

EXPERIÊNCIA
DO LAR
Guia de Estudo

Devi Titus

*com sua filha,
Trina Titus Lozano*



Guia de Estudo

A DIGNIDADE E A SANTIDADE DO LAR

OBJETIVO: Restaurar o valor do seu lar e da sua vida familiar. Lembre-se de começar essa jornada com oração: “A oração é a fundação para todos os ministérios.” - Larry Titus

Dignidade refere-se ao valor de um lar, tanto na aparência física quanto no caráter de Deus daqueles que ali habitam. O dicionário de Webster define dignidade como “digno de reconhecimento devido a uma mudança de caráter e aparência”

Uma casa digna define padrões de ordem e criatividade em sua apresentação física. Aqueles que vivem em um lar digno demonstram os traços de caráter de serviço, amor sacrificial, hospitalidade, determinação, ética no trabalho, submissão, sensibilidade, honestidade e lealdade.

Santidade refere-se ao “caráter sagrado”, que é a pureza do coração e do propósito do lar. Esse valor central desenvolve um ambiente de plenitude essencial para a alma humana.

Santidade vem da palavra latina “sanctus”, que significa “santo”. Restaurar a santidade do lar implica em uma mudança do tom e do humor da sua casa. Como mulheres, definimos o tom e o humor de nossas casas positivamente ou negativamente.

O LAR É A BASE DA SOCIEDADE HUMANA

Anotações

1) De acordo com Edward Gibbon em seu livro “Declínio e Queda do Império Romano” (escrito em 1788), qual é a primeira razão pela qual grandes civilizações definharam e morreram? Você vê como isso é uma realidade em nossa sociedade hoje?

2) A causa fundamental do declínio da sociedade foi a profunda mudança do valor e do propósito do lar. Nossas casas deixaram de ser o centro de nossas atividades. Onde estamos gastando a maior parte do nosso tempo? Faça uma lista das coisas em sua vida que enfraquecem o seu lar.

O CORAÇÃO FOI PROJETADO PARA O AMOR E A PAZ

Anotações

Quando Deus criou o coração humano, ele o projetou para florescer em um ambiente de amor e paz. Como o lar é onde o coração se forma, devemos concluir que a atmosfera do lar deve ter amor, para que aqueles que vivem lá cresçam. No entanto, devemos compreender o amor como verdadeiro para que ele tenha seu impacto formativo. Você pode dizer que ama alguém, mas se você tratá-lo com desrespeito, criticá-lo e rejeitá-lo, essa pessoa não se sentirá amada.

3) Que mudanças pessoais precisam ser feitas em suas próprias atitudes e discursos para que o amor seja compreendido como verdadeiro dentro de sua casa?

4) Sua família só se sentirá amada quando houver paz em casa. Descreva seu ambiente doméstico. Ele é um refúgio de paz ou uma caverna de confusão? Que mudanças pessoais precisam ser feitas em suas próprias atitudes e modo de falar para que a paz entre em sua casa? Lembre-se: você é a guardiã da paz!

OS CÔMODOS FALAM

5) Olhe para sua casa e pergunte-se: “O que meus cômodos dizem para quem entra aqui?”. O excesso de coisas diz: “Procure outro lugar! Aqui não tem espaço para você”? A formalidade diz: “Sente-se direito! Troque de roupa! Não faça barulho”? Seja corajosa e pergunte-se: “Que mudanças posso fazer em minha casa para criar um ambiente mais acolhedor e convidativo?”. Quais cômodos podem ser reformados? Aprenda tudo o que puder sobre como cuidar da sua casa e desenvolva essas habilidades.

DESENVOLVA ATITUDES SAUDÁVEIS

Para desenvolver atitudes saudáveis e equilibradas em relação a mudanças que você terá que fazer, lembre-se de que você nunca está sozinha. Deus a capacitará a fazer mudanças saudáveis em sua casa. Entenda que essa transformação é um processo. Ao tentar mudar os padrões de hábitos ruins, você cometerá erros. Muitas vezes fará as coisas sem pensar. Nesses momentos, basta fazer uma pausa e reconhecer: “Oh, meu Deus! Isso está fora do que eu deveria fazer”. Você precisa então parar, pensar e reafirmar ou refazê-lo corretamente.

