QUEBRANDO O SILÊNCIO

www.quebrandoosilencio.org



FIQUE ATENTO

Saiba como identificar um abusador em potencial

BASE SÓLIDA

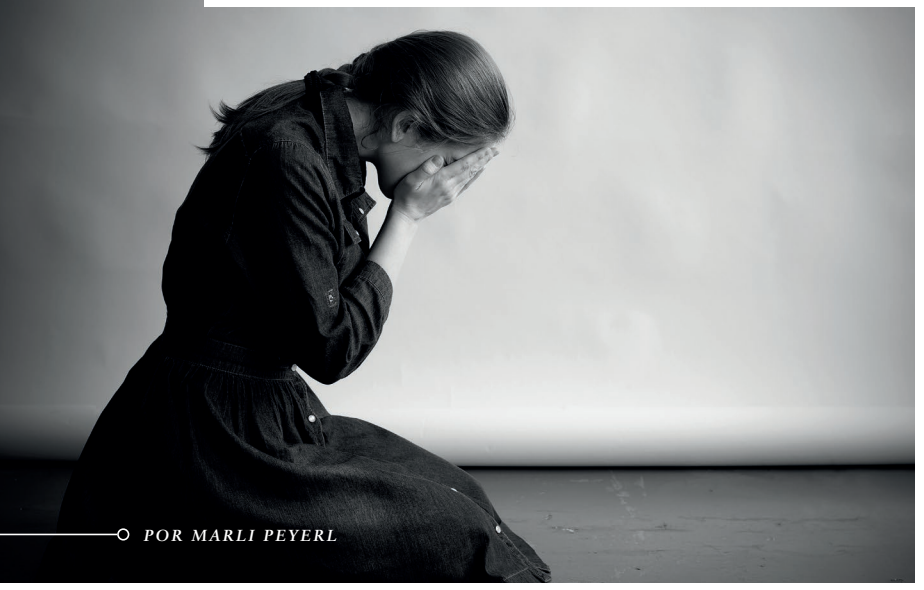
O papel da família na proteção dos filhos contra o abuso sexual

GRITO SUFOCADO

O estupro fere e silencia mulheres e crianças. A maioria dos crimes é cometida por pessoas conhecidas e dentro de casa

EDITORIAL

A DOR DE TODOS NÓS



POR MARLI PEYERL

A VIOLÊNCIA SEXUAL É UM DRAMA SOCIAL SÉRIO E RECORRENTE

Humilhação, invasão e ameaça. Sonhos desfeitos, coração ferido e sentimento de que a vida não tem mais sentido. Quando alguém tem sua intimidade e seu respeito violados, as consequências mais prováveis são a dor e o trauma. Não importa se o estupro tenha ocorrido na saída de uma festa ou dentro de casa. O quadro é o mesmo: um abusador que se aproveita de uma vítima. Por isso, a roupa, o ambiente ou a circunstância não podem ser desculpas para esse crime tão grave. Não há justificativa para a violência.

É preciso agir sem mais demora, para quebrar o ciclo de exploração de quem está sendo abusado e proteger vítimas em potencial. Para tanto, é necessário um esforço conjunto a fim de discutir soluções para esse drama que afeta tantas pessoas. Para se ter ideia de como esse problema está mais próximo do que se imagina, em 2011, a Organização Mundial da Saúde (OMS) estimou que 70% das mulheres em todo o mundo sofrem algum tipo de violência de gênero ao longo da vida.

Portanto, não podemos ficar com os olhos vendados nem fingir que não vemos o que acontece ao nosso redor. Até quando permitiremos que familiares, amigos e desconhecidos sejam feridos por uma crueldade que esmaga sonhos, fecha portas e promove morte lenta e gradual da dignidade? As consequências emocionais do estupro e de outros tipos de violência podem ser irreversíveis e fatais.

Diante da gravidade desse cenário, a prevenção precisa começar em casa. Um ambiente seguro, em que o respeito, o amor e a coerência são valorizados, pode evitar novos casos e minimizar essa situação. Mas a prevenção não é responsabilidade somente da família. Todos nós, professores ou amigos, líderes religiosos ou políticos, precisamos nos envolver nesta causa. Somos corresponsáveis pelo bem-estar e pela saúde de quem está perto de nós.

Ao ler esta edição, você perceberá que o assunto é grave e pode trazer sérios prejuízos físicos e psicológicos para a vítima e consequências sociais e culturais não menos preocupantes. Mas a boa notícia é que a conscientização da sociedade sinaliza esperança. Por isso, desde o início dos anos 2000, a Igreja Adventista investe na campanha anual Quebrando o Silêncio, como uma estratégia de prevenção de qualquer tipo de violência e também de proteção das vítimas. Cuidar dos mais vulneráveis, fornecer informações para pais e educadores e, sobretudo, ajudar a diminuir a incidência de casos de agressão, são nossos objetivos. Portanto, junte-se a nós!



MARLI PEYERL é educadora e coordenadora da campanha Quebrando o Silêncio na América do Sul

Fotos: © Antonuk – Fotolia / Victor Trivelato

SUMÁRIO

2 EDITORIAL

4 ENTREVISTA
Delegada explica o que fazer quando se sofre uma agressão sexual

6 PERFIL DO AGRESSOR
Saiba como identificar um abusador em potencial

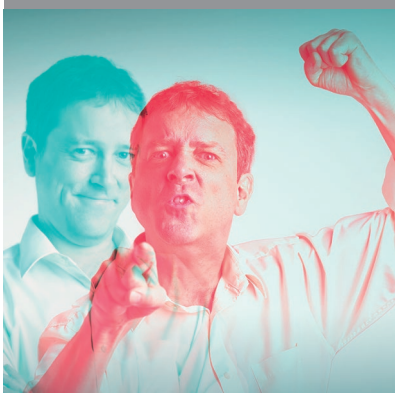
8 VESTIDOS RASGADOS, SONHOS ROUBADOS
Como o estupro fere o corpo e a alma das vítimas e da sociedade



14 DEUS TAMBÉM CHORA
O que a Bíblia tem a dizer para quem foi violentado?

16 MARCAS INVISÍVEIS
O impacto do abuso sexual no cérebro

20 COMBUSTÍVEL PARA O DESCONTROLE
Álcool e drogas podem potencializar os piores impulsos humanos



24 PROTEÇÃO COMEÇA EM CASA
Invista na autoestima dos seus filhos e no diálogo com eles



SINAIS DOS TEMPOS

Edição Especial • 2017

Editores: *Jefferson Paradello e Wendel Lima*

Projeto gráfico: *Eduardo Olszewski*

Capa: *Renan Martin*

Foto de Capa: *William de Moraes*

CPB

Casa Publicadora Brasileira

Rodovia Estadual SP 127, km 106
Caixa Postal 34; CEP 18270-970 – Tatuí, SP
Fone (15) 3205-8800 – Fax (15) 3205-8900
Site: www.cpb.com.br
Atendimento ao cliente: sac@cpb.com.br
Redação: redcpb@cpb.com.br

Diretor-geral: *José Carlos de Lima*

Diretor financeiro: *Uilson Garcia*

Redator-chefe: *Marcos De Benedicto*

Gerente de produção: *Reisner Martins*

Gerente de vendas: *João Vicente Pereyra*

EDITORA AFILIADA

Sinais dos Tempos é Marca Registrada no Instituto Nacional de Propriedade Industrial. Todos os direitos reservados. Não é permitida a reprodução total ou parcial de matérias deste periódico sem autorização por escrito da editora.

Tiragem: 810.000 exemplares 16146/35637

ENTREVISTA

APOIO PARA VENCER O MEDO



POR JEFFERSON PARADELLO

DELEGADA APRESENTA DICAS SOBRE PREVENÇÃO DO ESTUPRO E O QUE FAZER EM CASOS DE VIOLÊNCIA SEXUAL

Ao redor do mundo, milhares de mulheres são abusadas sexualmente, seja em idade adulta ou ainda na infância e adolescência. No entanto, o medo gerado a partir da ameaça dos agressores faz com que a maior parte das pessoas violentadas permaneça em silêncio.

