



Para entendermos melhor a nossa vida temos de conhecer as características da natureza humana, comportamento das pessoas e estrutura funcional da sociedade. Como já vimos, a origem da vida se deu com as combinações do caldo químico que se formou quando a Terra começou a esfriar há 3 bilhões de anos. Daí, nasceram os primeiros microorganismos que foram se reproduzindo e evoluindo ao longo de milhares de anos, conforme as condições ambientais até chegarem aos seres atuais, inclusive o homem. O homem é um animal como qualquer outro. Sua vida é regida pelo instinto natural de sobrevivência e da reprodução da forma que for possível. O homem comporta-se de acordo com as suas necessidades e condições. Como observamos no dia-a-dia, cada um, animal selvagem ou humano, se vira como pode, nem sempre levando em consideração os princípios coletivos, respeito ao próximo, ordem, lei, moral, bons costumes, honestidade ou ética. A lei da natureza é imutável e o instinto animal do homem sempre prevalece quando suas necessidades básicas estão em jogo. O homem supostamente tem mais inteligência do que os demais animais, pois possui mais tecnologia e consegue viver em qualquer ambiente, mas a realidade do comportamento e relacionamento humano não comprova isso. Todos os animais têm inteligência suficiente para atender a todas as suas necessidades, respeitam seus semelhantes, não agredem a natureza, protegem seu espaço, sua família e somente atacam quando estão com fome ou com medo. O homem tem sido o menos competente dos animais. O sistema é predatório, ou seja um animal se alimenta do outro, cada um tem sua presa e seu predador; e mesmo seu semelhante, nem sempre é um parceiro, mas um concorrente; é sempre assim que olhamos para nossos parentes, amigos, vizinhos, etc.: um concorrente. A humanidade desenvolveu-se muito tecnologicamente, mas o comportamento social muito pouco.

Conceito de Charles Darwin

O meio ambiente, a concorrência e a luta pela sobrevivência selecionam os seres mais aptos, mais fortes e mais espertos, e elimina os menos dotados. As características que facilitam a sobrevivência são transmitidas aos descendentes, firmam-se e identificam uma nova espécie. As espécies vivem em constante evolução. Assim é a vida, desde o primeiro ser vivo até nós.

Natureza humana (3 tipos básicos de seres humanos):

Ser condicionado

A maioria dos seres humanos não desenvolve personalidade própria, não percebe ou interage com o mundo em que vivem, são totalmente fisiológicos e condicionados pelo meio externo. Aceitam as imposições sociais, econômica, culturais, política e religiosa. Vivem somente como produtor de riquezas (plantas/povo). Formam a base da cadeia alimentar humana.

Ser inteligente, mas condicionado

São seres capazes de compreender muitas coisas; adquirem conhecimentos, mas continuam sendo condicionados pelo meio externo. Têm pouca iniciativa, personalidade própria e crítica. São os consumidores primários/classe média. Fornecem a mão-de-obra qualificada.

Ser inteligente e livre

São seres que percebem tudo e tiram conclusões próprias. Têm senso crítico, lógica, razão, opinião e personalidade própria, iniciativa e liderança (consumidores secundário/elite).

Cadeia alimentar

Na base da pirâmide da cadeia alimentar da natureza temos os vegetais, que são os produtores de energia e o povo, produtor de riquezas na cadeia humana. Em seguida, vêm os consumidores primários ou classe média. Depois, os consumidores secundários, a elite humana. Ao morrer todos são decompostos por microorganismos e retornam ao ciclo da vida como matéria-prima.

Hierarquia das necessidades (Maslow)

O comportamento humano depende da necessidade do indivíduo.

Necessidades fisiológicas – São as necessidades básicas para manutenção da vida: alimento, condições ambientais (clima/bem-estar), saúde e sexo.

Necessidades de segurança – Todo ser tem necessidade de casa, garantia do sustento (emprego) e segurança da família.

Racional e social – Somente nesse estágio, quando estão garantidas as primeiras necessidades, o homem passa a ter condições de ser racional e social. Começa a pensar antes de fazer as coisas, procura atitudes equilibradas e solidárias. Começa a oferecer festas, participar de clubes e atividades culturais, de lazer, caridade etc.

Necessidade de reconhecimento e estima – O indivíduo sente necessidade de ser estimado e reconhecido pelos integrantes do grupo como alguém de valor.

