



**Texto // Rita Aleluia**

Coach, consultora generativa e criadora da Parentalidade com PNL & Generativa

“São as mulheres a esperança para este Mundo, são elas quem o pode salvar”, garante Stephen Gilligan, sem constrangimentos. A convicção deste homem, doutorado em psicologia, por Stanford, emerge da sua experiência profissional e pessoal, enquanto terapeuta e trainer Generativo, ao redor do Mundo. Concorde em grau, género e número! Não é à toa que uma mulher que pensa e age, sem precisar da validação de terceiros, continua a assustar os que a rodeiam. Acolho diariamente mulheres, na sua desconcertante tentativa de encarnação de demasiados papéis para um único personagem. Personagens que aspiram a ser super-heróínas, em todas as frentes que assumem, que continuam a acreditar ter que provar ao Mundo que merecem existir, que estão aptas a realizar com mestria, o que quer que se proponham fazer. Que vivem na dicotomia da escolha entre o constrangimento ou a vantagem competitiva. Que valem o que são, muito além dos estereótipos de beleza física e tabus, ditados por uma sociedade mergulhada em crenças, tantas vezes limitadoras e totalmente inconscientes.

Essas mesmas crenças, enraizadas em cada um de nós, só serão acolhidas, integradas e transcendidas, quando trabalharmos nelas. Até lá, sentiremos sempre a insaciável necessidade de agradar, de mostrar que somos capazes, que podemos. Portanto, tenho em mim a convicção, de que falar do problema é falar da solução. Ganhar consciência da nossa inconsciência, da urgência de transformar estes tabus é o primeiro passo.

## IGUALDADE

A questão da igualdade de género coloca-se em sociedades onde continua a vingar o

# Educar para a Igualdade



**Ser mulher, não é sinónimo de ser esposa, mãe, dona-de-casa, cuidadora, obediente... Cabe a cada mulher, decidir, conscientemente o que quer ser e fazer neste Mundo e a este respeitar as escolhas.**

sistema patriarcal, a educação tradicional. Em pleno século XXI, a igualdade de género deve andar de mãos dadas com a educação. Muito já se avançou, num caminho que é longo e onde continua muito por fazer. Ser mulher, não é sinónimo de ser esposa, mãe, dona-de-casa, cuidadora, obediente... Cabe a cada mulher, decidir, conscientemente o que quer ser e fazer neste Mundo e a este respeitar as escolhas. Urge desconstruir um contexto social ainda machista, onde as normas sociais que orientam a identidade masculina continuam coligadas com a violência, com a instigação da mesma e a sua manutenção.

Guiemos e eduquemos as nossas famílias para que a missão prossiga com sucesso, para contrariar a visão limitada das mulheres.



## EDUCAR

Ao melhorarmos as condições de vida de uma mulher, estamos implicitamente, a melhorar as condições de vida de toda uma comunidade. Os reflexos são imediatos, na sua auto-estima, auto-imagem, auto-confiança, nas suas intenções e objectivos. Cabe-nos a todos, apoiar todas as mulheres, todos os homens, todas as crianças, para que reconheçam comportamentos inadmissíveis, para que se defendam e para estabelecem os seus limites de forma saudável. Cabe a cada mãe, cada pai, cada educador, aceitar a essência de cada criança, independentemente de ser menino ou menina, e ter a coragem e a dignidade de empoderar os seus sonhos e visões, por mais gigantescos que te possam parecer, sem barreiras, muito menos sexistas. Cada um tem o seu papel na sociedade, todos com igual valor.



## FAZER

Como dizia Helen Keller, exemplo de uma grande mulher da Humanidade, “sozinhos pouco podemos fazer, juntos, podemos fazer muito”. Acredito por isso que a mudança começa em casa e continua na es-

cola, na forma como escolhemos educar as nossas crianças. Não somos seres passivos, somos activos. Partilho algumas das nossas práticas diárias:

- Em casa há partilha. O pai e a mãe compartilham tarefas domésticas, questões relacionadas com a educação dos filhos, com a gestão da família, são ambos cuidadores. São o exemplo que querem ver nos filhos e no Mundo;
- Trabalha o sistema de crenças: homens e mulheres podem desempenhar as mesmas funções, ocupar os mesmos cargos, independentemente da cor, religião, cultura, orientação sexual;
- Meninas e meninos podem ambos pintar as unhas, usar cabelo curto ou comprido, escolher a roupa que vestem (sem esperarem validação externa), subir às árvores, jogar futebol, fazer ballet, serem super-heróis ou brincarem com varinhas mágicas... A auto-estima agradece;
- Meninos também choram, também são calmos e queridos! Não têm que ser sempre apelidados de campeões e super-heróis;
- As meninas não têm que estar sempre sossegadas, também são inteligentes, curiosas e criativas! Não têm que ser sempre adjectivadas de bonitas e queridas;
- As meninas dispensam serem salvas por príncipes e podem ser bombeiras, polícias, militares, cientistas... Abdicam de pilotar sempre os fogões, preferem aviões e foguetões;
- Meninos podem vestir cor-de-rosa e meninas azul;
- Homens podem casar com homens, mulheres podem casar com mulheres, existe amor, existe respeito, está tudo certo. A diferença é o que nos torna únicos e é nela que crescemos!
- Escuta e observa as emoções, opiniões, constatações e desejos dos teus filhos, sem julgamentos e com presença. Com limites que façam sentido a todos, com igual valor e amor incondicional;

- Conta-lhes histórias de homens e mulheres reais, que se notabilizaram no mundo (na vossa família, no local onde vivem) por terem respeitado os Direitos Humanos;
- Nunca obrigues uma criança (seja menino ou menina) a beijar ou a abraçar alguém contra a sua vontade. Se o fizeres, ela acredita que o terá de fazer ao longo de toda a vida e isto pode impossibilitá-la de defender-se em caso de tentativa de abuso, por exemplo. Educa sem palmadas, sem obrigares a cumprir ordens ou o teu filho vai acreditar que alguém, mais forte do que ele tem direitos sobre si, que ele não é dono do seu corpo, nem da sua vontade. Além disso, um dia, essa criança pode ser o elemento mais forte e vai comportar-se como tal, assumindo o direito de não respeitar o próximo. Respeita os limites pessoais dos teus filhos!



**Educa sem palmadas, sem obrigares a cumprir ordens ou o teu filho vai acreditar que alguém, mais forte do que ele tem direitos sobre si, que ele não é dono do seu corpo, nem da sua vontade.**