6) Minha casa terá maior dignidade à medida que eu melhorar a aparência dela. Qual mudança posso fazer esta semana para demonstrar que valorizo mais minha casa?

7) Meu lar terá maior dignidade quando forem praticados padrões mais elevados de caráter, como: amor, honestidade e lealdade. Em que traço de caráter posso focar em melhorar essa semana para mim e minha família?

Lembre-se de que em toda casa pode haver melhorias - pequenas ou grandes. Restaurar a dignidade e a santidade do seu lar significa reparar suas peças quebradas e fragmentadas. A restauração da plenitude do seu lar começará pelas escolhas que você fizer. Reorganize sua programação para que você possa ficar mais em casa. Faça do seu lar uma prioridade!

8) Pense em uma coisa que você pode fazer esta semana para restaurar a santidade ou plenitude do seu lar. Em outras palavras, como você pode ajustar o tom e o humor do ambiente em que você vive?



Guia de Estudo

O PRINCÍPIO DA MESA

OBJETIVO: Entender o impacto sobrenatural no caráter, confiança e imagem pessoal que existe quando compartilhamos refeições em família.

O CLIMA DOS LARES ATUAIS

1) Você provavelmente sabe que muitas famílias já não tem o hábito de se sentarem à mesa para suas refeições. Estilos de vida agitados e muitas outras razões contribuem para esse dilema. A sua mesa tem sido substituída por balcões, restaurantes fast-food ou simplesmente comendo com pressa? Descreva como são as suas refeições e da sua família.

A IMPORTÂNCIA DA MESA

2) Moisés recebeu instruções específicas de como construir o Tabernáculo. Deus também deu direções explícitas de como montar a mesa. Por favor leia Êxodo 25:23-30. Qual o significado do pão da presença?

3) Jesus é descrito em João 6:48 como o “pão da vida”. Você já experienciou a presença sobrenatural do Senhor em uma mesa posta quando família e amigos se juntaram? Por favor relate sua experiência.

Anotações

O PRINCÍPIO DA MESA EM AÇÃO

4) Os versículos a seguir descrevem os muitos benefícios de comer à mesa. Leia com atenção os exemplos a seguir. Como você vê sua mesa sendo um lugar de restauração e amor? Por onde você quer começar?

-  *Restaurar valor pessoal e confiança - II Samuel 9*
-  *Honre aqueles que você julgou - II Reis 25:29*
-  *Divida sua mesa, então divida sua fé - Atos 2:46-47*
-  *Restaurar relacionamentos familiares - Lucas 15:23*
-  *Toque os rejeitados - Mateus 26:7*
-  *Negocie suas diferenças à mesa - Salmos 23:5*

Anotações

BENEFÍCIOS DE FAZER REFEIÇÕES À MESA

5) Como você pode ver, lendo esse capítulo, existem muitos benefícios em comer à mesa. Ter refeições à mesa tem sido valioso para você?

6) Quais são alguns dos benefícios que você vê em ter refeições à mesa no seu lar?

7) Escreva abaixo maneira práticas de como você pode usar sua mesa durante os próximos meses.

A MENTIRA EM CONTRASTE COM A VERDADE

8) Temos acreditado na mentira que onde comemos, como comemos e o que comemos não é importante. E as vezes racionalizamos dizendo “O que importa é que estamos juntos”. Por favor comente sobre isso. O que você acha? Essa mentira infiltrou seu lar e a vida da sua família?

COMENDO SOZINHA

9) A mesa é um lugar onde a presença do Senhor habita. A presença dEle está lá se você está comendo sozinha ou na companhia de outros. Você pode ser solteira, casada, viúva ou divorciada e se encontrar tendo refeições sozinha. Como você pode convidar a presença do Senhor em sua vida no momento das refeições?



Guia de Estudo

O PRINCÍPIO DO TAMBÉM

OBJETIVO: Entender como as recompensas do Senhor são recebidas e passadas em sua vida através da aplicação dessa atitude bíblica..

APLICANDO O PRINCÍPIO DO TAMBÉM

O Princípio do Também é uma atitude diária de vida que diz: “Eu vou fazer mais do que me é esperado porque eu estou trabalhando para o Senhor. Ele irá me recompensar.” Nós acreditamos que isso são atitudes que liberam o poder sobrenatural de Deus e também alegria na vida de cada pessoa. Em outras palavras, quando você fizer seu trabalho não apenas faça o que é pedido. Uma atitude de fazer mais irá fazer com que você receba uma “herança como recompensa” mencionado em Colossenses 3:23-24. Deus é Aquele que te recompensará tanto agora quanto eternamente.