Necessidade de auto-realização – Depois de reconhecido e estimado, o indivíduo tem a necessidade de realizar o máximo do potencial individual. A auto-realização é o desejo que o indivíduo tem de tornar-se aquilo que é capaz de ser em grau mais elevado, tarefas desafiantes e plenas de criatividade.

À medida que uma necessidade é satisfeita, mesmo que parcialmente, a importância passa para a seguinte. Dificilmente somos satisfeitos plenamente em algum ou todos os níveis o tempo todo. As satisfações das necessidades variam muito em nível, quantidade e período. A importância das necessidades varia de acordo com a cultura e condição social. Os pobres têm mais necessidades básicas, enquanto os ricos mais necessidades sociais e de realização. Alguns se satisfazem com pouco. Outros somente se satisfazem tendo tudo e não deixando nada para os outros. Assim é a natureza e assim caminha a humanidade. Quem quiser viver melhor tem de entender como funciona o ser humano, a sociedade e adaptar-se.

Divisão da personalidade

Id – Parte mais primitiva, instintiva e inconsciente, ignora a realidade, a moral e a razão. Sua função é a busca das necessidades imediatas e o prazer sem qualquer preconceito.

Ego – Parte organizada da personalidade. Percebe, aprende e raciocina; é parte do Id que se desenvolveu e age como mediador entre o Id e o meio externo.

Superego – Moralidade, padrões da sociedade, perfeição e impõe punições. O Superego separou-se do Ego e vive dominando-o criticamente.

Os princípios do comportamento

O comportamento humano depende basicamente das necessidades do indivíduo, mas também da hereditariedade que determina o temperamento, do ambiente que influi na formação moral e intelectual, dos recursos materiais que possui e do seu estado emocional momentâneo. O homem tem as mesmas necessidades que qualquer animal: território, alimento e segurança da família. Somente após ter satisfeitas essas necessidades básicas, ele se torna racional e social. O homem, por ser considerado o animal mais racional, deveria ter uma formação mais polida e ter construído uma sociedade harmoniosa, mas mantém seu comportamento igual a qualquer animal (às vezes, pior). O comportamento e as relações humanas são as coisas mais importantes para a formação, a existência e o desenvolvimento do homem e de sua sociedade. É o que o torna realmente civilizado. Curiosamente, é a atividade social menos desenvolvida pelo homem, desde os primórdios de sua civilização. Houve muito desenvolvimento tecnológico e não humano. O homem, ao contrário dos animais e povos primitivos, não tem conseguido satisfazer suas necessidades, respeitar seu semelhante e preservar a natureza. Está levando a sua civilização ao fim por ignorar as relações humanas e priorizar os bens materiais. Para haver um bom relacionamento humano, o indivíduo deve ter as mínimas condições de vida e uma educação séria, completa e prática para a qualidade de vida, para obtenção de autoconhecimento, formação da personalidade, consciência de vida e do mundo, saber comunicar-se, respeitar as regras de convivência coletiva e as diferenças pessoais, desenvolver-se e formar uma sociedade saudável, justa e com ordem e progresso. Os principais problemas das relações humanas, além da concorrência e da luta pela sobrevivência, são as diferenças pessoais e de interesses, falta de disciplina e ciúmes. O princípio do relacionamento humano é o respeito às diferenças. As pessoas são diferentes. Pensam, agem e comunicam-se de forma diferente; têm necessidades e desejos diferentes. Portanto, para viver coletivamente, precisamos respeitar as regras mínimas de convivência e colaborar para o bem de todos.

O Homem e sua formação

O homem veio ao mundo sem manual de instruções, sem os recursos básicos para sua sobrevivência e sem as orientações ideais para uma boa qualidade de vida e formação social. Se os pais não têm boas condições de vida, formação e conduta, os filhos também não terão e assim a sociedade vai apenas reproduzindo os seus vícios culturais e tornando-se mais selvagem. Não existem regras universais fixas e infalíveis de sobrevivência e conduta. O homem, através das ciências humanas (psicologia, sociologia e filosofia), de dogmas religiosos e leis, tem desenvolvido normas básicas de conduta que ainda são pouco respeitadas, devido às precárias condições de vida da população, falta de educação e egoísmo das classes dominantes. Não tendo satisfeitas suas necessidades básicas, prevalece no homem o instinto de animal irracional, que é lutar de qualquer forma e sem qualquer princípio para o seu sustento e proteção. Nessas condições, o próximo é um concorrente e não um semelhante, seja ele um familiar, um amigo, um colega de trabalho. Uma ameaça ao seu espaço, sua propriedade, seu tempo ou sossego, sempre é repelida violentamente. Também falta-lhe compreensão do mundo e da vida; falta cultura, tradição e estabilidade social, econômica e política; falta identidade racial, união e mentalidade para atividades sociais e comunitárias. Tudo isso afeta nossa formação e vamos vivendo dentro de uma cultura debilitada, transferindo os problemas para os filhos e criando uma sociedade cada vez mais desajustada. Precisamos de uma base cultural consistente e de segurança social para ter condições de raciocinar para obter bons relacionamentos e tomar decisões equilibradas.

