

### Revista **HOMEM BATISTA**

Ano 43 • Nº 169

Publicação da União Missionária de Homens  
Batistas do Brasil

Organização da Convenção Batista Brasileira  
CNPJ (MF) 30.273.692/0001-02

### Sede da **UMHBB**

Rua José Higino, 416

Prédio 15 – Tijuca

Rio de Janeiro, RJ – CEP: 20510-412

Copyright © Convicção Editora

Todos os direitos reservados

Proibida a reprodução deste texto total ou parcial por quaisquer meios (mecânicos, eletrônicos, fotográficos, gravação, estocagem em banco de dados etc.), a não ser em breves citações, com explícita informação da fonte

Publicado com autorização por Convicção Editora  
CNPJ (MF): 08.714.454/0001-36

### Endereços

Caixa Postal, 13333

CEP: 20270-972

Rio de Janeiro, RJ

Telegráfico – BATISTAS

### Editor

Sócrates Oliveira de Souza

### Coordenação Editorial

Solange Cardoso de Abreu d'Almeida (RP/16897)

### Redação

DER/CBB

### Produção Editorial

Oliverartelucas

### Produção e Distribuição Convicção Editora

Tel.: (21) 2157-5567

Rua José Higino, 416 – Prédio 16

Sala 2 – 1º Andar

Tijuca – Rio de Janeiro, RJ

CEP 20510-412

conviccao@conviccaoeditora.com.br

Palavra do editor .....	2
Palavra da coordenação editorial .....	4
Aconteceu .....	5
Atualidade	
Que tal começar o ano com apenas uma meta? .....	6
Homem batista e comunicação	
Sugestões para o relacionamento familiar .....	8
Homem batista e sua espiritualidade	
Pecados capitais .....	12
Leituras que edificam .....	17
Lazer .....	18
Homem batista e saúde	
Osteoporose masculina .....	19
Homem batista e sua denominação	
Instituições versus pessoas .....	23
Homem batista e missões	
Transformando vidas no oeste africano .....	25
Estudos	
1. Bíblia – O livro de Deus para uma vida plena ..	29
2. A formação do cânon bíblico .....	33
3. Hermenêutica: o que é e como usar .....	37

### HOMEM BATISTA QUER PUBLICAR SUA NOTÍCIA

Escreva um texto entre 100 e 200 palavras, resumindo: data, local, quantas pessoas participaram, o objetivo do evento. Sua notícia será bem-vinda mesmo que sua igreja adote outros modelos de ministérios com homens e integrando as diversas gerações.

As fotos devem ser enviadas como anexos da mensagem contendo a notícia. Não envie notícias sem fotos, nem fotos sem notícias. Selecione boas fotos para noticiar seu evento.

As fotos não devem ser:

- coladas no documento do Word;
- copiadas do Facebook;
- baixa resolução, pouco nítidas ou mal iluminadas.

As fotos precisam ter:

- mínimo de 300 KB de resolução;
- boa iluminação e boa nitidez;
- boa identificação das pessoas no grupo;
- o maior número possível de pessoas de frente, fáceis de identificar;
- até seis opções (publicaremos até três).

Envie sua notícia diretamente para o e-mail:

conviccao@conviccaoeditora.com.br



ISSN 2177-7012

# COMPARTILHEMOS graça e misericórdia

*“Graça, misericórdia e paz da parte de Deus Pai e de Jesus Cristo, o Filho do Pai, serão conosco em verdade e amor” – 2João 1.3*

Como pode ser visto, este é um tema que conduz a uma ação coletiva – “compartilhemos” – mas, ao mesmo tempo, é fruto da ação individual em uma tarefa coletiva. Cada um participando e cooperando para que toda geração possa ser alcançada com a graça e a misericórdia do nosso Senhor Jesus Cristo.

Outro aspecto que nos desperta é o fato que, para compartilhar, é preciso que cada um já tenha o que compartilhar; é algo que já recebemos, algo que está em nossa posse. Não se pode compartilhar o que você não tem. Se fomos alcançados com a salvação, isto implica ter sido alcançado pela “graça” salvadora de Jesus Cristo e, conseqüentemente, pela sua misericórdia,

que nos alcança a cada dia. “As misericórdias do SENHOR são a causa de não sermos consumidos, porque as suas misericórdias não têm fim” (Lm 3.22).

O compartilhar a graça e a misericórdia é mais que uma ação. É uma atitude de vida, é um modo de viver, pois são valores imateriais, mas pode até ser por meio de valores materiais, pode ser transmitido com palavras, com gestos.

