

ConectaNÓS

BY



1 – TEMPO DE QUALIDADE EM FAMÍLIA?

O que é tempo de qualidade com a família?

Passar um tempo de qualidade com sua família significa ter momentos que irão estreitar os seus laços afetivos, intensificar a intimidade e criar memórias duradouras. Isso quer dizer estar presente não somente nos momentos de diversão, mas também nas dificuldades.

Já parou para refletir nessas questões?

- Você sente que tem pouco tempo para sua família?
- Seus filhos estão crescendo e você não consegue acompanhar o desenvolvimento deles?
- Qual a última memória afetiva que você possui com sua família? E a quanto tempo?
- Tenho dedicado o meu tempo “livre” a estar presente com minha família?



Em Eclesiastes 3: 1-8

“Tudo tem o seu tempo determinado, e há tempo para todo o propósito debaixo do céu.
Há tempo de nascer, e tempo de morrer; tempo de plantar, e tempo de arrancar o que se plantou;
Tempo de matar, e tempo de curar; tempo de derrubar, e tempo de edificar;
Tempo de chorar, e tempo de rir; tempo de prantear, e tempo de dançar;
Tempo de espalhar pedras, e tempo de ajuntar pedras; tempo de abraçar, e tempo de afastar-se de abraçar;
Tempo de buscar, e tempo de perder; tempo de guardar, e tempo de lançar fora;
Tempo de rasgar, e tempo de coser; tempo de estar calado, e tempo de falar;
Tempo de amar, e tempo de odiar; tempo de guerra, e tempo de paz”



A referência citada, nos fala sobre a importância do “tempo”.

Se a Palavra de Deus nos fala que há um tempo determinado para TODAS as coisas, podemos relacionar aqui, a importância do tempo em família.

Com o cotidiano cada vez mais corrido e exigente, deixamos de passar um tempo de qualidade com aqueles que amamos.

Trabalho e rotina refletem diretamente em cansaço e estresse. Com isso muitas vezes estamos próximos fisicamente, porém distantes emocionalmente. Onde não conversamos e não compartilhamos nossas experiência e vivências.

Outro agravante é o uso em excesso de mídias sociais em casa, que pode gerar ainda mais afastamento entre os familiares.

Apesar de ser uma situação comum em muitas famílias, existem formas de minimizar esse problema, para que assim você possa investir um tempo de qualidade e fortalecer laços familiares.

Mas como podemos encaixar isso na nossa rotina tumultuada dos dias de hoje e adotar esse hábito com sua família?



- Faça a gestão de seus dias com uma rotina organizada;
- Converse com sua família, antes e depois do seu trabalho (escola);
- Marque uma atividade em comum (encontro, jantar, almoço, passeios);
- Deixe que sua família participe de suas decisões;
- Demonstre afeto e interesse (fazer dever de casa com os filhos, brincar com eles, fazer atividades em conjunto, cozinhar juntos)
- Devocional em família;
- Separar um dia específico da semana, para que a família esteja em interação e em comunhão com Deus (Êxodo 20:8-10)



Vamos fazer um desafio?

Procure nessa próxima semana, separar um momento único em família, sem distrações, onde o foco será exclusivamente desfrutar a presença deles.

Temos certeza que esse momento será extremamente edificante e abençoador

Compartilhe conosco a sua experiência



NÓS é o Ministério de Família da



ctAviva.com

