

# NA FAMÍLIA, A CONSTRUÇÃO DA PAZ

ESCOLA DE PAIS DO BRASIL - Revista nº 46 – 2025





**JOANA ANGÉLICA E  
REINALDO CEZIMBRA**

Casal Presidente da EPB Salvador  
rjcezimbra@gmail.com

Um lema nos guia e pulsa em nossos corações:

**“JUNTOS SOMOS MAIS FORTES”**

Na Escola de Pais do Brasil, essa máxima se traduz em cada ação, em cada projeto.

É no trabalho colaborativo que realizamos nossos Congressos, Revisões Nacionais, Estaduais e Locais, Seminários, revistas, Ciclos de Debates e as tão importantes Conversas com pais e mães.

São iniciativas que florescem na união e que geram um impacto profundo, não só para quem as idealiza, mas para cada pessoa que se permite viver e absorver os ricos saberes compartilhados.

Há 62 anos a EPB Nacional e 59 anos a EPB Salvador trilham esse caminho, construindo pontes de conhecimento e afeto.

Em 2025, o Seminário de Salvador celebrou o tema “A FAMÍLIA COMO AGENTE ESTRUTURANTE DA PAZ”.

Tivemos a imensa alegria de receber como nosso palestrante o Dr. Feizi Milani, um grande amigo e admirador da nossa causa.

Nossa Revista deste ano é um convite à reflexão, com artigos que prometem tocar a alma e inspirar novas perspectivas em nossa vida familiar.

Que possamos, em cada lar, semear a paz, zelar pela segurança dos nossos filhos, praticar a arte da escuta ativa, edificar espaços de ética e cultivar a empatia em nossos corações.

O Dr. Feizi Milani nos inspira com suas palavras: **É urgente descobrir o que os espaços educativos podem fazer para se configurar como ambiências saudáveis, nas quais se cultivam cidadania, participação, diálogo e respeito às diferenças.**

Um abraço caloroso e que a leitura seja um momento de profunda conexão.



# Expediente

ESCOLA DE PAIS DO BRASIL,  
SECCIONAL DE SALVADOR  
Revista nº 46 – Ano 2025  
escoladepais.salvador@gmail.com

## ENDEREÇO

Rua Oswaldo Valente, 644/801  
Ed. Conde de Nassau - Itaigara  
Salvador - Bahia

## PRESIDENTES

Joana Angélica Ferraz Campos Cezimbra (Jane)  
Reinaldo Almeida Cezimbra

## ORGANIZAÇÃO

Nilza Carolina Cercato e Clélio Souza

## CONSELHO EDITORIAL

Nilza Carolina Suzin Cercato  
Jane e Reinaldo Cezimbra  
Clélio Oliveira de Souza

## DIRETOR FINANCEIRO

Maria Auxiliadora Torres Vilas Boas  
Jaziel Barreto Vilas Boas

## PROJETO GRÁFICO E EXECUÇÃO

Bárbara Almeida

## IMAGENS

pixabay.com  
br.freepik.com

## CAPA

Wan Len Wu

# Sumário

### ✓ **ARTIGO DE FUNDO**

4	A PAZ COMEÇA EM CASA: A CONVIVÊNCIA DIÁRIA.
7	PAIS PRESENTES: FILHOS SEGUROS
9	CONFLITOS SAUDÁVEIS: COMO DISCUTIR SEM ROMPER LAÇOS
10	PAZ NÃO É SILÊNCIO: A ESCUTA ATIVA
13	LIMITES COM AMOR, A DISCIPLINA CONSCIENTE.
15	O LAR COMO PRIMEIRO ESPAÇO ÉTICO AÇÃO E RESPONSABILIDADE

### ✓ **A ESCOLA DE PAIS EM AÇÃO**

17	ORIENTANDO FAMÍLIAS PARA TRANSFORMAR O FUTURO
25	ENTREVISTA

### ✓ **REFLEXÕES**

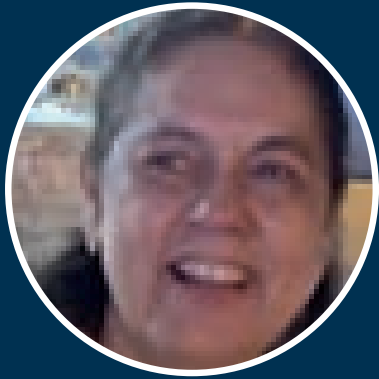
29	SAÚDE EMOCIONAL DOS PAIS, AUTOCONHECIMENTO E AUTOCOMPAIXÃO
31	FORMANDO CORAÇÕES: EDUCAR PARA A EMPATIA
33	O PERDÃO NA FAMÍLIA: CURA E RESSIGNIFICAÇÃO

### ✓ **DIVERSIFICANDO**

36	OS LIMITES DA EDUCAÇÃO
37	HOMENAGEM A LUÍS FERNANDO VERÍSSIMO

✓ **HUMOR** 38

✓ **AGRADECIMENTOS** 40

**ANA ROSA SOUZA**

Analista de Sistemas, casada há 46 anos, 2 filhos e 3 netos. Junto com seu esposo, Anníbal Souza, são membros da EPB – Seccional de Salvador há 32 anos.

“O que  
você pode  
fazer para  
promover  
a paz  
mundial?  
Vá para  
casa e ame  
sua família”

Madre Tereza  
de Calcutá.

## A PAZ COMEÇA EM CASA: A CONVIVÊNCIA DIÁRIA.

### Exemplo é tudo



A paz é o resultado de uma convivência diária numa construção contínua que proporciona um sentimento de harmonia e plenitude, na qual o equilíbrio é conquistado quando agimos com sabedoria e inteligência emocional. É uma palavra muito pequena, porém intensa e significativa, pois envolve respeito, compreensão, diálogo, tolerância e cooperação. Em meio a tantas dificuldades do dia a dia e a dinâmica acelerada da sociedade, harmonizar não é uma tarefa fácil. É necessário exercitar numa busca contínua para transformar em um estilo de vida interno e externo, onde cada gesto é um ensinamento para todos.

A paz começa no lar, pois a família é a célula da vida social, onde a vida humana é gerada, cultivada e formada, e onde os princípios e valores morais são ensinados e assimilados desde a infância. Sabemos que nas famílias existem conflitos, fofocas, ofensas e ciúmes, e que são muitos os fatores que tiram a paz e quebram a harmonia, tais como desemprego, dependência química, pessoas tóxicas, falta de respeito à intimidade, dentre outros. Conceitos distorcidos na sociedade que vêm sendo apresentados através de filmes, novelas, jornais e redes sociais, invadem os lares e dão ênfase a notícias ruins que rapidamente se infiltram e refletem em ódio, rancor, ressentimento e vingança, gerando violência e impedindo viver em paz.

Mais do que nunca, precisamos trabalhar com paciência, pensar antes de expressar opiniões ou comentários e desenvolver atitudes que possam bloquear esses fatores e promover a paz no lar. Exige esforço de cada um e práticas como respeito aos limites, compreensão mútua, bom humor e

atividades em conjunto, que são essenciais para construção de um ambiente familiar pacífico e feliz e que moldará relações positivas no futuro. Seguem alguns princípios para uma convivência pacífica:

- **Respeito mútuo:** Aceitando as diferenças e os limites de cada um.
- **Diálogo aberto:** Incentivando a comunicação respeitosa e a troca de experiências.
- **Bom humor e afeto:** Demonstrando carinho com abraços e toques gerando um ambiente agradável e acolhedor.
- **Educação não violenta:** Sem castigos físicos ou tratamentos desrespeitosos.
- **Atividades em conjunto:** Planejando e realizando momentos de lazer em família, como jantares ou passeios.
- **Cuidado individual:** Autocuidado, cuidados com os outros e equilíbrio emocional.
- **Ser um exemplo:** Ensinando o valor da paz através da prática de empatia, paciência e solidariedade. As crianças e outros membros da família aprendem mais com o que veem do que com o que ouvem.

O exemplo é tudo e molda a maneira de vermos o mundo. Portanto, é com os pais e familiares que aprendemos a construção da paz, em especial os pais que têm a responsabilidade de ensinar a maneira de se comportar, tratar os demais, enfrentar e resolver os problemas. O exemplo se manifesta no dia a dia na **resolução de conflitos**: quando agimos com calma, escutamos ativamente e buscamos soluções; na **gestão das emoções**: a forma como cada um lida com o estresse ou a frustração, mantendo o foco no presente; na **construção de valores**: demonstrando generosidade, respeito pela vida e solidariedade nas interações diárias. Assim os adultos formam a base para uma cultura de paz que se estenderá para fora do lar.

Citando mais uma frase de Madre Tereza de Calcutá, *“A palavra convence, mas o exemplo arrasta. Não se preocupe porque seus filhos não te escutam, mas te observam todo o dia”*.



De fato, os filhos seguem o exemplo dos pais e não seus conselhos, e à medida que crescem, escolherão imitar ou não sua conduta, até que tenham consciência para moldar seus próprios padrões de vida. A coerência é fundamental entre os conselhos e os atos pois eles sempre estarão atentos, se o que escutam corresponde ao que veem. Não havendo coerência, certamente darão mais atenção ao que veem. Entretanto, erros acontecem na vida de todo mundo e reconhecer os próprios erros, é mostrar que também aprendemos com eles, e que pedir perdão faz parte desse ensinamento.

A cultura da paz na prática da vida requer um ambiente familiar amoroso, seguro e revestido de valores, deixando um legado de harmonia e bem-estar que atravessa gerações. Precisamos educar as crianças e jovens de forma respeitosa, desenvolvendo suas habilidades socioemocionais. Desta forma, quebra-se o



ciclo de violência para dar lugar ao diálogo e ao amor que sempre serão o verdadeiro caminho para resolução de todo e qualquer conflito. Devemos olhar para nós mesmos como pais educadores, não com o peso da culpa e sim como agentes de mudança saindo do padrão repressor e punitivo de gerações passadas. A **Comunicação Não Violenta** (CNV) é uma ferramenta que permite essa transformação e propicia uma maior conexão com nossos filhos e demais pessoas. Seguem alguns princípios da CNV:

- Observar sem julgar e não rotular, pois, muitas vezes pensamos e entendemos de forma equivocada algo que não é real.
- Identificar os sentimentos para que possamos reagir e lidar com eles de forma assertiva.
- Identificar as necessidades, um autoconhecimento para entendermos nossas próprias necessidades nas relações de troca e interação entre as pessoas.
- Fazer um pedido, uma vez identificadas as necessidades, e saber comunicá-lo mesmo ciente de que pode haver uma resposta negativa, e até aprender a dizer “não” firme e gentilmente.

Nosso ambiente familiar precisa de harmonia, com diálogo mais aberto, dando vez à fala e à escuta, ao ensinamento do perdão quando erramos (autorresponsabilidade), a lidar com os conflitos com foco nas soluções saudáveis, à prática da empatia. A paz se constrói no lar e como pais e educadores, temos a responsabilidade do exemplo na prática diária, passando a ser uma filosofia exercida a qualquer momento. Assim proporcionamos uma melhoria social significativa, com indivíduos mais saudáveis emocionalmente que geram trocas igualmente saudáveis e equilibradas.

