ESCOLA DE PAIS DO BRASIL

DO NATURAL AO DIGITAL

A FAMÍLIA RESSIGNIFICANDO SUA HISTÓRIA

ESCOLA DE PAIS DO BRASIL
SECCIONAL DE SALVADOR - BA
NOVEMBRO 2024

ESCOLA DE PAIS DO BRASIL

editorial

Esta frase diz tudo sobre a Escola de Pais do Brasil.

Nós, associados, nunca estamos sozinhos – sempre haverá alguém para nos ajudar, acolher e orientar no que for preciso.

Para editar uma Revista é preciso uma equipe. E que equipe!

Para coordenar os encontros com os pais nos colégios, temos várias pessoas capacitadas e muito bem preparadas. Com uma boa vontade sem limites.

Para organizar um Seminário Regional e uma Revisão Estadual, contamos com pessoas dedicadas e disponíveis com alto nível de resiliência.

Conseguimos tudo isso pelo constante aprendizado nesses 61 anos da EPB e nos 58 anos da Seccional Salvador.

Somos incansáveis e não desistimos de levar a mensagem da EPB a todos os lugares que nos convidam porque temos certeza de que as Relações Familiares têm um significado enorme em nossas vidas.

Que a leitura dos artigos desta Revista o ajude a crescer como ser humano e o faça refletir sobre o papel que desempenha na sua família.

Seguimos com esta sabedoria de Carlos Drummond de Andrade:

"Viver em sociedade requer instinto de formiga, presas de leão e habilidade camaleônica."

JANE E REINALDO CEZIMBRA
Casal Presidente Seccional Salvador-Ba

ESCOLA DE PAIS DO BRASIL

Sumário

Expediente

ESCOLA DE PAIS DO BRASIL, SECCIONAL DE SALVADOR
Revista nº 45 – Ano 2024
escoladepais.salvador@gmail.com

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

PRESIDENTES
Jane Ferraz Campos Cezimbra
Reinaldo Cezimbra

ORGANIZAÇÃO
Nilza Carolina Cercato e Clélio Souza

CONSELHO EDITORIAL
Jane e Reinaldo Cezimbra
Maria das Graças e Clélio Souza
Nilza Carolina Cercato

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

✓ESCOLA DE PAIS DO BRASIL

4	CULTURA DIGITAL: INTERFERÊNCIA NAS RELAÇÕES FAMILIARES
7	HÁ UM JEITO DE SER MÃE? A MATERNIDADE PLURAL
9	PATERNIDADE: PAI RESSIGNIFICANDO SEU PAPEL
11	EDUCAÇÃO POSITIVA NÃO É PERMISSIVIDADE
13	COMO DAR UM BASTA NA VIOLÊNCIA DOMESTICA?
15	OS POSSÍVEIS EFEITOS DE HISTÓRIAS FAMILIARES CONTADAS OU APAGADAS NA EDUCAÇÃO DOS FI LHOS

✓A ESCOLA DE PAIS EM AÇÃO 18

✓DIVERSIFICANDO

31	O DOM DE ACOLHER O OUTRO – UMA PERSPECTIVA À LUZ DA TEORIA DO APEGO DE JOHN BOWLBY
33	REFLEXÕES SOBRE A HUMANIDADE ATUAL
38	RESSIGNIFICANDO AS PERDAS NO BEM ENVELHECER

✓PÁGINAS PRECIOSAS

42	BEM ENVELHECER
43	"NÃO HÁ VAGAS"
44	BONITAS MESMO

✓HUMOR 45

✓AGRADECIMENTOS 46

CULTURA DIGITAL: Interferência nas Relações Familiares

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 30 anos.

Entendemos por cultura digital o conjunto de valores, práticas, conhecimentos e comportamentos que envolvem o uso da tecnologia digital. Ela inclui o uso de dispositivos eletrônicos, computadores, smartphones, redes sociais, aplicativos etc. assim como a habilidade para buscar e lidar com informações e participar da sociedade digital. A comunicação se dá na produção, compartilhamento e consumo do conteúdo digital e a forma como as pessoas interagem criando comunidades virtuais.

A cultura digital vem fazendo parte do cotidiano das famílias de forma veloz, criando um crescente e sucessivo desafio à família contemporânea, quanto às novas demandas e assimilação dessa cultura que cada vez mais ganha espaço nas relações parentais. Houve mudança de valores, surgimento de novos rituais, novas formas de relacionamento e novos conflitos familiares.

Sabemos que o diálogo na família é essencial para comunicação e formação do ser social e o fato de estarmos constantemente online, a comunicação vem se interrompendo paulatinamente e se transformando em escrita, gerando um distanciamento que pode evoluir para um abismo nas relações familiares.

Porém, não podemos deixar de reconhecer os impactos positivos da cultura digital, pois a comunicação é possível em qualquer lugar e hora, aproximando aqueles que, por qualquer motivo, estão em localidades diferentes. O sentimento da presença de outra pessoa pela facilidade e agilidade para se comunicar, reduz a distância e gera uma sensação de segurança e de controle, principalmente nos pais que mesmo ausentes, conseguem acompanhar a vida dos filhos. Já na percepção dos filhos, é uma forma de controle e cobrança que prejudica a relação. Nesse aspecto, seria a internet o vilão da relação? O desencontro das percepções se dá não só pela maneira como acontece o relacionamento familiar com as novas tecnologias, mas também porque sofre influência pela época que pais e filhos cresceram, e cujas orientações são bastante diferentes no que diz respeito ao significado da vida. Não, a internet sozinha não é o vilão da relação na família contemporânea.

Outro aspecto positivo é o acesso e compartilhamento da informação que estabelece uma relação de troca de saberes entre gerações, onde o ensinar e o aprender muitas vezes parte dos mais novos para os mais velhos, sobretudo dos recursos digitais. Essa troca possibilita o encontro de gerações e consequentemente o fortalecimento dos laços afetivos.

Quanto aos impactos negativos, muitos acreditam que a cultura digital complica as relações pessoais por não se saber distinguir o certo do errado. Entre o certo e o errado, o conhecimento e compartilhamento de informação também contém a produção massiva de lixo, conteúdos inadequados e ignorância, e a aproximação e conectividade em grande escala pode produzir uma corrente de ódio e desafetos.