Em nosso vocabulário, a palavra graça é definida como: favor que se dispensa ou recebe; mercê, dádiva. Quando analisamos a partir da Teologia, encontramos a seguinte definição: “dom que Deus concede aos homens e que os torna capazes de alcançar a salvação”. Então, podemos concluir que a graça é um presente de Deus – Jesus pagou o preço da nossa salvação com seu sangue; foi um presente de Deus para nós. Isto é sua graça. Não precisamos dar



nada em troca, apesar de ser um presente que não merecemos. Se quiséssemos pagar pela graça, não alcançaríamos a salvação, pois o preço é muito alto e não temos recursos. Há pessoas criando moedas para pagar a graça salvadora: boas obras, serviço na causa etc.

Quando voltamos para Deus, ele nos concede tudo de graça; é um presente do Pai: “Porque fostes comprados por bom preço; glorificai, pois, a Deus no vosso corpo, e no vosso espírito, os quais pertencem a Deus” (1Co 6.20).

Deus nos concede a sua graça independentemente do que fazemos ou do que somos. Somente quando aceitamos o abraço do Pai é que somos capazes de experimentar e viver a sua graça.

Quando compreendemos a “graça” então conseguimos de igual modo sentir e ter “misericórdia”, que é um substantivo definido como: “sentimento de dor e solidariedade com relação

a alguém que sofre uma tragédia pessoal ou que caiu em desgraça; dó, compaixão, piedade, ou ato concreto de manifestação desse sentimento, como perdão, indulgência, graça, clemência”.

Somente os que foram alcançados pela graça salvadora do Senhor têm o dom de compartilhar com os semelhantes a graça misericordiosa do nosso Salvador Jesus Cristo. Vivamos, pois, compartilhando com todos, em todo tempo, este imensurável presente que o Senhor nos concedeu.

Compartilhemos graça e misericórdia não apenas durante este ano de 2021, mas em todo o tempo da nossa caminhada cristã.

Pastor Sócrates Oliveira de Souza  
*Editor.*





“Toda a Escritura é divinamente inspirada e proveitosa para ensinar, para repreender, para corrigir, para instruir em justiça; a fim de que o homem de Deus tenha capacidade e pleno preparo para realizar toda boa obra” – 2Timóteo 3.16,17

Bíblia é a palavra-chave dos estudos para os meses de janeiro, fevereiro e março de 2021. Com os estudos preparados pelo pr. Cleverton Pereira do Valle, pastor da Igreja Batista em Vila Natal – Mogi das Cruzes, SP, vamos conhecer a formação canônica da Bíblia e o princípio de interpretação bíblica conhecido como hermenêutica. Será uma oportunidade para lembrar o quanto é importante estudar a Bíblia diariamente “porque a palavra de Deus é viva e eficaz, mais cortante que qualquer espada de dois gumes; penetra até o ponto de dividir alma e espírito, juntas e medulas, e é capaz de perceber os pensamentos e intenções do coração” (Hb 4.12).

Na página 5, você tem informações sobre os 70 anos do Sítio do Sossego, local dos acampamentos dos embaixadores do Rei. Para conhecer em detalhes essa linda história, adquira um exemplar da revista “O Embaixador” deste período.

Nas páginas 6 e 7, um artigo muito interessante dá orientação para todos que, no início de um novo ano, estão eufóricos com vontade de mudar tudo na vida pessoal e, por isso, traçam metas, propõem novos desafios que, no decorrer do ano, são esquecidos. O autor Wellington Moreira chama a atenção para muita calma e uma coisa de cada vez.

Nas páginas 10-12, Dr. Marcelo Quirino, psicólogo clínico, dá algumas sugestões para o relacionamento familiar, pois, ter um relacionamento

familiar saudável é o objetivo de qualquer família. Entretanto, deve-se ter em mente que para isto acontecer um trabalho específico deve ser realizado no sentido de construir um ambiente cooperativo e benéfico. É uma estrada de mão dupla.

Na seção Homem batista e saúde, um artigo do Dr. Humberto Chagas, ortopedista e missionário da Junta de Missões Mundiais no oeste africano, fala sobre osteoporose masculina, um mal que muitos desconsideram e nem prestam atenção. Ele dá o alerta.