1) Você já fez declarações como as seguintes: “Ah, isso é bom o suficiente”. “Isso serve.” “Eu já fiz mais do que o esperado”. “Agora já terminei!” “Estou cansada, outra pessoa pode fazer isso”. “Além disso, realmente não é o meu trabalho”? Pergunte a si mesma se você é uma pessoa que faz mais ou menos. Que diferença você acha que faria se todos aprendessem e se adaptassem para se tornarem pessoas que fazem sempre “a mais”?

O Princípio do Também foi estabelecido quando Abraão enviou seu servo para encontrar uma esposa para seu filho, Isaac. Ele estava procurando por uma mulher de criação adequada e bom treinamento de caráter. Então, Abraão enviou seu servo para procurar uma jovem da sua própria família. (Gênesis 24: 1-20)

2) Por que Rebeca se destacou dentre todas as mulheres solteiras elegíveis? O que ela também fez quando conheceu o servo de Abraão no poço? O que você acha que teria feito nessa situação?

3) Abraão era um homem que praticava o Princípio do Também. Esse princípio se tornou um canal para transmitir as bênçãos de Deus para a próxima geração. O que se entende por “as bênçãos” ou “herança” de Abraão?

O PRINCÍPIO DO TAMBÉM NOS HÁBITOS DE TRABALHO

Esteja você trabalhando em casa ou fora de casa, pratique fazer tudo com excelência e para a glória de Deus. Ele fará com que você prospere de alguma maneira. Lembre-se de que não há recompensa por fazer apenas o que é esperado.

Estude o seguinte versículo chave das escrituras. Peça a Deus que lhe dê discernimento e entendimento para sua vida pessoal.

“Em tudo que fizerem, trabalhem de bom ânimo, como se fosse para o Senhor, e não para os homens. Lembrem-se de que o Senhor lhes dará uma herança como recompensa e de que o Senhor a quem servem é Cristo.”

Colossenses 3:23-24

4) Psuche é um termo grego traduzido de várias formas: “mente”, “alma”, “fôlego”, “coração” ou “vida”. Pense em todas as áreas em que você teve uma atitude de “Bem, isso é bom o suficiente”. Como você pode incorporar o Princípio Também enquanto trabalha no seu trabalho ou em casa? Liste algumas ações específicas.

Anotações

Anotações

O PRINCÍPIO DO TAMBÉM EM SUA CASA

Em vez de apenas fazer o café, também sirva o café. Leve o café ao seu cônjuge com um guardanapo e um prato ou porta-copos para colocá-lo. Não basta fazer uma refeição e deixá-la no fogão para a família se servir, ponha na mesa também. Isso pode incluir: uso de jogos americanos, pratos agradáveis, guardanapos de pano e velas. Dê um passo a mais e coloque a comida em recipientes, em vez de levar as panelas para a mesa. A adição desses toques extras para aprimorar a refeição não apenas incorporam esse princípio, mas também faz com que sua família se sinta mais valorizada e sua mesa fique melhor!

5) Deus tem falado com você sobre sua casa? Existe uma área específica em que você precisa trabalhar? Se sim, anote suas idéias. Por exemplo, quando você se veste de manhã, também pode arrumar a cama e colocar almofadas decorativas nela. Depois de usar o banheiro, também limpe a pia e limpe o cabelo do chuveiro ou banheira.

6) Depois de ter uma sala arrumada e organizada, pergunte a si mesmo: “Que toque especial também pode ser adicionado para melhorar a aparência e o valor deste cômodo?”

APLICANDO O PRINCÍPIO DO TAMBÉM NOS SEUS RELACIONAMENTOS

7) Seja sensível aos outros. Arranje tempo para seus relacionamentos. Nem sempre tenha pressa. Pare, ouça, guarde seu telefone celular e faça contato visual. Existe alguém que lhe vem à cabeça ao qual você pode aplicar esse princípio? Descreva uma maneira de aprimorar esse relacionamento.

