



REDE DE CASAIS - 2º ENSINO DO MÊS DE JUNHO – 2025

O VITIMISMO NO CASAMENTO

Casais de Deus, vamos tratar de um tema que aflige muitas pessoas e quando um dos cônjuges se entrega ao vitimismo, isto traz grandes dificuldades no relacionamento.

Vamos ler I Reis 19, 1-18.

O vitimismo também pode ser chamado de autopiedade, autocomiseração ou coitadismo. A posição de vítima é comum e confortável, muitas pessoas assumem essa posição de coitado em sua vida. Atribuem seus sofrimentos e fracassos a todos ao seu redor, menos a si mesma.

A autopiedade é um sentimento ao qual estamos sujeitos. É um comportamento desaprovado por Deus, e uma atitude a ser vencida. Vemos no texto bíblico que Elias se comportou com pena de si mesmo diante do stress emocional que a batalha no Monte Carmelo, contra os profetas de Baal, e suas consequências, lhe trouxeram. Assim pode acontecer quando paramos diante do medo, da dor e do fracasso. A autopiedade pode até mesmo levar a pessoa a depressão, como vemos Elias pedindo pra morrer. A questão principal é reconhecer quando estamos assumindo em nossa vida o papel de vítima, isto é difícil, pois é necessário sair deste ciclo onde pensamos que a causa de nosso mal vem daquilo que passamos no passado, dos nossos pais, de uma perda, de um abuso sofrido, etc, entende que tudo pode se tornar o algoz de nossa condição de coitados?

Como vencer a autopiedade?

Primeira coisa é reconhecer nosso comportamento vitimista, depois abandonar esse comportamento. Também perceber que Deus está cuidando de nós em todos os detalhes e em todos os momentos e que tudo o que aconteceu, tudo o que acontece, exatamente todas as coisas nos dão a oportunidade de crescer. Quando vamos percebendo os primeiros sinais de isolamento, afastamento, precisamos remediar, buscar ajuda, sabendo que a convivência fraterna nos tira deste ciclo vicioso.

Escrito por: Luci Mara – cofundadora da Com. Católica Boa Nova

Para partilhar: Cada cônjuge faça uma auto reflexão de suas atitudes para reconhecer se há ou não atitudes de vitimismo. Partilhem entre si.

O líder conduz oração para que o esposo reze pela esposa e vice-versa.