

LIÇÃO 3

A VERDADE X A REALIDADE

TEMA

VENCENDO A BAIXA AUTOESTIMA

OBJETIVO DA AULA

Ensinar ao adolescente que precisamos nos olhar como Deus nos vê. Nossa fé equilibrará nossa percepção de nós mesmos, nos permitindo celebrar o potencial de Deus em nós, vencer nossas limitações e ainda escrever nossa história vitoriosa.

1. ACOLHIMENTO

2. LOUVOR

Julia Vitoria - Tudo o Que Sou



Faça a leitura do QR-code ou clique nele, para escutar o louvor de hoje!

3. VERSÍCULO DO DIA

Romanos 12:3 "Por causa da bondade de Deus para comigo, me chamando para ser apóstolo, eu digo a todos vocês que não se achem melhores do que realmente são. Pelo contrário, pensem com humildade a respeito de vocês mesmos, e cada um julgue a si mesmo conforme a fé que Deus lhe deu".

4. ORAÇÃO

Ore para que a Palavra do Senhor que está sendo plantada no coração dos adolescentes, seja protegida e nutrida por Deus, em seus corações, para enraizar e frutificar. Profetize na vida de cada aluno a vitória sobre a baixa autoestima.

5. DINÂMICA

Material: 01 papel A5 e 01 caneta ou lápis, para cada aluno.

Você pedirá a cada aluno para desenhar um coração em um lado da folha, de modo que ocupem boa parte da folha.

Em um bate-papo bem descontraído, peça que anotem no verso da folha, porém dentro do coração

que desenharam, características e virtudes que um filho(a) de Deus deve ter e desenvolver (Por exemplo: paciência, gentileza, generosidade, verdade, etc). Ajude-os nessa etapa, Conversem sobre pessoas que possuem essas virtudes, sejam personagens bíblicos e também, pessoas do nosso convívio.

Depois, peça a eles que recortem a folha no formato do coração, porém, sem tesoura. apenas com as mãos, rasgando a folha.

Para finalizar, peça aos alunos que circulem as características e virtudes que eles possuem e estão desenvolvendo já.

Reflexões: Muitas vezes conseguimos com facilidade estimar (admirar) as outras pessoas, mas não percebemos o quanto temos em nós, mesmo imperfeitos, como o recorte do coração, precisamos estimar o que Deus já fez em nós e através de nós.

6. ENSINO

Faça uma leitura dinâmica com os alunos de Juízes 6: 1-16 (Cada um lê um versículo).

O povo tinha se afastado do Senhor, estava vivendo sendo massacrados pelos midianitas. Então, Deus escolhe um homem que estava escondido e com medo. E diz para ele assim: "Poderoso Guerreiro"!

Vocês já ouviram aquele versículo que diz assim: 'Deus escolhe as coisas loucas para confundir as sábias desse mundo'? É incrível como que Deus vê capacidade em nós, que a gente não consegue ver!

Muitas vezes estamos como Gideão. Deus vem nos chamando de Poderoso Guerreiro, falando coisas tão boas a nosso respeito, e a gente não acredita e ainda diz: "Deus, quero só te informar que da minha casa eu sou o menor, sou o piorzinho que está tendo..." A gente fica tentando contar uma mentira pra Deus! Porque Ele já declarou que somos mais que vitoriosos nEle!! Ele mesmo nos deu e continua nos dando dons, habilidades e capacidades. Ele já nos entregou promessas!!

Mas tem um problema que acontece muito na nossa vida. Geralmente nessa batalha que acontece em nossa mente, o inimigo vai soprar uma frase assim: "Você não é capaz! Você não é bom o suficiente!" Ele pega pesado, não é mesmo?!, Porque todo mundo quer ser bom, não é verdade?! Bom filho, boa filha, bom profissional, todo mundo quer ser bom naquilo que faz...

Mas que coisa é essa que um Deus tão bom, que faz tudo perfeito, um Deus todo soberano e

poderoso... faz milagres incríveis, coisas extraordinárias, fez algo que não presta?! Isso não faz sentido! É claro que só podia ser mentira de satanás. Você não é ruim, o pecado é ruim! E isso até Deus já disse! Mas você foi criado de forma admirável por Deus! E foi criado para fazer boas obras, fazer coisas extraordinárias também!

Então, quando a baixa autoestima vier, com pensamentos para te deixar triste, para baixo, tentando destruir sua alegria, você vai fazer 2 coisas: Repreender e Substituir! Você vai dizer: 'Tá repreendido em nome de Jesus', mas você também vai substituir esse pensamento pela verdade de Deus! Para vencer a batalha da baixa autoestima, você precisa rejeitar o pensamento mau e colocar um pensamento bom no lugar dele. Não deixa esse espaço vazio não.