8) Na próxima vez em que você estiver no supermercado, cumprimente o caixa com um amigável “olá” e dê um sorriso. Se ele parecer lotado de clientes, empacote suas próprias compras. Ao sair da loja, olhe para o caixa e diga-lhe: “Tenha um ótimo dia”. Cite outra maneira na qual você pode aplicar o Princípio do Também enquanto estiver executando tarefas.

9) Como você pode aplicar esse princípio com aqueles que estão mais próximos de você? Pense em algo que você possa fazer que seja inesperado e apreciado. Certifique-se de não imaginar ou calcular a resposta que deseja obter. Lembre-se, você está trabalhando para o Senhor, não para as pessoas.

REJEITE A PREGUIÇA E ADOTE A DILIGÊNCIA

A preguiça é a atitude oposta ao Princípio do Também. Várias passagens das escrituras compartilham o termo comum “preguiçoso”. A definição de preguiçoso é “ter preguiça, adiar ou procrastinar”.

10) Peça a Deus que revele uma área específica de sua vida que Ele deseja que você melhore por meio do Princípio do Também. Anote as mudanças práticas que você decide fazer em suas atitudes e ações. Faça desta declaração algo em que você possa começar a trabalhar imediatamente.

Abrace a diligência e não deixe que as bênçãos do Senhor sejam roubadas da sua vida nem por mais um dia!

“Você desfrutará o fruto de seu trabalho; será feliz e próspero”.

Salmos 128:2



Guia de Estudo

O PRINCÍPIO DE USAR O QUE VOCÊ TEM

OBJETIVO: Motivar você a ser fiel e confiável com todos os recursos e talentos que Deus confiou a você.

PRINCÍPIOS ESSENCIAIS

A Bíblia é nosso mapa para uma vida saudável. Ela é cheia de verdades que transformarão sua vida. *O Princípio de usar o que você tem* vem da parábola dos talentos em Mateus 25:14-30. Essa parábola descreve os três servos a quem foram confiados uma porção dos bens do seu mestre. Os dois que foram diligentes e confiáveis foram recompensados com mais talentos. O servo ingrato e pessimista foi julgado pelo seu mestre. O que havia sido confiado a ele foi tomado e dado para um dos servos fiéis - o que tinha mais.

1) O que você percebeu na atitude dos três servos?

2) O terceiro servo foi chamado de mau e preguiçoso pelo seu mestre. Quem o servo culpou pela sua falta de responsabilidade em gerenciar o dinheiro? Você já se viu culpando outros pela suas próprias ações?

FIDELIDADE

A fidelidade é, verdadeiramente, determinada pela sua atitude. A fidelidade maximiza o potencial, enquanto a preguiça minimiza o potencial. A atitude de um coração ingrato irá roubar sua alegria e ceifar sua iniciativa. Escolher manter uma atitude de fidelidade e gratidão te motivará a usar o que você tem para abençoar outros, e em troca, você também será abençoado.

3) Pense sobre sua fidelidade em relação ao seus talentos e habilidades. Você tem maximizado seu potencial sendo fiel e usando o que você tem para trazer vida e alegria a outros? Como a sua atitude em relação a você mesmo afeta sua obediência a Deus?

4) Mudar sua atitude mudará o seu destino. Uma atitude saudável começa na escolha de ser grato. Pense em uma área da sua vida que você tem negligenciado ser grato. Peça a Deus para te mostrar os ajustes que você precisa fazer.

ADMINISTRAÇÃO

A administração e zelo é como você responsabilmente toma conta das coisas que tem. O Senhor, nosso Mestre, dá a cada uma de nós diferentes responsabilidades. Então Ele nos testa para ver se nós somos confiáveis com as pequenas coisas que Ele nos chama para fazer.

5) E se o Senhor fosse visitar seu lar hoje, será que Ele veria que você tem zelado daquilo que Ele confiou a você?

6) Bons administradores tomam conta do que eles tem, bons administradores não desperdiçam, bons administradores economizam e contribuem. Como você pode melhorar sua conduta em cada uma dessas áreas?

Anotações

Anotações

CONSEQUÊNCIAS

O princípio é claramente definido no versículo abaixo. Os dois servos mencionados na parábola dos talentos que fielmente cuidaram dos bens do mestre foram exaltados, recompensados e experimentaram a alegria que vem quando se faz um bom trabalho.