#### **Fonte:**

Pastoral da Família (internet)

Canção Nova (internet)

Colégio Andrade Dorignon (internet)

O ambiente familiar na formação da personalidade dos filhos – Heverton Machado Batista – EPB

A cultura da paz na prática da vida e na relação com nossos filhos - Michele Bueno – EPB



### MICHELE FERNANDEZ MAIA

Administradora, Consteladora Familiar Sistêmica – Bert Hellinger, Mãe Monoparental de Bernardo Fernandez (16 anos) e Miguel Fernandez (10 anos), Mentora e Coordenadora de Círculos da EPB Salvador e Especialista em desenvolvimento Humano, com carreira de 20 anos na área

## PAIS PRESENTES: FILHOS SEGUROS



A presença dos pais/genitores na vida dos filhos vai muito além da convivência física. Trata-se de uma presença afetiva, emocional e simbólica que constrói as bases da segurança interior da criança. Quando os pais ocupam seu lugar com responsabilidade e afeto, os filhos sentem-se seguros para explorar o mundo, desenvolver sua autonomia e construir relações saudáveis. Esse princípio é profundamente abordado tanto nas Constelações Familiares, desenvolvidas por Bert Hellinger, quanto na Psicologia do Desenvolvimento Emocional.

### O Lugar dos Pais nas Constelações Familiares

Segundo Bert Hellinger, cada membro da família tem um lugar específico dentro do sistema familiar. Quando os pais assumem seu papel com integridade — como cuidadores, provedores e guias — os filhos podem ocupar seu lugar de filhos, sem precisar compensar ausências ou desequilíbrios. A desordem ocorre quando, por exemplo, os filhos são colocados em posição de “confidentes” ou “parceiros” dos pais, gerando confusão emocional e insegurança.

A frase “tomar os pais” é central nas Constelações: significa aceitar os pais como são, com suas virtudes e limitações, e reconhecer que deles veio a vida. Quando os filhos conseguem fazer esse movimento interno, mesmo diante de histórias difíceis, há uma liberação de força vital e uma sensação de pertencimento que sustenta a saúde emocional.

### Segurança Emocional na Psicologia

Na Psicologia, especialmente na teoria do apego desenvolvida por **John Bowlby**, a segurança emocional é vista como um dos pilares do desenvolvimento saudável. Crianças que têm figuras parentais responsivas e disponíveis desenvolvem um “apego seguro”, o que lhes permite explorar o ambiente com confiança, lidar com frustrações e construir relacionamentos saudáveis ao longo da vida.

A presença emocional dos pais — feita de escuta, acolhimento, limites claros e afeto — cria um espaço interno de segurança. Essa segurança não significa ausência de conflitos, mas sim a certeza de que, mesmo diante de dificuldades, há um porto seguro ao qual retornar.

### **Pais Presentes: Uma Escolha Diária**

Ser um pai ou mãe presente é uma escolha que se renova todos os dias. É estar disponível para ouvir, para brincar, para orientar e, sobretudo, para ser um modelo de integridade emocional. A presença não exige perfeição, mas sim autenticidade e compromisso.

Quando os pais ocupam seu lugar com amor e firmeza, os filhos sentem-se livres para crescer. Eles não precisam carregar dores que não lhes pertencem, nem buscar fora o que deveria ser nutrido dentro de casa. A segurança emocional nasce dessa base sólida, onde o amor é vi-

vido com respeito às ordens naturais da família.

### **A Construção da Psique e a Base Emocional: Do Berço à Juventude**

A psique humana começa a se formar desde os primeiros momentos de vida. Cada experiência emocional, cada vínculo afetivo e cada interação com os cuidadores molda a estrutura interna que sustentará o indivíduo ao longo da vida. A presença dos pais — emocional, afetiva e funcional — é o alicerce dessa construção.

A criança pequena precisa sentir que o mundo é previsível e que suas necessidades serão atendidas. Isso não significa atender a todos os desejos, mas sim oferecer **acolhimento, limites e constância**.

A psique adolescente é marcada por intensas transformações hormonais, cognitivas e sociais. A presença dos pais como **figuras de apoio e orientação**, mesmo diante dos conflitos naturais da fase, é essencial para que

o jovem desenvolva **autonomia com segurança emocional**.

### **Pais como Arquitetos da Saúde Emocional**

A saúde emocional de uma criança não é construída apenas por palavras, mas por experiências vividas no cotidiano familiar. Os pais são os principais arquitetos dessa estrutura invisível que sustenta a psique: cada gesto de cuidado, cada limite bem colocado, cada momento de escuta e acolhimento contribui para a formação de uma base emocional sólida.

- Validação das emoções
- Presença ativa e disponível

Essa base emocional é o que permitirá à criança desenvolver **confiança em si mesma, nos outros e no mundo**.

Assim, Pais presentes, que respeitam a ordem natural da família, oferecem aos filhos **um campo energético de segurança**, onde a confiança pode florescer.



**ROSILDA XAVIER**

mãe e avó de três, casada há 43 anos com Marcos Medeiros, escritora e empresária da JM Gráfica, membro da EPB desde 2009, que ama ajudar o próximo e viver com alegria, junto aos familiares e amigos.



# CONFLITOS SAUDÁVEIS: como discutir sem romper laços

**É** um novo tempo que as gerações Silenciosa (1928 a 1945) e Baby Boomers (1946 a 1964) precisam assimilar e se adaptar para não ficarem fora da caixa. Necessitam acompanhar as mudanças e passar as experiências já vividas para os mais jovens, numa troca de gerações de quem já vivenciou muitos conflitos e hoje colhe os frutos de uma época de guerras, mas também de liberdade de expressão.

Mas o mais importante nisso tudo é o RESPEITO pelo outro e ao outro. É ter sabedoria para OUVIR a opinião alheia, seja ela similar ou contrária, sem querer ser o dono da verdade.

Sei que dizer é fácil, e a depender da pessoa, a coisa não funciona assim. Por isso mesmo o SILÊNCIO, muitas vezes, é a melhor saída em uma situação de conflito ou mesmo o AFASTAMENTO temporário das partes, para que haja uma pausa e dessa forma, uma reflexão a respeito da situação.

Mas o AMOR pelo outro opera milagres. E através do amor incondicional chegaremos a um entendimento onde poderemos enxergar as boas qualidades de alguém, que nos provoca, e vencermos a barreira da indiferença.

Nesse contexto entra o PERDÃO, principalmente dentro da família, quando precisamos, muitas vezes, “engolir” o que foi incitado e relevar para vivermos melhor conosco e com o próximo. O perdão é algo difícil de se praticar, mas sempre possível, quando o amor prevalece.

Em todo relacionamento, seja ele qual for, ocorrem discussões e conflitos, e, se assim não o fosse, não poderíamos crescer como seres humanos. Não estamos aqui à toa, não cruzamos com as pessoas em vão, tudo vem para o nosso crescimento espiritual e pessoal.

Geralmente, quando discordamos de pessoas amigas ou mais próximas, tendemos a ser mais amenos nos posicionamentos e até nos calamos para que o conflito não ocorra. Mas, quando discutimos com os nossos familiares, a coisa tende a mudar de figura, porque é na família que as máscaras caem por terra e tudo pode acontecer: da violência física, emocional e moral aos traumas infantis que marcam a vida para sempre.

O DIÁLOGO é a ferramenta mais viável num momento de conflito, mas sempre devemos aguardar que os ânimos se acalmem para conversar com a pessoa que provocou ou que reagiu de forma explosiva ao ocorrido. De preferência deixar para tratar no dia seguinte ou na hora que se achar mais oportuna, é a melhor solução, assim, a pessoa pode refletir e tentar não repetir a provocação. Se esse comportamento já se repetiu outras vezes, torna-se necessário procurar ajuda profissional, para que o caso seja tratado.

Assim, respondendo ao título desse texto, devemos RESPEITAR, OUVIR, SILENCIAR E/OU AFASTAR-SE, AMAR, PERDOAR e DIALOGAR para vivermos em harmonia na família e na sociedade.



### CLÉLIO SOUZA

Engenheiro aposentado, autodidata de Educação, Pai e avô de uma família linda, associado à EPB desde 1989, atualmente RN-representante da nacional DEN (diretoria executiva nacional) para a Bahia.

Essa ideia de que “paz não é silêncio” aparece em várias tradições, escolas filosóficas e reflexões críticas sobre política, ética e sociedade. Muitos pensadores estudaram a confusão entre paz e mera ausência de conflito. Apresento a seguir alguns pontos e referências que ajudam a entender o tema:

A paz vista como ausência de guerra x paz como justiça: **Agostinho de Hipona** (354–430), o Santo Agostinho, teólogo da Igreja Católica, dizia que a paz não é só ausência de guerra (*pax est tranquillitas ordinis*, **“a paz é a tranquilidade da ordem”**).

Para a verdadeira paz é fundamental uma ordem justa.

**Immanuel Kant** (1724–1804), filósofo alemão, um dos pilares da filosofia moderna e do iluminismo, e ética baseada no imperativo categórico (que estabelece que uma ação só é moral se a sua máxima – a regra por trás da ação – puder ser universalizada como uma lei para todos, sem contradição); no ensaio “À Paz Perpétua” (1795), também rejeita a ideia de paz como simples cessação temporária de violência. Paz duradoura exige sempre instituições, justiça e direito internacional.

# PAZ NÃO É SILÊNCIO: A ESCUTA ATIVA



Para a paz vista como justiça social – **Martin Luther King Jr.** (1929–1968 – Nobel da paz em 1984) mártir da luta por igualdade e paz) dizia:

**“A paz não é apenas a ausência de tensão, é a presença da justiça.”**

Essa frase ecoa a crítica de que o silêncio diante da injustiça não é paz, é cumplicidade.

Quando se analisa o silêncio como opressão, desponta **Desmond Tutu** (1931–2021), ativista sul-africano, que disse:

**“Se você é neutro em situações de injustiça, você escolheu o lado do opressor.”**

O “silêncio” diante da injustiça não é paz, mas manutenção da violência estrutural.



**Hannah Arendt** (1906-1975 – filósofa alemã de origem judaica) notabilizou-se por suas reflexões sobre o totalitarismo e criação do conceito da “banalidade do mal”, que, muitas vezes, se alimenta do silêncio e da conformidade social de pessoas comuns, que estejam fazendo coisas comuns em vidas comuns. A ausência de conflito não significa justiça ou dignidade. Mas há concepções contemporâneas de paz: O sociólogo e jornalista norueguês **Johan Galtung** (1930-2024) distingue entre Paz negativa (mera ausência de violência direta) e Paz positiva (presença de justiça social, direitos humanos, igualdade e diálogo) e fundou o Instituto de Pesquisas da Paz de Oslo em 1959 onde foi diretor até 1970.

Deixou bem clara a ideia de que paz não é **silêncio** (paz negativa), mas sim **construção** ativa de condições de vida dignas (paz positiva).

A escuta ativa é um conceito bastante presente nos círculos acadêmicos onde a EPB também tem marcada sua presença especialmente em áreas como psicologia, pedagogia, comunicação, gestão de conflitos, filosofia da linguagem e até mesmo justiça social. Escuta ativa é entendida não como “ouvir passivamente”, mas como um processo comunicativo e relacional que envolve atenção, compreensão, interpretação e resposta, além da presença de amorosidade.

### **Aqui estão alguns pontos sobre como o tema aparece na academia:**

O termo se popularizou com **Carl Rogers** (1902-1987 - psicólogo humanista de Illinois-EUA) e **Richard Farson** (1926-2017) que nos anos 60 defendiam a escuta ativa como parte fundamental da *terapia centrada no cliente*.