Na seção “Homem batista e sua denominação”, o pr. Lourenço Stelio Rega responde com propriedade a pergunta: instituições versus pessoas – qual é a prioridade? “A administração contemporânea está redescobrando que, ao mesmo tempo em que ninguém é insubstituível, pois ao deixar uma função outra pessoa poderá ocupar-lhe o lugar, ninguém é substituível, pois cada um de nós é rico em singularidades”.

A Homem Batista é uma revista preparada para você, homem batista. Aproveite tudo o que ela tem para ajudá-lo na sua caminhada cristã. Compartilhe com seus amigos do trabalho e parentes. O que é bom precisa ser compartilhado.

Um bom período de estudos.

## Sítio do Sossego

Em fevereiro de 2021, o Sítio do Sossego comemora 70 anos de acampamentos de embaixadores do Rei. Na revista O Embaixador deste período, a linda história do Sítio do Sossego está sendo contada. Pesquise para conhecer como tudo aconteceu. É importante que conheça e faça uma campanha em sua igreja para que os embaixadores participem de, pelo menos, um acampamento durante o tempo em que passar na organização.



1. ER chegando de trem na estação de Rio Dourado | 2. ER em momento de decisão no salão nobre durante o primeiro acampamento nacional | 3. Identidade Visual clássica do Sítio do Sossego | 4. ER da Embaixada W. Zarro da PIB em São Gonçalo, RJ, no recém-inaugurado pórtico do Sítio do Sossego | 5. Vista aérea do Sítio do Sossego ainda sem o núcleo do Arco-íris | 6. Hasteamento de bandeiras no primeiro acampamento nacional de 1957 | 7. Futebol no campo conhecido hoje como campo do Arco-íris, recentemente terraplanado ainda sem grama | 8. Alvin Hatton com José Maciel da Silva | 8. Finalização da construção do Núcleo do Arco-íris. Na foto está Katie Hatton e Sarah Drummond



# Que tal começar o ano com apenas uma meta?

Todo começo de ano encontro pessoas que estão eufóricas, com vontade de mudar tudo na vida pessoal. Daí, traçam metas de promoção no trabalho, definem uma série de coisas que vão estudar, matriculam-se na academia de ginástica etc. Mas, depois de apenas algumas semanas, boa parte delas nem recorda mais as promessas que fez a si mesmas.

Se também é comum que isso aconteça com você, que tal escolher uma única meta para iniciar 2021? Daí, em vez de alimentar a vontade passageira de transformar tudo, dedicar-se de verdade àquilo que tem maior poder de alavancagem. Isto é, o que poderá levá-lo a um outro patamar.

Tem gente que começa um monte de projetos e não termina nenhum deles.

## **Calma e constância**

A lei da inércia na física explica que qualquer movimento de mudança exige muito esforço, pois a tendência dos corpos é permanecerem em repouso se nenhuma força for exercida sobre eles. É por isso que começar inúmeras coisas novas ao mesmo tempo é um erro grave. Você precisa mover, de uma só vez, vários projetos pessoais que ainda estão parados.

Essa decisão de viver o “menos é mais” dá resultado porque confere foco. Hoje, com inúmeros

estímulos chamando a nossa atenção ao mesmo tempo, permanecer concentrado naquilo que é importante transformou-se numa dádiva.

Portanto, se você acredita que deve se dedicar ao estudo de um idioma, já que expressar-se fluentemente nele será um divisor de águas em sua carreira, então a meta é esta. A pós-graduação que pensa em fazer também nesse ano pode ficar para depois. Ou você quer, de novo, fazer as coisas pela metade?

Isso não tem a ver com ficar bitolado ou ignorar as demais possibilidades que existem. Você vai continuar dedicando seu tempo também a outras atividades. O que muda é que suas expectativas de progresso se dirigem a uma meta



---

Não se deixe empolgar  
pelas pessoas que,  
de uma hora para a outra,  
saem em disparada.  
A imensa maioria delas  
vai cansar logo

---

única. Como é o caso de quem sabe que precisa passar num concurso público ainda esse ano e já decidiu deixar tudo de lado para chegar lá.

### **Uma coisa de cada vez**

A filosofia de começar com apenas uma meta é bastante poderosa, especialmente para quem é conhecido por ser “fogo de palha”. Gente que começa um monte de projetos e não termina nenhum deles. É que, agindo assim, eles geralmente obtêm sucesso, mudando a mentalidade que têm de si mesmos.

