FOCO – Formação de Conselheiros

Estratégias para lidar com a ira

Aconselhamento bíblico não é só para conselheiros!

IGREJA BATISTA FONTE

Agenda do Curso

1. O que são Ira e Amargura
2. Quando a Ira é justa?
3. Como lidar com a ira
4. A ira contra Deus e a si mesmo
5. Estratégias para lidar com a ira
6. Como identificar a amargura
7. A Base do Perdão
8. Estratégias para lidar com a amargura

IGREJA BATISTA FONTE

Introdução

IGREJA BATISTA
FONTE

Conselhos do Mundo

"Concentre-se em aprender o autocontrole nas explosões de ira; conheça melhor a si mesmo. Quando a temperatura estiver subindo, neutralize a situação com um processo mental apropriado".

"Vá para um lugar onde possa dispersar a sua ira."

"Canalize melhor a sua ira, soque, bata ou chute um saco de pancadas."

IGREJA BATISTA FONTE

Conselhos do Mundo

"Certifique-se de eliminar da sua rotina diária aquilo que desencadeia a sua ira."

"Respire fundo, conte até 10, as coisas não estarão tão ruins daqui a 30 segundos, uma vez que a adrenalina de sua ira abaixar.

"Não é ira; chame-a de desabafo, desapontamento, mágoa, frustração, aborrecimento, irritação, e assim por diante.

"Desenvolva uma pele grossa e se recuse a levar em conta as ofensas."

IGREJA BATISTA FONTE

Porquê lidar com a Ira Pecaminosa?

- Evitar que você sofra e promover o bem estar físico e espiritual
- Evitar dano a seus relacionamentos interpessoais e promover o seu crescimento
- Evitar a desagradar a Deus e trazer-lhe glória e deleite

IGREJA BATISTA FONTE

Aconselhamento Bíblico é Bíblico

Bases do aconselhamento bíblico:

1. O Senhor Jesus Cristo
2. A Bíblia
3. Amor, Preocupação e Compaixão
4. Foco no Coração
5. O Alvo é ser como Cristo

IGREJA BATISTA FONTE

Ajude o Aconselhado:

1. Reconhecer a sua fonte de Ira Pecaminosa
2. Arrepender tanto no coração quanto no comportamento
3. Substituir a Ira Pecaminosa por atitudes Cristãs e Ações Cristãs

IGREJA BATISTA FONTE

1

Passo 1:
Reconhecer a fonte de Ira Pecaminosa

IGREJA BATISTA FONTE

Construir relação com o Aconselhado

- **Desenvolva um relacionamento amoroso**
- **Compartilhe a esperança Bíblica**
- **Reúna informações relevantes**
  - Dados pessoais
  - Investigar jornada espiritual
  - Faça perguntas Sábias (Abertas)

IGREJA BATISTA FONTE

Esperança Bíblica

“

13 Não vos sobreveio tentação que não fosse humana; mas Deus é fiel e não permitirá que sejais tentados além das vossas forças; pelo contrário, juntamente com a tentação, vos proverá livramento, de sorte que a possais suportar.”

1 Co 10:13 (ARA)

IGREJA BATISTA FONTE

Esperança Bíblica

“

28 Sabemos que todas as coisas cooperam para o bem daqueles que amam a Deus, daqueles que são chamados segundo o seu propósito.
29 Porquanto aos que de antemão conheceu, também os predestinou para serem conformes à imagem de seu Filho, a fim de que ele seja o primogênito entre muitos irmãos.”

Rm 8:28-29 (ARA)

IGREJA BATISTA FONTE

Tarefa: Diário

- **Sua situação**: Resumo do que aconteceu, quem e quando
- **Sua conduta:** Resumo das suas emoções e ações.
- **Seus pensamentos e desejos:** Resumo dos seus desejos, expectativas, motivações...
- **Resposta de Deus:** Descreva como Deus gostaria que você reagisse, que mudanças precisa fazer.