Falavam da **escuta empática, aceitação positiva incondicional e congruência**, que não é só captar palavras, mas perceber emoções, significados implícitos e validar a experiência do outro.

Na psicologia e psicoterapia a escuta ativa é considerada uma **competência terapêutica** essencial, pois ajuda a criar vínculo, confiança e favorece processos de mudança. Estudos mostram que ela contribui para a regulação emocional, melhora a auto expressão do paciente e reforça o papel de “coparticipação” na relação terapêutica.

Na educação e pedagogia, educadores defendem a escuta ativa como prática pedagógica: não basta transmitir conteúdos, é preciso **escutar os estudantes ativamente** para promover diálogo, participação e autonomia. A escuta é vista como ato político e

ético, pois reconhece o estudante como sujeito de conhecimento.

Nas atividades de comunicação e gestão, na área de administração e liderança, a escuta ativa é tratada como competência de comunicação interpessoal essencial para negociação, mediação de conflitos e tomada de decisão. Pesquisas mostram que líderes que “escutam ativamente” têm melhores resultados com equipes mais engajadas e colaborativas.

A filosofia e ética - Inspirada em **Emmanuel Lévinas** (1906-1995 – filósofo francês), postula que ela está cunhada na sabedoria do amor que se concretiza pelo respeito, pela justiça, pela fraternidade e pela responsabilidade ética com o outro; há uma linha que relaciona a escuta ativa à ética da alteridade: escutar é abrir-se radicalmente ao outro, reconhecendo sua singularidade e responsabilidade.

Nas pesquisas contemporâneas - Em psicologia organizacional: a escuta ativa aparece como variável ligada à satisfação no trabalho e resolução de conflitos.

**Em estudos de saúde:** é usada em formação médica e de enfermagem como ferramenta para melhorar a relação profissional-paciente.

**Curiosidade:** em ciência da computação e IA há pesquisas sobre como “ensinar máquinas” a simular ou apoiar processos de escuta ativa em interfaces conversacionais.

Enfim, filósofos e pensadores convergem em dizer que “paz não é silêncio”, porque o silêncio pode dissimular injustiça, desigualdade e opressão. A verdadeira paz exige diálogo, justiça, iguais oportunidades de participação e ascensão social.

Nos círculos acadêmicos, a **escuta ativa** não é vista só como técnica de comunicação, mas como uma **prática ética, relacional e política** que sustenta terapias, pedagogias críticas, mediações de conflito e processos de diálogo genuíno.

Nós da EPB, observando os dados acima, podemos concluir, sem sombra de dúvida, que os valores e princípios da EPB estão firmemente acordes com o melhor do pensamento humano. Em nossos procedimentos organizacionais, em nossa ação a bem do desenvolvimento da Sociedade Brasileira, na busca do amparo à construção e valorização da Família, somos comissão de frente no desfile das instituições que realmente se dedicam com amor e determinação na busca do bem comum.

## **Paz não é silêncio, é escuta ativa**

– isto não é um bordão, é um grito de guerra contra o autoritarismo que ainda vigora em relações humanas, contra a opressão dos “ismos” criados pela beligerância de uns poucos poderosos ou de minorias barulhentas na busca de seus interesses, na ignorância, mesmo que a custo da estabilidade social.

Continuemos nossa campanha quixotesca na promoção da educação das crianças e adolescentes, não podemos esmorecer, não estamos em silêncio na EPB, buscamos a paz no vigor de nossas vozes durante os círculos de pais, no brilho dos nossos escritos seja no Site Nacional (escoladepais.org.br), seja nas revistas nacionais e das seccionais, seja nos webnários, seja nas palestras a que nos dedicamos, nos seminários

regionais e congressos nacionais. A escuta ativa e amorosa dos nossos pequenos e do anseio das famílias brasileiras é a nossa força, é o alimento dos nossos ideais.

### **Fonte:**

referências em destaque – Google / Wikipédia



**TATIANA OLIVEIRA DE SOUZA AQUINO**

Educatória Parental

Mãe da Marina e do Rafael.

# LIMITES COM AMOR, A DISCIPLINA CONSCIENTE.

**A** arte de educar e formar adultos disciplinados, responsáveis, empáticos e emocionalmente saudáveis é desafiadora e requer muito amor, respeito, presença, coerência, proteção, previsibilidade, limites e segurança.

Por muitos anos, acreditava-se que criança não sabia nada e, portanto, precisava aprender. E nós, adultos, éramos os únicos que tínhamos o que ensinar; que era necessário consertar os “maus comportamentos” das crianças.

Com as mudanças ocorridas durante o século XX, tanto no campo das relações humanas como no da educação, os adultos foram aprendendo a respeitar as crianças e adolescentes, entendendo que eles também têm querer, gostos, aptidões e indisposições, exatamente como nós adultos. Hoje sabemos que muitas dessas indisposições e “maus comportamentos” podem ser comunicação. Ou seja, a criança e o adolescente não são “mal educados”: estão apresentando comportamentos inconvenientes. Os comportamentos desafiadores estão comunicando algo que não está adequado, mas que, pela imaturidade emocional, não conseguem compreender e nomear.

Segundo Dr. Gabor Maté, os limites são fundamentais para a proteção contra o sofrimento (físico, mental, emocional e espiritual), para o respeito da autenticidade individual e para a construção de relacionamentos saudáveis. Eles são a capacidade de dizer “não” e se afastar de situações prejudiciais, ou dizer “sim” e per-



manecer em situações benéficas, honrando a própria individualidade e as necessidades dos outros. Educar com limites significa ensinar regras e valores de forma firme e clara, mas com afeto, empatia e respeito.

As crianças aprendem a respeitar seus próprios limites e os do outro por meio da observação e orientação dos adultos, uma combinação de experiências vivenciadas e o próprio desenvolvimento emocional. Esse processo envolve aprendizagem contínua e apoio.

Ao impor limites claros e consistentes, os adultos ensinam às crianças que é saudável estabelecer fronteiras. Isso ajuda a criança a internalizar que também pode, e deve, ter seus próprios limites. Permitir que a criança tome pequenas decisões, como perguntar se

quer participar de uma brincadeira, qual roupa quer vestir, se quer um abraço ou se precisa de uma pausa, ensina que ela pode e deve escutar o próprio corpo e mente. Quando os adultos reconhecem e nomeiam as emoções da criança (“Você parece cansado”, “Está tudo bem se quiser parar”), ela começa a se conectar com o que sente e a entender que suas sensações têm valor. Conversar sobre situações passadas ajuda a criança a reconhecer o que a deixou desconfortável ou exausta. Essas reflexões constroem autoconsciência.

Para que possamos estabelecer limites com amor é necessário que sejamos claros, consistentes e previsíveis. Crianças aprendem com repetição e constância; quando possível, explique os motivos e ofereça escolhas. Assim a criança sente que tem voz, mesmo dentro das regras; acolha e valide os sentimentos quando a criança demonstrar descontentamento com a regra, mas mantenha o limite.

Muitas vezes os seus próprios limites foram desrespeitados, os limites de conduta não foram

estabelecidos de forma clara e a criança está perdida e insegura. E cabe a nós, pais e educadores, auxiliá-los neste processo de alfabetização emocional.

Estabelecer limites com amor às crianças e adolescentes é extremamente necessário para o desenvolvimento da saúde física, emocional e mental e, ao mesmo tempo, um grande desafio para a maioria dos adultos na atualidade. Digo isso, pois, no afã de atender à demanda da pedagogia moderna e da psicologia, querem tanto acertar que, por vezes, erram. Os pais perderam um pouco o rumo e em grande parte das vezes, esses limites são impostos através do autoritarismo ou até mesmo são negligenciados. Analisando as causas de tamanha dificuldade encontramos a inabilidade dos adultos de reconhecer as próprias emoções e estabelecer seus limites, a necessidade de sentir-se amado, a falta de conexão com a criança ou adolescente, a indisponibilidade emocional e tantos outros fatores que demonstram a total incoerência dos adultos em serem referência

para que as crianças sintam segurança para seguirem o exemplo e os ensinamentos.

A intenção não é que as crianças e adolescentes obedeçam aos limites impostos por medo dos castigos ou abandono afetivo. Mas que compreendam que respeitá-los é de suma importância para o seu desenvolvimento saudável e harmonia nas relações com os demais. Para tanto, é necessário o pleno entendimento do porquê de cada regra, que as mesmas sejam justas, estejam coerentes com a capacidade de execução das crianças e não firam a sua autenticidade.

Finalmente, é necessário que sejamos figura de autoridade, ou seja, dignos de sermos exemplo a ser seguido. Que sejamos bons influenciadores. Que desenvolvamos desde cedo o autoconhecimento de quem nós somos e reconheçamos nossas necessidades e limites para que, a partir disso, entendamos que as crianças também precisam de tempo para entender os próprios limites, o limite do outro e a importância de respeitá-los.



**RENATO FALCÃO DE ALMEIDA SOUZA**

brasileiro, casado, 3 filhos e 6 netos, Eng. Civil e Auditor Fiscal aposentado – membro da Escola de Pais do Brasil há 15 anos

# O LAR COMO PRIMEIRO ESPAÇO ÉTICO

## AÇÃO E RESPONSABILIDADE

**V**ivemos num país doente, por ser profunda e desgraçadamente aético. Diariamente, vemos e vivenciamos cenas de falta de ética e até de desprezo por essa qualidade. Quem quer ser ético sofre críticas e constrangimentos até mesmo de parentes. Observa-se, no contexto político, que o que importa não é a verdade, mas a “narrativa” que se dá aos fatos mais absurdos.

Analisando o conceito de Ética, encontramos várias definições, desde o filósofo Aristóteles que, quatro séculos antes de Cristo, tratou do tema. Sua abordagem é conhecida como ética da virtude. Para ele, o objetivo maior da ética é o viver bem.



Outros filósofos, como Kant, também definiram a ética. Mais recentemente, A Ética da Justiça, de Kohlberg, busca o que é certo para todos com base em regras e imparcialidade. Por outro lado, A Ética do Cuidado, de Carol Gilligan, busca o que é sensível e responsável no contexto das relações humanas.

Em nosso ponto de vista, a ética de Jesus Cristo, apresentada nos Evangelhos do Novo Testamento, supera todos esses conceitos. É profundamente espiritual, centrada no amor, na justiça, na misericórdia e na transformação interior. A ética de Jesus resume tudo: a virtude, a justiça, o cuidado com o próximo e o amor. Além disso, é também a ética do bem viver. Foi o próprio Jesus quem disse, conforme (Jo 10:10):

**“eu vim para que tenham vida, e a tenham em abundância”.**

Há esperança de que um dia tenhamos um país em que a ética predomine e seja, portanto, mais feliz. A esperança repousa nas famílias. Isto reflete a noção de que as ações e valores aprendidos dentro de casa influenciam o comportamento do indivíduo no mundo. A ética do lar não se limita ao contexto familiar, mas forma também a base para a cidadania. Em um ambiente familiar saudável, as responsabilidades não são apenas dos pais ou responsáveis, mas são compartilhadas entre todos os membros da casa.