Para dar apoio às vítimas e acelerar o processo de responsabilização dos acusados, as 368 unidades das Delegacias Especializadas de Atendimento à Mulher espalhadas pelo Brasil também têm por papel trazer mais segurança para quem sofre a violência.

Uma dessas delegacias fica em Limeira, cidade paulista com 300 mil habitantes. É lá que há 13 anos atua a delegada Andrea Arnosti, 46, que já dedicou metade de sua vida ao trabalho na Polícia Civil. Graduada em Direito pela Universidade de São Paulo (USP), especialista em Direito Penal, Processo Penal e Criminologia, 18 anos de sua carreira estão ligados exclusivamente à atuação em delegacias da mulher.

Nesta entrevista, ela destaca quais passos as mulheres devem dar após sofrer agressões e como podem evitar fazer parte dessas lamentáveis estatísticas.

O que uma mulher deve fazer após ser violentada?

A vítima deve se dirigir imediatamente à delegacia de polícia especializada em defesa da mulher para registro do boletim de ocorrência (BO) e posterior inquérito policial, bem como para ser encaminhada ao Instituto Médico Legal (IML) e hospital credenciado da rede pública para atendimento médico imediato. Ela também receberá acompanhamento psicossocial.

Como funcionam esses atendimentos?

Quem chega à delegacia deve estar com seus documentos pessoais e ter o máximo de informações sobre o agressor, alguma espécie de prova do abuso e, se possível, testemunhas. Lá, um atendente ouvirá o depoimento da vítima e anotará um resumo do caso. Assim que possível, a pessoa será convidada para dar seu depoimento e abrir o boletim de ocorrência (BO). Um dos últimos passos é a conversa com a delegada.

Foto: Lucas Rocha

Quais são os casos mais comuns que a senhora recebe?

Estupros que acontecem no lar contra vítimas menores de idade, praticados pelos próprios pais, padrastos, tios, parentes ou pessoas de seu conhecimento. Ao todo, anualmente atendemos cerca de 80 desses casos.

Geralmente, qual é a situação de quem procura ajuda?

Estão física e emocionalmente muito abaladas e traumatizadas. Por isso, é necessário um atendimento especializado, rápido e humanizado, em que recebam apoio jurídico, médico e psicossocial para que enfrentem a situação.

De que maneira as vítimas podem se sentir protegidas pelo atendimento oferecido nas delegacias da mulher?

A delegacia assume responsabilidades de polícia judiciária, no sentido de apurar a autoria e efetuar a prisão cautelar temporária ou preventiva do agressor. Somos responsáveis também por tomar medidas protetivas previstas na Lei Maria da Penha, quando for o caso, para garantir a segurança da vítima. No entanto, se não houver delegacia da mulher na localidade, pode-se procurar a delegacia comum para dar início ao processo.

A quais punições o agressor está sujeito?

O abuso sexual é uma das formas de violência de gênero previstas na lei 11.340/06, denominada Lei Maria da Penha, que trouxe fortes mecanismos de defesa à mulher em situação de risco e em contexto de violência doméstica. Além disso, o artigo 213 do Código Penal Brasileiro prevê sanções severas ao autor do crime de estupro, que variam de 6 a 10 anos de reclusão na forma simples, e de 8 a 30 anos na forma qualificada (nos casos em que a violência sexual é acompanhada de lesão corporal grave, de morte ou se a vítima for menor de 18 ou maior de 14 anos). Nos casos em que a vítima é considerada vulnerável, ou seja, menor de 14 anos, tem alguma enfermidade ou deficiência que a impossibilite de oferecer resistência, as penas previstas pelo artigo 217 do Código Penal são ainda mais rigorosas.

Principalmente nas grandes cidades, que cuidados as mulheres devem ter ao andar sozinhas?

Toda cautela é necessária. Deve-se evitar andar sozinha em lugares pouco movimentados. É preciso ter a mesma precaução no transporte público. Se ocorrer abuso ou assédio, a polícia deve ser acionada imediatamente.

Algumas mulheres temem ser atendidas por policiais homens justamente por medo de que sejam vistas como culpadas. Como contornar essa situação?

Em hipótese alguma a mulher pode ser vista como culpada de um crime hediondo do qual, na verdade, foi vítima. É fato que o atendimento feito por policiais do sexo feminino faz com que a vítima se sinta mais acolhida e menos constrangida, tendo em vista que espera um atendimento mais sensível e empático da parte de outra mulher. Por outro lado, mesmo os policiais homens devem receber preparo adequado para atendê-las prontamente e de maneira humanizada.

O diálogo mais equilibrado sobre sexualidade, em casa e na escola, poderia ajudar a mudar o quadro da violência sexual?

Sim. Considero a educação sexual de extrema importância, tanto em família como na escola, e acredito que isso preveniria também casos de gravidez precoce na adolescência e a contaminação por doenças sexualmente transmissíveis (DSTs).

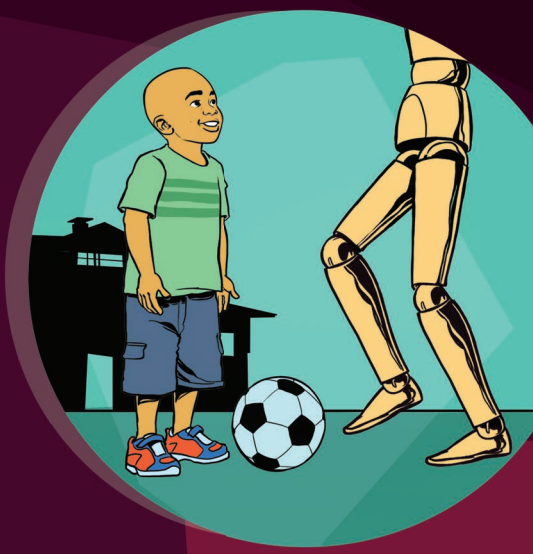
Perfil do agressor

SAIBA COMO IDENTIFICAR UM ABUSADOR EM POTENCIAL

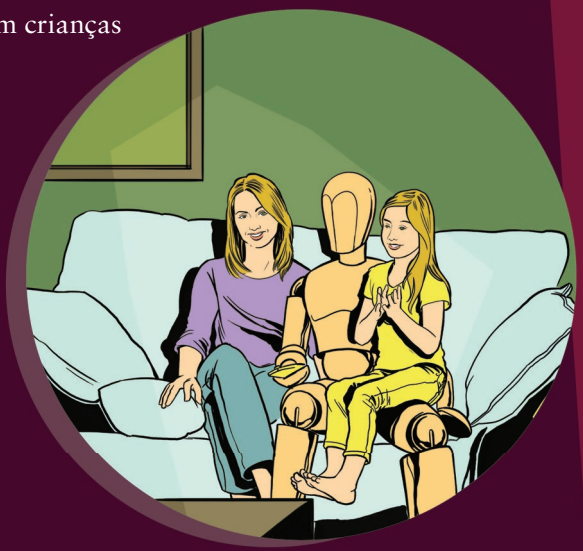
MARIO PEREYRA

Em muitos casos, eles são próximos da vítima ou da família dela. Chegam, inclusive, a frequentar os mesmos ambientes e reuniões, e conseguem disfarçar suas intenções e práticas por meio de uma aparente vida normal. Costumam ser pessoas que trabalham, casam e interagem bem socialmente, principalmente com crianças e adolescentes. Toda essa conduta pode funcionar como uma máscara, que esconde quem são na intimidade. Carentes de afeto e cuidados, possuem uma personalidade narcisista. Têm traços comportamentais egocêntricos, arrogantes e de mesquinhez. Motivados pelos traumas de infância que carregam, procuram abusar daqueles que se mostram mais vulneráveis às suas ameaças e que oferecem menos riscos de denunciar suas ações.