Ainda sobre os impactos negativos que interferem nas relações familiares, o afastamento está tanto na percepção dos pais quanto na dos filhos. Pais apontam que os filhos preferem ficar conectados ao invés de participarem de momentos com a família, enquanto que filhos apontam que seus pais ocupam parte do tempo que deveria ser destinado ao relacionamento familiar. Sem uma convivência em família, o relacionamento torna-se pessoal, com cada um no seu espaço, deixa-se de fazer coisas juntas, pois não sobra tempo para tal. Assim como os pais não percebem que os filhos passam por algum problema, os filhos também não falam de suas dificuldades para os pais, achando que, talvez enviar mensagens e emojis seria o suficiente para se comunicarem. Não se trata de afastamento físico apenas, e sim do distanciamento afetivo, do diálogo, do compartilhamento de experiências e emoções. O abraço, o "olho no olho" foram substituídos por emojis e mensagens de texto, e muitas vezes sequer compreendidas. Postar fotos com amigos sorridentes não significa que tudo está bem. Constrói-se uma falsa imagem vivendo de aparência para os outros, na expectativa do que os outros esperam de nós, e não daquilo que realmente somos, ou o momento real que estamos passando.

Não menos importante é a dependência tecnológica que prejudica a dinâmica familiar, e o tempo excessivo de uso é um fator que provoca conflito. Sabemos que qualquer espécie de dependência não é saudável, porém, a dependência tecnológica torna-se ainda mais perigosa pelo fato de ser aceita socialmente e por ser gratuita, consequentemente, mais fácil é a acessibilidade. O vício resultante dessa dependência inverte a ordem das prioridades, ou seja, satisfaz-se prioritariamente "eu" para depois o resto, principalmente a família que deveria ser mais importante. A troca de carinho, as conversas cheias de emoções e as relações são duramente afetadas e muitas vezes abandonadas totalmente.

"O vício resultante dessa dependência inverte a ordem das prioridades, ou seja, satisfaz-se prioritariamente "EU" para depois o resto, principalmente a FAMÍLIA que deveria ser mais importante."

Uma breve análise sobre como o estilo parental influencia na exposição dos filhos à tecnologia, indica que pais autoritários, que impõem regras duras de controle de acesso, despertam nos filhos um forte interesse pelo proibido e os leva a dificuldades para lidar e tomar decisões relativas à cultura digital. Já os pais permissivos, que não orientam e não estabelecem limite de acesso, tanto de tempo quanto ao conteúdo, expõem os filhos a conteúdos inadequados à idade e ao excesso de uso, desenvolvendo hábitos pouco saudáveis. Semelhante ao estilo permissivo, o **negligente** também não se

envolve na criação dos filhos e não desenvolve uma relação afetiva, de comunicação e de atenção necessárias. O estilo **democrático**, que define regras abertas à negociação, proporciona o uso consciente e equilibrado da tecnologia, com limites adequados e devidamente respeitados pelos filhos. Ter consciência do seu estilo parental permite que os pais reavaliem e atualizem suas estratégias, adequando-as para que promovam uma relação saudável e responsável de seus filhos com a cultura digital.

Sabemos que a cultura digital veio pra ficar e não retrocederá, já faz parte da sociedade atual e se tornou um novo membro dentro do contexto parental. Prolifera-se de forma veloz, participa do cotidiano familiar e interfere ativamente na sua dinâmica. A família deve estar sempre em primeiro lugar e a tecnologia pode auxiliar complementando a vida em família, visando a saúde das futuras gerações. É necessário encontrar um ponto de equilíbrio fazendo um balanço entre o positivo e o negativo, o que ensina e o que prejudica, o que constrói e o que destrói, extraindo-se um meio termo que possibilite usufruir da melhor forma dos benefícios que ela produz.

Hábitos errados precisam ser repensados e novas estratégias trabalhadas, explorando a usabilidade que se faz da tecnologia e a forma com que os membros da família se comportam, antes mesmo que algum prejuízo evidente aconteça. Faz-se necessário que os pais assumam novas posturas, negociem regras claras e concordantes, promovendo uma comunicação aberta que desenvolva e fortaleça as relações familiares. Limitar o tempo de uso, desconectando para estar em família principalmente durante as refeições, estabelecer horário de uso especialmente à noite, preservando a qualidade do sono, evitar o isolamento físico e social, planejar atividades de convivência familiar sem uso da tecnologia e que geram prazer, orientar, monitorar e controlar o acesso a conteúdos indesejáveis são estratégias que podem ser negociadas. É um trabalho que requer esforço e disponibilidade de ambas as partes, se por um lado os pais criam a maioria das regras, eles passam a ser o exemplo a ser seguido, a referência dos filhos no cumprimento dessas regras, e precisam estar preparados para isso.

São tempos de novos desafios que interferem nas relações familiares, mas que podem propiciar ganhos na comunicação e fortalecimento afetivo. Sem dúvida, a melhor forma de administrar a cultura digital na família é a orientação através do diálogo, pois a solução não é proibir nem liberar completamente o acesso. O tema sobre o mundo online passa a fazer parte desse diálogo como uma reflexão crítica que vai além da função de transmitir informação, para melhor conhecer a família, desenvolver e aperfeiçoar a comunicação, no ouvir e falar que leve ao consenso. Frequentar o mundo dos filhos, seja ele real ou virtual, é criar oportunidade de viver o mesmo mundo, fazendo com que a tecnologia seja uma aliada na qualidade, aproximação e estreitamento das relações parentais.

"O ABRAÇO, o OLHO no OLHO foram substituídos por emojis e mensagens de texto, e muitas vezes sequer compreendidas."