A ética não se resume a regras rígidas, mas também à capacidade de compreender o outro. A responsabilidade no contexto do

lar não se limita ao cumprimento de deveres, mas envolve as decisões conscientes, que considerem o bem-estar coletivo. O lar é o primeiro espaço onde a solidariedade se manifesta. A responsabilidade dentro de uma família não é apenas sobre obrigações individuais, mas sobre o compromisso de cuidar dos outros membros. Um papel importante dos pais é estimular o pensamento crítico e a reflexão ética nas crianças. Eles devem ser capazes de estabelecer limites claros para seus filhos.

O lar é onde a criança aprende a distinguir entre o que é certo e errado. Quando não há uma base ética, a criança cresce com dificuldades para aplicar valores morais em suas ações e decisões. Isso resulta em comportamentos imorais ou antiéticos na vida adulta, como desonestidade e manipulação. A ética no lar também envolve o ensino de empatia.

Se isso não for cultivado, a criança cresce com uma visão egocêntrica, o que pode prejudicar suas relações pessoais e profissionais. É também no ambiente familiar que se aprende a lidar com os outros de maneira respeitosa e equilibrada. Um ambiente familiar instável gera insegurança emocional, baixa autoestima e, às vezes, depressão e transtornos de comportamento.

Quando o lar não dá uma educação ética, o indivíduo pode se tornar vulnerável a influências negativas, como amizades tóxicas ou até mesmo envolvimento com atividades ilícitas. A falta de uma bússola pode levar a pessoa a seguir qualquer caminho. Também ela pode crescer com preconceitos, intolerância e uma visão limitada de mundo. A ética no lar também

implica em ensinar a importância da responsabilidade pelos próprios atos no mundo.

Outro aspecto essencial é ensinar a criança a lidar com conflitos de forma ética. Um aspecto importantíssimo poderíamos chamar de “ética social”, ou seja, a compreensão de que todos somos responsáveis pelo destino da sociedade, da nação e especialmente dos seus habitantes mais pobres. Essa também era a ética de Jesus.

Em resumo, quando o lar não cumpre sua função de primeiro espaço ético, o indivíduo pode buscar outras fontes para preencher esse vazio, como grupos de influência negativa ou ideologias extremistas, em um caminho que pode ser prejudicial tanto para o indivíduo quanto para a sociedade. O que é mais triste é que isto pode se perpetuar nas gerações seguintes com os mesmos padrões negativos. Mas, todas essas recomendações caem por terra se o ensino da ética não for baseado no exemplo dos pais e educadores. Os pais são os primeiros modelos de comportamento para as crianças.

E qual o papel da Escola de Pais? Em síntese, podemos dizer que é:

- Educação para a Parentalidade Responsável
- Promoção de Valores Éticos e Morais
- Fortalecimento dos Laços Familiares
- Formação Continuada dos Pais e Educadores
- Contribuição para a Formação de Cidadãos Éticos
- Parceria com a Escola e a Comunidade

# Orientando famílias para transformar o futuro

## Orientando famílias para transformar o futuro

### O QUE SOMOS

Entidade de trabalho voluntário e sem fins lucrativos que orienta famílias e educadores nos desafios da educação, da criação e do relacionamento familiar há mais de 60 anos ininterruptamente.

### MISSÃO

Ajudar pais, futuros pais e agentes educadores a formar verdadeiros cidadãos.

### PROPÓSITO

Orientar, capacitar e inovar a relação de famílias, para que ajam como agentes transformadores da sociedade, criando cidadãos mais conscientes, livres e humanos.

### VALORES

- O respeito ao ser humano e à vida.
- A família como principal agente formador da sociedade.
- A moral, a ética, a transparência e a cidadania.
- A liberdade, o respeito e a justiça.

### LINHA PEDAGÓGICA – *CONSTRUTIVISTA*

**A aprendizagem é constituída de forma ativa pelos participantes, valorizando seus conhecimentos prévios.** A partir da introdução de conceitos científicos, o novo saber é desenvolvido de maneira significativa, reflexiva, integrando as experiências individuais e, aplicado na prática, conforme a realidade de cada participante.

### OBJETIVOS

- Capacitar e aprimorar a formação de pais, futuros pais, cuidadores e educadores.

- Valorizar, fortalecer e defender a família
- Conscientizar da paternidade e maternidade responsáveis.
- Preparar os pais para o mundo em constante mudança na perspectiva de uma educação integral do ser humano.
- Atualizar pais e educadores em práticas e princípios psicopedagógicos.
- Promover maior aproximação família-escola, na perspectiva de uma educação integral do ser humano.
- Melhorar a conscientização do público-alvo de sua responsabilidade na formação dos filhos, no seu próprio desenvolvimento e nos inter-relacionamentos.

### COMO FAZEMOS

Promovemos o conhecimento e a troca de experiências, incentivando reflexões e conexões verdadeiras e profundas por meio de cursos, ciclos de debates, seminários, palestras e outras formas, tanto presenciais quanto virtuais.

### PORQUE FAZEMOS

Acreditamos que o conhecimento é a chave para transformar o mundo.

### QUEM PARTICIPA

A Escola de Pais do Brasil é indicada para mães, pais, futuros pais e mães, famílias, educadores e todas as pessoas interessadas na educação e formação das futuras gerações.

### CAUSA

Contribuir para a formação de pessoas mais felizes, socialmente responsáveis e emocionalmente equilibradas.

## COMO FUNCIONA

O trabalho da Escola de Pais do Brasil é realizado de forma totalmente voluntária por associados capacitados, que passam por programas contínuos de formação e atualização. A atuação acontece por meio de convites dirigidos a pais, cuidadores e educadores, oferecendo-lhes diversas opções de participação, conforme descrito a seguir:

### 1. CICLO DE DEBATES

Conjunto de encontros cujos objetivos são promover a interação e a troca de experiências entre os participantes, conscientizar sobre o seu papel na vida dos filhos e/ou menores sob sua responsabilidade e atualizá-los quanto às novidades na área de educação.

#### Temas abordados:

- Educar é um desafio
- Valores e limites na educação
- Pai, mãe e agentes educadores
- Educação do nascimento à puberdade
- Adolescência: o segundo nascimento
- Sexualidade no ciclo de vida familiar
- Cidadania e cultura da paz

### 2. CONVERSAS COM PAIS, MÃES E EDUCADORES

**Conjunto de cursos segmentados pela faixa etária das crianças seguindo o princípio das fases de desenvolvimento infanto-juvenil.**

Pretende aprofundar o conhecimento de cada fase e o papel e responsabilidade dos pais e mães na educação dos filhos.

#### Fase Infantil (0 a 5 anos)

##### Temas abordados:

- A construção de um pai e de uma mãe
- O bem-estar da criança e os vínculos afetivos
- O desenvolvimento pleno da criança
- Desenvolvendo habilidades socioemocionais
- Educando com limites, afeto e segurança

#### Fase Escolar (6 a 10 anos)

##### Temas abordados:

- O desenvolvimento infantil
- O processo de aprendizagem
- Habilidades Socioemocionais
- Educar no mundo atual

#### Adolescência (11 a 18 anos)

##### Temas abordados:

- Desenvolvimento do adolescente
- Habilidades socioemocionais
- Sexualidade e telas na adolescência
- Relacionamentos respeitosos
- Projeto de vida na adolescência

#### Filhos Adultos (mais de 18 anos)

##### Temas abordados:

- Filhos adultos
- Filhos adultos em casa
- Novos projetos de vida

Pais, mães e educadores precisam de um conhecimento mais profundo sobre a vida e sua natureza para poderem educar seus filhos/alunos com maior assertividade e compreensão do seu papel. A ciência permite que ampliemos a nossa visão da realidade para que possamos agir de modo mais consistente, conhecendo as características de cada fase do desenvolvimento das crianças e dos adolescentes. Assim, poderemos interferir com firmeza e gentileza, imprimindo uma direção.

### 3. BEM ENVELHECER

Curso destinado a todas as pessoas que desejam conhecer o processo de envelhecimento e desejam envelhecer bem.

**É desenvolvido em encontros com as seguintes temáticas:**

- Processo de envelhecimento
- Saúde física
- Saúde mental
- Relacionamento familiar e social
- Projeto de vida e espiritualidade

#### 4. CONGRESSO NACIONAL

O Congresso Nacional da EPB é um evento anual que traz para reflexão e discussão temas de vanguarda – com palestras, mesa-redonda, experiências, aprendizados e muito mais.

#### 5. WEBINARS

São palestras transmitidas pelo canal da Escola de Pais do Brasil no YouTube, com a responsabilidade de uma instituição com mais de meio século de atuação social e educacional. Os palestrantes convidados são especialistas, estudiosos e profissionais de reconhecido e profundo conhecimento sobre os temas abordados.

#### 6. SEMINÁRIOS/PALESTRAS

Os Seminários e as Palestras da EPB são eventos de grande relevância e impacto na área da educação fa-

miliar. Têm como objetivo principal promover a reflexão e o diálogo sobre questões fundamentais no contexto da educação familiar.

#### 7. REVISTAS

Impressas ou on-line, são fontes de informação atemporal. São ferramentas importantes para os pais na jornada da educação das crianças e adolescentes. Elas oferecem conhecimento, orientação prática, compartilhamento de experiências e atualização para auxiliar os pais a desenvolverem habilidades parentais e promoverem um ambiente familiar saudável e educativo.

São produzidas pelas Seccionais e na realização do Congresso Nacional.

## DEN – DIRETORIA DA EXECUTIVA NACIONAL

### Biênio 2024-2026

#### Presidente

Marlene de Fátima Merege Pereira  
Curitiba/PR

#### Vice-Presidente

Célio Alves de Oliveira  
Joaçaba e Herval D'Oeste/SC

#### Diretoria Pedagógica

Teresinha Bunn Besen  
Grande Florianópolis/SC

#### Diretoria Financeira

Carolina Borges de Oliveira  
Curitiba/PR

#### Diretoria de Planejamento

Marcos Moraes Labrunie  
Salvador/BA

#### Diretoria de Apoio à Seccionais

Vera Lúcia Canal Spricigo  
Videira/SC

#### Diretoria de Inovação

José Alberto Wobeto  
Grande Florianópolis/SC

#### Diretoria de Comunicações

José Geraldo dos Santos  
João Monlevade/MG

#### Diretoria de Eventos

Regina Lustre Azevedo Gabriele  
São Paulo/SP

#### Diretoria Administrativa

Marilês Ansiliero Borges de Oliveira  
Videira/SC

#### Diretoria Rel Públicas e Sociais

Jaqueline Calaça Rodrigues  
Goiânia/GO



**CONSELHO FISCAL****Titulares**

Orlando Spricigo  
Videira/SC

MIGUEL ROSA DOS SANTOS  
Goiânia/GO

JAIRO MARCELO SANTOS  
Alagoinhas/BA

**Suplentes**

Lorivanda B de Oliveira Neto  
Campo Grande/MS

Sidnei Cunico – Caxias do Sul/RS

Francisco Carlos Castanhel  
S Miguel do Iguaçu/PR

**CONSELHO DE EDUCADORES**

Jean Khater Filho – **Presidente**

Ana Lúcia Magano Henriques

Cinthia e Célio Oliveira

Edna e Antônio Sérgio Araújo

Frei Almir Ribeiro Guimarães

Ilham El Maerrawi

Jane Patrícia Haddad

Maria Rita D'Angelo Seixas

Marlene de Fátima Merege Pereira (representante  
da DEN)

