

EBD SANTIFICAÇÃO

Aprendendo a ser
uma *nova criatura*.

CONSELHO DE DEUS

Ele salva. Ele transforma.



Emoções

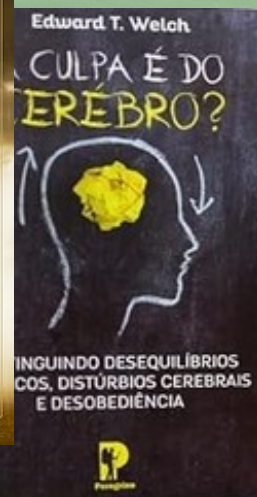
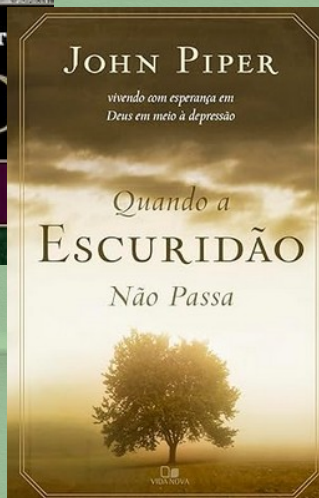
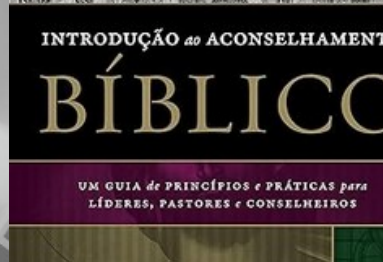
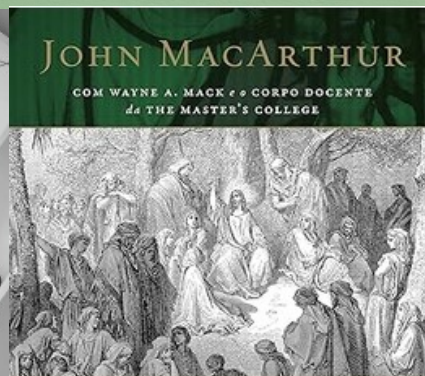
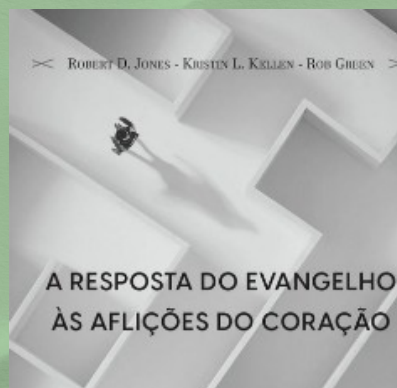
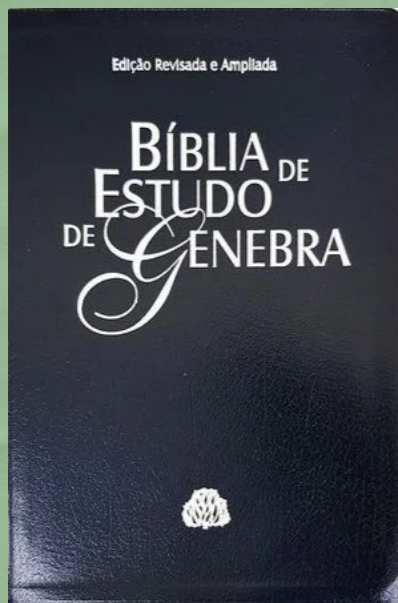
*Crises emocionais e a cura da
alma pelo Evangelho*