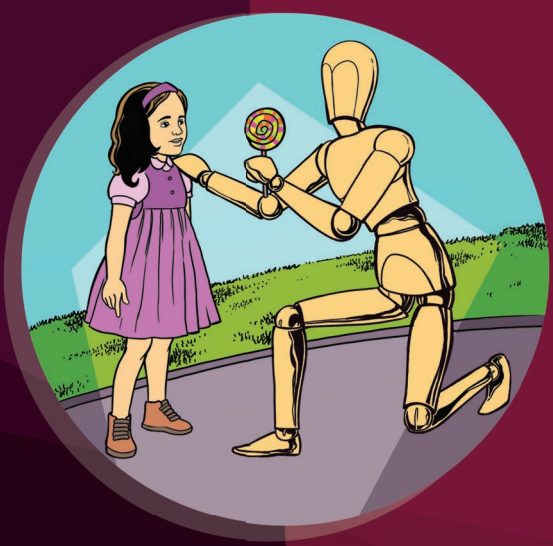
2 Relacionam-se melhor com menores de idade do que com adultos



1 São pessoas casadas e com muito interesse em crianças

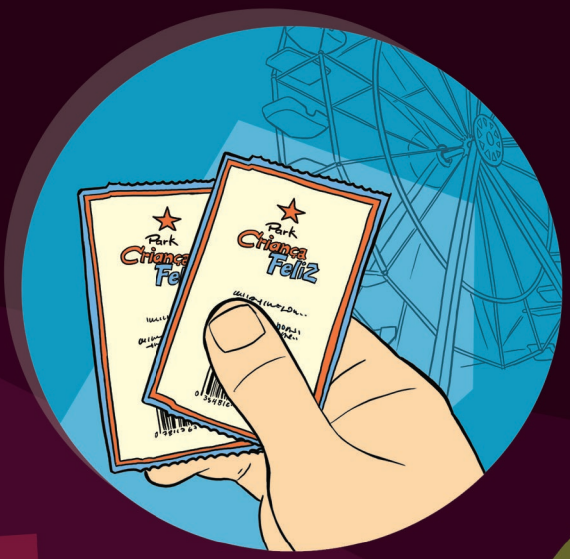


7 Falam com as crianças como se fossem uma delas, mas as tratam como se fossem suas amantes



FIQUE ATENTO

3 Buscam trabalhar em lugares frequentados por crianças e adolescentes



4 Suas necessidades emocionais e sexuais são satisfeitas com menores de idade



5 Podem usar álcool ou drogas para disfarçar suas inibições



6 Colecionam material pornográfico infantil e fotografias em que suas vítimas aparecem nuas

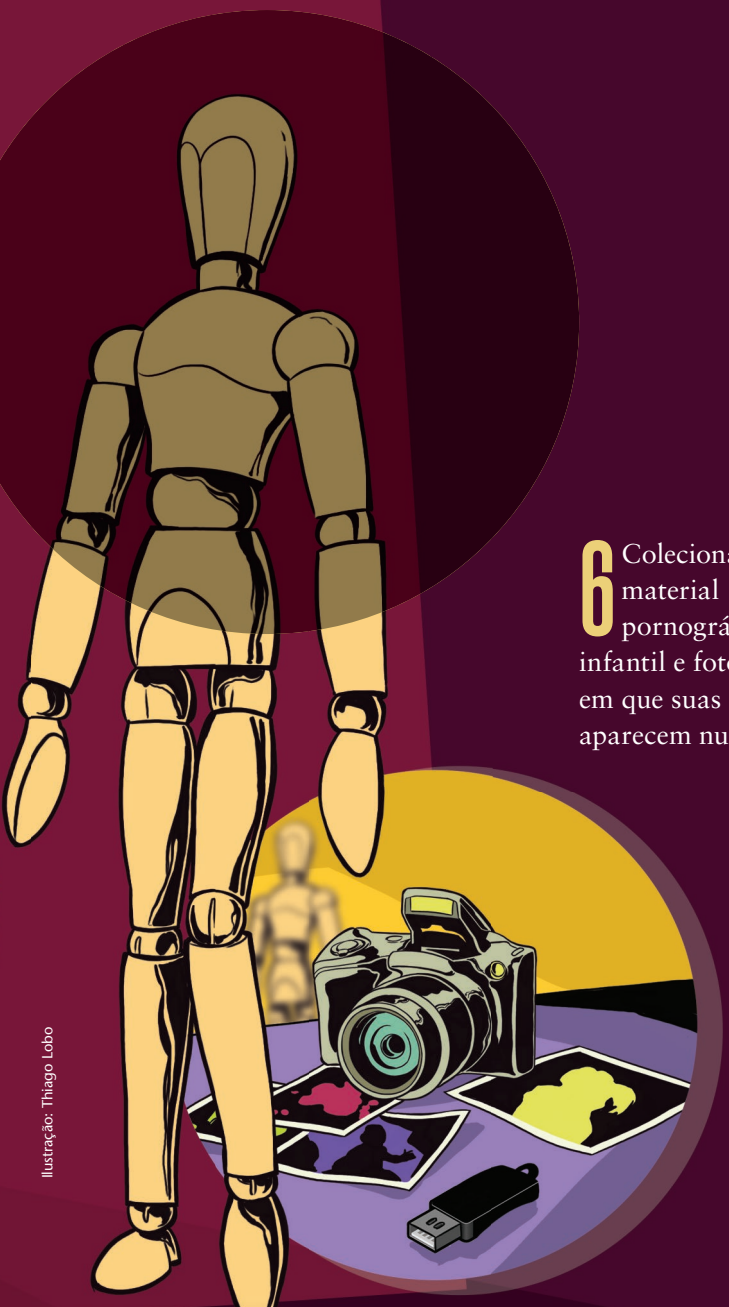


Ilustração: Thiago Lobo

MARIO PEREYRA é psicólogo, doutor em Psicologia e por mais de 40 anos atuou como professor e gestor de universidades na Argentina e no México



JHENIFER COSTA

Era noite de domingo, auge da primavera, meados dos anos 1970. Esguia e delicada, a adolescente N. L. usava um vestido florido e os cabelos loiros presos no alto da cabeça. Seus trajes combinavam com a estação e com seu jeito leve de ser.

Determinada, conquistou seu dinheiro muito cedo, como muitos da sua idade naquela época. Limpava casas como diarista quase todos os dias e, aos fins de semana, costumava ajudar os pais nas tarefas domésticas e ir à igreja. Porém, naquela noite decidiu ficar em casa.

Sentada no sofá da sala enquanto assistia à TV, ouviu a porta velha de madeira da entrada fazer um barulho bem discreto, mas inesperado. Não esperava nenhuma visita, nem mesmo a do namorado, João (nome fictício). Num salto, levantou-se e foi conferir quem havia chegado. Tomou um susto quando viu o rapaz parado à sua frente. Imediatamente, a adolescente pediu que o

Foto: © Photographee.eu – Fotolia



VESTIDOS RASGADOS, SONHOS ROUBADOS

O ESTUPRO FERE NÃO APENAS O CORPO, MAS PRINCIPALMENTE A ALMA. ENTENDA COMO ESSE CRIME AFETA A SOCIEDADE E INIBE AS VÍTIMAS DE DENUNCIAR SEUS AGRESSORES

namorado fosse embora, pois os pais dela poderiam chegar a qualquer momento e ela não queria criar problemas. Ele insistiu. Disse que desejava apenas abraçá-la e que não demoraria.

Por vontade de N. L., o casal não tinha contato físico frequente. Mas naquele dia, havia algo diferente. Depois do abraço apertado, mais agressivo do que carinhoso, ele a pressionou contra a parede, segurou seus braços e começou a beijá-la intensamente. N. L. tentava se esquivar, mas a força superior do rapaz a imobilizou. Finalmente, conseguiu se soltar e correu em direção à cozinha em busca de ajuda. Ele a seguiu, puxou-a pelos cabelos, jogou-a no chão e sentou-se em cima dela. Enquanto N. L. gritava, ele abriu o zíper da calça e a encarou ferozmente. Então, rasgou seu vestido e suas peças íntimas. Entre sacolejos e berros, a estuprou.