IGREJA BATISTA FONTE

Tarefa: Diário

- **Expressões Verbais da Ira:**

1. Xingamentos
2. Calúnia
3. Difamação
4. Silêncio
5. Sarcasmo
6. Implicância
7. Gritaria

- **Expressões Físicas da Ira:**

1. Agressões
2. Sabotagem
3. Punição direta
4. Punição Indireta
5. Cara fechada
6. Não cumprimentar
7. Dar às costas

IGREJA BATISTA FONTE

Tratar biblicamente o problema

“

19 Ora, as obras da carne são manifestas: imoralidade sexual, impureza e libertinagem; 20 idolatria e feitiçaria; ódio, discórdia, ciúmes, ira, egoísmo, dissensões, facções 21 e inveja; embriaguez, orgias e coisas semelhantes. Eu os advirto, como antes já os adverti, que os que praticam essas coisas não herdarão o Reino de Deus.

Gl 5:19-21 (NVI)

IGREJA BATISTA FONTE

Tarefa: Guia de Confissão

IRA

Sou uma pessoa explosiva?
Normalmente não me importo se minhas palavras ou atitudes ferem os outros?
O que tenho para dizer, digo sem medir as consequências?
Desenvolvo facilmente um sentimento desejoso de vingança contra os outros pelos motivos mais banais possíveis?
Desejo a morte ou o sofrimento de alguém?
Levanto minha voz facilmente quando sou contrariado?
Tenho uma atitude belicosa com os que se opõe a minhas ideias e opiniões?

Link para Download

*https://www.igrejafonte.org.br/_fonte/conteudo/estudos/GuiadeConfissao.pdf?_gl=1*t1jsom*_ga*MzYzNTA3MjA3LjE3MTcyNjE4NjQ.*_ga_12NPWRZ69C*MTcxNzI2MTg2NC4xLjEuMTcxNzI2MjE1OS4wLjAuMA..*

IGREJA BATISTA FONTE

Avaliar a Ira

Os 3 critérios:

1. Reage contra Pecados Reais?
2. Focaliza em Deus e nos seus Interesses?
3. Coexiste com outras qualidades piedosas e se expressa de maneira piedosa?

Fonte: Robert D. Jones – Ira: Arrancando o mal pela raiz

IGREJA BATISTA FONTE

2

Passo 2:
Ajude o aconselhado a se arrepender da Ira Pecaminosa

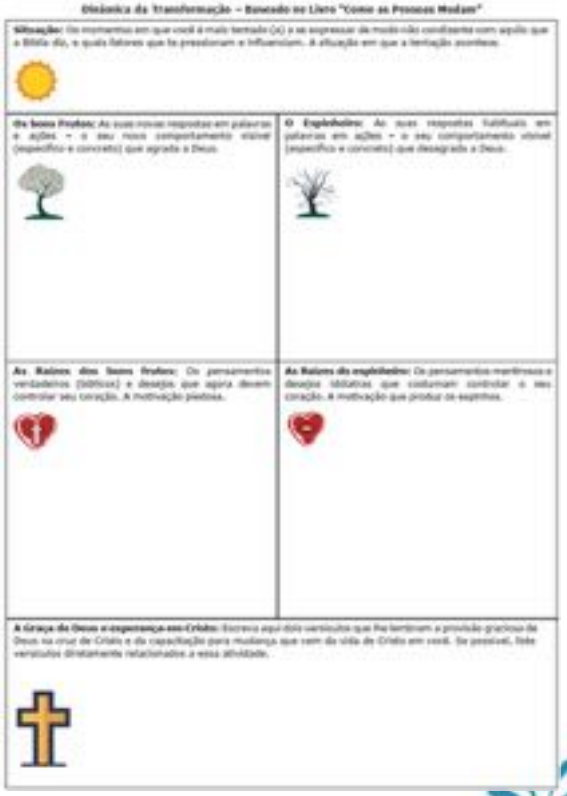
IGREJA BATISTA FONTE

Dinâmica da Transformação

“

Bendito o homem que confia no SENHOR e cuja esperança é o SENHOR. Porque ele é como a árvore plantada junto às águas, que estende as suas raízes para o ribeiro e não receia quando vem o calor, mas a sua folha fica verde; e, no ano de sequidão, não se perturba, nem deixa de dar fruto.

Jr 17:5-8 (ARA)



Dinâmica da Transformação – Baseado no Livro "Como as Pessoas Mudam"

Situação: Os momentos em que você é mais tentado (a) a se expressar de modo não condizente com aquilo que a Bíblia diz, e quais fatores que lo predominam e influenciam. A situação em que a tentação acontece.