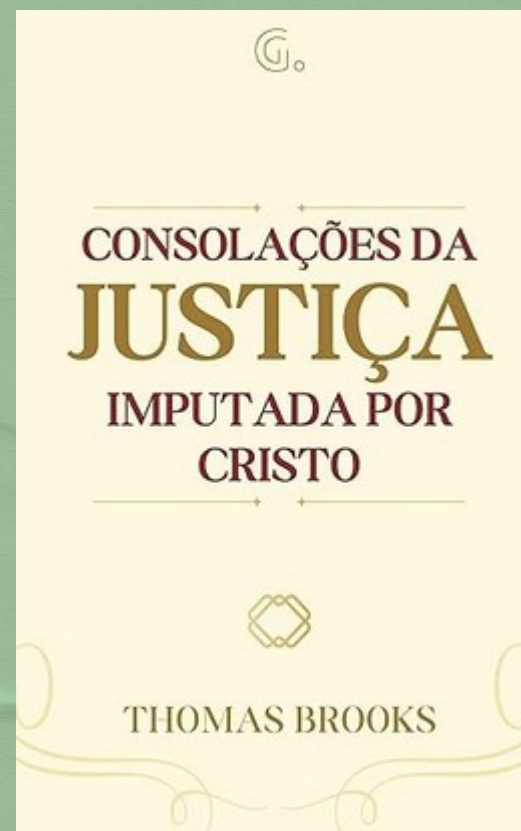


Aula 7

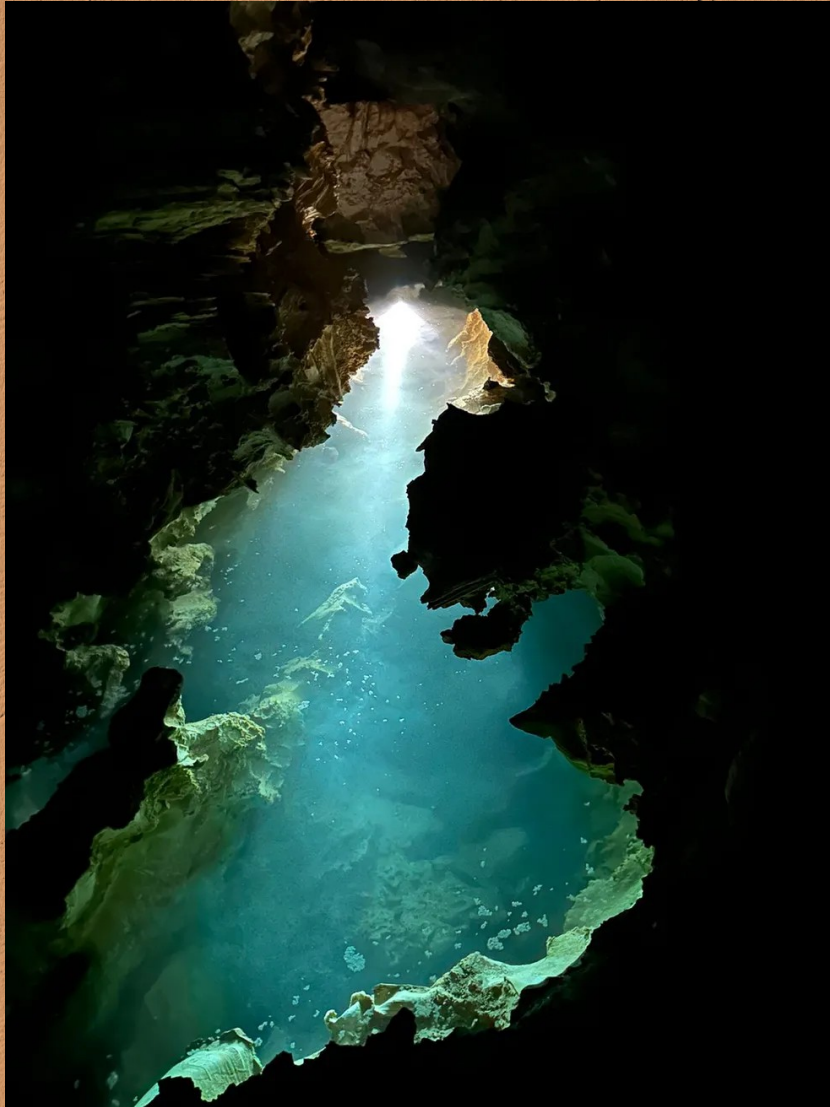
Matar de fome as emoções não saudáveis. Culpa

Gênesis 3.7





CURSO A PERCORRER HOJE



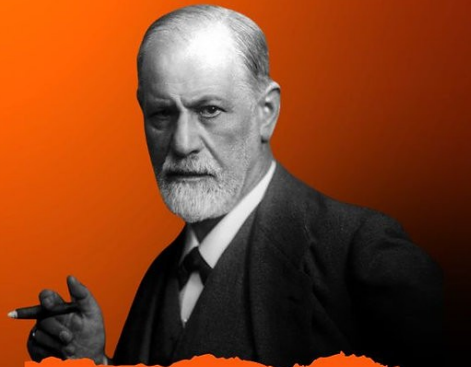
- ▶ **Emoções não saudáveis e Culpa**
 - ✓ Alguns Conceitos
- ▶ **Uma lupa na culpa**
- ▶ **Não alimente...**
- ▶ **Lidando com a culpa**
- ▶ **Conclusão**
- ▶ **O que fazer, agora?**

EMOÇÕES NÃO SAUDÁVEIS



- Dominam o nosso agir.
- Paralisam.
- Afastam da verdade de Deus.
- Distorcem a graça e o perdão divino.
- Conduzem ao afastamento de Deus e do próximo.