Sem olhar para ela, sem dizer uma só palavra, o agressor fechou a calça e foi embora. Ali mesmo, no chão de taco frio, atordoada e em estado de choque, N. L. tentava assimilar o terror que havia acabado de viver. Sangrava por dentro e por fora. “Naquele momento, todos os meus sonhos foram destruídos por uma pessoa em quem eu confiava”, desabafa. Na verdade, ela não conseguia acreditar que a partir daquela noite entraria para o grupo de mulheres que já foram vítimas dessa violência no Brasil.

OS NÚMEROS NÃO MENTEM

O Código Penal Brasileiro define o estupro como o ato de constranger alguém, mediante ameaça, à prática de relação sexual sem consentimento. Além disso, a violência sexual também inclui práticas libidinosas relacionadas.

O 10º Anuário Brasileiro da Segurança Pública, publicado em 2016 pelo Fórum Brasileiro de Segurança Pública, apontou que a cada 11 minutos uma mulher é estuprada no país. Segundo o relatório, em 2015, 45.460 mil pessoas passaram a fazer parte da estatística. No entanto, como se estima que apenas entre 10% e 35% dos casos são registrados, é possível que a cada minuto haja uma nova vítima.

Esses dados confirmam que a violência sexual é algo tão grave quanto recorrente. Desde a Revolução Francesa (1789 a 1799) e a Revolução Industrial (1820 a 1840), as mulheres passaram a lutar contra o comportamento machista, muitas vezes reforçado pelo próprio gênero feminino. Milhares delas foram às ruas levantando bandeiras de diversos movimentos em defesa de seus direitos. Sobretudo, contra o assédio sexual, violência que antecede o estupro.

Isso ocorre em países como o Brasil, por exemplo, porque certas práticas que ferem a dignidade da mulher são legitimadas culturalmente. "A violência sexual tem que ver também com aquela cantada na rua, com insinuações disfarçadas de elogios por parte de superiores, além do toque físico sem consentimento no ônibus ou numa festa", exemplifica a psicóloga Tereza Verone, especialista em atendimento à vítima de violência contra o gênero.

E os números indicam que o abuso sexual ocorre em maior escala num ambiente que deveria ser símbolo de proteção: o lar. Em 2014, a Organização Mundial da Saúde (OMS) estimou que 30% das mulheres em todo o mundo sofrem violência conjugal, seja física ou sexual. Em nosso país, por sua vez, um estudo do Instituto de Pesquisa Econômica Aplicada (Ipea), com base no Sistema de Informações de Agravo de Notificações do Ministério da Saúde (Sinan), revelou que 70% das vítimas de crime sexual são crianças e adolescentes. Em metade dos casos, os menores já têm um histórico de estupros anteriores e, em 15% das ocorrências, o abuso foi realizado por dois ou mais agressores (leia o quadro ao lado).

São devastadoras as consequências disso para o processo de formação emocional e social de quem sofre o abuso. A psicóloga Cristina Gutierres, especialista em atendimento ao agressor, confirma o fato quando relembra os relatos de seus pacientes. "Geralmente, o agressor é alguém que já sofreu violência. Ele carrega um conturbado histórico de vida e, por isso, acaba reproduzindo os exemplos que viu e viveu na infância e adolescência", explica.

O DRAMA EM NÚMEROS

70% das vítimas no Brasil são crianças e adolescentes

50% dos menores de idade abusados têm um histórico de estupros anteriores

15% dos abusos foram cometidos por dois ou mais agressores

24% dos agressores são pais ou padrastos das vítimas

32% são amigos ou conhecidos

60,5% dos agressores, no caso das vítimas adultas, são desconhecidos

Fonte: *Estupro no Brasil: Uma Radiografia Segundo os Dados da Saúde* (disponível em ipea.gov.br).



Foto: © sirnength88 – Fotolia

SILÊNCIO QUE MATA

Naquela noite, N. L. se levantou do chão após um longo período. "Procurei analgésicos pela casa e consegui achar alguns. Tomei aproximadamente 15 comprimidos. Na verdade, queria mesmo era acabar com a dor da alma. Pensei em suicídio", sublinha. Logo ela começou a passar mal e se sentou no mesmo lugar em que havia sido violentada.

Quando a porta foi aberta novamente e o eco das vozes familiares entrou em seus ouvidos, ela respirou fundo. Pensou se contaria para os pais o que havia acabado de acontecer.

O pai, na época já aposentado, ficou transtornado quando viu a filha no chão. Correu ao seu encontro pedindo explicações. Depois de alguns minutos, a garota finalmente conseguiu responder às perguntas. "Estou tendo uma crise de estresse. Acabei de menstruar. Preciso dormir", mentiu. Seu desejo foi respeitado e ela foi carregada até o quarto, onde ficou por alguns dias.

Atitudes semelhantes são recorrentes. Visto que o estupro acontece, entre adolescentes e crianças, por parte de pessoas conhecidas, como tios, primos, vizinhos, amigos e até mesmo parceiros, milhares de vítimas optam pela mentira ou pelo silêncio. A mesma pesquisa do Ipea, citada no início da reportagem, confirma isso ao mostrar que 24% dos agressores são pais ou padrastos e que 32% são amigos ou conhecidos das vítimas. Porém, quando se trata de vítimas adultas, em 60,5% dos casos o agressor é desconhecido. "As pessoas acham que o estuprador talvez esteja na rua à espreita de mulheres. Mas é preciso dizer que o estupro pode ocorrer dentro de casa", observa a psicóloga Tereza Verone.

Os motivos da omissão são sempre vergonha e medo, identifica a profissional. Isso se deve ao fato de que as mulheres se sentem humilhadas e desonradas com o estupro. Na cabeça da vítima, o agressor pode fazer algo muito pior se ela procurar ajuda.

CULTURA DO ESTUPRO

Em seu livro *A Noção de Cultura nas Ciências Sociais* (Edusc, 2012), Denys Cuche explica que cultura é o instrumento que naturaliza as ações e o comportamento humano. O termo "cultura do estupro" refere-se às inúmeras formas de culpabilizar a vítima pelo estupro. Além disso, tem que ver com a crença social de que tal tipo de violência seja justificável ou natural.

O termo foi cunhado na década de 1970, mas só se popularizou no Brasil em 2016 devido ao caso do estupro coletivo ocorrido no Rio de Janeiro.

Em maio daquele ano, uma adolescente de 16 anos foi abusada por mais de sete homens, em dois momentos, no Morro do Barão, na Zona Oeste da cidade. O fato ganhou repercussão mundial, principalmente por ter sido filmado, fotografado e veiculado nas redes sociais.

"A sociedade se acostumou com esse tipo de violência. Além disso, precisamos considerar que o homem naturalmente subjuga a mulher, faz com que ela se torne um objeto de consumo e a inferioriza. Assim, ela se sente culpada pelas agressões que sofre", analisa Fabiano Soares, coordenador do Seja, projeto de combate à violência contra a mulher e o machismo, realizado no interior de São Paulo.

A professora de Direito Penal e Criminologia da Universidade Federal do Rio de Janeiro (UFRJ), Cristiane Brandão, argumenta que o problema é muito sério, pois está profundamente enraizado na educação das meninas. Algumas vítimas, inclusive, permanecem com o algoz por décadas com base no conhecido discurso machista: "mulher apanha porque quer".



Foto: © dlphoto6 – Fotolia

JUSTIÇA *VERSUS* IGNORÂNCIA

Enquanto milhares de mulheres são estupradas todos os anos no mundo, os profissionais da área da justiça tentam combater esse drama social. A pesquisa *Mulheres, Empresas e o Direito*, realizada em 2016 pelo Banco Mundial, constatou que de 173 países, apenas 95 têm legislação de proteção às mulheres vítimas de violência física e sexual. No Brasil existem leis efetivas que coíbem essa agressividade. A mais popular é a nº 11.340/2006, conhecida como Lei Maria da Penha, que prevê punição à violência verbal, psicológica, física, sexual e patrimonial.