Regina Célia e Ruy de Mathis

Regina Lustre Azevedo Gabriele

Teresinha Bunn Besen

Verônica Cesar Ferreira

Zilpha Carvalho Nascimento

**CONSELHO CONSULTIVO**

Armando Gabriele Filho – RN/SP – **Presidente**

Antônio Ferreira Nunes  
Campina Grande/PB

Antônio Sérgio Araújo  
Recife/PE

Ariane Denti Lucietto  
Chapecó/SC - RN/VIRTUAL

Brani Besen  
Grande Florianópolis/SC

Clélio Oliveira de Souza  
Salvador/BA

Elizabeth Rodrigues Santa Bárbara  
Campo Grande/MS

Francisco Carlos Castanhel  
São Miguel do Iguaçu/PR

Ivandro Luis Pioner  
Caxias do Sul/RS

Josefa Rita dos Santos Silva  
Teotônio Vilela/AL

Luciene Amim Gomes  
Belo Horizonte/MG

Valdeci Rezende Rodrigues  
Goiânia/GO

Jean Khater Filho  
São Paulo/SP - Presidente Conselho Educadores

Marlene de Fátima Merege Pereira  
Curitiba/PR - Presidente DEN

Zilpha Carvalho Nascimento  
São Paulo/SP - Ex-presidente DEN

Darlene e Onildo Alves da Silva  
Goiânia/GO - Ex-presidente DEN

Terezinha e Djalma Falcão  
Salvador/BA - Ex-Presidente DEN

José Antônio Debre  
Mogi das Cruzes/SP - Ex-presidente DEN

Iracema e José Alberto Wobeto  
Grande Florianópolis/SC - Ex-presidente DEN

**SECRETÁRIA EXECUTIVA**

Albertina Piza



## SECCIONAL SALVADOR-BA

### Biênio 2024-2026

#### RN – Representante da Nacional

Clélio Oliveira de Souza

#### Presidente

Jane e Reinaldo Cezimbra

#### Diretoria Pedagógica

Maria Izabel e José Luiz Imbiriba

#### Diretoria Administrativa

Ana Rosa e Annibal Souza

#### Diretoria de Tesouraria

Maria Auxiliadora e Jaziel Vilas Boas

#### Demais Associados de Salvador

Adelmar Dias dos Anjos  
Antônio Palmeira de Cerqueira  
Ceres Laert Cotrim Sampaio  
Coriolano Bahia Lima  
Djalma Navarro Falcão  
Herbene Martins Argollo Galvão  
Iara Ferreira da Conceição Dias  
Jayme de Oliveira Barros  
Livia Marcos Conceição  
Marama Farias Labrunie  
Marcos Moraes Labrunie  
Nilza Carolina Suzin Cercato  
Nivânia dos Santos Pereira Carneiro  
Orlando Neiva Lemos  
Renato Falcão de Almeida Souza  
Rosane Calil Guerreiro Lemos  
Rosilda Xavier de Medeiros  
Sinézio Andrade Galvão  
Terezinha Nascimento Barros  
Terezinha Sampaio Falcão

### CONSELHO FISCAL

#### Titulares

Alberto Maia Brito Jr  
Thelma Badaró de Almeida Souza  
Sônia Maria Pereira Batista

#### Suplentes

Ricardo Alves  
Michele Fernandez

## SECCIONAIS DA EPB NO BRASIL

**AL** Teotônio Vilela

**BA** Alagoinhas  
Salvador

**GO** Anápolis  
Goianésia  
Goiânia  
Rio Verde

**MS** Campo Grande

**MG** Belo Horizonte  
João Monlevade

**PB** Campina Grande  
João Pessoa

**PE** Aldeia

Recife

**PR** Céu Azul

Curitiba

Guarapuava

São Miguel do Iguaçu

**RS** Caxias do Sul

Erechim

São Marcos

**SC** Chapecó

Grande Florianópolis

Joaçaba e Herval d'Oeste

Videira

Xanxerê

**SP** Campinas

Mogi das Cruzes

Piracicaba

Santa Bárbara D'Oeste

São Paulo

Sorocaba

Tupã

### SECCIONAL VIRTUAL

9 Cidades – 7 Estados

## ESCOLA DE PAIS DO BRASIL EM AÇÃO - SALVADOR



Conversas: Fase Adolescência – SESI do Retiro  
1º semestre de 2025.  
Coordenação de Jane e Reinaldo Cezimbra.

Conversas: Fase Infantil – Capela São José  
Campinas de Brotas – 1º semestre.  
Coordenação de Thelma e Renato Falcão.



Conversas: Fase Adolescência – Escola Milton Santos  
Camaçari – 1º semestre. Coordenação de Ana Rosa e  
Annibal Souza.

Conversas: Fase Adolescência – Escola Comendador  
Bernardo Martins Catharino – 1º semestre.  
Coordenação de Clélio Oliveira de Souza.



Conversas: Fase Adolescência  
SESI Piatã – 2º semestre.  
Coordenação de Jane e Reinaldo Cezimbra.

Conversas: Fase Escolar – Escola Senhor do Bonfim,  
Bairro Jardim das Margaridas – 2º semestre.  
Coordenação de Jane e Reinaldo Cezimbra.



Conversas: Fase Escolar – Colégio Passos do Saber,  
Av. Garibaldi – 2º semestre.  
Coordenação de Thelma e Renato Falcão.

Conversas: Fase Escolar – Escola Municipal Senhora  
Santana, Rio Vermelho – 2º semestre.  
Coordenação de Ana Rosa e Anníbal Souza.



Conversas: Fase Escolar – Escola Dom Edilberto – 2º semestre.  
Coordenação de Clélio Oliveira de Souza.

### CONGRESSO NACIONAL



Delegação do Nordeste no Congresso Nacional em 19, 20 e 21 de junho de 2025.  
Salvador, Alagoinhas, Teotônio Vilela e Recife



Recepção pela EPB Salvador do casal Lorivanda e Clemente – presidente da EPB Mato Grosso do Sul.

### PROJETO INTEGRAÇÃO



Revisão da EPB – Salvador  
Em 22 de março de 2025



Reuniões mensais de Integração das Seccionais EPB da Bahia e Alagoas



Revisão Estadual da Bahia – em Alagoinhas. Em 22, 23 e 24 de agosto de 2025

# Entrevista



Nosso entrevistado é o **Dr. Feizi Milani**, médico, psicoterapeuta, doutor em Saúde Pública, escritor, educador e palestrante internacional, conhecido nas redes sociais como Dr. Milani (@drmilani.palestrante).

Ele é professor dos cursos de Medicina da Universidade do Estado da Bahia (UNEB) e da Escola Bahiana de Medicina e Saúde Pública.

Como médico, atendeu adolescentes e jovens durante 25 anos, em consultório e unidades públicas de saúde em Salvador e Lauro de Freitas. Atualmente atende também adultos e idosos, em seu trabalho como psicoterapeuta.

Como fundador do Instituto Nacional de Educação para a Paz e Direitos Humanos (INPAZ), criou programas de educação parental e de formação de professores que impactaram mais de 150 mil crianças em todo o Brasil e na América Latina.

É autor e coautor de 20 livros publicados no Brasil, Colômbia e Estados Unidos. Sua tese de doutorado abordou a prevenção da violência entre adolescentes através da promoção de uma Cultura de Paz.

Foi agraciado com a medalha da Academia Nacional de Medicina, e com o Prêmio Cidadania Mundial.

**Consideramos o Dr Milani um amigo da Escola de Pais do Brasil, e agradecemos a sua disponibilidade e atenção para esta entrevista.**

**EPB - Estamos falando sobre a construção da paz. Em sua opinião, onde está a maior ameaça na família?**

**Dr. Feizi** - A família é um espaço fundamental para a construção da paz. É nela que aprendemos (ou não) a dialogar, a respeitar, a compartilhar, a confiar, a aceitar as diferenças e a resolver conflitos de forma pacífica. Cada um desses aprendizados é um requisito para a paz na sociedade. **A educação familiar estabelece os valores morais e éticos que irão nortear a vida do indivíduo.**

É possível identificar diversas ameaças que pairam hoje sobre a família: o distanciamento entre seus integrantes devido ao tempo excessivo roubado pelas redes sociais e outras distrações proporcionadas pela internet; o enfraquecimento do papel e autoridade dos pais enquanto responsáveis pela formação do caráter de seus filhos; a extrema negatividade transmitida por filmes apocalípticos e a infodemia (sobrecarga gerada pelo excesso de notícias, a maioria das quais escolhida por se tratar de algo chocante, perturbador, degradante); a ênfase na competição desenfreada e nas conquistas materiais; a perda do sentido comunitário na criação de crianças e adolescentes, ou seja, a ausência daquilo que o provérbio africano ensina: "É preciso uma vila inteira para educar uma criança". Lamentavelmente, todos esses fatores e mais alguns outros se somam e se agravam mutuamente.

Mas, para responder à sua pergunta, eu diria que a maior ameaça está na perda do sentido do existir. Afinal, para que fazemos tudo o que fazemos – estudar, trabalhar, ganhar dinheiro, gastar dinheiro? A ausência de um propósito na vida, um propósito com P maiúsculo, voltado para algo que transcende às conquistas acadêmicas e econômicas, algo que extrapola os estreitos limites dos desejos pessoais e do egoísmo... isso tem deixado as pessoas atordoadas, cansadas, pois estão repetindo mecanicamente aquilo que "todo mundo" faz. Viver no automático, é a antítese do viver humano. Não somos autômatos, somos seres conscientes, que fazem escolhas, que têm emoções e precisam conferir um sentido maior a tudo o que fazemos. Em síntese, a raiz das diversas crises é, na minha opinião, de natureza espiritual.

## EPB - Quais valores podem construir a paz na intimidade familiar e na vida social?

**Dr. Feizi** - “Valores” não são as belas palavras que pronunciamos. Nossos valores são evidenciados por nossas atitudes cotidianas e nossos comportamentos ao longo da vida – enfim, pelas escolhas que fazemos.

Muitos filhos passam a desacreditar em seus pais quando constatarem que existe uma incoerência entre o dizer e o fazer. Nenhum de nós é, nem jamais será, perfeito, mas precisamos, como disse Paulo Freire, buscar conscientemente reduzir cada vez mais a distância entre nosso discurso e nossa prática.

A intimidade familiar é o espaço onde nossa prática é revelada tal como ela é. É o padrão ouro para nos avaliarmos quanto a nossos valores. **Vivemos em uma “sociedade do espetáculo”, na qual as aparências são muito valorizadas.** Mas nosso cônjuge e nossos filhos conhecem quem somos, de fato: **o quanto amamos, o quanto somos capazes de perdoar, o quanto oferecemos apoio, o quanto estamos abertos a ouvir, o quanto somos justos.** Esses são valores essenciais – tanto no âmbito familiar quanto na vida social.

De fato, a paz é construída por valores e princípios que são os mesmos, quer olhemos para o lar, a comunidade, o ambiente de trabalho, a sociedade, ou o globo terrestre. Em todos esses níveis, a paz requer justiça, respeito, diálogo, generosidade e cooperação. Enquanto não vivenciarmos esses valores em nossas famílias, continuaremos distantes da paz mundial, uma aspiração nobre e legítima de toda a humanidade!