Por que ainda somos selvagens?

Porque as necessidades de sobrevivência ainda são muito urgentes. O homem somente se torna racional e social após ter satisfeito suas necessidades básicas de alimentação, saúde e segurança. Ninguém consegue raciocinar e ser solidário com fome, com dor, sem segurança de emprego, moradia, proteção para a família e educação.

Por que nos relacionamos mal?

Porque a luta e a concorrência pela sobrevivência torna o semelhante uma ameaça, um concorrente.

Por que fazemos coisas erradas?

Porque não sabemos fazer a certa. Porque não estamos em condições de fazer a certa. Porque não temos recursos e as circunstâncias nos obrigam a tomar decisões e atitudes. Como não sabemos ou podemos fazer a certa, fazemos a errada mesmo. As condições precárias de vida não permitem ao indivíduo refletir e buscar soluções ou orientações. A cada caso e periodicamente, devemos parar um pouco e refletir sobre as situações e o que estamos fazendo para buscar soluções e orientação. Só conseguimos uma vida e um mundo melhores com informações e diálogo. Busque sempre o diálogo sadio e produtivo com todas as pessoas que puder. A troca de informações alivia a dor e enriquece a vida das pessoas.

Casamento

O casamento une dois seres diferentes, de sexo, origem e formação diferentes para viverem juntos em harmonia conjugal como se não houvesse diferenças. Não é algo simples de dar certo. Existem várias diferenças físicas e psicológicas entre todas as pessoas e principalmente entre o homem e a mulher. O homem privilegia a força, a razão, a proteção, busca o sexo imediato, a conquista e a aventura. A mulher utiliza mais a intuição, a delicadeza; busca proteção, admiração e o prazer sexual completo e progressivo, com muito afeto e carinho; tem o instinto maternal e é mais emotiva. Para o casal viver bem, deve-se conhecer bem o cônjuge, sentir como ele sente, colocando-se em seu lugar; conhecer e respeitar as diferenças entre as pessoas e entre homens e mulheres. Geralmente, os homens querem que as mulheres pensem como eles e as mulheres não compreendem as necessidades e as maneiras de ser dos homens. A simpatia inicial vem das afinidades, mas depois, aparecem as diferenças e um deve adaptar-se às necessidades do outro. Dar de si antes de pensar em si. O casal deve ter personalidade equilibrada, cada um cedendo em algumas partes e completando outras. As principais causas de separação são a desarmonia sexual e a incompatibilidade de gênios. Portanto, a relação a dois necessita de permanentes reajustes de posição, opiniões, sentimentos, paciência, dedicação e muita compreensão. Felicidade é aceitar e adaptar-se à realidade. O amor é a união total: física, sentimental, intelectual e espiritual.

Filhos

A maioria das pessoas casam-se ainda muito imaturas, com poucos recursos, formação incompleta, sem saber se relacionar, viver e criar filhos corretamente. Os filhos acabam sofrendo o doloroso aprendizado dos pais. Não basta o amor. Criar filhos não é só maravilha. Se a vida do casal já é complexa, criar filhos é uma dificuldade muito maior. Necessita de muitos recursos, cuidado e atenção o tempo todo. Os pais devem entender que os filhos são pessoas diferentes, não são propriedades. Os pais não devem forçar para que os filhos sejam o que eles não puderam ser ou ter. Não devem ser superprotetores, autoritários ou alienados. Devem dar mais atenção do que bens materiais; respeitar a individualidade, as características da idade e da atualidade; saber impor limites e ter muito diálogo. Evitar o uso da palavra “não” e das proibições oferecendo opções positivas e sadias. Gritos, sermões, violência e radicalismo são venenos. As crianças e jovens aprendem por modelos e exemplos e não por discursos e castigo.

Onde estão os pais?