É claro que algumas pessoas, admiravelmente, conseguem tocar três ou quatro metas de difícil execução simultaneamente. Mas elas não nasceram assim. Começaram com apenas um alvo, aprenderam o processo e depois é que aumentaram o número de metas. Você pode seguir o mesmo exemplo.

Em resumo: não se deixe empolgar pelas pessoas que, de uma hora para a outra, saem em disparada. A imensa maioria delas vai cansar logo.

*Wellington Moreira*

Palestrante e consultor empresarial  
especialista em Formação de Lideranças,  
Desenvolvimento Gerencial e Gestão

Estratégica, também é professor universitário em cursos de pós-graduação. Mestre em Administração de Empresas, possui MBA em Gestão Estratégica de Pessoas e é autor dos livros “Líder tático” e “O gerente intermediário”, ambos publicados pela Ed. Qualitymark.





# Sugestões para o relacionamento familiar

Neste texto forneço algumas dicas básicas para o relacionamento familiar e tento não considerar tudo muito simples. Há textos que complementam esta leitura como o “Psicologia para educação de filhos” e “Psicologia de adolescentes”.

Ter um relacionamento familiar saudável é o objetivo de qualquer família. Entretanto, deve-se ter em mente que para isto acontecer um trabalho específico deve ser realizado no sentido de construir um ambiente cooperativo e benéfico.

Antes de proceder algumas reflexões sobre formas de relacionamento familiar, precisamos ver a família de forma ampla como um sistema vivo em que os componentes reagem e influenciam-se uns aos outros de forma recíproca.

Os membros não estão isolados dentro da família e seus comportamentos não se devem exclusivamente a fatores de personalidade. O comportamento inadequado ou o relacionamento conflituoso deve, preferencialmente, ser

entendido a partir da relação familiar interpessoal e até mesmo a partir de questões transgeracionais (modos de interações, reações, ações, sentimentos, comportamentos, expectativas etc., aprendidos na família de origem e perpetuadas na família atual).

Entretanto, não basta apenas ler um repositório de dicas prontas sobre relacionamento familiar e deixar o resto nas mãos do outro cônjuge como o único responsável pela construção de uma família saudável.

Construir um relacionamento familiar benéfico requer auto-observação, disposição para autocrítica e para mudanças. Vai além da mera aquisição de informação sobre o próprio funcionamento.

## Equilíbrios nos relacionamentos

Relacionar-se é, ao mesmo tempo, estar ligado e diferenciado dos outros componentes de um sistema. Muitos comportamentos disfuncionais



na família acontecem devido ao desequilíbrio entre ligação e diferenciação dos componentes familiares.

Há vínculos afetivos e psicológicos envolvidos numa relação familiar e, ao mesmo tempo, espaços de privacidade, de autonomia e de individualidade que devem ser respeitados. Um desequilíbrio entre vínculos psicológicos e espaços de individualidade é o que pode comprometer o relacionamento familiar saudável ao provocar ou impor dependência psicológica na relação.

Se os componentes familiares estiverem tão ligados uns aos outros, os sonhos dos pais, por exemplo, podem ser impostos para os filhos. Ou, então, o abuso de poder pode ser tão sufocante que o adolescente se torna reativo à falta de espaço para desenvolver gradualmente a própria autonomia.

De forma diferente, a liberdade excessiva e a falta de limites na educação dos filhos pode ser sinal de diferenciação e distância extremas entre os componentes familiares, onde o afeto não é demonstrado e a frieza emocional e a distância afetiva se tornam uma constante.

Relacionar-se em família é buscar o equilíbrio entre a ligação e a distância psicológica dos membros da família. Imposição de sonhos, autoritarismo, rebeldia, distância afetiva, ausência de poder parental, abuso de poder podem ser sinais de desequilíbrio entre esses dois polos, o que significa família pouco saudável. Muitas vezes, o processo de comunicação em família precisa ser melhorado.

## **A dinâmica familiar**

Os porquês do desequilíbrio entre esses dois polos – ligação afetiva e distância psicológica – devem ser buscados em outro sistema: na família de origem dos pais. Casais herdaram formas de se relacionar e de estar em família e acabam por reproduzir inconscientemente na família atual esses padrões aprendidos da família de origem.

Esses padrões aprendidos incluem formas de educar filhos, de reagir e de se relacionar com o cônjuge, formas de comunicação e até formas de reações emocionais. Esses padrões

ou podem ser saudáveis ou nocivos para o funcionamento da família.