*“Muito bem, servo bom e fiel! Você foi fiel no pouco; eu o porei sobre o muito.
Venha e participe da alegria do seu senhor!”*

Mateus 25:21, 23

Peça a Deus que mostre a você a(s) área(s) da sua vida que Ele quer que você cuide melhor. Foque em uma área em que você pode aplicar o Princípio do use o que você tem nesta semana.

5) Que mudança(s) específica(s) que eu tenho que fazer nessas áreas:

a. Meu lar

b. Meus relacionamentos

c. Meu(s) _____ (complete)

*“Não se deixem enganar: ninguém pode zombar de Deus.
A pessoa sempre colherá aquilo que semear.”*

Gálatas 6:7



Guia de Estudo

O PRINCÍPIO DA HONRA

OBJETIVO: Aplicar o princípio da honra em cada relacionamento.

Nós fomos criados para nos relacionarmos e não para estarmos sozinhos. “Tenham prazer em honrar uns aos outros”: essa é a chave para a devoção e o amor em nossos relacionamentos. Sendo você casada ou não neste momento da sua vida, saiba que a honra é o ingrediente essencial para todo relacionamento saudável.

HONRAR PAI E MÃE

1) Qual é o único mandamento com promessa?

2) Pergunte a si mesma se você tem escolhido honrar seus pais, sejam eles dignos de honra ou não. O que você pode fazer para honrá-los? Seus filhos diriam que você honra os avós deles?

HONRE O SEU MARIDO

3) Mesmo a mais leal esposa pode parecer ser submissa a seu marido mas na realidade não honrá-lo. Como isso pode acontecer?

4) O que significa honrar seu marido? Depois de ler Efésios 5:33, por favor repita-o com suas próprias palavras. “A esposa deve respeitar o marido [prestar atenção nele, levá-lo em consideração, honrá-lo, estimá-lo].” Efésios 5:33, acrescimo nosso entre colchetes.

5) Há momentos que eu sinceramente não tenho vontade de honrar meu marido. Leia o versículo que diz: “Esposas, sujeite-se cada uma a seu marido, como ao Senhor.” (Efésios 5:22). O que esse versículo significa para você? Se você não “sente” amor ou respeito, demonstre-os da mesma maneira. Seja obediente à Palavra de Deus e dê honra ao seu marido “perante o Senhor”. Ao amá-lo e respeitá-lo você está obedecendo os mandamentos de Deus. Isso agrada ao Senhor e você será recompensada pela sua obediência. Se você esperar pelos seus sentimentos alcançarem o que sua mente sabe que deve fazer, talvez você nunca comece.

HONRE SEUS VOTOS

6) Considere os pensamentos que você tem todos os dias em sua mente em relação ao seu marido. Esses pensamentos estão ajudando você a honrar seus votos? Assim como muitas esposas, talvez você tenha que fazer uma limpeza na sua mente. As Escrituras chamam isso de renovar a nossa mente. Considere seguir um exercício mental diário. Qualquer momento que um pensamento negativo sobre seu esposo entrar na sua mente, substitua-o por um pensamento positivo.

Anotações

Anotações

7) Escreva abaixo pensamentos de honra sobre o seu cônjuge a respeito de:

Perdão _____

Aceitação _____

Restauração _____

Contentamento _____

Respeito _____

SEPARE OBJETIVOS DE DESEJOS

8) Você tem o poder e a responsabilidade de alcançar seus objetivos mas tudo que exige cooperação de outra pessoa é um desejo. Faça uma lista dividindo em duas colunas: objetivos e desejos. Você tem focado toda sua energia em desejos ao invés de assumir a responsabilidade pelos seus objetivos? Faça o voto de alcançar seus objetivos e de entregar seus desejos ao Senhor em oração.

9) Escreva abaixo algumas ações que você precisa tomar para estar livre de ser vítima das suas emoções e prisioneira do coitadismo.

COMUNICAÇÃO

10) Não existe relacionamentos sem comunicação. Tire um momento para aprender mais sobre a linguagem de amor do seu marido e seu tipo de personalidade. Como você pode melhor comunicar ao seu cônjuge o amor, carinho e respeito que você tem por ele? Lembre-se, a honra abre portas de comunicação. Escreva abaixo seu plano de ação. Se divirta com isso. Seja criativa!