Por que tanta violência? Por que tantos jovens perdidos? Por que os filhos não respeitam os pais? Por que a escola tornou-se um ponto de violência? É pela falta de uma educação social, atenção e atividades positivas para as crianças e jovens. Mesmo para os pais que imaginam estar oferecendo tudo: casa, comida, escola, brinquedos e conselhos, ainda faltam coisas essenciais como atenção e opções sadias. Crianças e jovens aprendem por modelos, exemplos e prática. Oferecer somente bens materiais, obstrui o desenvolvimento, cria dependência e, futuramente, revolta. A escola instrui, mas não educa; as religiões pregam o conformismo; a televisão deforma os bons costumes. Os pais estão sempre ocupados ou cansados, além de também não saber como educar corretamente. A sociedade não prepara e orienta as crianças e jovens para a vida prática, social e profissional. A maioria dos pais não conhece verdadeiramente seus próprios filhos, mal olha em seus rostos, não sente o que a criança está sentindo, passando ou pensando. Não percebe quando o comportamento do filho é normal ou não. Quando os filhos sentem falta de atenção tornam presas fáceis das más companhias. Os pais geralmente percebem isso muito tarde. Seus filhos já foram adotados pelos vícios, drogas, delinquência, homossexualismo, pela revolta, etc. Basta observar o comportamento das crianças e

jovens que, com muita energia, mas, sem bons exemplos, orientação e ambiente, passam a criar passatempos nada sadios, como falar bobagens, brincadeiras e competições agressivas, contar vantagens, menosprezar os demais. Desrespeitam os adultos, jogam lixo em qualquer lugar e seguem os mais “espertos” da turma. A delinquência existe por falta de opções saudáveis. Com um pouco de tempo, pode-se fazer muito pelas crianças. Não se pode só ficar reclamando e esperando que alguém faça alguma coisa. Se não fizermos o bem, certamente alguém fará o mal.

Conhecendo o filho

Os pais devem observar atentamente o comportamento dos filhos, seu vocabulário, seus ídolos, suas companhias, locais que frequentam, músicas que ouvem, as roupas etc., principalmente, as meninas. O comportamento rebelde ou muito tímido da criança e do adolescente é um alarme e um pedido de socorro a que os adultos têm de atender. A rebeldia inicia na infância e, na adolescência, torna-se incontrolável. A desatenção dos pais faz os filhos sentirem-se órfãos. Então, a rua, os traficantes, o vandalismo e a marginalidade os adotam. Os filhos passam a ser mais atendidos pela marginalidade do que pelos pais. Por que o jovem troca o lar e a sala de aula pela rua? Porque recebe mais atenção e porque é mais interessante. Por que os alunos preferem o lado de fora da escola? Basta um só olhar para saber tudo o que está acontecendo com a criança ou jovem. Não é necessário perguntar, eles não vão falar. Tudo o que eles fazem de certo ou errado, é herdado do subconsciente dos pais e dos exemplos que observam no dia-a-dia de sua casa. Onde estão a educação e a percepção materna e paterna?

Vamos fazer alguma coisa

Os pais, normalmente desorientados pela falta de boas condições de vida, formação e luta pela sobrevivência e os órgãos públicos educacionais geralmente não oferecem condições e educação adequada para uma boa formação dos filhos e de uma sociedade mais justa. Assim, torna-se muito difícil obter qualidade de vida e criar bem os filhos. Antes de reclamar, devemos nos perguntar: o que fazemos para melhorar o mundo em que vivemos? Cada um deve e pode fazer alguma coisa, se deseja melhorar a vida de sua família e da sociedade em que vive:

- Faça reuniões periódicas de adultos com crianças e jovens para uma discussão sobre todos os assuntos. Os adultos fariam sobre suas experiências de vida e profissional. As crianças podem expor suas dúvidas, reclamações e sugestões. A simples troca de informações enriquece e melhora a vida de todos, principalmente das crianças e jovens, que vivem desorientados e a beira da delinquência. A partir disso, pode-se elaborar uma série de atividades, como palestras educativas, profissionalizantes, culturais e lazer
- Organize uma coleta de lixo reciclável e conscientização ecológica. Precisamos oferecer mais orientação e opções de lazer para as crianças, pois elas têm muita energia, mas vivem desorientadas sobre como aproveitar o tempo e divertir-se saudavelmente. Elimine o tempo das culturas negativas com atividades positivas.
- Elabore um guia de moradores para contatos comerciais e sociais.
- Divulgue guias de segurança, saúde, alimentação e medicina preventiva.
- Realize palestras sobre relacionamento de pais e pais com filhos.

