplina deve ser mais leve.
 - Não é adequado retirar um privilégio durante um mês se uma criança cometeu um erro apenas uma vez. Seria mais adequado retirar o privilégio por um dia e, se o comportamento continuar, aumentar o tempo.
 7. Sempre que possível, utilize uma forma de disciplina que esteja diretamente relacionada com o mau comportamento.
 - O objectivo desta forma de disciplinar é ajudar a criança a assumir a responsabilidade de corrigir o seu mau comportamento.
 - Por exemplo, se a Sara gosta de ajudar a mãe a preparar as refeições, mas gritou com o irmão que também queria ajudar, a mãe da Sara dir-lhe-ia que não pode ajudá-la a cozinhar até estar disposta a deixar o irmão ajudar também. Ou, se o Pedro bate na mesa e a água se derrama, a mãe pedir-lhe-ia que a ajudasse a limpar.

DISCUSSÃO EM PEQUENOS GRUPOS

- Quais destas sugestões já utilizou com os seus filhos?
- Quais destas sugestões nunca pensaram ou ouviram falar?
- Leia novamente a história do Seth a partir da introdução. Passem por cada passo e falem sobre o que o pai do Seth poderia fazer de diferente para aplicar a sugestão a esta situação.

PREFLEXÃO PESSOAL OU COM O PARCEIRO

- Que coisas é que os seus filhos fazem que o deixam muito zangado? Que coisas práticas podem fazer para se acalmarem antes de disciplinarem os vossos filhos?
- O que pode fazer para mostrar aos seus filhos que os disciplina porque os ama?
- O que é que vai fazer de novo quando disciplinar os seus filhos no futuro?

Alternativas ao Castigo Físico

DISCUSSÃO NO GRUPO GRANDE

Ocasionalmente, é apropriado bater numa criança pequena (dos 2 aos 10 anos) Dar uma palmada é diferente de bater numa criança. Quando bater numa criança, espere até se sentir calmo, leve-a para um local separado, explique-lhe porque a está a bater e depois bata-lhe. Não bata numa criança à frente de outras pessoas. Isso pode ser embaraçoso e causar amargura. Depois da palmada, deve dar-lhe um abraço e assegurar-lhe o seu amor. A palmada é feita para disciplinar e é **motivada pelo amor** para mudar o comportamento futuro. Não deve causar danos físicos nem ser motivada pela raiva. Se for utilizada com sensatez, pode ser uma forma eficaz de prevenir comportamentos negativos e promover a obediência e o sentimento de segurança. Se bater numa criança com frequência, o seu coração pode tornar-se duro e rebelde.

DISCUSSÃO EM PEQUENOS

1. Quais são as outras formas de disciplinar os seus filhos para além do castigo físico?

ACTIVIDADE COM O GRUPO GRANDE

Instruções para o facilitador: Recorte cada drama do material **AJUDA VISUAL** - Formas Alternativas de Disciplina e peça a diferentes pares para representarem a dramatização. Depois de cada dramatização, responda às perguntas e explique a forma alternativa de disciplina que poderia ser utilizada nessa situação.

Disciplinar o seu filho NÃO significa apenas bater-lhe. O castigo físico NÃO é a única forma de disciplinar as crianças. Aqui estão algumas boas alternativas ao castigo físico que podem ser ainda mais eficazes:

Drama 1 – Dar uma tarefa útil

A criança está a bater com o prato no chão e a exigir comida.

A mãe diz: 'Pára de fazer esse barulho. Podes ajudar trazendo a água para a nossa refeição.'

DISCUSSÃO NO GRUPO GRANDE

- Como é que o pai disciplinou a criança?
- Para que idades de crianças é mais apropriado usar esta forma de disciplina?

1. Dê à criança uma **tarefa útil em vez do comportamento inaceitável.**

Especialmente no caso das crianças pequenas, pode alterar um comportamento irritante ou inadequado distraíndo a criança com uma actividade alternativa positiva, como ajudar um dos pais ou um irmão ou fazer algo que sabe que ela gosta de fazer. Continua a ser adequado dizer à criança que não gosta do seu comportamento.

Drama 2 – Forte desaprovação e expectativas claras

A criança está a tirar as tampas das canetas e a atirá-las de um lado para o outro.

A mãe diz: "Isso não é maneira de tratar as canetas da tua irmã. Se levas alguma coisa emprestada, espero que cuides dela. Põe as tampas imediatamente e volta a pô-las na caixa".'

DISCUSSÃO NO GRUPO GRANDE

- Como é que o pai disciplinou a criança?
- Para que idades de crianças é mais apropriado usar esta forma de disciplina?

2. Expressar uma forte desaprovação (sem atacar o carácter da criança).

Por exemplo, para as crianças pequenas, um olhar severo ou uma declaração clara de desaprovação do seu comportamento pode ser eficaz, porque a criança quer ser amada e aceite. Concentre-se no comportamento e não utilize palavras duras ou negativas sobre a criança. Diga algo como: 'Não gosto quando tu (descreve o comportamento)'.

3. Retire Privilégios.

Por exemplo, pode retirar um brinquedo a uma criança durante um determinado período de tempo ou não deixa-la ver televisão durante um determinado período de tempo. Lembre-se de que o período de tempo deve corresponder à gravidade do comportamento que precisa de ser alterado e deve ser adequado à idade da criança.