A família ainda é um sistema constituído por etapas e ciclos de vida como um ser humano também. Cada etapa de sua formação é um período específico que requer cuidados especiais: nascimento dos filhos, entrada dos filhos na escola e adolescência, saída dos filhos de casa, etapa da terceira idade e morte.

A falta de habilidade dos líderes da família para aceitarem essas mudanças com sabedoria pode ser prejudicial para o relacionamento familiar. Entre as consequências dessa falta de habilidade incluímos depressão, transtornos de ajustamentos, retração social, queda no desempenho escolar, conflitos de gerações e desentendimentos conjugais dentre outros.

Outro aspecto incluído no relacionamento familiar são as regras de convivência. Essas regras versam sobre relação afetiva, social e espiritual. Os pais devem ser justos, firmes, concordantes e coerentes na fixação dessas regras de relacionamento familiar.

Ausência de poder parental e de regras, poder assimétrico e discordante entre pai e mãe, negligência nas tomadas de decisão, liberdade excessiva, tirania dos pais, injustiça no cumprimento e na exigência de regras e quebra do contrato conjugal são fatores danosos para relacionamento familiar que se espera saudável.

## **Aperfeiçoando o relacionamento familiar**

As bases afetivas de um relacionamento familiar saudável se fixam sobre o respeito, o amor e o carinho. Os aspectos comportamentais incluem a colaboração, a dedicação e o companheirismo. Já as bases cognitivas se fixam sobre a comunicação direta e clara, a informação sincera e sobre a empatia, buscando entender o outro sempre antes de emitir opiniões.

Se os líderes familiares não atentarem para planejamento familiar; adaptação aos ciclos familiares; heranças de padrões de comportamentos inadequados; respeito da autonomia e da liberdade dos componentes; autoridade e

regras; comunicação direta, clara e sincera, estabelecimento de harmonia nos poderes parentais e disponibilidade para mudanças, a família não terá um relacionamento saudável.

Esta estruturação de um relacionamento familiar começa já no namoro e até antes. Muitas famílias chegam à clínica querendo corrigir no ciclo da adolescência o que deixaram de fazer desde a infância dos filhos. A autoridade respeitosa dos pais não se impõe tardiamente. É uma construção desde a infância dos filhos.

## **Aperfeiçoando o relacionamento entre pais e filhos**

Na educação de filhos os pais devem:

1) **Pensar juntos em um plano de educação para os filhos e ter um planejamento de comum acordo na educação dos filhos antes mesmo de tê-los.** Educar é planejar e não terceirizar educação.

2) **Tomar cuidado com as fontes de autoridade da família.** Fontes de autoridade não podem se chocar, não podem estar ausentes e nem serem injustas. Pais devem evitar discutir a educação dos filhos na frente deles. Os filhos precisam perceber que ambos os pais estão comprometidos e conversam para chegar juntos a uma atitude. Por isso, não transfira a responsabilidade para o cônjuge. Educar é ter autoridade e não autoritarismo.

3) **Construir um sistema de educação preventiva com diálogo aberto e justo desde a infância.** Alguns pais só corrigem, mas não previnem por meio da conversa pedagógica. E cuidado: prevenir não é projetar seus medos, receios e traumas sobre a criança. Educar é instruir, não é só corrigir e limitar.

4) **Produzir tempo de qualidade para estar com os filhos.** Muitos problemas de desajustamento acontecem não por falta de tempo, mas pela percepção que os filhos têm da qualidade desse tempo gasto. Ausências parentais podem contribuir para comportamentos desajustados tanto como a presença sem qualidade. Jogue

futebol conversando com o seu filho, pergunte sobre seu dia, comemore suas conquistas, faça-o pensar nos seus comportamentos e esteja pronto para ouvir. Não perca a oportunidade de conversar e corrigir. Educar é ser companheiro e amigo.

5) **Tomar cuidado com a palavra “sim”.** Para não serem importunados com os choros e piraças, os pais deixam os filhos fazerem tudo o que querem. Se você faz isso, perdeu a chance de educar corretamente e está possibilitando mais comportamento inadequado. Diga “não” quando for preciso. Mantenha a autoridade e explique para seu filho a sua atitude para que ele não perceba injustiças. Não se esqueça de que autoridade não é autoritarismo. Educar é sinônimo de limitar, mas sempre com justiça.