Existe uma série de coisas que se pode fazer para melhorar a vida e o local em que se vive. Mas, se somente ficamos na frente da televisão, os mais espertos e mais organizados continuarão mandando e desmandando em nós, enquanto nos degeneramos por passividade. O castigo de quem fica parado é ser governado por quem se mexe. Quem não participa, não tem o direito de reclamar. O governo e o país são um reflexo do seu povo. Colhemos o que plantamos. Teremos a sociedade que construirmos. A vida é para ser vivida coletivamente e produtivamente.

Viver bem

Viver bem é uma arte que tem os seus segredos. Alimentar-se bem, ficar longe dos vícios e manter-se fisicamente ativo. Essas são regras básicas que ajudam a preservar o nosso corpo. Mas, viver bem é mais do que isso. O homem é um ser que vive em grupo. Ele pode se relacionar melhor, caso siga algumas regras de comportamento. Na infância, em casa, ensina-se que o direito de uma pessoa vai até onde começa o direito da outra. As coisas seriam mais fáceis se todo mundo pusesse isso em prática. Os problemas começam quando todos querem fazer valer a sua vontade, sem lembrar da vontade dos outros.

Em casa

A casa e a família são o abrigo do homem, onde ele descansa do trabalho, das dificuldades da luta pela sobrevivência, dos problemas da vida na cidade. É importante o respeito dentro de casa. Sem brigas, gritos ou discussões. Mas, é bom lembrar que, hoje em dia, a mulher também trabalha fora para ajudar no sustento da casa. E não é justo que, depois de um dia de trabalho igual ao do marido, ela tenha de cuidar sozinha do jantar e de todos os serviços da casa. Assim, não basta mostrar carinho e respeito pela companheira e pelas crianças. É preciso também dividir as responsabilidades pelo trabalho doméstico e pela educação da garotada. A criança que vê a solidariedade e a amizade entre os pais aprende e passa a agir da mesma forma.

Com os amigos

Poucas pessoas conseguem conviver com a solidão. Viver afastado da família e dos amigos não faz bem a ninguém. Isso vale para crianças, jovens e adultos. As amizades devem ser mantidas na base do respeito e do carinho.

- Saiba ouvir o amigo quando ele precisa.
- Dê conselhos sinceros.
- Divida com ele também as suas preocupações.
- Seja solidário nas dificuldades dos outros.
- Lembre que todo mundo tem qualidades e defeitos.

Tudo isso faz parte da amizade. Faz crescer a confiança e a solidariedade entre as pessoas.

No trabalho

Se pensarmos bem, passamos a maior parte da nossa vida no trabalho. Por isso, é bom conviver bem com todos os colegas. É claro que simpatizamos mais com uns do que com outros. Muitas vezes, formamos uma opinião sobre uma pessoa sem conhecê-la direito. Vai ver, só falta a iniciativa de chegar com um sorriso ou um gesto de solidariedade para conquistar a amizade de um colega mais calado.

Você é chefe? Pois, saiba que os tempos do autoritarismo já terminaram. As modernas técnicas de gerenciamento ensinam que as pessoas têm medo e não respeito, por chefes desse tipo. E um trabalhador insatisfeito, ou sob pressão, produz mal. Por isso, é preciso muito diálogo entre os trabalhadores e quem está no comando. O interesse é comum: realizar um bom trabalho, em clima de compreensão e amizade, para que todo mundo goste do ambiente em que trabalha.

Falando em relacionamento, não vamos nos esquecer daquele colega novo, que chegou outro dia e ainda não tem amigos. Lembre-se de como foi difícil quando você começou. Além disso, um trabalhador não adaptado é inseguro, tem mais possibilidade de cometer erros, que podem até gerar um acidente.

Ambiente sadio

Encare os seus colegas como companheiros e não como concorrentes. Deixe a concorrência para o mercado. Nada de gritos, ironias e de pensar só em si mesmo. Não se esqueça de que o seu interesse é o interesse dos colegas, da sua empresa e do nosso país, que é a soma dos interesses de todos nós. Cuide bem do ambiente de sua empresa, assim como é bom cuidar do ambiente em que você vive, na sua cidade, na sua comunidade. Tem gente que pensa que tudo aquilo que é público não pertence a ninguém. Ao contrário, tudo o que é público pertence a todos nós. Vamos zelar pelo que é nosso.

Ao final de cada capítulo você terá um roteiro em formato de cartaz para ser reproduzido e fixado em locais visíveis no cotidiano de todas as pessoas. Esses roteiros contêm o conceito básico dos assuntos e as orientações essenciais para entender a vida e como praticar bons hábitos no seu dia-a-dia para viver melhor, melhorar sua comunidade e preservar a natureza. Pratique e divulgue.