Sigmund Freud

“A tensão entre as expectativas da consciência [moral] e as realizações do Eu é percebida como sentimento de culpa.”

A culpa está ligada ao superego, que internaliza normas e regras da sociedade. Quando o ego (nossa parte consciente) percebe que violou esses padrões, sentimos culpa, que pode levar à autopunição.

Na Teoria Cognitivo-Comportamental, criada por Aaron T Beck, a culpa é vista como resultado de pensamentos e crenças disfuncionais sobre responsabilidade e moralidade. As terapias baseadas nessa abordagem buscam identificar e modificar esses padrões de pensamento para reduzir a culpa excessiva e promover um comportamento mais adaptativo.





"Sinto-me mais feliz
simplesmente por
ser eu mesmo
e deixar os outros
serem eles mesmos"

(Carl Rogers)

Abordagens humanistas, como a de Carl Rogers (Psicologia Humanista), sugerem que a culpa pode surgir quando uma pessoa se afasta de seu "eu verdadeiro" ou de seus valores mais profundos. A terapia focada no crescimento pessoal e na autoaceitação pode ajudar a reconciliar essas discrepâncias e a reduzir a culpa.

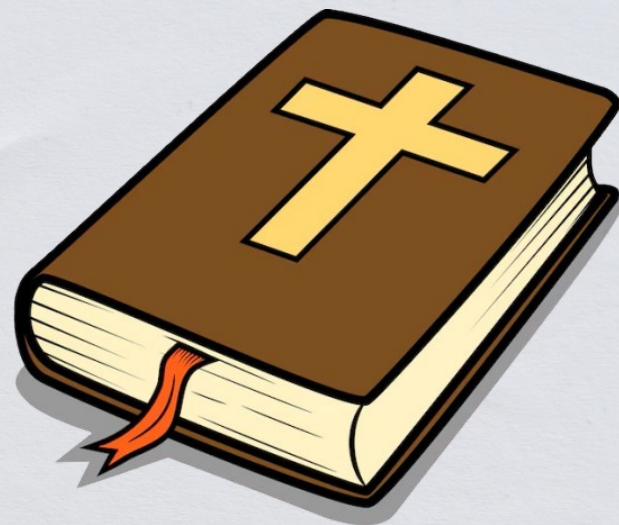
Psicologia Evolutiva

Alguns psicólogos evolutivos argumentam que a culpa tem uma função adaptativa, promovendo a coesão social e a cooperação. Sentir culpa pode levar a comportamentos de reparação, que ajudam a manter relacionamentos e a evitar conflitos no grupo.

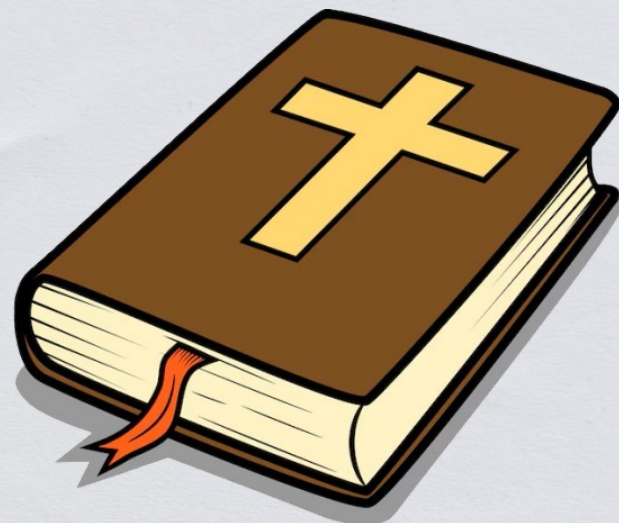
Psicologia Positiva

A culpa pode ser vista sob uma luz mais positiva, como uma força que motiva as pessoas a corrigirem seus erros e a aprenderem com eles. Reconhecer a culpa e usá-la como uma oportunidade para crescimento pessoal e moral é um aspecto central dessa abordagem.