BIBLIOGRAFIA:

Artigos da EPB da Prof.ª Dra. Ana Maria Fonseca Zampieri e Michelle Tinoco dos Santos Aranha

Entrevista com Dra. Maria Madalena Rabaça e Prof. Alexandre Duarte (Internet)

Família digital: a influência da tecnologia nas relações entre pais e filhos adolescentes - Débora Martins Consteila Neumann e Rafaela Jarros Missel - Universidade Luterana do Brasil (Internet)

Há um jeito de ser MÃE? A maternidade PLURAL

ROSILDA XAVIER DE MEDEIROS

Mãe e avó de três (03). Membro da EPB/Salvador desde 2009, casada há 42 anos com Marcos Medeiros. Escritora e sócia da J M Gráfica e Editora

Ser mãe pode ser lindo, intenso e até difícil. Mas é para sempre! Essa é a maior certeza que temos e isso não se pode modificar.

E, entre vontades, desejos, anseios, inseguranças, angústias, realizações, alegrias e um amor infinito, estão as MÃES. *Mães de um, de dois, de três ou até mais. Mães solo e mães que podem contar com os maridos/companheiros ou com a rede de apoio. Mães modernas, mães corujas, mães jovens, mães maduras, mães conservadoras, mães liberais ou tudo isso em uma só!*

Quando um filho nasce, nasce também uma mãe. Alguém que é capaz de tudo pela sua cria. Se necessário, defende, briga, corre atrás, se humilha, vai à luta para manter e criar o seu filho. Se precisar vira leoa, as vezes ursa ou mesmo coruja, com o mesmo instinto materno que toma conta do seu ser, do seu corpo e mente.

Observando a mãe que minha filha mais velha, Milena, se tornou, pois esse era o seu maior desejo, fico impressionada como ela conversa o tempo todo com meu neto Matheus de 04 meses e meio, e ele parece entender ao olhar para ela, rindo e confirmando no seu balbuciar, feliz e seguro de sua proteção.

Uma mulher pode ser considerada mãe por ter dado à luz, por criar um filho que pode ou não ser sua prole biológica, ou por fornecer seu óvulo para fecundação no caso de uma barriga de aluguel. Mas uma mãe sempre será a parentalidade positiva de uma criança, ou seja, quem cuida, acolhe e educa.

São muitas as funções e responsabilidades que envolvem a maternidade: gerar, parir, criar, educar e maternar. Sem falar no restante das tarefas e atividades que a mulher tem que dar conta. Entre as noites mal dormidas da maternidade real, existe também a carga de cuidar do lar e da carreira profissional, por exemplo.

De acordo com o psicanalista e pediatra inglês, Donald Winnicott, a mãe é responsável pela construção da saúde mental dos filhos. Nesse sentido, ela é a atenuadora dos processos que envolvem o desenvolvimento emocional e físico do bebê. Além disso, o cuidado da figura materna com a criança é fundamental na construção do sujeito dessa nova vida.

Ser mãe é crescer e amadurecer, é entender o real motivo do amor incondicional e do propósito de vida. É saber que estaremos vivas em algum lugar através deles, porque depois que temos filho, nos vemos em repetições de como somos ou de como não somos.

É viver entre o instinto materno, a responsabilidade vivida sozinha e/ou compartilhada. É viver entre o coração de mãe, onde "sempre cabe mais um", e o peso de querer (ou precisar) dar conta de tudo sozinha.

As mães experimentam a emoção e a alegria de verem os seus filhos crescerem e se tornarem o que elas idealizaram, ou o contrário disso tudo. Só elas sabem da culpa e do orgulho. Só elas sabem e sentem se estão fazendo o certo ou o suficiente. Mas com certeza, estão fazendo o melhor que podem.

Por isso, afirmo que não existe um jeito estabelecido de ser mãe. Cada mãe vai sendo moldada de acordo com os seus princípios e ensinamentos, advindos da educação que recebeu e do ambiente em que foi criada. Concordo com Winnicott quando ele diz, que não existe um ideal a ser buscado do ser mãe. Ao mesmo tempo, nos traz o conceito da mãe "suficientemente boa" que para ele é aquela que efetua uma participação ativa com o seu bebe, lhe oferecendo alimentação, higiene, segurança e um ambiente emocionalmente saudável e acolhedor.

Há mulheres que estão neste mundo, especialmente para a maternidade e se dedicam à criação dos filhos como missão, já nasceram prontas. Dão tudo de si e se entregam de corpo e alma à criação dos filhos. Mas depois que eles crescem e seguem seus caminhos, elas ficam desoladas ou frustradas. Por isso como mães, não podemos criar expectativas futuras, como a de que eles irão cuidar de nós, na velhice. Seria muito egoísmo da nossa parte, tentar controlar nossos filhos, sem lhes dar uma chance para escreverem suas histórias de vida. A verdadeira mãe é aquela que ensina como se caminha e segue os passos dos filhos a distância, confiante na base que lhes foi ensinada.

Devemos criá-los para "o mundo", para voarem seus voos rasantes ou nas alturas, para trilharem seus próprios caminhos e desafios e tentarem ser o que eles acreditam que podem ser. As mães serão sempre os portos seguros dos filhos, as pessoas que estão ao seu dispor para ouvirem e ajudarem no que for necessário, mantendo-se sempre na retaguarda e. quando forem solicitadas, atendê-los.

O que sentimos pelos filhos. no nosso íntimo, somente outra mãe pode saber. É algo diferente. É um sentimento ímpar, às vezes de dor, pena, às vezes de intensa alegria e felicidade. É viver as perdas e as conquistas deles, como se fossemos nós mesmas a vivenciá-las, em qualquer tempo ou idade, mesmo quando já são pais e passam pelas fases já vividas e enfrentadas por nós.

É senti-los como se nunca tivessem crescido e precisassem de nós para orientá-los ou consolá-los, mesmo sabendo que eles precisam alçar seus próprios voos. Esperamos que eles jamais esqueçam de quem os criou e se dedicou para que tivessem uma vida melhor, por muitas vezes, abrindo mão dos seus sonhos.

SER MÃE é sentir o lampejo de Deus em nós, é pedir e agradecer pela vida dos filhos, sem diferenciá-los (embora eles achem que isso acontece), é rezar para que eles tenham êxitos em seus projetos de vida e alcancem os seus objetivos. É ter fé e esperança que eles nos deem netos para alegrarem o nosso bem envelhecer e preencherem os nossos dias com amor e alegria.