Gaste tempo em oração pelo seu marido. Deixe sua mente se concentrar em todas as coisas nele que você é grata. Então, comece a interceder a favor do seu marido pedindo a Deus para abençoar sua vida. Seja específica. Também, seja honesta com Deus. Se existe alguma área em seu relacionamento que você tem encontrado problemas, traga essa preocupação ao Senhor. Nada é pequeno demais ou grande demais para Ele.

MEDITE NA ESCRITURA:

*“Não vivam preocupados com coisa alguma;
em vez disso, orem a Deus pedindo aquilo de que
precisam e agradecendo-lhe por tudo que ele já fez. Então vocês
experimentarão a paz de Deus, que excede todo entendimento e que
guardará seu coração e sua mente em Cristo Jesus.”*

Filipenses 4:6-7



Guia de Estudo

RELACIONAMENTOS ENTRE PAIS E FILHOS

OBJETIVO: Aprender como ser um exemplo para seus filhos.

Talvez você não tenha exemplos em sua vida, mas alguém precisa ser a “Primeira Geração”. Não importa que tipo de exemplo você teve enquanto crescia, um exemplo melhor pode começar com você e continuar pelas gerações seguintes.

LIDERAR POR EXEMPLO

1) Pense em como você responde a seus filhos quando eles te desrespeitam ou desonram o que você faz. Você responde a eles dizendo palavras negativas ou de um modo dizendo “Faça como eu faço”?

2) Seja honesta. Quem é a influência principal na vida dos seus filhos? Com quem eles passam mais tempo juntos?

ENSINO E TREINAMENTO

Anotações

3) Você é uma pessoa ensinável? Você aceitou a total responsabilidade de treinar seus filhos?

4) Você conhece uma mulher mais velha que criou filhos incríveis com quem você possa aprender? Lembre-se de passar sua sabedoria também!

5) A sua família se diverte dizendo que algo foi passado de geração em geração?

Anotações

6) Quais são seus ditados e citações favoritas que você gostaria de ensinar a seus filhos?



Guia de Estudo

DINÂMICAS DE PERSONALIDADE

OBJETIVO: Melhorar seus relacionamentos entendendo as diferentes personalidades e se ajustando no modo de se relacionar a elas.

AUTOCONHECIMENTO

1) Baseado nos quatro tipos de personalidades fundamentais: Colérico, Sanguíneo, Melancólico e Fleumático, como você descreveria a sua personalidade? Quais são seus pontos fortes e pontos fracos?

2) Depois de analisar as personalidades no gráfico do livro, como você descreveria as outras pessoas que vivem na sua casa?

AUTOGESTÃO

3) Explique como os pontos fortes de uma personalidade, se levados ao extremo, se tornam fraquezas. Você consegue pensar de um modo específico como você pode evitar que

isso ocorra em sua vida? (Veja a parte de autogestão dentro da sua personalidade nas páginas 106 a 108 do livro Experiência do Lar).

Anotações

CONSCIÊNCIA SOCIAL

Consciência social é a capacidade de avaliar uma situação de imediato e ajustar nosso comportamento a fim de manter o bom relacionamento.

Entender as diferenças de personalidade é essencial para ter uma boa consciência social. Aprender essa habilidade necessita prática e paciência. O apóstolo Paulo sabia como se relacionar com grupos de diferentes culturas. Ele escolheu modificar seu próprio comportamento para que ele pudesse espalhar o Evangelho, através do seu relacionamento com outros.

“Quando estive com os judeus, vivi como os judeus para levá-los a Cristo ... quando estou com os fracos, também me torno fraco, pois quero levar os fracos a Cristo. Sim, tento encontrar algum ponto em comum com todos, fazendo todo o possível para salvar alguns.”

I Coríntios 9:20-22

4) Pense nas diferentes personalidades dentro do seu lar. Quais ajustes você pode fazer para melhorar seus relacionamentos quando se trata de um:

a) Colérico Vigoroso

b) Sanguíneo Popular

c) Melancólico Perfeito

d) Fleumático Tranquilo

Anotações

GESTÃO DE RELACIONAMENTOS

5) Quando crescemos em nossos relacionamentos, isso significa que estamos crescendo em amor. Mas para conseguirmos crescer em nossos relacionamentos, nós também precisamos ter uma boa atitude e estarmos comprometidos com a maturidade. 1 Coríntios 13:4-7 nos conta como o amor é demonstrado através das nossas ações. Leia essa passagem de novo e identifique na sua vida o que precisa ser mudado para que o amor possa ser demonstrado àqueles a sua volta.