De forma simples, CULPA é uma responsabilidade legal. É um indicador de que quebramos uma regra, e que agora temos que pagar algo pelo que fizemos.



De forma simples, **CULPA** é uma **responsabilidade legal**. É um indicador de que **quebramos uma regra**, e que agora **temos que pagar** algo pelo que fizemos.



No aspecto bíblico, a culpa indica que **pecamos contra Deus**. Ela nos ajuda a ver nosso pecado. Não, o pecado não é bom, mas **a culpa acende o alerta de que algo precisa ser tratado**. Ela é, inclusive, uma das evidências de que somos de fato filhos de Deus, porque a culpa que nos conduz à mudança é sinal de que o Espírito de Deus está trabalhando em nós, trazendo **convicção de pecado e desejo por mudança**.

REMORSO	ARREPENDIMENTO (SI 51)
Foco no eu (1 Sm 15.30)	Foco em Deus
Odeia as consequências do pecado (At 8.24)	Odeia o pecado e suas consequências
Busca proteção pessoal (Gn 4.14)	Assume a responsabilidade por seus atos
Culpa outros (Gn 3.12)	Reconhece seu erro
Exige impacientemente confiança e restauração (1 Sm 15.30)	É paciente no processo de restauração de relacionamentos e confiança
Critica o processo de disciplina (Gn 4.13)	Submete-se ao processo de disciplina
Coração sem mudança que não produz frutos (Lc 3.7-9)	Coração transformado que produz frutos

Não alimento...

- ▶ Eu sou minhas emoções!
- ▶ Eu preciso agir agora!
- ▶ Eu não deveria estar sentindo isso!
- ▶ Isso é tudo ou nada!

Não se turbe o vosso coração; credes em Deus, crede também em mim.

Jo 14.1

Lidando com a culpa

- IDENTIFIQUE
- EXAMINE
- AVALIE
- AJA



Lidando com a Culpa – Identifique

Perceba que a culpa está lá:

- Fisicamente
- Padrões de comportamento



Lidando com a culpa – Examine



BUSCAR:

- ▶ Culpa verdadeira
- ▶ Culpa falsa

Culpa verdadeira e falsa tem a mesma sensação, mas estão enraizadas em critérios diferentes.

- Culpa verdadeira – Lei de Deus
- Culpa falsa – normas culturais, valores de uma família ou expectativas de outros ou nossas

Lidando com a culpa – Avalie

– Culpa certa

Ela nos empurra pra perto de Deus e do próximo,
para um vida mais piedosa e construtiva

– Culpa errada

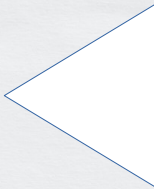
Ela nos empurra para agir de
forma destrutiva,
egocêntrica e pecaminosa,
para longe de Deus e do
próximo



Lidando com a culpa – Aja

– Plano básico

- Pense biblicamente
- Fale biblicamente
- Aja biblicamente



**Arrependimento
Confissão
Perdão**

– Plano de emergência

- Peça ajuda a Deus sem demora
- Relembre versículos memorizados
- Agradeça pela oportunidade de crescer
- Estabilizou, volte ao Plano básico

CONCLUSÃO

Agora, pois, já nenhuma condenação há para os que estão em Cristo Jesus. Rm 8.1

Eu, eu mesmo, sou o que apago as tuas transgressões por amor de mim e dos teus pecados não me lembro. Is 43.25

Pois perdoarei as suas iniquidades e dos seus pecados jamais me lembrarei. Jr 31.34b

Se confessarmos os nossos pecados, ele é fiel e justo para nos perdoar os pecados e nos purificar de toda injustiça. 1 Jo 1:9



O que fazer, agora?

- **Fuja** das emoções não saudáveis! Não as alimente!
- Aproveite a **culpa** para se aproximar mais de Deus e do seu próximo!
- O ano do conselho de Deus: a perfeita Lei do Senhor revela nossa culpa e **restaura nossa alma!**



EBD *SANTIFICAÇÃO*
2025 – O Ano do Conselho de Deus



escola
bíblica
dominical



OBRIGADO!

**Favor avaliar esta aula
pelo QR Code ou link:**

ipn.org.br/avaliacaoebd



IPN 65

Desde 1960 e até que Ele venha.



EBD *SANTIFICAÇÃO*
2025 - O Ano do Conselho de Deus