Princípios Sociais

- 1 – Não vivemos só e não somos iguais. As pessoas são diferentes. As pessoas pensam, se comunicam, têm necessidades, desejos e valores diferentes.
- 2 – Para podermos sobreviver e ter qualidade de vida, temos de conviver em harmonia com todas as pessoas e também com tudo o que existe no universo.
- 3 – Para a vida coletiva, necessitamos de normas mínimas de convivência.
- 4 – O ser humano deve respeitar o próximo em todos os seus direitos; respeitar sua integridade física, moral, opiniões, crenças, seu espaço e seus pertences. Ter ética.
- 5 – Ética é o conjunto dos valores morais e princípios ideais da conduta humana: bons costumes, honestidade, justiça, amizade e cooperativismo. Ter educação.
- 6 – Educação é o desenvolvimento das faculdades físicas, morais e intelectuais; civilizar; formar a inteligência, o coração e o espírito; bom comportamento e boa conduta.
- 7 – Ensinar é transmitir conhecimentos e cultura. Instruir; civilizar.
- 8 – Cultura são os costumes de um povo. Cultivar bons hábitos e respeitar o próximo. Atividades para a sobrevivência. Atos benéficos à saúde e ao desenvolvimento mental.
- 9 – Civilização é o estado de adiantamento de cultura social; acúmulo e prática de habilidades e conhecimentos.
- 10 – Civilizado: que possui cultura social, integrado à civilização, polido, cortês, bem educado, boas maneiras, etiqueta, não criminal, não grosseiro.
- 11 – Humano é ser bondoso, caridoso, benevolente; de bons sentimentos.
- 12 – Selvagem: da selva, do mato ou floresta, bravio, rústico, grosso, sem respeito, sem educação, inculto, sem ética, não civilizado.
- 13 – Racional: pela razão, razoável, lógico, pela inteligência. Faculdade de raciocinar, ponderar, juízo.
- 14 – Social: amigável. Classe social: pertencente à sociedade.
- 15 – Sociedade: compõe-se dos indivíduos e suas instituições de padrão comum. Família, empresa, órgãos públicos, associações, igreja, clubes, etc.

Conceitos do Bom Relacionamento Humano

- 1 - Respeitar os mais velhos, os mais novos, os da mesma idade, os pais, os professores, amigos, vizinhos e mesmo os desconhecidos.
- 2 - Respeitar é se relacionar bem com todas as pessoas, todos os animais e todas as coisas da natureza e do universo. Não perturbar o espaço das pessoas.
- 3 - Respeitar é tratar bem, respeitar as diferenças para todos viverem bem.
- 4 - Respeito é tratar as pessoas e coisas como você gostaria de ser tratado.
- 5 - Trate tudo no mundo como se fosse seu.
- 6 - O mundo é a nossa casa, a casa de todos. Respeite os direitos de todos.
- 7 - Ouça a experiência dos mais velhos. Faça silêncio.
- 8 - Tratar bem é cumprimentar. Olá, bom dia, boa tarde, boa noite, tudo bem? Posso ajudá-lo em alguma coisa? Por favor, o Senhor, a Senhora, ou você pode me ajudar, me informar, me orientar? Obrigado, muito obrigado. Colaborar.
- 9 - Nunca menosprezar outras pessoas por qualquer motivo, seja por diferença, deficiência ou preconceito.
- 10 - Tenha calma nos momentos críticos, quando é contrariado, quando não consegue o que quer ou no momento de um acidente. Nervosismo, pânico ou agressividade somente agravam o problema. Informe-se de como resolver os problemas.
- 11 - Mantenha a calma, pense e converse com humildade. Controle-se.
- 12 - Busque compreender e aceitar as pessoas e situações e não confrontar.
- 13 - Respeite as leis, os costumes, as opiniões, as crenças e a individualidade.
- 14 - O mundo é como nós. Somos tratados como o tratamos.
- 15 - Obrigado, muito obrigado. Mesmo.