## EPB - Hoje em dia, fala-se muito na “escuta”. Como acolhimento e escuta podem prevenir traumas emocionais?

**Dr. Feizi** - Lembrei-me agora do genial texto do psicanalista Rubem Alves, no qual defendia a criação de cursos de “escutatória”, em contraponto aos inúmeros cursos de oratória disponíveis. Sem dúvida, escutar com sincero interesse e plena atenção, em um estado de silêncio interior, buscando compreender o outro e colocar-se no seu lugar, é um santo remédio para as relações humanas.

“É preciso  
uma vila  
inteira para  
educar uma  
criança”.

À medida em que nos tornamos um ouvinte ativo, estaremos oferecendo acolhimento. E todas as pessoas têm a necessidade de se sentirem acolhidas e ouvidas. Muitas vezes, o que o outro busca e precisa é apenas essa escuta que nos coloca em presença plena, no aqui e agora.

De fato, segundo alguns especialistas, se a pessoa recebe esse acolhimento e escuta imediatamente após a ocorrência do trauma, é possível que a carga emocional associada ao evento se dissipe. Portanto, estaríamos prevenindo que a experiência traumática se transforme em bagagem emocional e ferida psicológica.

## EPB - Na família, que práticas educativas favorecem o diálogo e a resolução pacífica de conflitos?

**Dr. Feizi** - Existe uma prática chamada “consulta”, que funciona muito bem no âmbito familiar, no ambiente empresarial e no campo social. Não me refiro à consulta médica. Basicamente consiste em buscarmos juntos a verdade sobre determinada questão, partindo da premissa que nenhum dos participantes da consulta detém toda a verdade, mas sim uma visão parcial. No processo de consulta, à medida em que um escuta o outro e se esforça para enxergar por aquele outro ângulo, todos ampliam o seu entendimento e podem convergir para uma solução que seja a mais justa e equilibrada.

A consulta serve tanto para a investigação da realidade quanto para a tomada de decisões de forma participativa. Numa verdadeira consulta não existe persuasão, a tentativa de convencer o outro, nem a insistência em seu próprio ponto de vista. Uma vez que uma sugestão é dada, ela automaticamente deixa de “pertencer” a seu “autor”, e passa a ser propriedade do grupo, o qual tem total liberdade para aproveitá-la, modificá-la ou descartá-la. É preciso **desapego** de suas próprias ideias e preferências, porque estamos buscando o que seja melhor para todos. Há espaço para que os prós e contras de cada alternativa sejam analisados com imparcialidade. É preciso sinceridade na escuta e no desejo de compreender o sentimento e a opinião do outro.

Aprender a consultar é um processo muito enriquecedor e requer paciência e perseverança. Traz frutos maravilhosos.

Em geral, nas famílias é mais frequente que os pais comuniquem aos filhos, de forma unidirecional, decisões tomadas por eles, ou que ministrem um “sermão” no qual o filho apenas escuta. É claro que há situações em que essas duas formas de comunicação são necessárias, mas podemos aprender também a consultar em família, gerando um senso coletivo de participação e maior compromisso individual com as decisões tomadas.

### **EPB - Como o Dr. vê o trabalho que fazemos na Escola de Pais do Brasil?**

**Dr. Feizi** - Conheço a Escola de Pais do Brasil há 30 anos e sou fã desse belíssimo trabalho desenvolvido por um coletivo de voluntários que se dedicam a aprender, refletir e ensinar questões fundamentais para o bem-estar das famílias e, conseqüentemente, para o bem-estar da sociedade. Ao longo desse tempo tive o privilégio de participar e contribuir em alguns momentos, e sou grato por essas oportunidades que vocês me propiciaram.

Vocês, da EPB, sabem que “paternidade” e “maternidade” não se limitam ao aspecto biológico, requerem um desenvolvimento mental, afetivo e espiritual das pessoas a quem foi confiada a missão de gerar, cuidar e educar uma criança. Para mim, toda vez que nasce um bebê, é prova de que Deus ainda confia na humanidade. E a responsabilidade não cabe exclusivamente àquele pai e mãe, mas a toda humanidade. Toda criança é filha e filho da humanidade inteira. Somos todos corresponsáveis pelo pleno desenvolvimento de cada criança sobre a face da Terra. Vocês têm essa consciência e a colocam em prática, através dos Círculos de Debates, impactando milhares de vidas. Isso é extraordinário!

### **EPB - Poderia deixar uma mensagem de esperança sobre “construção da paz”?**



**Dr. Feizi** - Não há como negar que vivemos em tempos difíceis, nos quais múltiplas crises se sobrepõem. Isso aumenta a nossa responsabilidade, não só para com o presente, mas para com o futuro! Será que vamos deixar para nossos filhos e netos um mundo pior do que aquele que recebemos de nossos antepassados? O dito popular já ensina: ao invés de atacar a escuridão, acenda uma vela!

Assim como muitas outras pessoas, eu acredito que estamos passando por aquelas horas mais escuras da madrugada, as horas que antecedem o amanhecer. Há muita escuridão e desesperança, e o remédio para isso não é se queixar nem desistir. O remédio consiste em encontrarmos uma causa nobre à qual nos dediquemos de corpo e alma, um propósito que beneficie outras pessoas, a coletividade.

Ao abandonarmos o pensamento egocêntrico e nos conectarmos a outras pessoas, em espírito de serviço, nos sentimos empoderados e capazes de promover mudanças. Pequenas mudanças, promovidas por amor ao próximo, despertam a esperança. Vamos nos reconhecendo como protagonistas de um processo de integração, de construção de um futuro melhor. Quando estamos engajados em algo que beneficia a comunidade, os impactos negativos do mundo são reduzidos.

O teólogo Jean-Yves Leloup nos lembra que quando uma grande árvore cai na floresta, ela faz um enorme estrondo e vai derrubando consigo árvores que estavam ao seu redor. O barulho causado pela queda é assustador, chama muito a atenção. Entretanto, naquele mesmo instante, centenas de sementes estão brotando – silenciosamente! Os processos de germinação, crescimento e florescimento ocorrem de forma silenciosa e somente as pessoas mais atentas se dão conta disso.

Parafraseando Mahatma Gandhi:

**"quando eu me torno a mudança que eu desejo ver no mundo, eu vejo a mudança no mundo!**

**O meu mundo interior e o mundo das minhas relações interpessoais passa a refletir aquela qualidade que eu estou praticando".**



**DR.<sup>a</sup> ANA PAULA TEIXEIRA**

médica do trabalho e especialista em saúde mental, com mais de 25 anos de experiência. Reconhecida por sua atuação na prevenção do burnout e na promoção da segurança psicológica, é autora de livros e artigos de referência e tem impactado milhares de pessoas em todo o Brasil por meio de palestras, mentorias e consultorias.

## SAÚDE EMOCIONAL DOS PAIS, AUTOCONHECIMENTO E AUTOCOMPAIXÃO

**V**ivemos em “tempos de guerra”: violência urbana, medos intensificados pela pandemia e pelas redes sociais, insegurança nas ruas e até dentro de casa, desigualdade social, mudanças rápidas no trabalho e pressões econômicas constantes. Nesse cenário, encontrar a paz torna-se um imperativo inegociável para a sobrevivência emocional dos pais.

O lar, espaço que deveria ser refúgio e acolhimento, só pode cumprir esse papel quando os cuidadores têm acesso a bem-estar emocional, dignidade e suporte para lidar com suas dores e desafios. No Brasil, falar de saúde mental é encarar uma realidade dura: somos líderes em índices de ansiedade e ocupamos o segundo lugar em casos de depressão na América Latina. É ingênuo imaginar que mães e pais estejam imunes a essas estatísticas.

Quando o bem-estar do cuidador é negligenciado, o ambiente familiar torna-se terreno fértil para conflitos, falhas de comunicação e estresse. Essas dinâmicas prejudicam não apenas a paz no lar, mas também o desenvolvimento dos filhos, que podem apresentar dificuldades de concentração, problemas de comportamento e até ansiedade ou depressão. A proteção da criança começa, portanto, pelo cuidado com a saúde emocional dos pais.

**O tripé da transformação parental**

A construção da paz no lar exige reflexão sobre o papel de mãe e pai. Esse caminho pode ser sustentado por um tripé: autoconhecimento, autocompaixão e conexões construtivas.



O autoconhecimento é uma bússola interna que se fortalece ao observar, compreender e refletir sobre emoções, pensamentos, valores e padrões de comportamento. Ele se expressa no autocuidado, traduzido em atitudes que mantêm o equilíbrio psicológico, como investir em relações positivas, falar sobre



sentimentos e buscar equilíbrio entre vida pessoal e profissional. Esses hábitos não são luxo, mas componentes essenciais da resiliência parental.

Os círculos da Escola de Pais do Brasil, por exemplo, são espaços seguros onde o diálogo favorece a reflexão e pode se transformar em ações práticas de bem-estar.

A autocompaixão é outro pilar. Muitas vezes esquecemos de ser gentis conosco, de olhar para nossas falhas com humanidade. Experiências difíceis moldam quem somos, mas quando não se transformam em aprendizado, pesam como fardos. Autocompaixão é o “bálsamo” que ajuda a lidar com a autocritica excessiva. Afinal, qual pai ou mãe nunca falhou?

Pesquisas mostram que a autocompaixão reduz o estresse parental e aumenta a satisfação na parentalidade. Não é um traço inato, mas uma habilidade a ser desenvolvida. Ao se aceitarem como imperfeitos, os pais libertam-se do mito da perfeição e criam um ambiente que também acolhe as imperfeições dos filhos. Isso desloca o foco da educação de punições e recompensas para a compreensão e aceitação — a chamada parentalidade consciente.

O terceiro pilar, as conexões construtivas, é o reflexo desses processos na relação com os filhos. Pais que cultivam autoconhecimento e autocompaixão tendem a se autorregular melhor, comunicando-se com mais afeto, respeito e abertura. Essa postura não apenas reduz conflitos, mas ensina pelo exemplo como lidar com desafios de forma tranquila e construtiva.

### Construindo a paz no cotidiano

O provérbio popular “***o homem constrói a casa, mas a família constrói o lar***” traduz bem essa diferença. Cuidar de si não é egoísmo, mas a base para oferecer aos filhos um ambiente seguro, estável e saudável. É nesse solo fértil que nasce a verdadeira paz no lar — e é nele que as próximas gerações aprendem não apenas a sobreviver, mas a prosperar, mesmo em tempos desafiadores.

**JANE CEZIMBRA**

Engenheira Civil.

Junto com Reinaldo Cezimbra é Casal Presidente da EPB Salvador. O casal faz parte da EPB desde 1989.

# FORMANDO CORAÇÕES: EDUCAR PARA A EMPATIA

## Como Educar Nossos Filhos para a Empatia?"

Crie um ambiente seguro e de escuta ativa.

O primeiro e crucial passo é cultivar um lar onde a escuta seja genuína e constante.

Como nos lembra Laine Valgas, ***ao cultivar ambientes afetivos seguros, estamos ensinando aos nossos filhos a construírem emoções mais saudáveis.***

Apresente a diversidade e conte histórias. Exponha seus filhos a diferentes realidades, compartilhando contos e exemplos reais. Isso os ajuda a compreender a importância de conhecer e valorizar outras perspectivas.

Valide as emoções – demonstre apoio em vez de punição.

Educar as emoções é preparar os filhos para os desafios da vida, mostrando que sentimentos como frustração, raiva ou tristeza são normais e podem ser



gerenciados com muito carinho e apoio. O segredo está em aprender a gerenciar essas emoções, o que fortalece a autoestima e a capacidade de lidar com as adversidades.