ENCORAJAR UNS AOS OUTROS

Faça disso uma prática: fale palavras que tragam encorajamento para quem está perto de você. Através da oração, revise as frases de encorajamento neste capítulo para os quatro tipos de personalidade. Peça a Deus para te ajudar a mudar a sua linguagem de desconstrutiva para construtiva.

6) Quais são algumas palavras edificantes a se dizer para:

Os Coléricos em sua família?

Os Sanguíneos?

Os Melancólicos?

Os Fleumáticos?

“Portanto, animem e edifiquem uns aos outros, como têm feito.”

I Tessalonicenses 5:11



Guia de Estudo

RESOLVENDO CONFLITOS FAMILIARES

OBJETIVO: Conhecer e compreender como construir relacionamentos pacíficos em sua casa.

SENSIBILIDADE A OUTROS

Os conflitos podem ser minimizados pela compreensão do que desencadeia uma resposta emocional. Saber como cada membro da família recupera as energias será uma ferramenta valiosa na construção de relacionamentos pacíficos. Este capítulo identifica maneiras específicas pelas quais cada estilo de personalidade gosta de recuperar suas energias.

1) Revise como cada personalidade recupera as energias. Como você gosta de se reabastecer?

2) Você consegue identificar como cada membro da sua família gosta de recuperar as energias?

3) Pense em maneiras criativas pelas quais você pode planejar seu fim de semana ou as próximas férias a fim de que cada membro de sua família recupere suas energias. Isso não é fácil.

Anotações

COMO IDENTIFICAR MEDOS VISCERAIS

Como você descobriu, existem medos viscerais associados a cada estilo de personalidade. Dada as circunstâncias certas, essa fraqueza pode se tornar evidente. Aprender sobre esses quatro medos viscerais pode ajudá-lo a entender alguns momentos de tensão em sua casa.

4) Qual é o seu maior medo? Como você lidou com isso em sua vida pessoal?

5) O maior medo do Colérico é _____

6) O maior medo do Sanguíneo é ser rejeitado ou _____ dele.

7) O maior medo do Fleumático é perder a _____.

8) O maior medo do Melancólico é _____.

9) Em espírito de oração, peça a Deus que lhe dê maneiras de se relacionar com outras pessoas da sua família de uma maneira a evitar esses tipos de reações despertadas pelo medo. Registre aqui seus pensamentos.

10) Quais são algumas das maneiras pelas quais você pode ajudar seus filhos a viver vidas impulsionadas pela força, para que essas fraquezas não os controlem durante situações tensas?

Anotações

IDENTIDADE - AÇÕES - SENTIMENTOS

É muito importante que operemos com nossa identidade e não com nossos sentimentos de medo. Para fazer isso, precisamos ser controlados pelo Espírito e guiados por nossa identidade. Escreva uma lista de qualidades da pessoa que você quer ser: sua identidade, para poder se lembrar de quem você é quando os sentimentos tomam o controle de suas ações.

11) Quando nos associamos ao Espírito Santo e permitimos que Ele nos mude, reagimos menos e escolhemos nossas respostas com mais cuidado. A resposta mais amorosa ao conflito é ajustar nossas próprias reações. Aqui estão algumas maneiras de ajustar sua resposta ao lidar com cada personalidade. Você pode adicionar mais?

O Colérico Vigoroso

- Diminua o ritmo.
- Pratique paciência.
- _____
- _____

O Sanguíneo Popular

- Ouça mais e fale menos.
- Controle respostas emocionais.
- _____
- _____

O Melancólico Perfeito

- Seja mais aberto à mudança.
- Esteja disposto a confrontar.
- _____
- _____

O Fleumático Tranquilo

- Evite conversas negativas.
- Aceite a si mesmo e aos outros.
- _____
- _____

“Por fim, tenham todos o mesmo modo de pensar. Sejam cheios de compaixão uns pelos outros. Amem uns aos outros como irmãos. Mostrem misericórdia e humildade. Não retribuam mal por mal, nem insulto com insulto. Ao contrário, retribuam com uma bênção. Foi para isso que vocês foram chamados, e a bênção lhes será concedida.”

I Pedro 3:8-9



Guia de Estudo

ADMINISTRAÇÃO DE PRIORIDADES

OBJETIVO: Descobrir formas práticas de colocar sua vida em ordem.