Os Dez Mandamentos do Casal

O Casamento

O casamento une dois seres diferentes, de sexo, origem e formação para viverem juntos em harmonia conjugal como se não houvessem diferenças. Não é algo simples de dar certo. Existem várias diferenças físicas e psicológicas entre todas as pessoas e principalmente entre o homem e a mulher. O homem privilegia a força, a razão, a proteção, busca o sexo imediato, a conquista e a aventura. A mulher utiliza mais a intuição, a delicadeza, busca proteção, admiração e o prazer sexual completo e progressivo com muito afeto e carinho; tem o instinto maternal e é mais emotiva. Para o casal viver bem, deve-se conhecer bem o cônjuge, sentir como ele sente, colocando-se no seu lugar. Conhecer e respeitar as diferenças entre as pessoas e entre homens e mulheres. Geralmente, os homens querem que as mulheres pensem como homens e as mulheres não compreendem as necessidades e as maneiras de ser dos homens. A simpatia inicial vem das afinidades, mas, depois aparecem as diferenças e um deve adaptar-se às necessidades do outro. Dar de si antes de pensar em si. O casal deve ter personalidade equilibrada, cada um cedendo em algumas partes e completando outras. As principais causas de separação são a incompatibilidade de gênios e a desarmonia sexual. Portanto, a relação a dois necessita de reajustes permanentes de posição, opiniões, sentimentos, paciência, dedicação e muita compreensão. Felicidade é aceitar e adaptar-se à realidade. O amor é a união total: física, sentimental, intelectual e espiritual. Os mandamentos:

- 1. Tomar conhecimento dos artigos 226 a 330 da Constituição Federal e dos artigos 180 ao 484 do Código Civil que tratam de toda a regulamentação da família, do casamento, dos filhos e dos direitos e obrigações do marido e da esposa.**
- 2. Os direitos e deveres referentes à sociedade conjugal são exercidos igualmente pelo homem e pela mulher. O casamento é um contrato de responsabilidade social e civil.**
- 3. São deveres de ambos os cônjuges: a fidelidade recíproca, a vida em comum no domicílio conjugal, a mútua assistência e sustento, guarda e educação dos filhos.**
- 4. As pessoas são diferentes. Pensam e comunicam-se de forma diferentes, têm desejos, necessidades e valores diferentes. Respeite as diferenças. Compreenda e aceite-as.**
- 5. Saiba comunicar-se. Ouvimos e entendemos somente o que queremos.**
- 6. Certifique-se de que o outro entendeu sua mensagem.**
- 7. O que é alimento para um pode ser veneno para o outro.**
- 8. Amor é respeito. Quem ama respeita. Amar é compreender e conceder.**
- 9. Respeite como gostaria de ser respeitado. Respeite para ser respeitado.**
- 10. A natureza une pessoas com algumas afinidades e muitas diferenças para que os filhos obtenham as melhores características de cada um. Diversifica as espécies na busca do melhor resultado, evolução e proteção. Viva a diferença.**

Mandamentos Básicos dos Pais

- 1 - Os filhos são pessoas diferentes de seus pais e de seus irmãos. Compreenda-os e respeite as diferenças. Todas as pessoas pensam, comunicam-se, têm necessidades, desejos e valores diferentes.
- 2 - Filhos aprendem por exemplos e diálogo (querem saber os porquês das coisas).
- 3 - Saiba comunicar-se, negociar, dar opções sadias e limites.
- 4 - Filhos aprendem por modelo e não com discursos, autoritarismo e rigidez.
- 5 - Os filhos espelham-se nos adultos e no ambiente em que vivem.
- 6 - Os filhos até 7 anos espelham-se na mãe; dos 7 aos 14 nos pais e, dos 14 aos 21, nos amigos. Crianças, adolescentes e jovens são esponjas. Absorvem tudo e depois comportam-se conforme o aprendizado. Após os 21 anos tornam-se uma resultante dos traços hereditários, pais, amigos, sociedade e si próprio.
- 7 - Filhos têm personalidade e vida próprias.
- 8 - Identifique o canal de comunicação de seu filho(a). Compreenda-o(a) e faça-o compreender você.
- 9 - Filhos não são para compensar as frustrações e desejos dos pais.
- 10- Filhos assimilam o interior dos pais, mas os pais não conhecem o interior dos filhos. Conheça a si e conhecerá o seu(a) filho (a).

É estúpidez querer que nossos filhos sigam nossos conselhos e ignorem os nossos exemplos.