FONTES:

Blog Leiturinha D. W. Winnicott, Artes Médicas Sul,1994/Google

REINALDO FERRAZ C. CEZIMBRA
Arquiteto formado pela UFBa em 2006,
micro empresário desde 2019,
ciclista nas horas vagas e pai de menina

Paternidade: pai ressignificando seu papel

A vontade de ser pai era uma certeza, desde cedo, em minha vida, por conta disso, observava e analisava como meus pais tratavam e se comportavam em relação à vida, aos amigos, a mim e meus irmãos. Parei muitas vezes para lembrar de situações e como eles as resolveram. Ora eu concordava, ora não... ou até mesmo entendia depois o porquê das coisas e das atitudes, principalmente depois de virar pai em 2015. Com o nascimento de Maria Fernanda o amor e a relação com minha esposa mudaram. Passei a ter uma enorme gratidão por ela ter gerado aquela criança. Pela coragem dos nove meses com todas as dificuldades de uma gestação que acompanhei de perto.

Já são 9 anos, parece pouco, porém quando se trata de uma relação 100% presente, ali, todos os dias, já daria para escrever um livro, mas por enquanto vamos ficar apenas com este artigo. Aos 45 anos, sou de uma geração que saiu do analógico para o digital com relativa velocidade, porém minha infância ainda foi na rua, no playground, na praia, na piscina, muita bicicleta e muito skate e pouco, muito pouco vídeo game, ou seja, a diversão era fora de casa. Já a minha filha nasceu no digital, as brincadeiras de outrora são frequentemente substituídas por "Netflix", "youtube" e joguinhos online, por mais que a gente peça para evitar. Quando converso com alguém sobre este tema, revelo, que para mim, a maior dificuldade é reverter os péssimos exemplos que as redes sociais impõem aos nossos filhos e quando o exemplo ruim não vem direto da tela, vem através de uma amiguinha que assiste, indiscriminadamente, às telas. Pois isso acontece mais do que a gente imagina. "Ah, pai, mas você pode proibir", dizem. Até posso, mas transformar o dia a dia numa guerra não é o que desejei como paternidade. Ainda agradeço a Deus, pois, se ela tiver uma criança com quem brincar, ela esquece as telas na hora, porém como filha única e como qualquer criança desta geração isso acaba sendo inevitável. Cabe a nós monitorar. Eu prefiro inclusive a TV do que o celular, pois é grande, passo na frente, vejo e ouço o que ela está assistindo para poder pedir para trocar e/ou explicar aquilo que não é apropriado, fica a dica.

A nossa filha tem o enorme privilégio de ter a mãe em casa ao longo do dia, porém essa presença é com-

partilhada com as responsabilidades dela para com nossa empresa (home Office) e essa multifuncionalidade das mães é outro ponto importante para nós pais nos envolvermos ainda mais na criação de nossos filhos. Assumir a paternidade de forma plena na mesma proporção da maternidade está associada às transformações nos papéis sociais do homem e da mulher na sociedade. Não tenho nenhuma dúvida que a divisão de cuidados é essencial para uma boa educação e não só isso, chegar em casa, mesmo cansado, lavar os pratos, estender e dobrar as roupas, fazer atividades antes associadas às mães pode parecer que não, mas sem nossa filha ter noção ainda, ela está vendo ali uma dupla, parceiros, um time que dá certo, para que, no futuro, ela possa procurar o parceiro ideal, que a incentive e esteja ao seu lado para o que der e vier. Afinal pais conscientes têm um propósito em comum que é o melhor para seus filhos. Acredito que o exemplo seja a palavra chave na relação entre pais e filhos. Me espelhei e continuo me espelhando ao máximo nos meus pais e faço o possível para me comportar da melhor maneira possível para orgulhar a minha filha.

A geração de meus pais, hoje com 80 anos, teve uma criação diferente daquela que eles me deram. Pai e mãe tinham funções e responsabilidades bem distintas, todo o bônus e ônus eram deixados para a maternidade. Já na educação que recebi, foi possível perceber algumas mudanças nessa distribuição de tarefas, e por incrível que pareça, a sensação é que inconscientemente, ou até mesmo conscientemente, eles já tentavam nos preparar para os desafios da atualidade. Hoje, ser pai não tem como ser apenas o pagamento dos boletos, a conexão deve existir nos mínimos detalhes e mais variadas oportunidades, como colocar para dormir, levar e buscar na escola, sentar junto à mesa para as refeições, perguntar como foi seu dia e o que aprendeu na escola, passear, brincar e fazer alguma coisa que a criança goste, pois, um dia, com certeza, sei que ela não vai mais querer, então, aproveito. Não pensem que estou mimando demais, mimar de vez em quando é necessário também, mas eu falo muito "não", muito mesmo, porém a conexão não pode ser perdida. Aceitar o "não" talvez seja a maior dificuldade desta nova geração de filhos junto com a incapacidade de se frustrar. E eu associo isto também àquela problemática relacionada à internet citada anteriormente, onde um mundo mágico é criado e o impossível se torna realidade nas telas. Como tenho essa consciência, tenho certeza que não podemos dar, nem fazer tudo que eles querem. Uma análise sensata nos permite negociar, ceder ou negar na hora certa. Vai chorar, vai. Deve chorar. É um choro saudável, sem nenhuma dor física, apenas no coração por alguns minutos para não chorar eternamente na fase adulta.

Acredito que, se minha filha estiver com um bom suporte emocional, ela será uma criança mais saudável, assim como nós pais emocionalmente equilibrados também seremos. A distribuição de tarefas evitando a sobrecarga no pai ou na mãe contribui enormemente para uma educação mais completa dos filhos. As diversas atividades do dia a dia, brincadeiras, conversas e até mesmo as broncas são essenciais para incentivar e dar segurança à criança, exportando para a vida fora de casa tudo aquilo que aprende dentro do lar, afinal, transferir a educação dos filhos para a escola é um erro primário e inaceitável. Podemos falar que vivemos em uma sociedade adoecida, com valores cada vez mais distorcidos, que exige cada vez mais dos pais buscar preservar nossos filhos de abusos físicos e emocionais.

