

PARENTALIDADE CONSCIENTE E INTEGRADORA

É NA FAMÍLIA QUE TUDO COMEÇA

São essencialmente a consciência, a ética e os valores que desenham a sociedade em que vivemos ao pautarem a nossa atuação, a dos nossos decisores e dirigentes, dos nossos concidadãos, dos nossos vizinhos, de todos aqueles com quem nos relacionamos. E onde se bebem esses modelos comportamentais senão na família, desde a primeira infância?



Por **Isabel Gonçalves**
Assistente Social Liberal & Life Coach
Formadora e Terapeuta Sistémica
www.harmonizando.com
T. 964 480 280
Ver anúncio na pág. 53

Há genericamente uma relação causal, explicativa para todos os fenómenos, sejam eles criativos ou destrutivos, de inclusão ou de exclusão. A Família é o primeiro núcleo iniciático da vida em sociedade, pelo que o papel dos pais, ou de quem os substitui, é preponderante na estruturação da personalidade das crianças – futuros cidadãos que também um dia assumirão o seu papel de eventuais progenitores e decerto de "co-modeladores" da vida na Terra.

À medida que o conhecimento se expande, também os modelos de relações sociais se alteram, acompanhando novos paradigmas culturais que entretanto emergem e tendem a se multiplicar. Por exemplo, a educação baseada em processos punitivos (físicos e verbais) assente em normas rígidas estabelecidas unilateralmente no seio familiar tem vindo a dar lugar à aplicação de novos modelos de escuta, participação e aprendizagem mútua, visando não apenas melhorar a relação intrafamiliar, mas também formar cidadãos mais conscientes e mais participativos na esfera social.

É necessário hoje formar e treinar para valores de consciência integral, inclusiva, de responsabilidade, de amorosidade compassiva, de aceitação e respeito pela diversidade e pela diferença. E estas são claramente vantagens observadas – nas crianças, nas escolas, nas famílias e nas demais comunidades de pertença – quando se adotam estes novos modelos de educação.

O modelo de parentalidade consciente e integradora adota os pressupostos conscienciais e educativos reconhecidos como fonte de redução de tensões e de maior equilíbrio funcional na estrutura familiar. Como Terapeuta sistémica e Orientadora pessoal e familiar, promovo-o há vários anos nas minhas ações de formação informal com crianças, jovens e pais.

Nomeadamente nas crianças e nos jovens este modelo fomenta nelas um espírito de gratidão, de interajuda e de cooperação como porventura mais nenhum outro. Ensina-os a ouvir, a reduzir expetativas face aos outros, a desenvolver uma maior compreensão das causas das coisas. Predispõe para um maior foco e estado de presença e um maior conhecimento e consciência de si mesmo, além de contribuir substancialmente para uma maior autoaceitação, autoestima e confiança pessoal. Além de que é um poderoso aliado na aprendizagem mútua da regulação das emoções – seja na relação pais-filhos, seja depois na interação com os outros.

Disponibilizo estas aprendizagens a 2 níveis:

- No programa "Aprender a SER" dirigido a crianças dos 8-12 anos – agora como formação informal e complementar de pais, educadores, professores e outros interessados na área educativa;
- No programa para jovens dos 13 aos 16 anos (que inclui os playshops "Muda a Tua Vida" e os ateliers de valorização pessoal) onde se abordam temas do interesse dos adolescentes à luz daqueles valores éticos no quadro de uma cidadania consciente e integradora, mas sempre envolvendo os pais em sessões separadas com vista a fomentar uma harmonia conceptual e comportamental interna e uma consciência coletiva alargada.

Os acontecimentos à escala mundial, quer em termos ambientais quer em termos de tensões ou conflitos sociais e económicos, convidam-nos a compreender que é preciso alterar anteriores padrões de aprendizagem, de atuação e de relacionamento – connosco mesmos e com os outros. Em especial com os filhos.

A bem de todos, e não apenas do núcleo familiar, é preciso prepará-los e prepararmo-nos para uma Terra onde todos queremos viver bem pois é a nossa grande "casa". Este propósito não é demagógico – está na mão de cada um. Façamos deste ano um marco de mudança. O momento é Agora! Aprender a desenvolver e pôr em prática uma consciência sistémica e integradora é lançar as sementes para um modelo social em que todos ganham (win-win).