Mas, tem mais uma coisa! Geralmente o guerreiro da baixa autoestima, se chama vitimismo. É o mal desse século. Se você não coloca um pensamento verdadeiro no lugar, você perde para o vitimismo.

Leia com os alunos Juízes 7: 9-15.

Prestem atenção, Deus falou o plano, afirmou que daria uma vitória poderosa para o povo, mas Gideão com medo, não acreditou. Olha o que Deus fez. mandou o inimigo dizer, pra ver se ele acreditaria então. Mas a gente tem que crescer e chegar no nível de acreditar quando Deus falar, não dar mais ouvidos ao inimigo do que a Deus. Deus falou, tá falado! Não existe batalha perdida se Deus está no comando! Não tem criatura nenhuma nesse mundo que faz o contrário.

Mas nós precisamos fazer a nossa parte! Ah porque ninguém me ama, porque eu não sou capaz mesmo...

Se a gente passa mais tempo dando ouvidos a mídia, redes sociais... o que não está pautado na palavra de Deus, você que escolheu permanecer nessa batalha. Fica se fazendo de vítima mas passa o dia todo escutando fofoca, no meio de discórdia, na murmuração... você mesmo se coloca dentro dessa guerra. Nem precisa colocar a culpa no diabo.

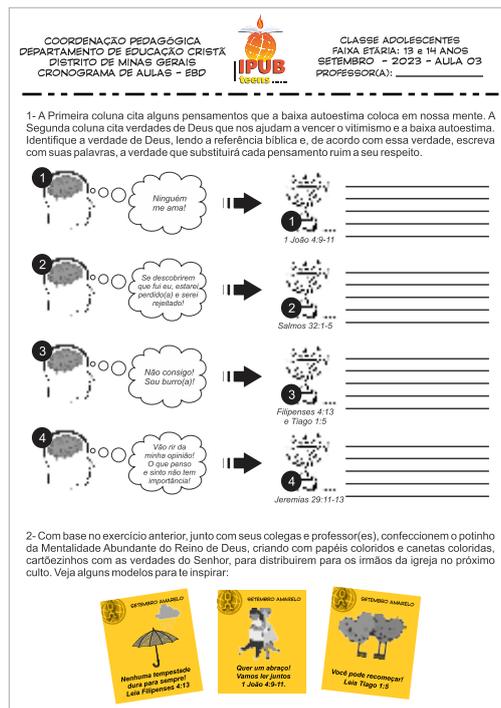
Rejeita esse pensamento, repreende ele em nome de Jesus e corre para a Palavra de Deus para colocar uma verdade boa no lugar! Você já aprendeu a estratégia, mas precisa se comprometer em colocar em prática!

Se você lê a Bíblia com freqüência, faz seu devocional, presta atenção na pregação da Palavra e se envolve nos louvores durante os cultos, se você faz essas coisas, mais fácil para você! Você já vai ter na ponta da língua a verdade boa que você vai colocar no lugar desses pensamentos ruins.

Para vivermos as experiências de uma pessoa vencedora, primeiro é necessário pensarmos e nos comportarmos como uma pessoa vencedora.

7. ATIVIDADE

Ajude seus alunos a responderem a atividade e incentive-os a confeccionarem os cartõeszinho para distribuir na igreja no próximo culto. Você pode reservar uma caixinha decorada de Setembro Amarelo, ter papéis de 5x5cm na cor amarela ou imprimir os cartões do material de apoio.



COORDENAÇÃO PEDAGÓGICA
DEPARTAMENTO DE EDUCAÇÃO CRISTÃ
DISTRITO DE MINAS GERAIS
CRONOGRAMA DE AULAS - EBD

CLASSE ADOLESCENTES
FAIXA ETÁRIA: 13 e 14 ANOS
SETEMBRO - 2023 - AULA 03
PROFESSOR(A): _____

1- A Primeira coluna cita alguns pensamentos que a baixa autoestima coloca em nossa mente. A Segunda coluna cita verdades de Deus que nos ajudam a vencer o vitimismo e a baixa autoestima. Identifique a verdade de Deus, lendo a referência bíblica e, de acordo com essa verdade, escreva com suas palavras, a verdade que substituirá cada pensamento ruim a seu respeito.