A pergunta diária que não sai de minha cabeça é: será que estou sendo um bom pai? Difícil de responder. Acredito que a resposta será o resultado da pessoa que minha filha se tornará. Porém ser pai não é apenas ensinar e sim aprender todos os dias com os erros e acertos para nos tornar uma pessoa cada vez melhor.

A Escola de Pais está em minha vida há 35 anos desde quando meus pais entraram para esta honrosa entidade. Apesar de não ser atuante no movimento estou constantemente acompanhando as novidades através dos meus pais, conversando com eles, com os amigos deles integrantes também, lendo as revistas anuais e recebendo os conteúdos pelas redes sociais. Agradeço o convite para escrever este texto e espero ter contribuído, diminuindo angústias e trazendo algum conforto a pais que acreditavam estar sozinhos nessa batalha paterna. Basta interiorizar: pais fortes, filhos fortes.

EDUCAÇÃO POSITIVA NÃO É PERMISSIVIDADE

TATIANA OLIVEIRA DE SOUZA AQUINO
Mãe da Marina e do Rafael; esposa do Maurício.
Nutricionista, Educadora Parental em formação pela Escola da Educação Positiva.

Um dos grandes desafios enfrentados pelos pais é encontrar a melhor forma de educar seus filhos. E nós, que nos preparamos tão bem para a maioria dos desafios encontrados ao longo da vida (vestibular, concursos, entrevista de emprego, pós-graduação...) não nos preparamos, nem minimamente. Para, talvez, o maior e mais importante: orientarmos nossos filhos ao longo da sua linda jornada chamada VIDA.

Digo que não nos preparamos, pois, na maioria das vezes, realmente não sabemos como somos, não reconhecemos e nem sabemos lidar com as nossas emoções, mas precisamos lidar e ensinar nossos filhos a reconhecerem e lidarem com as deles; não temos consciência do porquê agimos de forma tão reativa e desproporcional a algumas ações dos nossos cônjuges, filhos, amigos, parentes, mas queremos e, muitas vezes exigimos, que nossos pequenos tenham completo domínio. Não fazemos um curso preparatório para compreendermos como funciona o cérebro e o desenvolvimento de uma criança e, com isso, temos expectativas totalmente desalinhadas com o que a criança é capaz de compreender e fazer.

Nessa tentativa de acerto e erro vamos utilizando a intuição, o conselho da mãe, da tia, da avó, da amiga, da vizinha, do programa da televisão, da influencer... e vamos seguindo até que nos deparamos com comportamentos muito desafiadores das crianças e adolescentes que são nada mais nada menos que um lindo convite a refazermos a rota nos preparando finalmente para SERMOS PAIS EDUCADORES.

Nos caminhos de aprendizado, encontramos várias linhas atuais e menos violentas que a educação tradicional com a qual a maioria de nós foi educada. E, neste momento, mergulhamos em livros, conteúdos, cursos e, muitas vezes, no empenho de fazer tudo certinho nos perdemos no outro lado da moeda da educação tradicional: não violentamos fisicamente ou emocionalmente, mas caímos na permissividade ou negligência, por não conseguirmos lidar com o choro, a birra, a frustração e acompanhar o processo sustentando o respeito, o vínculo e a conexão com os nossos filhos. Então aí vem a frustração de não atingirmos rapidamente os nossos objetivos esperados.

Nesta busca, encontrei a Educação Positiva que finalmente fez muito sentido

para mim, pois, ao contrário de tudo que tinha visto até agora, é uma filosofia de educação para a vida que se baseia em 5 pilares principais que são: ciência do desenvolvimento humano, desenho original do ser humano, apego seguro, inteligência emocional e estudos sociais; onde somos convidados a nos conhecermos, compreendermos nosso sentir, acolhermos as nossas vulnerabilidades e traumas e, a partir daí, autoregularmos-nos para podermos "co-regulá-los" sendo compassivos com as nossas crianças proporcionando um ambiente seguro e acolhedor onde entendemos que a criança é merecedora de respeito tanto quanto o adulto e que ela só poderá ser respeitosa se for tratada com respeito. Que não iremos aplicar métodos para moldar o comportamento fazendo com que sejamos obedecidos e vermos alcançados os nossos objetivos com filhos exemplares, mas seremos figuras de autoridade por sermos exemplo a ser seguido.

Dessa forma, propomos que a criança cresça em um ambiente saudável permitindo que passe por todas as fases do desenvolvimento tendo o seu ritmo biológico compreendido e respeitado; liberdade para sentir, reconhecer e expressar suas emoções; segurança para errar e se corrigir, aprender e desenvolver suas habilidades, pois não terá medo de punições e nem expectativas destoantes do que é capaz de atingir.

Importante compreender que, para a maioria dos adultos, atingir esse nível de inteligência emocional e viver a Educação Positiva é extremamente desafiador, pois esbarra em muita culpa pelos erros já cometidos e a dificuldade de se responsabilizar pela transformação necessária e, que contrariamente à maioria das expectativas, o convite não é gabaritar e ser a mãe ou pai perfeitos. Como bem diz a Maya Eigenmann – professora da EEP –: é a constante busca pela redução de danos. É o compromisso de ser melhor a cada dia, de não ter medo de mostrar a vulnerabilidade, pedir desculpas quando errar e se comprometer a fazer diferente. É a certeza que todo comportamento é comunicação e que só conseguiremos compreender esses sinais se estivermos atentos, dispostos e conectados aos nossos filhos.

Muito mais importante que impor limites a serem obedecidos por medo da consequência, é sermos exemplo de bons comportamentos para com os nossos filhos; que eles sintam segurança no nosso amor independemente do que sejam ou façam; que sintam-se respeitados na sua essência; que sintam que somos margem, aconchego e companheirismo nas suas experiências; que compreendam claramente as regras a serem seguidas e que as mesmas sejam justas, estejam de acordo com a sua capacidade de execução e não firam sua autenticidade; que entendamos que como estão com o córtex pré-frontal em desenvolvimento, têm dificuldade em tomar decisões, expressarem-se de maneira assertiva, controlar os impulsos, precisam de tempo para entender os seus limites, o limite do outro e porquê eles são importantes.