De acordo com o Código Penal Brasileiro, na lei nº 12.015/2009, artigo 213, o estupro é crime de natureza hedionda. A pena pode variar de 6 a 30 anos de reclusão, dependendo da idade da vítima e da lesão corporal. Outra lei relacionada ao crime sexual é a nº 12.845/2013, que obriga os hospitais do Sistema Único de Saúde (SUS) a atender vítimas de violência sexual desde o diagnóstico de doenças sexualmente transmissíveis (DSTs) e gravidez até o tratamento de lesões graves.

"O fato é que, mesmo que essas medidas ofereçam proteção à vítima e punição ao agressor, ainda assim não são suficientes", assegura a delegada Ana Salomone, da 1ª Delegacia de Defesa da Mulher de Sorocaba, no interior paulista. "Não adianta existirem tantas leis e apoio judicial se a mulher não procurar ajuda. Pior que isso, não adianta nada se ela não receber orientação por parte do Estado a respeito de como proceder", endossa. Para

Ana, o maior problema na efetividade das leis vigentes é a falta de divulgação. Muitas vítimas desconhecem seus direitos; por isso, não denunciam seus agressores.

SENSAÇÃO DE VAZIO

Quase quatro semanas depois do estupro, N. L. decidiu fazer um teste clínico de gravidez somente para aliviar a consciência. Suas pernas bambearam quando viu no resultado do exame, em negrito, a palavra "positivo".

Sem saber o que fazer, a adolescente reatou o namoro. Poucos meses depois, ela e João se casaram e a gestação transcorreu. Viveram juntos durante 25 anos. "Sofri violência todos os dias em que permaneci casada. Tenho inúmeras fraturas no corpo e carrego muitas lembranças ruins no coração. Não precisava ter passado por isso, mas não soube o que fazer. Era uma menina, estava perdida e desinformada", argumenta.

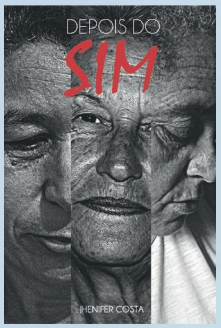
Com isso, ela tenta fazer de sua história um exemplo para outras mulheres. "Aprendi duramente que casamento não é solução para gravidez. Estupro é um crime que precisa ser denunciado e combatido com todas as forças", ressalta.

LUZ NO FIM DO TÚNEL

Então, a pergunta que fica é: Como é possível resolver esse problema de ordem social? Para a professora Cristiane Brandão, a resposta está na educação. "Estudos demonstram que a sociedade reconhece o predomínio da ideologia machista entre nós. Assim, as campanhas de conscientização surtem efeito. No entanto, séculos de cultura patriarcal e sexista não cedem facilmente a poucos anos de investimento em educação, seja nas instituições de ensino, no governo ou na mídia", observa a docente. "É necessário persistir e adotar linguagem atual, recursos audiovisuais e aplicativos para celular."

Sobretudo, a conclusão dos especialistas é que a educação é a ferramenta mais eficaz contra o crime sexual em todos os âmbitos. Para tanto, os pais devem educar os filhos para que sejam homens corretos e respeitosos, e precisam ensinar as meninas a conhecer os próprios direitos e a lutar por eles, a fim de que esse crime seja gradativamente reduzido.

JHENIFER COSTA é jornalista



PARA SABER +

A história completa de N. L. e de mais duas mulheres que romperam o ciclo de violência doméstica está no livro *Depois do Sim*. Para baixar gratuitamente o livro, acesse medium.com/jhenifer-costa.

Foto: © Photographee.eu – Fotolia



Deus também

A BÍBLIA APRESENTA CONFORTO AO CORAÇÃO QUEBRANTADO PELA VIOLÊNCIA

ADOLFO SUÁREZ

Se Deus é compassivo e sensível, por que permite que o estupro aconteça? Por que Ele não faz algo para limitar ou impedir esse tipo de violência que machuca tanta gente? Neste breve artigo, vou tentar responder a essa complexa questão, mostrando que Deus considera sagrada a dignidade humana, que Ele não é o responsável pela existência do mal e do sofrimento, e como as famílias e comunidades religiosas podem representar o caráter amoroso de Deus demonstrando sensibilidade para com as vítimas de estupro.

No Antigo Testamento, por exemplo, há 3,5 mil anos, os maus tratos de um homem para com uma mulher eram levados muito a sério. A lei determinava que, se alguém seduzisse uma virgem, chegando a ter intimidade sexual com ela, deveria pagar o dote e casar-se com a moça (Êxodo 22:16-17). Por sua vez, no caso do estupro de uma mulher, o agressor era passível de pena de morte (Deuteronômio 22:25-27). Conforme explica o *Holman Illustrated Bible Dictionary*, a legislação dada por Deus a Moisés previa a proteção dos direitos da vítima, tanto para sua compensação financeira quanto para a recuperação de sua dignidade (p. 1.365).

Nos tempos do Novo Testamento, por sua vez, há 2 mil anos, Jesus classificou o adultério não simplesmente como um ato de contato corporal, mas como um pensamento desvirtuado que precede a ação. Na visão do educador e teólogo D. Robert Kennedy, o modo pelo qual Cristo confirma os mandamentos do Antigo Testamento (Mateus 5:28), aprofundando o sentido e a aplicação deles, eleva o valor do ser humano e se opõe frontalmente às paixões que motivam o estupro (revista *Ministry*, fevereiro de 1995).

Portanto, não é preciso ser profundo conhecedor da Bíblia para perceber que Deus se revela por meio dela e é claramente contra a exploração sexual. Para Ele, as relações sexuais são retratadas como sagradas, idealizadas exclusivamente para o contexto de estabilidade, aceitação e proteção do casamento. Se dependesse apenas de Deus, a liberdade humana nunca seria

Imagem: © ra2 studio e © fantom_rd – Fotolia

utilizada para tornar a sexualidade uma experiência vulgar, frustrante ou humilhante.

DEUS NÃO PODE SER CULPADO

Na Bíblia, Deus sempre é apresentado como alguém misericordiosamente preocupado com as pessoas. Ele é descrito como cheio de compaixão pelos seus frágeis filhos (Êxodo 34:6 e 7, Mateus 20:34 e Lucas 7:13). E, embora não perdoe cegamente, é sempre orientado pelo princípio da justiça (1Jo 1:9). Além disso, Ele é retratado como um refúgio, porque sob suas mãos podemos encontrar proteção e segurança (Salmos 18:1 e 2; 27:5; 46:1; 125:2). Portanto, esses textos deixam claro que Deus tem um caráter irrepreensível e que não pode ser culpado pelo estupro ou qualquer tipo de violência.



Porém, como explicar a existência do mal? Deus criou Adão e Eva, os pais da humanidade, com responsabilidade moral, o que lhes permitiu fazer escolhas. Foi o mal uso dessa liberdade que acarretou a entrada do sofrimento na Terra (Gênesis 2:17; 3:16-19). Segundo o teólogo Hans Schwarz, no livro *The Human Being: A Theological Anthropology*, o ser humano é um agente moral livre, e como tal deveria desfrutar de sua liberdade com responsabilidade; em outras palavras, em obediência a Deus. Mas o Todo-poderoso não poderia ter evitado que Adão e Eva tivessem a queda moral? O que Ele poderia ter feito, Ele fez: avisou sobre as consequências mortais da desobediência. Porém, intervir na escolha deles seria violentar a liberdade humana. Deus idealizou e criou um mundo em que seres inteligentes agissem por conta própria e com responsabilidade. Isso implicava riscos, e o estupro é um deles.

NÓS PODEMOS SER SENSÍVEIS

Se por um lado a Bíblia apresenta um plano original que foi comprometido pela irresponsabilidade humana, por outro, ela não nos deixa sem esperança (1 Coríntios 15:21), pois retrata Deus intervindo para restaurar o que foi perdido (2 Coríntios 5:19 e Apocalipse 21:1-4), fazer justiça (Hebreus 10:30) e logo pôr fim à extensão do mal (Malaquias 4:1). Enquanto isso não ocorre, Ele espera que os seres humanos sensíveis à sua voz minimizem o sofrimento alheio. As orientações abaixo, oferecidas pelo ministério cristão Focus on the Family, podem ajudar você a amparar alguém que foi violentado.