É vital lembrar que nada disso tem o mesmo impacto se os pais não forem os primeiros a dar bons exemplos. As crianças observam e aprendem o tempo todo, absorvendo e reproduzindo o que veem ao seu redor. Ao vivenciar as consequências de suas atitudes, tanto positivas quanto negativas, elas começam a entender o que os seus atos poderão gerar nos outros.

## Incentive seus filhos a refletirem sobre seus próprios sentimentos e como eles podem influenciar as pessoas ao seu redor.

Quando uma reação se mostrar inadequada, uma conversa calma e explicativa sobre o porquê daquela atitude ter sido negativa é muito eficaz.

Precisamos estar bem próximos para acolher o nosso filho em situações difíceis para ele entender a importância de se colocar no lugar do outro.

O convívio social é um laboratório natural para a empatia. Ao interagir com outras pessoas, com suas particularidades, a criança aprende a respeitar e aceitar as diferenças – sejam elas de cor, credo ou valores. Essa compreensão das diferenças, que são parte inevitável da vida, é essencial para a formação de um ser humano completo e compassivo.

Não existem relações perfeitas, mas existem valores que nos levam a trilhar caminhos seguros e determinantes para fortalecer os vínculos necessários para vivenciarmos conexões fortes uns com os outros.

A comunicação empática nos ajuda a reestruturar a nossa forma de expressar e de escutar as pessoas com as quais nos relacionamos.

Acreditamos que comunicar seja apenas “falar” e esquecemos da outra parte que é fundamental – “escutar”.

**“A maneira como nos comunicamos com os outros e com nós mesmos determina, em última análise, a qualidade de nossas vidas.”**

Anthony Robbins



**Para resumir, os pilares para formar corações empáticos são:**

- Ser um bom exemplo;
- Criar um ambiente seguro e acolhedor no seu lar;
- Praticar a escuta ativa;
- Validar emoções;
- Contar histórias e compartilhar exemplos reais;
- Estimular a reflexão sobre sentimentos e atitudes;
- Explorar a diversidade;
- Como Daniela Freixo de Faria sabiamente nos lembra:

**Vamos acompanhar o voo dos nossos filhos diariamente pela porta do amor, da compreensão e sendo semente potente de aprendizado.**

**Formaremos filhos fortes, justos, corretos, responsáveis, autônomos, humildes, abertos a aprender, misericordiosos, repletos de bons valores e princípios.**

**Eles serão boas sementes por onde forem.**





### MARIA IZABEL PASSOS IMBIRIBA

Pedagoga.

Há 23 anos na EPB e com José Luiz Imbiriba, Casal Diretor Pedagógico da Seccional Salvador/BA.

## O PERDÃO NA FAMÍLIA: CURA E RESSIGNIFICAÇÃO

<sup>21</sup>Pedro aproximou-se de Jesus e perguntou: "Senhor, quantas vezes devo perdoar, se meu irmão pecar contra mim? Até sete vezes?" <sup>22</sup>Jesus respondeu: Não lhe digo até sete vezes, mas até setenta vezes sete. <sup>23</sup>Porque o Reino de Deus é como um rei que resolveu acertar as contas com seus empregados" Mt 18, 21-23.

### Visão cristã

Segundo a perspectiva cristã, o perdão baseia-se no mandamento de Jesus e no exemplo de misericórdia divina, que ensina os cristãos a perdoarem como foram perdoados, deixando de lado ressentimentos e vingança para buscar a reconciliação e cura.

Este ato de perdão, embora difícil, significa uma libertação, um sinal de amor ao próximo e de gratidão a Deus. Restaura relacionamentos e abre espaço para a graça divina atuar em nós.

### Fundamentos bíblicos e teológicos do perdão:

- **Mandamento divino** - Jesus ensinou a orar: "Perdoai as nossas dívidas, assim como perdoamos aos nossos devedores". Mt 6,12;

- **Exemplo de Jesus:** Ele rogou a Deus que perdoasse seus algozes, ao ser crucificado, sendo exemplo máximo de perdão e demonstrando a natureza perdoadora de Deus;
- **Misericórdia e compaixão:** o perdão é um ato de misericórdia que renuncia à punição, buscando restaurar o relacionamento e reconhecendo a dignidade do ofensor;
- **Cura interior:** o perdão é um remédio que libera o indivíduo do peso do ressentimento e da mágoa, trazendo paz interior e permitindo que Deus cure as feridas da alma.

### Visão da Psicologia

Dr. Robert D. Enright, PhD, psicólogo licenciado, professor de Psicologia Educacional na Universidade de Wisconsin-Madison,

desde 1978, cofundador do Instituto Internacional do Perdão, é pioneiro e referência mundial no estudo científico do perdão.

De acordo com Enright, "o perdão interpessoal é uma atitude moral na qual uma pessoa considera abdicar do direito ao ressentimento e de julgamentos e comportamentos negativos para com a pessoa que a ofendeu injustamente. E, ao mesmo tempo, nutrir a compaixão, a misericórdia e possivelmente o amor para com a pessoa que a ofendeu". (Enright, Freedman & Rique, 1998, pp. 46-47).

A Psicologia do Perdão é um campo de estudo que visa compreender o processo do perdão como uma jornada de cura focada em diminuir emoções negativas e aumentar pensamentos e comportamentos positivos para quem perdoa, considerando as mudanças





emocionais, cognitivas e comportamentais ocorridas nelas próprias.

### Princípios da Psicologia do Perdão:

- O perdão é uma decisão, uma escolha pessoal que pode trazer benefícios para a saúde mental e física do indivíduo;
- O perdão é um processo, cujo objetivo principal é trazer alívio, paz e cura para a pessoa que perdoa, liberando-a de sentimentos negativos como a raiva e o ressentimento;
- O perdão é diferente da reconciliação e não significa necessariamente voltar a ter um bom relacionamento com o ofensor, nem aceitar ou encontrar desculpas pelo que ele fez;
- O perdão é uma forma de fortalecer-se, e ao perdoar, a pessoa que sofreu a ofensa pode transformar-se, restaurando a própria humanidade e construindo uma identidade mais positiva.

Em seu livro "Oito Chaves para o Perdão", Dr. Enright afirma que perdoar pode ser incrivelmente difícil porque quando nos apegamos à dor, ficamos emocional e cognitivamente prejudicados, provocando sofrimento em nossos relacionamentos, mas o perdão age como um remédio poderoso para curar feridas profundas.

### Passos básicos para seguir o caminho do perdão:

- 1º - O que é o perdão e por que ele é importante;
- 2º - Torne-se "perdoavelmente apto";
- 3º - Aborde sua dor interior;
- 4º - Desenvolva uma mente perdoadora por meio da empatia;
- 5º - Encontre significado em seu sofrimento;
- 6º - Quando o perdão for difícil, recorra a outras forças;
- 7º - Perdoe a si mesmo;

- 8º - Desenvolva um coração perdoador.

### Fases do processo do perdão:

1. Descoberta: reconhecer a dor e a raiva e avaliar o dano psicológico;
2. Decisão: comprometer-se a perdoar e considerar o perdão como resposta;
3. Reformulação cognitiva: desenvolver empatia pelo ofensor e aceitar a dor vivida;
4. Aprofundamento: encontrar significado no sofrimento e libertar-se da dor emocional.

Perdoar tem a ver com bondade e aumento da autoestima, dando uma sensação de força interior e de segurança. Pessoas que conseguem perdoar demonstram maior atividade nos circuitos neurais responsáveis pela empatia, alimentando o lado mais tolerante da sua mente e do seu coração.

Assim, as "Oito chaves" de Dr. Enright se unem ao Evangelho para mostrar que perdoar é sempre possível e que neste gesto encontramos cura, reconciliação e vida nova.

### O perdão na família

A família é o primeiro espaço de convivência, onde aprendemos valores, enfrentamos desafios e criamos vínculos duradouros. Porém, justamente por essa proximidade, também é onde mais surgem mágoas e feridas emocionais e dificuldade de perdoar, devido a:

- Expectativas elevadas em relação aos familiares;

- Feridas antigas que se acumulam ao longo dos anos;
- Orgulho e dificuldade em reconhecer falhas;
- A crença de que perdoar significa “dar razão ao outro”.

O perdão é um processo longo e desafiador, é uma escolha consciente de não permitir que a dor do passado continue controlando o presente. É um caminho gradual que exige maturidade emocional e coragem, mas que pode ser aprendido e exercitado até tornar-se fonte de libertação e cura.

### Desta forma requer a ressignificação da mágoa, ou seja:

- Mudar a perspectiva sobre o passado, transformando a forma com que se lida com as experiências negativas, retirando o peso da dor. Não diz respeito a esquecer o que ocorreu, mas sim encontrar um novo significado que permita construir um futuro mais leve e saudável para a relação interpessoal e para si mesmo.

- Construir novas bases: trabalhar os sentimentos e fazer uma nova história sobre uma base mais sólida, mesmo que o relacionamento não volte a ser como antes;
- Encontrar sentido: a ressignificação da dor e do trauma leva a uma transformação interna, permitindo que a pessoa encontre mais luz e um novo propósito na sua vida e nas suas relações.

Pesquisas mostram que perdoar reduz o estresse, fortalece a saúde mental e melhora relacionamentos.

### Como praticar o perdão em família:

1. **Reconhecer a dor** – não minimizar o que aconteceu;
2. **Dialogar com respeito** – abrir espaço para a escuta;
3. **Colocar-se no lugar do outro** – cultivar a empatia;
4. **Decidir soltar o ressentimento** – mesmo que a memória permaneça;
5. **Construir novos hábitos de convivência** – fortalecer os laços com atitudes de amor.

No contexto familiar, o perdão abre espaço para reconstruir a confiança, restaurar vínculos afetivos e criar um ambiente de maior amor e acolhimento.

A família é um projeto de Deus, um ambiente sagrado, onde o perdão cura corações, desenvolve a paz e dá leveza a vida de todos os envolvidos, numa conexão harmoniosa e feliz entre seus membros, restaurando a esperança.

Enfim...

## O PERDÃO ATUA COMO UM BÁLSAMO PARA A ALMA.

### Referências:

- Bíblia Sagrada, Edição Pastoral, Paulus – 1990.
- IFI – International Forgiveness Institute: <https://www.internationalforgiveness.com>
- “Oito passos para o perdão”: [https://www.greatertgood.berkeley.edu/article/item/eight\\_keys\\_to\\_forgiveness](https://www.greatertgood.berkeley.edu/article/item/eight_keys_to_forgiveness)

### Nota:

foram utilizadas fontes geradas por IA.





## OS LIMITES DA EDUCAÇÃO

Ana Carla Issa Souza - Pedagoga

**F**alar sobre os limites da educação é, antes de tudo, fazer um convite à escuta sensível e à reflexão profunda. É reconhecer que educar vai muito além de ensinar conteúdo. Educar é um ato humano, relacional e coletivo, cheio de intenções, de esperanças, mas também de tensões, contradições... e sim, de limites.

Limites que não são apenas aqueles que impomos aos alunos, mas, muitas vezes, são os que nos são impostos como educadores, como gestores, como pais, como sociedade.