Concluindo, eu diria que quando os pais desenvolvem a habilidade de impor limites adequados e sustentá-los de forma respeitosa para cada fase do desenvolvimento, mesmo que os filhos apresentem comportamentos desafiadores devido às frustrações, a criança desenvolve respeito por si e pelo próximo, preserva a sua autoestima e desenvolve autoconfiança, aprende comportamentos adequados e diferencia tratamentos abusivos de tratamento respeitoso.

Em contrapartida, a permissividade e a negligência abrem portas para uma série de desafios no convívio social uma vez que na prática podem levar as crianças a terem dificuldade em lidar com frustrações, seguir regras e respeitar os limites.

Muitos que acham que a Educação Positiva é permissiva, entendem que o caminho de ensinar é no autoritarismo do eu mando e você obedece, no constrangimento do eu faço as regras e você segue sem questionar. No entanto, é necessário compreender que é na calma que educamos, pois assim o diálogo se constrói, a conexão acontece e ensinamos aos nossos filhos o que eles precisam aprender para que se desenvolvam com autonomia, empatia e responsabilidade.

ANTONIO JORGE FERREIRA MELO

Coronel Reformado da Polícia Militar, Bacharel em Direito, Especialista em Direitos Humanos, Mestre em Desenvolvimento e Gestão Social pela UFBA, Casado ha 43 anos, dois filhos e cinco netos

COMO DAR UM BASTA NA VIOLÊNCIA DOMÉSTICA?

Há uma expressão anglo-saxónica que diz que "*My house is my castle*" (a minha casa é o meu castelo) que evoca, de fato, a imagem de refúgio, de lugar onde nos sentimos seguros e protegidos que temos do nosso lar. Afinal, a casa é um espaço íntimo, onde construímos nossas vidas, relações e memórias.

No entanto, essa mesma expressão, quando analisada sob uma perspectiva crítica, encapsula a dualidade da experiência doméstica, posto que o ambiente familiar não é, de forma alguma, sagrado ou imaculado e o abrir as portas de uma casa, pode nos revelar um lar não tão doce, onde o que deveria ser um espaço de amor e cuidado, em verdade, esconda sofrimento e dor, pois é entre essas quatro paredes que ocorrem mais da metade dos casos de *violência* e *negligência* contra crianças e adolescentes.

Paralelamente a essa dualidade, a violência doméstica e intrafamiliar contra crianças e adolescentes é multifacetada e não escolhe perfil, acomete qualquer um, porém, a situação pode se agravar dependendo do contexto em que ele se encontre, da classe, da raça¸ da orientação sexual, da religião, etnia, entre outras variáveis e isto ficou claro durante a crise sanitária ocasionada pela pandemia da COVID 19, quando outros elementos se sobrepuseram àqueles já existentes – como o isolamento social, maior tempo de convívio familiar evidenciando dificuldades e conflitos parentais.

A violência doméstica pode, lamentavelmente, em diversas situações, representar sérios perigos à saúde física, moral e emocional de crianças e adolescentes, pois possui um impacto profundo e duradouro, especialmente quando se trata da formação e desenvolvimento. Os efeitos negativos dessa realidade se estendem para além do ambiente familiar, atingindo áreas como a educação, saúde mental e socialização. Assim, é crucial entender a complexidade desse problema e suas ramificações para que se possam implementar intervenções eficazes e políticas públicas assertivas que visem à prevenção e atendimento adequado das vítimas.

Nesse sentido, hoje, filhos criados e na condição de avô, desfrutando do ócio com dignidade, tenho me permitido ocupar um lugar aberto às autocríticas e juízos de valores sobre minha atuação e a da minha companheira de vida, como pessoas, cidadãos e, sobretudo, pai e mãe.

Se, como membros da sociedade humana, estamos ainda muito longe de alcançarmos um patamar mínimo de entendimento e compreensão em prol da união de forças pelo bem coletivo, que, pelo menos, em nossas casas e nas daqueles que nos são próximos, possamos fazer a nossa parte, para construirmos lares com o equilibrado e cuidadoso dulçor, para não adocicá-los em demasia ou deixá-los amargos.

Como se pode viver alheio ao fato de que em milhões de lares brasileiros, crianças e adolescentes sofrem violências que, não raro, levam à morte, praticadas por familiares – irmãos, tios e, principalmente, pais?

Diante de tal cenário, mesmo sem pensar em demonizar ou culpabilizar pais e responsaveis, devemos buscar refletir sobre o fato de que uma mudança de sentido depende de nossas próprias atitudes, pois, mesmo que isso possa parecer insignificante perante a sociedade, o sentido da mudança nos nossos lares fará toda a diferença.

Não sou adepto de exercícios de futurologia e creio que o futuro só a Deus pertence. Mas, se, pelo menos uma vez, formos otimistas, e, partindo do princípio de que o respeito é a forma mais simples de amor, ousemos pensar que o Criador cometeu um equívoco, ao escrever a lei em tábuas de pedra, usando o verbo amar em lugar de respeitar, pois, como criaturas imperfeitas, ainda que criados a sua imagem e semelhança, não estamos preparados para amar o próximo como a nós mesmos. Se, pelo menos, no recôndito de nossas casas buscarmos cumprir o segundo mandamento, implementando o respeito como base das nossas relações familiares, quem sabe assim, a partir dos nossos lares, viéssemos a "contaminar" a todos. Quem sabe...

Ao pensar em eleger o respeito como uma vacina para os males das nossas relações no âmbito familiar, não busco romantizá-lo ou convertê-lo em uma panaceia, mas o coloco como uma ação concreta, um movimento proativo contra a violência, por acreditar que essa visão é fundamental para entender que o respeito não é passivo e, por ser uma via de mão dupla, exige engajamento e luta.