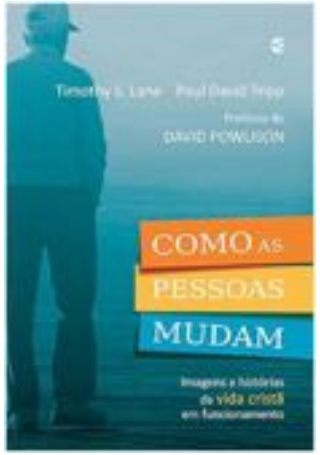
Os Bons Frutos: As suas novas respostas em palavras e ações – o seu novo comportamento visível (específico e concreto) que agrada a Deus.

O Espinheiro: As suas respostas habituais em palavras em ações – o seu comportamento visível (específico e concreto) que desagrada a Deus.

As Raízes dos bons frutos: Os pensamentos verdadeiros (bíblicos) e desejos que agora devem controlar seu coração. A motivação piedosa.

As Raízes do espinheiro: Os pensamentos mentirosos e desejos idólatras que costumam controlar o seu coração. A motivação que produz os espinhos.

A Graça de Deus e esperança em Cristo: Escreva aqui dois versículos que lhe lembram a provisão gracioso de Deus na cruz de Cristo e da capacitação para mudança que vem da vida de Cristo em você. Se possível, liste versículos diretamente relacionados a essa atividade.



IGREJA BATISTA FONTE

Ira pecaminosa vem do coração

“

1 De onde vêm as guerras e contendas que há entre vocês? Não vêm das paixões que guerreiam dentro de vocês?
2 Vocês cobiçam coisas, e não as têm; matam e invejam, mas não conseguem obter o que desejam. Vocês vivem a lutar e a fazer guerras. Não têm, porque não pedem.
3 Quando pedem, não recebem, pois pedem por motivos errados, para gastar em seus prazeres.

Tg 4:1-3 (NVI)

IGREJA BATISTA FONTE

Foco no coração e não na situação

“

1 "Não julguem, para que vocês não sejam julgados.
2 Pois da mesma forma que julgarem, vocês serão julgados; e a medida que usarem, também será usada para medir vocês.
3 "Por que você repara no cisco que está no olho do seu irmão, e não se dá conta da viga que está em seu próprio olho?
4 Como você pode dizer ao seu irmão: ‘Deixe-me tirar o cisco do seu olho’, quando há uma viga no seu?
5 Hipócrita, tire primeiro a viga do seu olho, e então você verá claramente para tirar o cisco do olho do seu irmão.”

Mt 7:1-5 (NVI)

IGREJA BATISTA FONTE

Reconhecendo a sua condição

“

8 Porque pela graça sois salvos, mediante a fé; e isto não vem de vós; é dom de Deus;
9 não de obras, para que ninguém se glorie.”

Ef 2:8-9 (ARA)

IGREJA BATISTA FONTE

Arrependimento

“

6 Mas ele nos concede graça maior. Por isso diz a Escritura: "Deus se opõe aos orgulhosos, mas concede graça aos humildes". 7 Portanto, submetam-se a Deus. Resistam ao diabo, e ele fugirá de vocês. 8 Aproximem-se de Deus, e ele se aproximará de vocês! Pecadores, limpem as mãos, e vocês, que têm a mente dividida, purifiquem o coração. 9 Entristeçam-se, lamentem e chorem. Troquem o riso por lamento e a alegria por tristeza. 10 Humilhem-se diante do Senhor, e ele os exaltará.”

Tg 4:6-10 (ARA)

IGREJA BATISTA FONTE

Confessar o pecado

“

13 O que encobre as suas transgressões jamais prosperará; mas o que as confessa e deixa alcançará misericórdia.

Pv 28:13 (ARA)

“

9 Se confessarmos os nossos pecados, ele é fiel e justo para nos perdoar os pecados e nos purificar de toda

1 Jo 1:9 (ARA)

IGREJA BATISTA FONTE

3

Passo 3:
Substituindo a Ira Pecaminosa por atitudes e ações cristãs

IGREJA BATISTA FONTE

Estrutura Bíblica para Mudança

“

20 Mas não foi assim que aprendestes a Cristo,
21 se é que, de fato, o tendes ouvido e nele fostes instruídos, segundo é a verdade em Jesus,
22 no sentido de que, quanto ao trato passado, vos despojeis do velho homem, que se corrompe segundo as concupiscências do engano,
23 e vos renoveis no espírito do vosso entendimento,
24 e vos revistais do novo homem, criado segundo Deus, em justiça e retidão procedentes da verdade.”