Uma das principais limitações está nas imposições do próprio sistema educacional. O currículo, muitas vezes engessado, organizado a partir de diretrizes, cartilhas, distantes da realidade cotidiana das escolas e das necessidades reais dos estudantes. Seguimos uma trilha obrigatória, repleta de conteúdos a serem cumpridos em prazos definidos, como se todos os alunos aprendessem no mesmo ritmo, com o mesmo interesse e sob as mesmas condições. As avaliações padronizadas reforçam ainda mais esse caminho único, ignorando o processo e valorizando apenas o resultado imediato, como se a aprendizagem pudesse ser medida por números frios.

Essa estrutura curricular e avaliativa, muitas vezes, entra em conflito com os desejos mais profundos dos educadores: formar cidadãos conscientes, sensíveis, éticos, capazes de pensar, refletir e transformar. Mas somos pressionados por metas, índices e rankings que priorizam desempenho técnico e preparo para o mercado, como se a escola fosse apenas uma etapa de formação profissional e não um espaço de desenvolvimento humano integral.

E é aí que surgem também os desencontros entre os próprios profissionais da educação. Existem aqueles que acreditam na educação como formação de valores e pensamento crítico, que compreendem a importância do tempo de cada criança e do contexto em que ela vive. Mas há também quem ainda defenda modelos padronizados, fórmulas didáticas repetidas, como se educar fosse apenas aplicar métodos e obter resultados. Esse descompasso cria tensões dentro das equipes, gera inseguranças e pode comprometer a coerência da ação pedagógica.

É preciso considerar também os limites que estão fora dos muros da escola, mas que a atravessam diariamente. As desigualdades sociais, emocionais e culturais dos nossos alunos não se resolvem com boas

intencões e planejamento pedagógico. A escola, por mais que se esforce, não tem como dar conta sozinha da reparação de injustiças históricas ou da ausência de políticas públicas que garantam dignidade às famílias. Esse é um dos limites mais cruéis: quando sabemos o que precisa ser feito, mas não temos meios ou apoio suficiente para avançar.

Mesmo o tempo e o espaço escolar são limitados. Temos algumas horas por dia, alguns dias por semana, alguns anos de convivência, e nesse período queremos ensinar, acolher, formar, cuidar, orientar, escutar. Queremos tudo, mas nem tudo é possível. É necessário reconhecer esse limite para não cairmos na frustração ou na auto cobrança excessiva.

Por fim, há os limites que protegem e os que aprisionam. Há regras que estruturam a convivência, que favorecem o crescimento e o respeito mútuo. Mas também existem normas que silenciam, que restringem, que desconsideram a pluralidade dos sujeitos. Precisamos refletir constantemente sobre que tipo de limites estamos impondo: se são aqueles que acolhem ou os que excluem, se estamos formando pessoas livres ou apenas obedientes.

Falar sobre limites na educação, portanto, não é apenas apontar o que não conseguimos fazer, mas é também uma oportunidade de pensar o que pode ser transformado a partir do reconhecimento dessas barreiras. Porque quando nomeamos os limites, também abrimos espaço para buscar caminhos, e é nessa busca que seguimos, com coragem, sensibilidade e compromisso com uma educação mais humana e verdadeira.



## NOSSA HOMENAGEM a Luís Fernando Veríssimo, escritor gaúcho, falecido neste ano de 2025

### AMOR

Era um casal como qualquer outro.

De manhã, café com leite, pão e jornal. À noite, televisão, controle remoto disputado.

Um dia, ao acordar, ela olhou para ele dormindo e sentiu uma ternura inesperada. Pensou: "Eu gosto desse homem".

Não foi paixão, nem explosão. Foi só uma constatação tranquila, quase doméstica. Como se dissesse: "Eu gosto de café com leite" ou "Está frio lá fora".

E foi bom. Porque é isso que sobra quando o fogo vira brasa e a paixão dá lugar à vida de verdade.

O amor, ela percebeu, era aquilo: um cobertor compartilhado, um silêncio confortável, uma história comum.

### OS FILHOS

Filhos. A gente passa a vida inteira ouvindo que eles crescem rápido, que é um piscar de olhos. Mas só entende de verdade quando eles estão altos demais para caber no colo.

No começo, é tudo cheirinho de shampoo, fraldas, perguntas sem fim e desenhos colados na geladeira. Você se irrita com a bagunça, com os brinquedos espalhados, com o barulho – e nem percebe que um dia vai sentir falta de tudo isso.

Então, de repente, eles começam a sair sozinhos.

A mesa fica mais silenciosa. A geladeira mais organizada.

A casa, mais limpa.

E o coração mais apertado.

Você se pega desejando que, por uma tarde, eles voltassem com as meias jogadas no sofá, com risadas altas e com fome de tudo.

A verdade é que a gente cria os filhos para o mundo, mas no fundo queria que eles ficassem um pouco mais na nossa sala.

Porque família é isso: bagunça, amor e saudade misturados.



# Humor

## A LIÇÃO DE CASA

Joãozinho chega da escola com cara de quem aprontou:

- Mãe... a professora mandou eu fazer uma redação sobre o lugar onde mais aprendo.

A mãe, toda animada, responde:

- Que lindo, filho! Escreveu sobre a escola?

Joãozinho:

- Não...Escrevi sobre a cozinha.

- Sobre a cozinha?

- É! Porque lá eu aprendo que panela quente queima, que falar muito perto da mãe quando ela tá cozinhando dá bronca, e que repetir sobremesa sem pedir é "reprovação".

## O CUSCUZ MODERNO

Dona Ritinha, mulher do sertão arretada, foi visitar o filho que morava em Recife.

Na mesa, ele serviu um "cuscuz gourmet", cheio de queijo importado e azeite caro.

Ela olhou, pensou um pouco e disse:

— Meu filho, esse cuscuz tá tão estudado que até esqueceu o gosto de roça.

## O SANFONEIRO FILÓSOFO

No fim da festa, um turista perguntou ao sanfoneiro:

— Seu Chico, o senhor nunca se cansa de tocar forró?

E ele respondeu:

— Canso, sim... mas é melhor cansar dançando do que cansar explicando pra alma por que ficou parado.

## O CALOR DO SERTÃO

Um repórter veio cobrir o calor de 40 graus no sertão e perguntou:

— O senhor não acha difícil viver num lugar tão quente?

Seu Damião respondeu, abanando o rosto:

— Difícil é viver num lugar frio, meu filho. Aqui, pelo menos, a gente "soa" de graça e emagrece sem academia.



## LUSÍADAS

Numa manhã, a professora pergunta ao aluno:

- Diz-me lá quem escreveu “Os Lusíadas”?

O aluno, a gaguejar, responde:

- Não sei, Sr.<sup>a</sup> professora, mas eu não fui. E começa a chorar.

A professora, furiosa, diz-lhe:

- Pois então, de tarde, quero falar com o teu pai!

Em conversa com o pai, a professora faz-lhe queixa:

- Não percebo o seu filho. Perguntei-lhe quem escreveu “Os Lusíadas” e ele respondeu-me que não sabia, que não foi ele...

Diz o pai:

- Bem, ele não costuma ser mentiroso, se diz que não foi ele, é porque não foi. Já se fosse o irmão...

Irritada com tanta ignorância, a professora resolve ir para casa e, na passagem pelo posto local da GNR, diz-lhe o comandante:

- Parece que o dia não lhe correu muito bem...

Confessa a professora:

- Pois não, imagine que perguntei a um aluno quem escreveu “Os Lusíadas” e respondeu-me que não sabia, que não foi ele, e começou a chorar.

O comandante do posto:

- Não se preocupe. Chamamos cá o miúdo, damos-lhe um “aperto”, e vai ver que ele confessa tudo.

Já com os cabelos em pé, a professora chega a casa e encontra o marido sentado no sofá, a ler o jornal. Pergunta-lhe este:

- Então o dia correu bem?

Desabafa a mulher:

- Ora, deixa-me cá ver. Hoje perguntei a um aluno quem escreveu “Os Lusíadas” começou a gaguejar, que não sabia, que não tinha sido ele, e pôs-se a chorar. O pai diz-me que ele não costuma ser mentiroso. O comandante da GNR quer chamá-lo e obrigá-lo a confessar. Que hei de fazer a isto?

O marido, confortando-a:

- Olha, esquece. Janta, dorme e amanhã tudo se resolve. Vais ver que se calhar foste tu e já não te lembras...

#autordesconhecido

## O QUE É O QUE É?

**Seja para testar o raciocínio, aprender ou rir com os amigos, essas adivinhas são um convite para compartilhar momentos únicos com os pequenos.**

- 1- O que é, o que é? A capital brasileira que está presente em todos os aniversários.
- 2- O que é, o que é? A diferença entre a bota e a calça.
- 3- O que é, o que é? Que dá o poder de atravessar paredes.
- 4- O que é, o que é? Tem centenas de rodas, mas não sai do lugar.
- 5- O que é, o que é? Uma impressora disse para a outra.
- 6- O que é, o que é? É proibido comer no café da manhã.
- 7- O que é, o que é? O zero disse para o oito.
- 8- O que é, o que é? O motivo dos ovos não contam piadas.
- 9- O que é, o que é? A praia disse ao mar.
- 10- O que é, o que é? Quebra quando se fala.
- 11- O que é, o que é? No início muda e no fim dança.
- 12- O que é, o que é? Faz parte das árvores e dos cadernos.
- 13- O que é, o que é? Um ponteiro disse para o outro.

## RESPOSTAS

- 1 – Palmas
- 2 – A bota, a gente calça, e a calça, a gente bota.
- 3 – A porta.
- 4 – O estacionamento.
- 5 – Essa folha é sua ou é impressão minha?
- 6 – O almoço e o jantar.
- 7 – Belo cinto.
- 8 – Para não rachar de rir.
- 9 – Deixa de onda.
- 10 – O segredo.
- 11 – A mudança.
- 12 – As folhas.
- 13 – Encontro você ao meio dia.

**JANE E REINALDO CEZIMBRA**

Casal Presidente Seccional Salvador-Ba

# Agradecimentos

É um privilégio fazer parte de um movimento que nos impulsiona ao crescimento diário, repleto de aprendizados.

Agradecemos primeiramente a Deus.

Estendemos um agradecimento muito especial a todos que tornaram possível a realização deste Seminário e da Revista Virtual que apresentamos hoje.

Nosso muito obrigado ao Dr. Feizi Milani, cuja disponibilidade é inestimável.

Um agradecimento especial aos nossos associados, incansáveis e sempre prontos para nos apoiar em todos os nossos eventos, sejam presenciais ou virtuais.

Agradecemos também aos pais e participantes dos nossos encontros nas escolas de Salvador e Camaçari:

Escola Comendador Bernardo Martins Catharino

Escola Reitor Miguel Calmon

Escola Djalma Pessoa

Escola Milton Santos

Escola Capela São José

Colégio Passos do Saber

Educandário Sr. do Bonfim

Escola Dom Edilberto

Escola Municipal Senhora Santana

Aos Diretores e Coordenadores dessas instituições, nossa profunda gratidão pela confiança e por essa parceria tão valiosa.

Que a nossa querida EPB siga firme e forte em sua Missão de auxiliar pais e futuros pais na formação de verdadeiros cidadãos.

**Abrços carinhosos**

**NUNCA DIRÁS, FILHO AMADO, QUE TE  
PERDESTES POR SEGUIRES OS  
PASSOS DE TEU PAI.**



**ESCOLA DE PAIS DO BRASIL, O MELHOR  
CAMINHO ENTRE PAIS E FILHOS**

**ESCOLADEPAIS.ORG.BR**