Infelizmente, mecanismos mais rigorosos para punição dos agressores e a implementação de políticas públicas por si só não resolverão o problema, pois a violência doméstica e familiar é um problema complexo e multifacetado, exigindo abordagem abrangente e integrada. Assim, para prevenir e combater esse tipo de violência, é necessário um esforço conjunto de toda a sociedade, envolvendo governo, instituições, comunidades e cada um de nós.

Ao encerrar esta breve reflexão, lembrei-me de um provérbio chinês que diz o seguinte: "Antes de mudar o mundo, dê três voltas em redor de sua casa.". É uma questão de escolha.

Nessa lógica, pensando na expressão anglo-saxonica, "My house is my castle" (minha casa é meu castelo), aludindo à ideia de um espaço doce, amável e lisonjeiro, ao invés de nos deixarmos paralisar pela complexidade do problema da violência doméstica, devemos focar no que está ao nosso alcance: transformar nosso ambiente familiar de uma construção material, em um lar. Uma construção humana, baseada em valores e acolhimento.

CLÉLIO SOUZA
Engenheiro aposentado,
Pai de um casal de filhos,
Avô de 2 casais de netos,
apaixonado pela EPB desde 1988.

Os possíveis efeitos de histórias familiares contadas ou apagadas na educação dos filhos.

Rubem Alves na contracapa do livro *"Por uma educação romântica" (6ª edição Papirus Editora) nos diz: "...é um equívoco pensar que, com panelas novas e caras, o mau cozinheiro fará comida boa. Educação não se faz com dinheiro. Educação se faz com inteligência. E aí, frustrando as expectativas dos entrevistadores, eu falo sobre coisas lindas que estão acontecendo por esse Brasil afora, no campo da educação. Porque o fato é que, a despeito de todas as coisas ruins e andando na direção contrária, há professores que amam os seus alunos e sentem prazer em ensinar.".*

Nesta linha de pensamento é que a EPB tem batalhado pela educação na Família Brasileira. Haverá ação mais salutar que dar aos pais uma noção clara do esplendor de sua missão? Educar – do latim: "*ex ducere*" significa **tirar de**; **fazer brotar de**; isto é tirar da criança tanto quanto possível com sua colaboração cada vez mais consciente. E reconhecendo que a "contação" de estórias na família, função que em grande parte é desempenhada pelos mais velhos, tem papel crucial na formação do caráter dos jovens, com valores que vem dos ancestrais, com relatos e experiência insubstituível nas tradições da sociedade em qualquer época de nossa História. *"Um educador não morre nunca"*, assim diz Rubem Alves, este grande contador de estórias, neste livro, onde também diz: *"O que permanece de um texto, não é o que está escrito mas aquilo que ele faz pensar.".*

Na construção da verdadeira cidadania, foco de grande interesse no apoio a ser dado à educação de crianças, adolescentes e jovens, a transmissão da tradição na forma das histórias que contamos e mesmo naquelas que omitimos tem forte impacto na formação do caráter, através do desenvolvimento afetivo e emocional, cultural e social. *"Nutrir sonhos e aspirações, alimentar esperanças é muito mais o resultado de um exercício perseverante da nossa consciência, que deve estar sempre ligada, perceptiva, do que um exercício puro e simples do pensar. Aprende-se no que pensar racionalmente, esquece-se o como pensar, que envolve sentimentos, percepções intuitivas, que alcançam mais profundamente a própria sensibilidade"*, como nos disseram Helena e Cesar Sigaud em 1994 nos anais do Congresso EPB.

É verdade que a vontade do sonho é própria da infância, mas será pelo que sobrou de uma criança sonhadora que hoje podemos ser otimistas. A família precisa agir, desde o seu início, no plano pessoal, na construção e na promoção de cada pessoa. O mundo pretende reduzir-nos a "coisa manipulável" mas nós

estaremos reagindo se dermos a cada um a oportunidade de desenvolver-se como gente. Gente dotada de força de vontade, de autodomínio, de responsabilidade, de ambição, de sonhos. (Ma. Aparecida Lima Gonçalves- anais do congresso EPB 1994)

É papel crucial dos pais e avós a manutenção das tradições. As histórias contadas ajudam a moldar a identidade das crianças, fornecendo modelos de comportamento, valores e expectativas. Quando são expostas a histórias que refletem a sua realidade, cultura e experiências, elas tendem a sentir-se mais valorizadas e compreendidas. Em contrapartida, quando histórias de certos grupos ou experiências são apagadas, isso pode gerar um sentimento de invisibilidade ou desvalorização, afetando sua autoestima. Ainda hoje me lembro das conversas com minha avó, no pouco convívio que tive com ela, quando ela me exercitava a imaginação contando estórias de sua cidadezinha natal, onde o cotidiano transcorria na simplicidade do ambiente interiorano do primeiro terço do século XX. Família numerosa, 8 filhos, viúva muito cedo, filhos aprendendo a viver e já trabalhando nos ofícios da época para ajudar o sustento da família... Caráter forjado nos rigores da luta pela vida, mas todos tiveram os domingos de pescarias, vivendo os caminhos e encantos da roça, aprendendo as cores e cantos de cada espécie de pássaros, aprendendo a nadar nos riachos; quanto aprendizado, quantas estórias em folguedos nas noites de luar...

As histórias são veículos potentes para transmitir valores e lições morais. As narrativas que os pais compartilham com seus filhos tendem a reforçar os princípios que acreditam serem importantes, como honestidade, coragem ou gentileza. Se essas histórias forem restritas ou manipuladas, isso pode moldar de maneira limitada o senso moral da criança. Contar uma variedade de histórias, que inclui diferentes perspectivas e culturas, pode promover a empatia, permitindo que as crianças compreendam e respeitem as diferenças. Omissões, por outro lado, podem levar a uma visão limitada do mundo, tornando mais difícil para as crianças se colocarem no lugar do outro.

Contar histórias com diferentes pontos de vista e incentivar as crianças a questionarem o que ouvem é fundamental para o desenvolvimento do pensamento crítico. Se apenas uma versão ou perspectiva é apresentada, a criança pode não aprender a questionar ou analisar criticamente a informação. A exposição a uma variedade de histórias, incluindo contos de fadas, mitos, lendas e narrativas contemporâneas, pode expandir a criatividade e a imaginação da criança. Se forem contadas apenas histórias limitadas ou censuradas, isso pode restringir seu potencial criativo e sua visão de possibilidades.