Ef 4:20-24 (ARA)

IGREJA BATISTA FONTE

Frutos do Espirito

“

22 Mas o fruto do Espírito é amor, alegria, paz, paciência, amabilidade, bondade, fidelidade, 23 mansidão e domínio próprio. Contra essas coisas não há lei.”

Gl 5:22-23 (NVI)

IGREJA BATISTA FONTE

“Calor” – Qual é situação?

Perseverança

Amor

Paciente

Mansidão

Fidelidade

Ação Piedosa

Longanimidade

- **Fé**
- **Submissão a Lei do Senho**
- **Arrependimento (Humilhar-se)**
- **Perdoar uns aos outros**
- **Confessar (Assumir a culpa)**

Ressentimentos

Palavras Torpes

Reação Tola

Discórdia e divisões

Inimizade

Irritabilidade

Acusar Deus

- Justiça Própria
- Falta de Confiança em Deus
- Idolatria (Padrões Próprios)
- Cobiça
- Orgulho

Verdades Bíblicas

IGREJA BATISTA FONTE

Memorização e Devocionais Diários

Benefícios:

- **Ajuda a renovar a mente e transformar os pensamentos**
- **Estabelece fundamento para vencer a tentação**
- **Provê direção**
- **Equipa com a verdade**

IGREJA BATISTA FONTE

Fidelidade (Obedecer)

“

30 E não entristeçais o Espírito de Deus, no qual fostes selados para o dia da redenção. 31 Longe de vós, toda amargura, e cólera, e ira, e gritaria, e blasfêmias, e bem assim toda malícia. 32 Antes, sede uns para com os outros benignos, compassivos, perdoando-vos uns aos outros, como também Deus, em Cristo, vos perdoou.

Ef 4:30-32 5:1-2 (ARA)

IGREJA BATISTA FONTE

Fidelidade (Perdoar)

“

30 E não entristeçais o Espírito de Deus, no qual fostes selados para o dia da redenção.
31 Longe de vós, toda amargura, e cólera, e ira, e gritaria, e blasfêmias, e bem assim toda malícia.
32 Antes, sede uns para com os outros benignos, compassivos, perdoando-vos uns aos outros, como também Deus, em Cristo, vos perdoou.”

Ef 4:30-32 (ARA)

IGREJA BATISTA FONTE

Fidelidade (Evitar Justiça Própria)

“

19 Sabeis estas coisas, meus amados irmãos. Todo homem, pois, seja pronto para ouvir, tardio para falar, tardio para se irar.
20 Porque a ira do homem não produz a justiça de Deus.”

Tg 1:19-20 (ARA)

IGREJA BATISTA FONTE

Fidelidade (Aceitando Obstáculos)

“

15 Evitai que alguém retribua a outrem mal por mal; pelo contrário, segui sempre o bem entre vós e para com todos. 16 Regozijai-vos sempre. 17 Orai sem cessar. 18 Em tudo, dai graças, porque esta é a vontade de Deus em Cristo Jesus para convosco

1Ts 5:15-16 (NVI)

IGREJA BATISTA FONTE

Fidelidade (Obedecer)

“

26 **Irai-vos e não pequeis**; não se ponha o sol sobre a vossa ira, 27 nem deis lugar ao diabo.”

Ef 4:26-27 (ARA)

IGREJA BATISTA FONTE

Fidelidade (Justiça de Deus)

“

19 Amados, nunca procurem vingar-se, mas deixem com Deus a ira, pois está escrito: "Minha é a vingança; eu retribuirei", diz o Senhor.
20 Pelo contrário: "Se o seu inimigo tiver fome, dê-lhe de comer; se tiver sede, dê-lhe de beber. Fazendo isso, você amontoará brasas vivas sobre a cabeça dele".
21 Não se deixem vencer pelo mal, mas vençam o mal com o bem.”