1. Mostre solidariedade. Talvez muitas mulheres não procurem ajuda porque temem que ninguém acredite nelas. Assim, é preciso aproximar-se da vítima demonstrando dignidade e respeito. Foi justamente isso que fez o samaritano da parábola contada por Jesus, que auxiliou o ferido na estrada de Jerusalém para Jericó (Lucas 10:30-35). Ele não se preocupou em saber quem era a vítima ou quais riscos ele corria ao se aproximar do ferido. Apenas demonstrou respeito e promoveu a dignidade humana.

2. Proteja e inspire confiança. É comum que a vítima se sinta insegura, com medo. Por isso, é importante oferecer cuidado e proteção, criando um senso de segurança e confiança, essenciais para a recuperação. Foi isso que Cristo fez quando se colocou ao lado da mulher acusada de adultério, não para ser conivente com o erro dela, mas para protegê-la e mostrar que a confiança e o perdão são mais fortes do que o medo (João 8:11).

3. Ofereça apoio emocional. Quem passou pelo sofrimento do estupro tende a carregar o peso da falsa culpa e da vitimização. É necessário que essa pessoa enxergue que não é culpada e que pode superar essa etapa da vida, pela graça e poder de Deus. Nesse caso, a mensagem do apóstolo Paulo é especialmente poderosa: "Tudo posso naquele que me fortalece" (Filipenses 4:13).

4. Seja paciente. O estupro implica sofrimento intenso e a vítima precisará de bastante tempo para se recuperar. Por isso, é preciso ter paciência para não cobrar "resultados" imediatos. É necessário praticar o ensino de Mateus 11:28: receber as pessoas de braços abertos e ajudá-las a lidar com suas dores.

A toda vítima de estupro, que derrama lágrimas e sofre pela tragédia dessa experiência, Deus diz: "Eu conheço suas lágrimas; Eu também chorei. Aqueles pesares demasiadamente profundos para serem desafogados em algum ouvido humano, Eu os conheço. Não pense que está perdida e abandonada. Ainda que sua dor não encontre eco em nenhum coração na Terra, olhe para Mim e viva!" (Ellen White, *O Desejado de Todas as Nações*, p. 483, trecho adaptado).

ADOLFO SUÁREZ é teólogo, pedagogo e doutor em Ciências da Religião



MARCAS INVISÍV

Saiba qual é o impacto da violência sexual no cérebro da vítima e como quem foi agredido pode recuperar a confiança em outra pessoa

ROSANA ALVES

Como seria bom um dia acordar e ler nos jornais que estupros não mais são cometidos! Enquanto isso não acontece, é preciso coibir esse crime e tomar cuidados pessoais para não ser vítima desse tipo de violência. Mas, caso ele ocorra conosco ou perto de nós, encarar esse drama da maneira certa é o melhor caminho.

O estupro não acontece apenas contra as meninas. Existem homens que hoje têm profundas marcas deixadas por esse tipo de abuso. Como se não bastasse a atrocidade da violência sexual, crianças e adolescentes são diariamente submetidas às mais diversas formas de desrespeito, que vão da negligência dos tutores ao espancamento no lar. Já ouvi muitos adultos contarem, em meio às lágrimas, que,

Foto: © Photographee.eu – Fotolia



quando crianças foram obrigados a dormir na casinha do cachorro, tiveram partes do corpo queimadas com cigarro ou passaram fome... Tudo porque haviam desobedecido aos seus cuidadores!

Talvez você conviva com adultos que tenham comportamentos inapropriados e julgue que eles sejam assim simplesmente por livre escolha. O que você provavelmente não sabe é que eles podem ser fruto de uma infância marcada pela crueldade. É verdade que não somos apenas vítimas das circunstâncias, mas protagonistas do nosso destino. Porém, os percalços da vida nos mostram que a realidade é mais complexa do que se imagina e muitas vezes é preciso ajuda para prosseguir.

Além dos efeitos comportamentais, a violência traz prejuízos que vão além do que os olhos podem facilmente ver. Danos significativos e permanentes podem ocorrer no cérebro da vítima, resultando em perdas inestimáveis! Apresento abaixo as conclusões de alguns estudos científicos que mostram a extensão dos efeitos neurológicos do abuso, além de algumas orientações de como as vítimas podem receber apoio no processo de restauração.

CONSEQUÊNCIAS PARA O CÉREBRO

Estudos da Universidade Harvard (EUA) indicam que o hemisfério esquerdo do cérebro de crianças que sofreram severo abuso na infância se desenvolve menos do que em outras que não passaram por isso. "Como o abuso infantil ocorre durante o período formativo crítico em que o cérebro está sendo fisicamente esculpido pela experiência, o impacto do extremo estresse pode deixar uma marca indelével em sua estrutura e função", explicou Martin H. Teicher, cientista que liderou os pesquisadores.

Esse mesmo grupo de especialistas que publicou um artigo na revista da Society of Biological Psychiatry (EUA), em 2013, descobriu que pessoas que sofrem violência severa na infância têm suas estruturas cerebrais alteradas. Esses traumas afetam regiões do cérebro como o hipocampo, onde são formadas e recuperadas as memórias aversivas.

Por sua vez, a equipe do doutor J. Douglas Bremner, da Escola de Medicina da Universidade de Yale (EUA), comparou a ressonância magnética de indivíduos "normais" com a de 17 adultos submetidos a abusos físicos ou sexuais na infância, todos eles portadores de distúrbio de estresse pós-traumático. Resultado: o hipocampo esquerdo de quem foi abusado se mostrou, em média, 12% menor do que o dos demais. Consequentemente, esses pacientes tiveram dificuldades em testes envolvendo memória verbal, segundo um artigo do *Journal of Affective Disorders*, de fevereiro de 2006.

O corpo caloso, responsável pela integração dos hemisférios cerebrais, também pode ser afetado pelo estresse gerado pelo abuso. Em estudos publicados em dois artigos nos periódicos *Neuroscience & Biobehavioral Reviews* (2003) e *Biological Psychiatry* (2004), Martin Teicher e colaboradores mostraram que em meninos que haviam sido submetidos à violência ou ao abandono, as partes centrais do corpo caloso eram significativamente menores do que nos grupos-controle. Além do mais, em meninos, o abandono teve um efeito muito maior do que qualquer outro mau trato. No entanto, em meninas, o abuso sexual se mostrou o fator mais destrutivo, sendo associado a uma grande redução no tamanho das partes centrais do corpo caloso, o que dificulta a comunicação entre as partes do cérebro.

Por sua vez, um estudo de 1993 também identificou que os hormônios liberados durante o estresse da violência, além de prejudicar o amadurecimento normal das regiões

Estudos mostram que o estresse pós-traumático pode causar diminuição de regiões do cérebro, como o hipocampo e o corpo caloso



cerebrais citadas, também provocam uma "tempestade elétrica" no cérebro da vítima, podendo causar assim sintomas epilépticos, como formigamento, entorpecimento, vertigem, náusea, frio no estômago e alucinações. Os sinais são mais graves se o abuso ocorrer antes dos 18 anos (*The Journal Neuropsychiatry and Clinical Neuroscienses*).

Infelizmente, todas essas pesquisas e outras apontam para os sérios efeitos físicos, mentais e sociais do estupro. Por isso, a melhor estratégia contra esse mal é a prevenção. E tendo em vista que as crianças e os adolescentes são as principais vítimas da violência sexual que ocorre em casa por parte de conhecidos, construir vínculos de confiança e proteção com os menores e ensiná-los a desenvolver autoconfiança parece ser a melhor vacina (veja mais sobre o tema na página 24). Esse cuidado é indispensável porque o abusador costuma fazer uma análise da vítima, avaliando quais são as mais frágeis ou negligenciadas, e que não o denunciariam.

Porém, o que fazer quando a violência já ocorreu ou a vítima continua sendo abusada? Como oferecer apoio e socorro nesses casos? O que você pode fazer para minimizar o sofrimento de quem passou por tamanha violência e ajudar em seu processo de restauração? Na sequência ofereço algumas orientações.