Drama 3 – Mostrar como ele pode assumir a responsabilidade pelo que fez

A criança está numa loja e parte algo sem querer.

A mãe diz calmamente: "Apanha os pedaços e vamos ter com o lojista e tens de pedir desculpa. Depois eu pago-te".'

DISCUSSÃO NO GRUPO GRANDE

- Como é que o pai disciplinou a criança?
- Para que idades de crianças é mais apropriado usar esta forma de disciplina?

Mostrar à criança como ela pode **assumir a responsabilidade pelo que fez.**

Por exemplo, se alguma coisa se parte ou se faz porcaria (mesmo que não seja de propósito), pede-se à criança que a conserte ou limpe. Isto ensina a criança a resolver problemas que ela própria é responsável por criar.

(Exemplo: O Adão derruba o seu irmão mais novo no campo. O pai diz-lhe para ajudar o irmão a levantar-se, para ver se está magoado e para pedir desculpa ao irmão).

Drama 4 – Dar uma escolha, permitir a consequência e deixar a criança sofrer-la

A mãe está a preparar-se para ir ao mercado.

A criança pergunta: "Mãe, também posso ir?"

A mãe diz: "Da última vez portaste-te mal e gritaste por um carro novo quando passámos pela loja de brinquedos. Desta vez, podes ir, mas tens uma escolha. Porta-te bem, sem chorar, ou da próxima vez ficas em casa. Percebeste?"

Na loja de brinquedos a caminho do mercado **a criança grita** por um carro novo.

A mãe leva-a calmamente para casa.

No dia seguinte, a mãe prepara-se para ir ao mercado.

O filho corre para ela e diz: "Posso ir contigo?"

A mãe diz: "Não - ontem tiveste uma escolha: portar-te bem ou ficar em casa da próxima vez. Ontem portaste-te mal, por isso hoje tens de ficar em casa com a avó. Podes vir noutro dia se te portares bem".

DISCUSSÃO NO GRUPO GRANDE

- Como é que o pai disciplinou a criança?
- Para que idades de crianças é mais apropriado usar esta forma de disciplina?

4. Separar a criança dos outros – ‘Isolamento.’

Por exemplo, pode colocar a criança numa cadeira, numa sala ou numa área sozinha onde ela possa pensar no que fez e porque é que errou. Isto permite que a criança se acalme e ganhe autocontrolo. Depois, dedique alguns minutos a falar com a criança para se certificar de que ela compreende o que fez, porque é que errou e quais as outras escolhas que pode fazer no futuro. Lembre-se que isto deve ser feito apenas durante o mesmo número de minutos que a idade da criança. Por exemplo, uma criança de 6 anos teria de se sentar no canto durante 6 minutos.

5. Dê uma escolha – comportamento aceitável ou uma consequência/restrição.

O objetivo é dar à criança a possibilidade de escolher entre o que está certo e a consequência de uma escolha errada. É importante que a consequência seja específica, realista e não prejudicial, mas algo de que a criança sinta falta ou não queira que aconteça. Por exemplo, se o seu filho não escova os dentes, pode dar-lhe a escolher entre escovar os dentes agora ou não comer doces durante todo o dia. Isto funciona em todas as idades.

6. Permitir que a criança **sofra as consequências naturais do seu comportamento.**

Por exemplo, se uma criança não cuida dos seus objectos, o resultado natural é que eles não durarão muito tempo. Ou, se uma criança não cuida de um brinquedo favorito, o resultado natural pode ser a sua perda. As consequências naturais podem ensinar às crianças a responsabilidade. Isto é mais eficaz com crianças mais velhas.

ACTIVIDADE EM PEQUENO GRUPO ou COM UM PARCEIRO

1. Pense em situações com os seus filhos em casa em que eles são frequentemente desobedientes ou se comportam mal.
2. Escolha uma situação e pense em boas alternativas ao castigo físico. Prepare uma encenação utilizando a nova técnica nessa situação.
3. Faça a encenação para o resto do grupo.

Revisão

DISCUSSÃO NO GRUPO GRANDE

Instruções para o Facilitador: Reserve algum tempo para ver quais as ideias deste módulo que as pessoas recordam e como planeiam utilizar o que aprenderam. É possível que haja alguns tópicos que precisem de ser revistos novamente. No final da lição, dedique algum tempo a pedir a Deus que os ajude a orientar os seus filhos e a aplicar a lição de hoje.

Neste módulo, falámos de muitas técnicas e princípios diferentes.

- De que técnicas ou princípios sobre disciplina te lembras?
- Quais foram mais úteis para ti?
- que é que queres tentar fazer mais? E o que queres deixar de fazer?
- Que mudanças pode ver no seu filho quando usa estas técnicas?
- Qual delas o ajudaria a confiar em Deus e criaria mudanças positivas nos seus filhos?

Quando disciplinamos os nossos filhos, guiámo-los e corrigimo-los para viverem vidas piedosas. A disciplina piedosa é motivada pelo amor. Para que a disciplina seja eficaz, temos de ser consistentes e sábios na forma como disciplinamos os nossos filhos para que eles não se tornem amargos ou ressentidos. As crianças que aprendem a agir de forma piedosa são uma bênção para Deus, para a sua comunidade e para a sua família.