Nosso foco será te ajudar a aproveitar ao máximo o seu dia, vivendo com propósito, sensibilidade e inteligência. Por favor use Provérbios 31:10-31 como fundamento para essa sessão.

Lembre-se: Todas nós temos a mesma quantidade de tempo todos os dias, mas temos diferentes prioridades. Portanto, temos diferentes resultados. Priorizar significa “colocar em ordem de importância”. Quando nossos dias, semanas ou meses são vividos de modo intencional e colocarmos nossas escolhas de vida de acordo com a ordem dos princípios de Deus, nós vamos colher os resultados de uma vida abundante e nós aprenderemos o que Jesus queria dizer quando disse: “Meu jugo é fácil de carregar, e o fardo que lhes dou é leve”(Mateus 11:30).

PRIMEIRA PRIORIDADE: TEMOR DO SENHOR

1) O que significa ter um temor saudável ao Senhor?

2) Quais são alguns dos benefícios em temer ao Senhor para você e para sua família?

SEGUNDA PRIORIDADE: O MARIDO ... (PARA QUEM É CASADA)

Anotações

3) Quais são alguns versículos-chave das escrituras que enfatizam essa segunda prioridade na vida de uma mulher?

4) Se você é casada, seu marido é sua segunda prioridade? Caso contrário, que ajustes que precisam ser feitos para que ele seja?

“Da mesma forma, a mulher que não é casada ou que nunca se casou pode se dedicar ao Senhor e ser santa de corpo e espírito.”

I Coríntios 7:34a

Anotações

5) Como uma mulher solteira, preocupada com os assuntos do Senhor, você acredita que agradar ao Senhor tem sido sua segunda prioridade? O que você acha que significa “ser dedicado ao Senhor de corpo e de espírito”?

6) Dê dois exemplos práticos de como você pode fazer do seu “rico marido judeu” sua segunda prioridade.

TERCEIRA PRIORIDADE: A CASA

7) Por que é importante tornar a casa a sua terceira maior prioridade? Como essa ordem melhorará a sua qualidade de vida e de sua família?

8) Explique como a ordem dos assuntos da sua casa pode promover um ambiente pacífico. Por favor, dê alguns exemplos.

QUARTA PRIORIDADE: OS FILHOS

9) Como mãe, você é responsável por amar, disciplinar e treinar seus filhos para que eles se tornem adultos responsáveis. Existe uma área específica do seu relacionamento com seu(sua) filho(a) ou filhos que foi negligenciada? Se sim, escreva. Peça a Deus sabedoria sobre como fazer as mudanças necessárias.

10) Quais são as duas áreas mais importantes para você se concentrar no crescimento e desenvolvimento do caráter de seu(sua) filho(a) ou filhos?

QUINTA PRIORIDADE: SUA VIDA PESSOAL

Mães de crianças pequenas, mães solteiras que trabalham e muitas outras mulheres - jovens e velhas - negligenciaram esse aspecto de sua vida. Independentemente de quão ocupado você esteja agora, tente encontrar tempo - mesmo que seja apenas por 15 minutos por dia - para cuidar de suas necessidades pessoais. Isso inclui seu corpo, mente e espírito. Sem investir em você mesma, você tenderá a se esgotar.

11) Liste uma área da sua vida privada que você sente ter sido negligenciada recentemente. Como você pode fazer as alterações necessárias de maneira criativa?

12) Se você perguntasse a Deus o que Ele gostaria de mudar em sua vida pessoal, o que você acha que Ele lhe diria?

SEXTA PRIORIDADE: SUA VIDA PÚBLICA

Sua vida pública representa tudo o que você faz fora da sua casa. Isso inclui trabalho, lazer, compras, igreja, família e amigos, trabalho voluntário, execução de tarefas e todas as outras atividades.

13) Como você descreveria sua vida pública? Você sente que precisa fazer ajustes aqui? Se sim, quais ajustes?

14) A mulher de Provérbios 31 teve uma vida pública muito ativa e bem-sucedida. Ela foi elogiada nos portões da cidade por tudo o que defendia e realizava em casa e em público. Como seria a vida dela se suas prioridades não estivessem em ordem? Pergunte a si mesmo: “Se minha vida privada fosse pública, eu seria respeitada?” Por quê?