Do nascimento à fase adulta, o ser humano passa por muitas mudanças, devido ao desenvolvimento do seu corpo, de sua mente, maneira de viver e de se relacionar com os outros. Inicialmente, o bebê depende totalmente da mãe e seu meio de comunicação é o choro. Depois, começa a brincar, andar, falar. Vai para a escola, convive com amigos e pessoas fora da família; absorve conhecimentos, desenvolve habilidades e vai se tornando independente. A adolescência inicia-se aos 12 ou 13 anos, quando grandes mudanças começam a ocorrer no corpo e na mente do indivíduo, deixando de ser criança e começando a tornar-se adulto. As características sexuais começam a tornar-se mais evidentes. A mente tem de se adaptar a essas transformações. Adolescência: é esta fase de transição em que muitos sintomas físicos perturbam o comportamento. Surgem interesses mais definidos. Vêm as obrigações e responsabilidades, pois tem de tomar muitas decisões, escolher modo de vida (dificilmente achamos boas referências), definir crenças, profissão, namoradas (os), etc. A adolescência começa com a puberdade, quando ocorrem as transformações do corpo, iniciando com o aparecimento dos pêlos nos órgãos sexuais e axilas masculino e feminino. Na puberdade, inicia-se o aumento da produção de hormônios sexuais, pelos ovários e testículos, que são lançados no sangue atingindo várias regiões do corpo produzindo mudanças notáveis. Nas meninas, os seios crescem, as cinturas afinam e os quadris e coxas ficam mais arredondados. Assim que vem a primeira menstruação, a mulher começa a ficar fértil e pode gerar filhos. Nos meninos, a puberdade começa um pouco mais tarde. Aos 13 anos, começam a crescer mais rápido, inclusive o pênis e os testículos e os pêlos à sua volta que encaracolam. Os ombros tornam-se mais largos e os quadris e os músculos se desenvolvem. No rosto, aparecem penugens e a voz fica mais grossa. Ocorre a primeira ejaculação e o menino já pode engravidar uma menina. O crescimento do corpo humano é irregular, pois a coluna vertebral é a última a crescer. Cada um tem seu próprio ritmo de crescimento. Cada pessoa tem desenvolvimento mais lento ou mais rápido em cada característica física, mental ou sexual. Pés e braços grandes demais são normais na puberdade. Também é normal um seio ou um testículo crescer mais rápido que o outro, mas depois eles ficam do mesmo tamanho. A puberdade gera muito desconforto físico e mental, que são passageiros, mas, se incomodar muito, procure orientação médica ou assistência psicológica. Fatalmente surgem as espinhas, que não devem ser espremidas para não deixar marcas. Aumenta também o suor e o mau cheiro, que são resolvidos com água e sabão. Os meninos devem puxar para trás a pele que cobre a cabeça do pênis e lavar bem com sabonete. Se isso não for possível, deve ser feita a cirurgia de fimose, que atualmente é coisa bem simples e segura. A adolescência é um período de muitas crises e confusões na cabeça dos jovens. Os pais começam a cobrar atitudes mais responsáveis, mais adultas, menos brincadeiras, mais seriedade, mais aplicação nos estudos e dão mais tarefas. Alguns necessitam trabalhar. Os adultos tratam o adolescente como criança, mas querem que se comportem como adultos. Você ama seus pais, mas os odeia ao mesmo tempo porque dizem que você não sabe nada e tem de obedecer sem reclamar. Quer ser independente, mas depende da família. Não quer ser mimado, mas precisa de proteção. Esses conflitos internos são normais e necessários para sua formação. O destino diz que é sofrendo que aprendemos a viver, a saber o que queremos, o que seremos e que caminho seguir. O adolescente questiona o mundo e os valores da sociedade. Por isso, é comum o jovem revoltar-se contra todas as regras que lhe são impostas. Até aqui obedeceu, agora quer seguir seu coração, sua cabeça, formar suas próprias opiniões e adquirir suas verdades sozinho. Namoros, desejos sexuais, emoções intensas e muitas dúvidas acompanham toda a adolescência. Tudo isso é normal e passará, restando o aprendizado para uma vida adulta madura.

Comportamento dos Adolescentes

Dez traços de uma adolescência normal

- 1 – Os adolescentes buscam uma identidade própria e auto-afirmação.
- 2 – Vivem em grupos formados por outros jovens com objetivos semelhantes.
- 3 – Têm muitas fantasias.
- 4 – Passam por crises ideológicas e religiosas.
- 5 – Vivem perdendo a hora, pois não têm noção do tempo.
- 6 – Começam a ter interesse pelo sexo oposto.
- 7 – Adoram reivindicar direitos e contestar tudo.
- 8 – Às vezes falam uma coisa e fazem outra.
- 9 – Aos poucos vão se tornando psicologicamente independente dos pais.
- 10 – Mudam de humor com muita frequência.