

FAMÍLIA

FELICIDADE FAMILIAR

DE QUE VALE GANHAR O MUNDO?

Perguntei para várias pessoas o que achavam essencial para que uma família encontrasse a felicidade. As respostas foram impactantes e você precisa saber.

CONFIRA NESTA EDIÇÃO
O RESULTADO DA PESQUISA



FELICIDADE FAMILIAR

De que vale ganhar o mundo?

Falar sobre Felicidade Familiar talvez seja, nos dias atuais, um tema que chame a atenção de poucas pessoas por diversos possíveis motivos: talvez por acharem ser inviável existirem famílias realmente felizes; por encontrar poucas famílias demonstrando felicidade real, e não nas redes sociais apenas; por existirem atualmente tantos tipos de famílias de modelos diferentes (o que dificulta a percepção de felicidade para cada modelo familiar); ou pelo fato de que muitos estão com foco tão intenso em buscar recursos diversos que possam (na visão de cada um) trazer felicidade para suas famílias. Enfim, o fato é que percebo que muitos estão mais ocupados em ganhar recursos (de diversos tipos) para serem felizes do que em perceber o que falta para que esta desejada felicidade seja alcançada.

É verdade que os recursos naturais, como moradia, meios de transporte, roupas boas, boa educação, acesso a recursos de saúde, recursos financeiros, todos são importantes e necessários para o bem-estar familiar.

Apesar de tudo isso, mesmo conseguindo simultaneamente todas

estas coisas, muitas famílias não conseguem experimentar momentos de felicidade e/ou sustentar um convívio feliz entre seus membros, ainda que, por algumas vezes, a tristeza bata à porta das suas casas. E sabemos que bate à porta de todos nós.

No livro de *Mateus 7:24-27* está escrito que *"a chuva, rios, e os ventos assopraram sobre a casa dos prudentes e dos insensatos"*. Todos estamos sujeitos às intempéries da vida.

A família é considerada como o centro de formação do sujeito, o que envolve seu desenvolvimento biológico, sua identidade como indivíduo, seu papel na sociedade, imprime valores de relacionamento, trabalha seu caráter. Tudo isto envolve aspectos emocionais. Se relaciona diretamente ao corpo, alma e espírito. E é justo que todos busquemos recursos que fortaleçam estas 3 dimensões essenciais do ser humano.

Mas a Palavra de Deus nos alerta que não adianta buscar tudo e perder o mais importante, nossa alma. "Pois, que aproveitaria ao homem ganhar todo o mundo e perder a sua alma?" (Marcos 8:36)

Segundo Tal Ben-Shahar, um professor de Harvard, também chamado de "professor da felicidade", quando conseguimos combinar prazer e significado, ou propósito, iremos experimentar a felicidade. Segundo o professor Shahar, ser feliz envolve perceber as emoções positivas buscando viver uma vida que encontre um propósito. Nos fala ainda que a felicidade não significa não termos desconfortos, mas a capacidade que devemos desenvolver de tolerar momentos difíceis e permanecermos plenos, mesmo em situações adversas.

Quando tratamos do assunto família, na sociedade atual, não podemos ignorar a evolução do conceito de família frente às transformações sociais, culturais, econômicas e religiosas ao longo da história.

A família tradicional, ou nuclear, era composta por pai, mãe e filhos biológicos advindos do casamento. No entanto, atualmente, esse conceito foi ampliado e é muito mais dinâmico.

Hoje, existem vários modelos de famílias, como monoparentais, adotivas, reconstituídas, homoafetivas e ainda se consideram as famílias formadas por laços afetivos, como amigos próximos. Portanto, para a sociedade, **"família"** não se considera laços biológicos apenas, mas as conexões baseadas no amor, no cuidado e no apoio mútuo.

O último exemplar da nossa revista tratou do tema **"Família Atípica"**, mostrando que este termo não se restringe a famílias que possuem um de seus membros com alguma deficiência ou algum transtorno do neurodesenvolvimento.

Para a sociedade, Família Atípica é toda aquela que é diferente da família típica (*óbvio*), ou tradicional, ou nuclear, conforme a definição que vimos anteriormente. Portanto, uma conclusão que podemos tirar é que **"família atípica"** é um termo que se refere a qualquer família que, de alguma maneira, se desvia do que é tradicionalmente ou convencionalmente considerado como uma família **"normal"**. Isso pode incluir diferenças na forma como a família é constituída, na estrutura estabelecida, na saúde dos membros, ou nas relações entre os seus integrantes. Cada definição reflete as diversas realidades e desafios enfrentados por essas famílias na sociedade atual.

Fica aqui uma pergunta: *"Com tantos tipos de famílias diferentes aceitos pela sociedade será que ainda existe espaço para falarmos de "atipicidade" no tocante ao modelo familiar?"*

Bem, se a estrutura familiar não é uma questão que importe para a sociedade, então o que as famílias necessitam para viverem bem? Para respondermos essa

pergunta precisamos entender o que significa “viver bem”.

