

## TEMA: CURA EMOCIONAL E DAS FRUSTAÇÕES

TEXTO: 1 Reis 19:4 - Salmos 147:3

---

### 2 Teóricos – Dr. Paul Conti e Sigmund Freud

- ❖ Dr. Paul Conti / psiquiatra

**Trauma** - tudo o que causa dor emocional ou física e que deixa marca, à medida que a vida avança, se aprofunda!

- ❖ Sigmund Freud: Médico / conhecido como pai da psicanálise

**Trauma** – de forma resumida (algo que se quebrou, rompeu, fratura)

### Conceito

- ❖ Evento Desencadeador:

O trauma pode ser um evento real ou uma fantasia que causa grande angústia e desamparo.

- ❖ Impacto Psíquico:

O trauma rompe a capacidade do indivíduo de lidar com a situação, gerando um excesso de excitação que não pode ser elaborado

### “Paul Conti em seu livro – TRAUMA A EPIDEMIA INVISÍVEL”

O trauma afeta tudo. Uma porcentagem alarmante de nós tem sido significativamente magoada de formas que não podem ser vistas do exterior.

Não me refiro a mágoas triviais, como quando alguém nos dá o sabor errado do gelado ou nos come o último biscoito.

Por trauma refiro -me ao tipo de dor emocional ou física que frequentemente passa despercebida.

Paul trata o trauma como um vírus:

### O Vírus do Trauma

Ex: A covid mudou profundamente a forma como experimentamos o mundo e nos relacionamos com os outros: usamos máscaras quando estamos com os outros, mantemos o distanciamento físico (em geral, dois metros ou mais), interrogamo-nos sobre se serão agentes infecciosos, tornamos as conversas breves, etc.

Os impactos do trauma não são muito diferentes: como sofremos de ansiedade e depressão em resultado do trauma, usamos máscaras metafóricas para lidar com as pessoas (em Roma, as máscaras teatrais chamavam -se personae), QUANDO ESTAMOS EMOCIONALMENTE MAGOADOS... mantemos a distância, A DISTANCIA EMOCIONAL, evitamos pessoas, evitamos lugares, arrumamos desculpas, mentimos, inventamos, criamos cenários. O trauma afeta tudo!

### **INÍCIO DAS FRUSTRAÇÕES - CICLO DA VIDA / SLIDE**

- ❖ Identificar a frustração pode ser desafiador, pois ela pode se manifestar de maneiras sutis ou se mascarar como outras emoções, como raiva ou tristeza.
- ❖ No entanto, reconhecer os sinais de frustração é crucial para lidar com ela de maneira eficaz.
- ❖ Os sinais comuns de frustração incluem sentir-se facilmente irritado ou impaciente, especialmente com pequenas coisas que normalmente não incomodariam.
- ❖ A irritabilidade pode ser um sinal de que estamos nos sentindo sobrecarregados ou que nossos esforços não estão produzindo os resultados desejados.
- ❖ Outro sinal comum é a perda de motivação ou entusiasmo para atividades que antes eram prazerosas ou importantes.
- ❖ O desânimo pode ocorrer quando sentimos que nossos esforços são inúteis ou que estamos constantemente enfrentando obstáculos insuperáveis.
- ❖ Quando nos sentimos frustrados, podemos evitar outras pessoas para não ter que explicar ou enfrentar nossos sentimentos, ou porque sentimos que ninguém entenderia nossa situação.
- ❖ Além destes sinais, sentir-se constantemente preocupado ou tenso, especialmente em situações que evocam a frustração pode ser um indicador de algum tipo de frustração.

### **ELIAS – 1 REIS 19:4 – NÃO SOU MELHOR QUE MEUS PAIS**

- NÃO SABEMOS QUASE NADA SOBRE ELIAS, POREM ELE DIZ, NÃO SOU MELHOR, QUAL A EXPECTATIVA QUE ELIAS TINHA?

- Provérbios – 13:12 A esperança adiada desfalece o coração, mas o desejo atendido é árvore de vida

- ❖ EM QUE MOMENTO DEUS MANDOU ELIAS PROFETIZAR QUE NÃO IRIA CHOVER? Observe que as vezes nós nos frustramos pelas nossas decisões!

- DEUS SUSTENTOU ELIAS NA RIACHO, COM A VIUVA...

- ❖ EXISTE UMA RESPONSABILIDADE AQUI

VERSICULO 3 – ELE DEIXA O SERVO EM BERSEBA (ELE DECIDIU)

### ANALISE DE COMPORTAMENTO – ELE SE ISOLOU

- ❖ CUIDADO COM O ISOLAMENTO, ISSO NÃO FAZ PARTE DO MINISTÉRIO
- ❖ DEPOS ELE DIZ QUE ESTAVA SÓ!

### COMO LIDAMOS COM AS FRUSTRAÇÕES?

- ❖ Vontade de morrer; pediu a Deus que lhe tirasse a vida.
- ❖ Caminhou até a exaustão. Às vezes a depressão nos faz hiperativos.
- ❖ Mas Deus mandou um anjo para o alimentar, a caminhada é longa
- ❖ Caminhou 40 dias e 40 noites até o monte Horebe.
- ❖ Entrou na caverna
- Ficar na caverna serve para que nos escondamos, mas também é a quietude de que precisamos para perceber sinais.
  - ❖ O que está fazendo aqui, Elias? Saia daí.
  - ❖ Vento, terremoto, fogo... Deus aparece num sussurro suave!
  - ❖ Começa a saída; **a cura não é imediata.**
  - ❖ Deus repete a pergunta: O que está fazendo aqui, Elias?
  - ❖ V10 - Não faz de conta que é forte. Revela que sente medo.

### AS MARCAS DA VIDA

- ❖ Nós temos aqui, alguém que foi ridicularizado quando era jovem, quando o Pai dizia: você é burro, você não é igual ao seu irmão que é inteligente!
- ❖ Outros, têm memórias feridas porque foram odiados,
- ❖ Outros porque a mãe dizia: você foi o filho que eu não desejei, eu tentei abortar várias vezes, portanto, essa pessoa tem memórias feridas.
- ❖ Há pessoas que passaram por abusos sexuais.
- ❖ Outras passaram por abusos espirituais.
- ❖ Pessoas que trazem memórias feridas porque passaram por ritos espiritualistas, ou entraram em lugares chamados Igreja e foram abusados espiritualmente.
- ❖ Pessoas, que têm marcas de memórias feridas, emocionais.
- ❖ Há alguém, aqui, que tentou o suicídio várias vezes porque as suas memórias ferem, machucam.

- ❖ Ferida física é curada em uma semana, mas uma ferida emocional, às vezes, demora anos.
- ❖ Há pessoas que são curadas no corpo, mas as suas emoções têm feridas, às vezes, irreparáveis.

ACF - Salmos 147:3 - Sara os quebrantados de coração, e lhes ata as suas feridas.

NVI – Salmos s 147. 3 Só ele cura os de coração quebrantado e cuida das suas feridas