RESTAURAÇÃO

Se, infelizmente, o estupro já ocorreu, medidas urgentes precisam ser colocadas em prática:

1. Escute. Ouça o relato da vítima sem interrompê-la, sem duvidar do que ela está dizendo nem culpá-la pela situação.

2. Mostre empatia. Diga que você acredita nela, que está imensamente triste com o que ocorreu, que fará de tudo para protegê-la e que buscará ajuda para responsabilizar o abusador.

3. Reforce. Repita constantemente que ela não é culpada pelo que ocorreu. O abusador e a sociedade costumam culpar a vítima dizendo que, de alguma forma, ela provocou o agressor ou se mostrou disponível para o ato sexual. Os efeitos desse sentimento de culpa vão variar conforme a idade da vítima e a intensidade e frequência da agressão, podendo esse trauma gerar ansiedade, depressão ou ainda outra doença mental.

4. Busque ajuda. Procure um psicólogo para ajudar a vítima nesse momento tão difícil. Mostre total interesse no bem-estar físico e emocional dela, e expresse amor ao acolher, proteger, defender, aconselhar e escutar quem foi violentado. Também denuncie o abusador: esse é o meio de impedir que ele continue fazendo mal para outros.

ROSANA ALVES é psicóloga e pós-doutora em Neurociências pela Escola Paulista de Medicina e pela Marshall University. É presidente do Neurogenesis Institute (EUA)

Foto: © Photographee.eu – Fotolia

MKT CPB | Fotolia e fotográfico da CPB

CPB

Casa Publicadora Brasileira
A editora da Igreja Adventista que há mais de 115 anos imprime esperança



Conheça nossos canais de atendimento:



Ligue
0800-552616



Vá até uma de nossas
CPB LIVRARIAS
Encontre os endereços em nossa loja virtual



Acesse
cpb.com.br

Outras opções de contato:

WhatsApp
15 98100-5073

SMS
Envie a mensagem *CPBLIGA* para o número 28908

/casapublicadora

COMBUSTÍVEL PARA O DESCONTROLE



O EFEITO DAS DROGAS E DO ÁLCOOL PODE LEVAR A ATITUDES DESEQUILIBRADAS, COMO A VIOLÊNCIA SEXUAL

FELIPE LEMOS

Quando se pensa em uma possível relação entre drogas e abuso sexual, estupro ou qualquer tipo de violência dessa natureza, pode parecer que não existe conexão direta de causa e efeito. Mas levantamentos realizados em alguns países latino-americanos evidenciam justamente o contrário. Em uma reportagem publicada em maio de 2016 no site da rede britânica BBC, a presidente da Associação para o Desenvolvimento Integral de Pessoas Estupradas informou que, no México, cerca de 300 mulheres são violentadas todos os anos por abusadores sob o efeito de drogas.

Especialistas da agência da Organização das Nações Unidas (ONU) contra crimes e drogas não apresentam estatísticas precisas, mas atendem em média oito denúncias por dia referentes a estupros relacionados ao uso de drogas. Já na Colômbia apurou-se que, entre junho de 2013 e março de 2014, foram denunciadas 184 agressões sexuais só na capital Bogotá, das quais 53 foram facilitadas pelo uso de entorpecentes.

No Brasil, não há estatísticas que confirmem ou neguem essa relação. O que se sabe, porém, é que entre os estudantes do 9º ano do Ensino Fundamental, o consumo de álcool é significativo (23,8%), e que não é desprezível o índice de alunos que já usaram drogas ilícitas (9%) e foram forçados a ter relações sexuais (4%). Os dados apresentados pela Pesquisa Nacional de Saúde do Escolar 2015, feita pelo Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística (IBGE), mostra um quadro mais sério ainda entre os estudantes do Ensino Médio. Desse grupo, 73% afirmam que já fizeram uso de bebida alcoólica, 17% de drogas ilícitas e 4,5% sofreram violência sexual.

IMPULSOS ALTERADOS

Embora a relação entre drogas e estupro não esteja estatisticamente comprovada, não é difícil imaginar que substâncias psicotrópicas, ou seja, que alteram o sistema nervoso central, estejam relacionadas à perda de domínio próprio e violência de toda ordem, especialmente a sexual. É o que percebe na prática o psiquiatra Pablo Canalis, pós-graduado em Medicina da Família. "O uso do álcool e de drogas potencializa os impulsos humanos negativos", avalia o médico. Na visão dele, utilizar essas substâncias torna o usuário mais suscetível a perder o juízo e a capacidade de avaliação, podendo resultar num comportamento mais agressivo.

Canalis afirma que, quando trabalhou com atendimentos em um hospital na Argentina, observou o comportamento de crianças dependentes de uma droga chamada paco, um subproduto da cocaína. O psiquiatra percebeu que a utilização da substância afetava o lóbulo frontal dos pacientes, região do cérebro responsável justamente, entre outras coisas, pela capacidade de julgamento. "Quem está sob o efeito dessas substâncias não tem a real consciência do que pode vir a fazer, nem consegue reprimir certas ações", completa Canalis.

POSSÍVEIS SAÍDAS

Para tentar mudar esse cenário, Wilson Zeliak, psiquiatra que trabalha num Centro de Atenção Psicossocial Infantil (CAPSi), em Maceió (AL), diz que a prevenção do uso de drogas e do abuso começa em casa. "Precisa ocorrer o diálogo informativo, o acompanhamento de perto dos pais e cuidadores e, fundamentalmente, a demonstração de amor e cuidado para com as crianças. No meu trabalho, tenho presenciado um grande descaso das famílias. Em muitas delas, desestruturadas, falta atenção, cuidado e demonstração correta de amor pelos menores", ressalta.

Por sua vez, Canalis vai além. Acredita que, em última instância, impulsos humanos naturais, como o egoísmo, têm sua raiz na espiritualidade. Ele entende que a prática religiosa com base na Bíblia e numa comunidade saudável de fé são fundamentais para que o ser humano sublime suas tendências mais reprováveis e desenvolva as virtudes mais louváveis.

FELIPE LEMOS é jornalista

Fotos: © Spectral-Design – Fotolia



ADOLESCÊNCIA







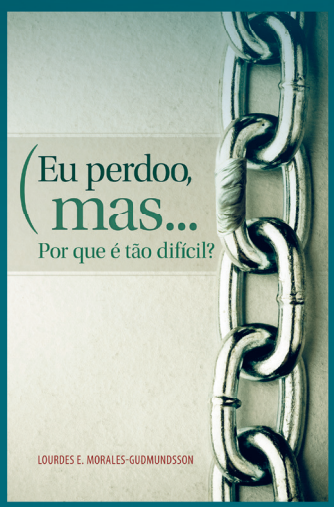
cpb.com.br | 0800-552616 | CPB livraria | WhatsApp 15 98100-5073

SMS – Envie a mensagem *CPBLIGA* para o número 28908

/casapublicadora

MKT CPB | Fotolia

Restaure seu coração









cpb.com.br | 0800-552616 | CPB livraria | WhatsApp 15 98100-5073

SMS – Envie a mensagem *CPBLIGA* para o número 28908

/casapublicadora



Proteção começa em *casa*

COMO CRIAR UM AMBIENTE FAMILIAR EM QUE OS FILHOS DESENVOLVAM BOA AUTOESTIMA E SE SINTAM SEGUROS PARA REVELAR POSSÍVEIS AGRESSORES

DILENE EBINGER

Sabe-se que experiências negativas vividas na infância e adolescência podem deixar marcas profundas, ainda que algumas delas sejam invisíveis (veja a matéria da página 16). Por isso, é responsabilidade dos pais e tutores dos menores prepará-los para que não sejam agressores e ensiná-los a se protegerem de possíveis abusadores.

A violência sexual é um dos abusos a que crianças e adolescentes estão sujeitos. Recorrente em nossos dias, pode prejudicar os menores de diversas formas e seus efeitos são devastadores por toda a vida. A molestação, por exemplo, é um tipo de violência emocional. Nesses casos, a criança fica sujeita a um adulto que, mesmo sem usar força física, obriga o menor, por meio da pressão psicológica, a tocar ou manipular seus órgãos genitais.