O conceito de “viver bem” ou “bem-estar” de uma família, pode ser definido como um estado de harmonia e satisfação que envolve aspectos emocionais, físicos, sociais e/ou psicológicos dos seus membros. Podemos dizer, de um modo simples, que este seria o nível de **“felicidade”** com que uma família vive.

Recentemente fiz uma pesquisa no Instagram, através de uma caixinha de perguntas, com a seguinte pergunta: **“O que você acredita ser essencial para uma família ser feliz?”**

O resultado abaixo (na íntegra da pesquisa) pode ser observado independentemente do modelo de cada família. Fiz uma compilação por categorias para facilitar a nossa compreensão. Vamos ao resultado.

Deus – A grande maioria (29%) das pessoas colocaram Deus como a principal fonte de felicidade para a família. *(Respostas: Amar a Deus sobre todas as coisas; amor de Deus; Deus; fé; busca por Deus; orações em família; direção do Espírito Santo; presença de Deus; O amor a Deus; colocar o evangelho na prática)*

Praticar ou refletir sobre a Palavra de Deus, pode proporcionar um sentido mais profundo de propósito e conexão,

trazendo maior harmonia e percepção de felicidade familiar.

Amor e afeto – Em seguida a reposta mais frequente (14%) foi o amor. (Respostas: Amor; afeto; amor ao próximo; amor a si mesmo; abraço).

Sabemos que existem 3 tipos de amor. O primeiro é o “amor ágape” (divino), é aquele tipo de amor que não busca seus próprios interesses, é um amor desinteressado, puro e genuíno. Depois temos o “amor philos”, que é um sentimento forte e profundo do coração, que transmite a ideia de companheirismo, amizade, sendo muito empregado para designar o relacionamento de afeição entre entes queridos. E Ainda existe o “amor eros”, que expressa a ideia de amor entre homem e mulher, um amor que envolve a paixão e o romantismo. Estes diversos aspectos do amor quando estão presentes na família geram o sentimento de felicidade.

Compreensão e Perdão – A resposta que apontaram para o perdão somaram 14%. (Respostas: Compreensão; perdão; paciência; proximidade; resiliência).

Comunicação e Diálogo – Também somaram 14% as respostas referentes à comunicação em família (Respostas: Diálogo; diálogo Franco; comunicação

assertiva; conversa; escuta ativa).

Unidade e Companheirismo – A soma destas respostas foi de 11%. (Respostas: Unidade; união; companheirismo; cumplicidade).

Respeito e Tolerância – Com a soma de 9% tivemos as seguintes respostas: (Respeito; tolerância; sem julgamento; lealdade; fidelidade; confiança).

Atividades e Lazer – Por fim, com 9% tivemos a seguinte resposta: (Lazer).

Resumo da Pesquisa

29% - Deus
14% - Amor e afeto
14% - Perdão
14% - Comunicação
11% - Companheirismo
9% - Respeito
9% Lazer

Tendo Deus como respostas principais fica evidente, para o público que atendeu à pesquisa, qual é a importância central na visão de uma família feliz. O Amor também desempenha papel significativo para muitos, indicando uma forte ligação entre fé e amor para o bem-estar familiar.

A comunicação eficaz e a capacidade de dialogar de forma assertiva são fundamentais para a harmonia familiar.

Além disso, valores como respeito, confiança, e compreensão apontam para a necessidade de um ambiente de aceitação e respeito entre os membros da família.

Com base em todas estas respostas criei um acróstico para nos ajudar a parar e refletirmos sobre o que nosso irmão e amigos nos relataram ser importante para que uma família viva feliz.

O resultado do acróstico está abaixo e conversaremos sobre ele nos próximos exemplares da nossa revista.

F é
Amor
Motivação
Integração
Lealdade
Intimidade
Apoio

Cada família é única e o caminho para a felicidade pode parecer diferente para cada uma. O importante é colocar DEUS à frente da sua família e estar aberto ao diálogo, comprometido com o respeito mútuo, e estarem dispostos a aprender juntos."

Deus abençoe sua casa.



Sergio Oliveira

Consultor de apoio para Famílias e Casais.

Há mais de 25 anos pastoreando famílias e jovens.

Pós-graduado em Transtornos Comportamentais Escolares (CBI of Miami).

Formação em PNL (CBI of Miami).

Mestrando em Educação, Gestão e Difusão em Biociências (UFRJ).

Pós-graduando em Terapia Sistêmica Familiar e de Casais.

Conferencista e Palestrante na área de Desenvolvimento Humano.

Nos acompanhe no Instagram, no canal [@familia_em_foco_](https://www.instagram.com/familia_em_foco_).

Clique no link abaixo e leia todos os exemplares de **FAMÍLIA EM FOCO**.

<https://bit.ly/3dqta5Y>