Rm 12:19-21 (ARA)

IGREJA BATISTA FONTE

Domínio Próprio

“

16 **O sábio é cauteloso e evita o mal**, mas o tolo é impetuoso e irresponsável. 17 **Quem é irritadiço faz tolices**, e o homem cheio de astúcias é odiado.”

Pv 14:16-17 (NVI)

“

11 **O tolo dá vazão à sua ira**, mas o sábio domina-se.”

Pv 29:11 (NVI)

IGREJA BATISTA FONTE

Domínio Próprio

“

9 Não permita que a ira domine depressa o seu espírito, pois a ira se aloja no íntimo dos tolos.

Ec 7:9 (NVI)

IGREJA BATISTA FONTE

Mansidão

“

1 **A resposta calma desvia a fúria**, mas **a palavra ríspida desperta a ira**.

Pv 15:1 (NVI)

IGREJA BATISTA FONTE

Paciência

“

18 **O homem irritável provoca dissensão**, mas **quem é paciente acalma a discussão.**

Pv 15:18 (NVI)

“

29 **O homem paciente dá prova de grande entendimento**, mas o **precipitado revela insensatez**.

Pv 14:29 (NVI)

IGREJA BATISTA FONTE

Amabilidade

“

4 O amor é paciente, o amor é bondoso. Não inveja, não se vangloria, não se orgulha. 5 Não maltrata, não procura seus interesses, não se ira facilmente, não guarda rancor. 6 O amor não se alegra com a injustiça, mas se alegra com a verdade. 7 Tudo sofre, tudo crê, tudo espera, tudo suporta.”

1 Co 13:4-6 (NVI)

IGREJA BATISTA FONTE

Paz (Evitar Sofrimentos)

“

19 **Homem de grande ira tem de sofrer o dano**; porque, se tu o livrares, virás ainda a fazê-lo de novo

Pv 19:19 (NVI)

“

8 Evite a ira e rejeite a fúria; não se irrite: **isso só leva ao mal**.

Sl 37:8 (NVI)

IGREJA BATISTA FONTE

Paz (Evitar Sofrimentos)

24 **Não se associe com quem vive de mau humor**, nem ande em companhia de quem facilmente se ira;
25 do contrário **você acabará imitando essa conduta e cairá em armadilha mortal.**

Pv 22:24-25 (NVI)

IGREJA BATISTA FONTE

Tarefa: Compor um Lamento

Rafael 1:1-1000

“1 Até quando, Senhor? Fé...

...Sofrimento... ...Oração....

... Fé... ... Humildade...

... Renovação.”

IGREJA BATISTA FONTE

Tarefa: Leitura de Livros

- **JONES, Robert. Ira: Arrancando o mal pela raiz.**
- **POWLISON, David. Bom e bravo.**
- **BRIDGES, Jerry. Pecados intocáveis. (Cáp. 15)**
- **JONES, Robert. Irado contra Deus?**
- **PIPER, John. Lutando contra a incredulidade (Cáp. 4)**

IGREJA BATISTA FONTE

Tarefa: Assistir ou ouvir Aulas e Pregações

- **Considere os recursos da igreja, conferências e pregações da igreja fonte.**
- **Peça ao aconselhado para tomar nota de algum tipo de resposta de interação ou aplicação.**

IGREJA BATISTA FONTE

Tarefa: Oração

- **Inclua a oração como uma tarefa separada sempre que possível. Encoraje o aconselhado a conversar diretamente com Deus.**

Dica:
Durante as sessões de aconselhamento, solicite que o aconselhado ore para avaliar o modo como está orando e o seu entendimento do evangelho.

IGREJA BATISTA FONTE

Aconselhado não faz as tarefas

Sugestão:

- **1ª Ocorrência:** Pergunte o que aconteceu e reforce a importância de executar as tarefas.
- **2ª Ocorrência:** Relembre novamente a importância de executar as tarefas.
- **3ª Ocorrência:** Questione humildemente o compromisso do aconselhado com o processo.

IGREJA BATISTA FONTE

Slides e recursos

IGREJA BATISTA
FONTE