DA TEORIA À PRÁTICA

Compreender o impacto de algumas atitudes na vida de seu filho é algo que faz muita diferença. Diante de tudo o que leu, somado ao que certamente lhe foi revelado nas entrelinhas pelo Espírito Santo acerca da própria infância, na vida adulta e também como mãe ou pai, reflita sobre quais comportamentos você quer eliminar e quais irá colocar em seu lugar, no que diz respeito ao relacionamento com seu filho. Se não tiver filhos, imagine como será quando tiver. Caso não seja um desejo seu ter filhos, pense: tem tratado alguém próximo como se fosse um filho, comportando-se de uma maneira que claramente traz padrões de repetição negativos? Depois, preencha o exercício a seguir.

Eu, _____, identifiquei estar agindo com meu(s) filho(s) com os seguintes comportamentos: _____.
E a partir de hoje me empenharei amorosamente em trocar essa postura pelas seguintes atitudes benéficas:_____.
E farei isso a partir do dia _____, às ___h___min. Irei pedir para _____(amigo com quem compartilhar a decisão) que me cobre daqui a ___ dias, isto é, _____ para saber se já estou no processo de transformação.
Assino e atesto que este documento é verdade.

_____
(seu nome)

Para completar o exercício, escreva uma declaração de amor para o(s) seu(s) filho(s), dizendo o quanto ele(s) é(são) importante(s) e amado(s) e o quanto significa(m) para você.

.....

.....

.....

.....

.....