6) **Mostrar afetos positivos aos filhos.** Filhos precisam ser amados em prática. Procure mais contato afetivo com o seu filho. Abrace-o, beije-o e se torne afetivo com ele sem exageros. Às vezes, uma boa conversa com contato afetivo entre mãe e filho pode ajudar a aproximá-los psicologicamente e pode colaborar com a motivação dele se corrigir os comportamentos inadequados. Educar é amar em comportamentos e afetos e não somente com palavras.

## **Aperfeiçoando o relacionamento conjugal**

Entre si, os cônjuges devem:

1) **Saber se amam de verdade, o outro antes de se casarem.** Aqui começa o relacionamento familiar saudável. Muitas tentativas fracassadas de melhora no relacionamento conjugal se devem à ausência de algum tipo de amor, como o eros por exemplo. Alguns pensam que o amor eros é questão de decisão. Mas, na verdade o amor eros não é uma questão simples de decisão. Os outros se constroem, mas o eros já não fica tanto à mercê da nossa decisão consciente. Eros por si só não mantém o casamento, mas casamento saudável é resultado da soma

de todos eles. Amar é ser completo em amores completos.

2) **Pensar sobre sua família e conversar sobre ela.** Produza tempo conversando sobre a dinâmica familiar, os relacionamentos familiares, sobre as regras e o cotidiano da família. Estar disposto a conversar sobre a relação conjugal e a mudar é sinal de relacionamento saudável e de amor. Amar é dialogar.

3) **Buscar a sinceridade e a disposição para a interação familiar saudável desde o início do relacionamento conjugal.** Muitos ressentimentos corroem os relacionamentos se não forem conversados objetivamente. Estar disposto a falar e a ouvir é imprescindível. Amar é abrir-se com respeito.

4) **Relacionamento conjugal sadio também possui discussões.** A questão é como se discute os temas conjugais. Em geral, as comunicações se tornam impossíveis por inabilidade em comunicação e não por ausência dela. Com isso, interferências na comunicação aparecem, tais como as crenças irracionais que um cônjuge forma da figura do outro, preconceitos, audição seletiva da fala do outro, dentre outras. Amar é preocupar-se com o aperfeiçoamento.

5) **Discutir com bom senso.** Não busque culpados, foque o assunto em soluções dos problemas. Nunca discuta no ato do problema como uma reação emocional. Dê um tempo entre o fato e a discussão do fato. Não discuta na frente dos filhos. Não faça competições sobre quem manda e quem ganha a discussão. Elabore listas de queixa entre os dois e procedam às mudanças. Nunca fale: 'você me irrita', mas diga 'me sinto irritado com isso', nunca fale 'você não me ouve', mas diga 'não se sinto compreendido'. Amar é ser humilde amando.

6) **Estabeleça entre vocês regras de discussão e de conversa para evitar ressentimentos.** Portanto, em discussões, primeiro ouem. Depois, fale cada um do sentimento que sentiu e como

se sentiu, depois fale objetivamente da situação problemática e da atitude equivocada e nunca ofenda a pessoa do cônjuge. Ouça atentamente e não interrompa o desabafo, faça questionamentos ao outro sobre os sentimentos dele, indague sobre possíveis soluções, comprometa-se com a mudança e proponha atitudes. Amar é seguir regras para não ferir o outro.

7) **Atentar sobre a dinâmica conjugal.** Os casais devem observar padrões herdados de comportamentos inadequados da família anterior, observar o ciclo familiar e adaptar-se a mudanças, considerar as regras do contrato conjugal e proceder a ajustes delas e resolver questões suas sem projetá-las nos filhos. Amar é observar-se no amar.

## Desafios do relacionamento familiar saudável

Às vezes, o casal tem a sensação de que falar e ler sobre como relacionar-se em família é fácil, mas praticar é difícil. Para isso, tomam atitudes preventivas. Casais devem conversar em tempos de bonança para saberem discutir com objetividade e lealdade em tempos de crise. Em tempos de calma planejem para saber como agir em horas conturbadas. Traga também os filhos para a responsabilidade da conversa em família.

Na clínica se percebe que a interação familiar saudável depende muito menos da informação e mais sobre a disponibilidade para abrir mão de comportamentos inadequados e querer a mudança. Essa mudança para o relacionamento saudável não é responsabilidade de um só, mas de todo o sistema familiar.

Esteja certo de que a dinâmica doméstica analisada junto com a família e um profissional psicólogo pode proporcionar um relacionamento familiar mais saudável.

Dr. Marcelo Quirino  
Psicólogo clínico - UFRJ  
<http://www.marceloquirino.com>