1	Ninguém me ama!	1	1 João 4:9-11	_____
2	Se descobrirem que fui eu, estarão perdoado e não me rejeitarão!	2	Salmos 32:1-5	_____
3	Não consigo! Sou burro(a)!	3	Filipenses 4:13 e Tiago 1:5	_____
4	Vão ir da minha guarda! O que penso e sinto não tem importância!	4	Jeremias 29:11-13	_____

2- Com base no exercício anterior, junto com seus colegas e professor(es), confeccionem o potinho da Mentalidade Abundante do Reino de Deus, criando com papéis coloridos e canetas coloridas, cartõesinhos com as verdades do Senhor, para distribuírem para os irmãos da igreja no próximo culto. Veja alguns modelos para te inspirar:



SETEMBRO AMARELO
Nenhuma tempestade dura para sempre!
Leia Filipenses 4:13

SETEMBRO AMARELO
Quer um abraço?
Venha ao culto!
1 João 4:9-11

SETEMBRO AMARELO
Você pode reconhecer?
Leia Tiago 1:5



Imagem Ilustrativa como exemplo.

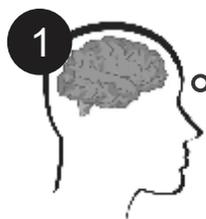
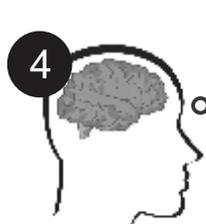
8. REFORÇAR O APRENDIZADO



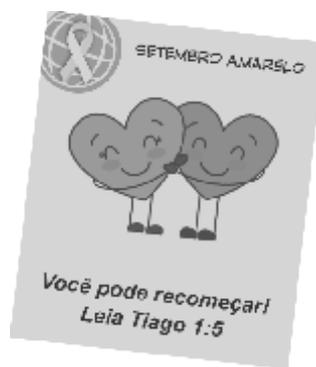
Assista com os alunos o vídeo: Brilhante - Curta Metragem de Animação e reflita com eles que a Palavra de Deus é luz que ilumina a nossa vida, nos mostrando sempre o melhor caminho. E quando aceitamos o amor de Deus, somos reconstruídos e transformados, alcançando alegria completa.

9. ORAÇÃO FINAL

1- A Primeira coluna cita alguns pensamentos que a baixa autoestima coloca em nossa mente. A Segunda coluna cita verdades de Deus que nos ajudam a vencer o vitimismo e a baixa autoestima. Identifique a verdade de Deus, lendo a referência bíblica e, de acordo com essa verdade, escreva com suas palavras, a verdade que substituirá cada pensamento ruim a seu respeito.

<p>1</p>  <p>Ninguém me ama!</p>		 <p>1</p> <p>1 João 4:9-11</p>	<p>_____</p> <p>_____</p> <p>_____</p> <p>_____</p>
<p>2</p>  <p>Se descobrirem que fui eu, estarei perdido(a) e serei rejeitado!</p>		 <p>2</p> <p>Salmos 32:1-5</p>	<p>_____</p> <p>_____</p> <p>_____</p> <p>_____</p>
<p>3</p>  <p>Não consigo! Sou burro(a)!</p>		 <p>3</p> <p>Filipenses 4:13 e Tiago 1:5</p>	<p>_____</p> <p>_____</p> <p>_____</p> <p>_____</p>
<p>4</p>  <p>Vão rir da minha opinião! O que penso e sinto não tem importância!</p>		 <p>4</p> <p>Jeremias 29:11-13</p>	<p>_____</p> <p>_____</p> <p>_____</p> <p>_____</p>

2- Com base no exercício anterior, junto com seus colegas e professor(es), confeccionem o potinho da Mentalidade Abundante do Reino de Deus, criando com papéis coloridos e canetas coloridas, cartõezinhos com as verdades do Senhor, para distribuírem para os irmãos da igreja no próximo culto. Veja alguns modelos para te inspirar:





SETEMBRO AMARELO



SETEMBRO AMARELO



SETEMBRO AMARELO



SETEMBRO AMARELO



SETEMBRO AMARELO



SETEMBRO AMARELO



SETEMBRO AMARELO



SETEMBRO AMARELO



SETEMBRO AMARELO



SETEMBRO AMARELO



SETEMBRO AMARELO



SETEMBRO AMARELO



SETEMBRO AMARELO



SETEMBRO AMARELO



SETEMBRO AMARELO



SETEMBRO AMARELO



SETEMBRO AMARELO



SETEMBRO AMARELO



SETEMBRO AMARELO



SETEMBRO AMARELO