

Então, o que está desencadeando seu desejo sexual?

# Guia de discussão

por Cru Staff



*Obrigado por escolher participar da série Desire. Esperamos que este guia ajude você a discutir o material com um amigo. Sua conversa será mais gratificante se você reservar um tempo para ler o artigo e este guia antes do encontro.*

## Começando

1. Se você se sentir confortável fazendo isso, convide Deus para fazer parte da sua conversa.
2. Discuta o que se destacou para você no artigo.
3. Fale sobre qualquer coisa do artigo sobre a qual você tenha dúvidas ou não entenda.

## Pontos-chave do artigo nº 7

- Gatilhos são coisas que fazem com que você comece a trilhar o caminho da excitação sexual.

## A Estrada para Kaeluma

Explore este drama/devocional em áudio criado em parceria entre FamilyLife e JesusFilm.

**SABER MAIS**

**Discuta:**

- Como você se identifica com os gatilhos da Heidi? Que outros gatilhos você vivencia?
- Conhecer seus gatilhos permite que você estabeleça bons limites, o que lhe dará a oportunidade de desenvolver relacionamentos saudáveis.

**Discuta:**

- Que limites você pode estabelecer para se proteger de cada um dos seus gatilhos?
- Para sentir desejo sexual de forma saudável, é preciso conhecer seus gatilhos para que você possa ser proativo e evitá-los. Buscar apoio de amigos de confiança quando você se sente atraído por eles também é saudável.

**Discuta:**

- Como você já se sentiu fora de controle — como se não conseguisse parar — depois de ter sido provocado?

## Próximos passos — Leiam juntos.

- Pense em duas ou três pessoas para quem você pode enviar mensagens de texto ou ligar para pedir apoio quando se sentir incomodado ou quando seu desejo sexual estiver tomando conta.
- Tente conversar com eles esta semana sobre se eles estariam dispostos a apoiá-lo dessa forma.
- Compartilhe seu progresso com quem você estiver discutindo a série Desire.
- Marque uma data no seu calendário para discutir outro artigo da série Desire.



Desde 1951, a Cru auxilia pessoas que lutam para integrar a fé à vida cotidiana, oferecendo medidas práticas e apoio