Por sua vez, o abuso sexual não envolve violência física também, mas sim uma coação psicológica explícita. Com base no medo e ameaça, o abusador obriga a criança a se relacionar



Fotos: © Syda Productions e © barbiturat – Fotolia

sexualmente com ele, havendo a penetração. Esse tipo de violência provoca muita culpa, dor emocional, insegurança e isolamento. Já o estupro é o sexo com violência física. A criança ou adolescente se recusa a se entregar, mas o estuprador usa sua força física para imobilizar a vítima e agir deliberadamente.

A pergunta que fica é: diante de tamanha crueldade com os pequenos, como podemos proteger nossos filhos dessas ameaças? Como parte da resposta, primeiro é preciso pensar no que leva o agressor a cometer o abuso. Em geral, o estuprador vem com a intenção de ferir, agredir e humilhar. Ele usa a força porque seu desejo é tratar a vítima como um objeto. O sentimento de posse é evidente.

As atitudes dos estupradores revelam que eles são pessoas inseguras, com autoestima muito baixa, que não têm confiança em si mesmos, e que vivem sob forte pressão emocional, hostilidade e conflitos familiares. Fazem uso da violência porque não se sentem capazes de conquistar, de levar alguém voluntariamente a se relacionar com eles. Além disso, alguns deles agem assim para descarregar a raiva que sentem em relação às experiências frustrantes vividas com as mulheres de sua família.

ATITUDES QUE PROTEGEM

Apesar dos vários fatores que podem tornar os filhos mais vulneráveis ao abuso, a regra básica para protegê-los parece ser uma só: investir na construção de sólidos vínculos com eles. Para tanto, é preciso atentar para alguns princípios.

1. RELACIONAMENTO CONJUGAL. Pode acreditar: a maneira pela qual o marido trata sua esposa é a melhor forma



de ensinar aos filhos como lidar de modo respeitoso com o sexo oposto. Crianças pequenas são como "esponjas" que absorvem tudo: atitudes, olhares e palavras. Mesmo quando são maiores, os filhos monitoram consciente ou inconscientemente o comportamento dos pais. Se o pai enxerga a mãe como inferior, certamente ela será desvalorizada, abusada, criticada e ignorada na família. Agir de modo adequado como casal fará a criança ter uma compreensão correta do papel e importância dos dois. Deve haver comunicação respeitosa, sem apelidos pejorativos, insultos ou palavras de baixo calão. Além disso, é preciso demonstrar respeito pelas opiniões divergentes.

2. AFETO. Dedicar tempo é sinônimo de amor e respeito. Separe momentos exclusivos para ouvir seu filho. Não discorde imediatamente das colocações dele. Não reprima sua capacidade de compartilhar as próprias opiniões nem interrompa sua fala. O contato presencial dos pais é importante e expressa afetividade.



3. SEGURANÇA. Desenvolva a autoconfiança do seu filho, dando-lhe pequenas tarefas a cumprir. Delegue uma responsabilidade adequada para a idade dele. Não exija mais nem menos do que ele pode realizar. Acredite nele, permita que erre no processo e destaque os pontos em que ele precisa crescer.

4. COERÊNCIA. Seja coerente, exigindo dele apenas o que você é capaz de fazer ou exemplificar. Dessa forma, seu filho aprenderá bons valores com você, assim como reproduzirá também seus maus hábitos. O ponto é que a influência do discurso dos pais é anulada por uma conduta incoerente e reforçada por uma postura condizente.

5. RELIGIOSIDADE. O cultivo da espiritualidade saudável faz muita diferença. Uma família que costuma buscar orientações na Bíblia tende a lidar melhor com os dissabores da vida. Uma forma de "blindar" a família é realizar diariamente um culto familiar, ou seja, separar minutos todos os dias para compartilhar alegrias e tristezas, ofecerer e pedir perdão, além de ouvir e falar palavras de conforto e esperança. Esses momentos reforçam o vínculo familiar e a fé num Deus todopoderoso. Novamente, é importante lembrar que esse programa diário precisa ser adequado à idade da criança, de modo que as reuniões não sejam maçantes nem incompreensíveis para ela. Além disso, pertencer a uma comunidade religiosa amplia essa rede de apoio construída em casa, oferecendo aos pais e filhos um círculo social mais saudável.



6. MONITORE SEUS FILHOS. O cuidado dos menores é responsabilidade dos pais e isso não pode ser delegado a terceiros. Por isso, não é prudente deixar as crianças sob a responsabilidade de pessoas desconhecidas nem permitir que durmam fora de casa. Mesmo parentes próximos do convívio dos pais precisam ser acompanhados de perto. Observe as queixas das crianças e toda mudança no comportamento delas. É importante lembrar que a maior parte dos abusadores tem uma vida social normal: trabalham, têm família e costumam não apresentar distúrbio psiquiátrico.

7. ELOGIE. Sempre elogie seus filhos. Eles precisam saber que fazem coisas bem feitas, que são admirados por isso e que têm valor. A validação traz reconhecimento e desenvolve a autoaceitação.

8. AMBIENTE. Os filhos precisam encontrar no lar um lugar seguro para expressar sentimentos, dúvidas, ideias e críticas. Criar esse ambiente é uma atribuição dos pais e eles são as pessoas mais indicadas para lidar com as inquietações e descobertas que marcam o crescimento dos filhos.

Conduzindo sua família de modo adequado, com sabedoria e orientação bíblica, você pode ajudar a prevenir diversos tipos de abusos. Uma criança amada e respeitada tende a crescer com senso de valor próprio, segura de si e apta para desenvolver uma religiosidade saudável. Esse tipo de formação ajuda os filhos a amar a si mesmos, ao próximo e a Deus. Tal "blindagem" não é infalível, mas pode livrar as crianças de muitos dissabores e frustrações. Uma vida familiar bem equilibrada é um poderoso fator de proteção.

DILENE EBINGER é terapeuta familiar

Fotos: © Monkey Business – Fotolia e © Prixel Creative – lightstock

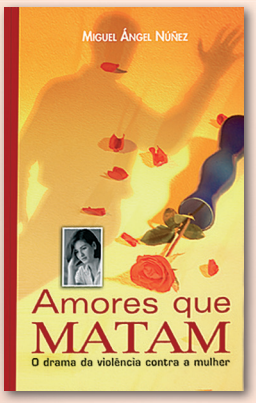
Viva com amor



Segredos da Vitória no Amor

ERONILDES DE NICOLAS

Mais do que apenas um livro, esta é uma valiosa orientação psicológica para ajudar você a alcançar êxito no amor. Para o autor, as pessoas que experimentam a derrota na vida é porque geralmente estão fracassando também nos relacionamentos. Elas têm dificuldade para dar e receber afeto. Por isso, é preciso aprender a amar. E alguns dos segredos estão neste livro.



Amores que Matam

MIGUEL ÁNGEL NÚÑEZ

A violência contra a mulher é um problema que tem atingido praticamente todas as classes sociais. Não importa se ela é física ou psicológica, os danos são terríveis e podem se tornar irreversíveis se não forem tratados em tempo. Este livro surge num momento oportuno, pois aborda questões como a violência doméstica, os mitos sobre o agressor e a mulher agredida, o papel que a igreja deve assumir com respeito ao assunto, e muito mais.



MKT CPB | Fotolia

cpb.com.br | 0800-552616 | CPB livraria | WhatsApp 15 98100-5073

SMS – Envie a mensagem *CPBLIGA* para o número 28908

/casapublicadora

VIVA BEM

POR DENTRO E POR FORA

Adquira hoje o livro *Sinta-se Bem* e faça a assinatura da revista *Vida e Saúde* para receber receitas novas todo mês





MKT CPB | Foto: William de Moraes

cpb.com.br | 0800-552616 | **CPB livraria** | WhatsApp 15 98100-5073

SMS – Envie a mensagem *CPBLIGA* para o número 28908

/casapublicadora