Quando certas histórias são apagadas, especialmente aquelas que lidam com temas difíceis como opressão, desigualdade ou injustiça, as crianças podem crescer com uma visão distorcida da história e da sociedade. Isso pode dificultar o entendimento de problemas sociais contemporâneos e limitar a sua capacidade de engajamento crítico. Infelizmente muitas famílias no afã de poupar os filhos das "durezas" da vida, não lhes permitem conhecer a realidade cruel em que vive grande parte da sociedade, na opressão do mau

uso do poder pelos agentes públicos, nas privações materiais e de oportunidades no desenvolvimento social ou nas privações afetivas a que são expostos pela ausência dos pais cada vez mais empenhados na busca do crescimento na escala social. Por outro lado há muitas famílias em que os filhos não tem noção do custo dos confortos em que vivem, não aprendem a valorizar a cama arrumada, a limpeza da sua casa, a comida cheirosa e gostosa posta à mesa, tudo lhes chega naturalmente, sistematicamente.

Nos últimos anos a neurociência está empenhada em todos os centros de pesquisa importantes do mundo em desvendar os segredos da "mente humana". Despontam com vigor os estudos da Epigenética que mostram que a "consciência celular" é que controla os mecanismos da vida e não os genes, que seriam apenas modelos moleculares utilizados na construção das células, dos tecidos e órgãos. Isto acena com a possibilidade de alterar o destino modificando as "crenças", passando de mera vítima a "Co-criador". Os epigeneticistas estão mostrando que estas modificações podem ser passadas para as gerações futuras da mesma maneira que o padrão de DNA (Reik e Walter, 2001; Surani 2001). A biologia molecular mostrou nos últimos anos que o genoma é mais amplo e suscetível ao ambiente do que se imaginava... (Jablonka e Lamb, 1995)

Afirmam pesquisadores que a membrana celular tem realmente estrutura e funções equivalentes às de um chip de computador. E curiosamente, são programáveis, e o programador está fora da célula, atividade dinamicamente ligada às informações do "ambiente" que podem ser descarregadas no interior da célula (download).

Destas informações podemos inferir que o uso apropriado da consciência molda o status do corpo, o descontrole das emoções pode até causar doenças.

"*As crianças pequenas observam o ambiente e absorvem a sabedoria do mundo, fornecida por seus pais, diretamente em seu sistema de memória subconsciente. Como resultado, passam a ter os mesmos comportamentos e crenças deles.*" (Bruce Lipton). Assim os comportamentos humanos básicos, crenças e atitudes dos pais, são incorporados às redes sinápticas de nossa mente subconsciente, e controlam nossa biologia pelo resto da vida até que encontremos uma forma de reprogramá-los. Quando a criança chega à adolescência sua "consciência de que jamais será alguém na vida, ou de que pode conseguir tudo que almejar, depende do incentivo e do tratamento que recebeu dos pais até aquele momento...

Em resumo, as histórias que contamos aos nossos filhos moldam como eles veem o mundo, a si mesmos e os outros. O apagamento de certas narrativas pode criar lacunas no entendimento da realidade e limitar o desenvolvimento emocional e intelectual das crianças.

A "mente consciente" é o "eu", a voz de nossos pensamentos. Pode ter grandes visões e fazer planos para o futuro, contudo, neste teatro quem está por trás dos bastidores é o subconsciente. E como ele trata nossos sentimentos e preocupações? Exatamente como foi programado para fazer!... Utiliza a maioria do que temos armazenado em nossa memória, que foi "copiada" quando observávamos as outras pessoas durante a infância.

Os comportamentos e crenças que aprendemos de nossos pais, colegas e professores podem não ser os mesmos que imaginamos para a nossa vida usando a mente consciente, limitações que não só influenciam nossos comportamentos mas também determinam nossa fisiologia e saúde. Se o subconsciente fosse "programado" para comportamentos saudáveis, poderíamos ter uma vida maravilhosa, sem nem mesmo precisar ter consciência disso...

FONTES DE CONSULTA:

Leitura recomendada: /'Por uma educação romântica" (Rubem Alves) // "Anais do XXX Congresso da EPB – Nutrir sonhos e aspirações. Alimentar esperanças. Crianças e adolescentes." // "A biologia da crença – O poder da consciência sobre a matéria e os milagres" (Bruce Lipton)

ESCOLA DE PAIS DO BRASIL

HISTÓRICO

A Escola de Pais do Brasil é de origem cristã, iniciada em São Paulo, em 1963, por inspiração de Madre Inês de Jesus, cônega de Santo Agostinho.

A apresentação à família brasileira foi feita pelo padre Leonel Corbeil e em seu início foi presidida pelo casal Alzira e Antônio Fernando Lopes. A sede nacional localiza-se em São Paulo, na Rua Bartira, 1.094 – Perdizes. CEP 05009-000 Telefax (11) 3679-7511 Internet: www.escoladepais.org.br; e-mail: epb@escoladepais.com.br

Entre em contato conosco, passeie por nossas páginas.

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 initerruptamente.

MISSÃO

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

PRÓPOSITO

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*

O participante tem papel ativo no processo de aprendizagem, construindo seu conhecimento a partir do que já sabe e conhece.

O conteúdo é definido por um grupo multidisciplinar de pessoas de notória competência educacional, entre os quais, pedagogos, médicos, psicólogos e sociólogos que compõem o Conselho de Educadores da Escola de Pais do Brasil.

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

Através de círculos de debates, cursos, seminários e palestras presenciais e virtuais que visam promover a troca de experiências, a reflexão e a construção de conexões verdadeiras e profundas.

PORQUE FAZEMOS

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

Queremos aprimorar a formação de famílias e educadores mais responsáveis e com senso crítico apurado para que possam criar cidadãos melhores para a sociedade.

Valorizamos o respeito ao ser humano e à vida, o bem-estar físico e mental de mães, pais e filhos, para que juntos possamos construir uma educação transformadora, baseada no diálogo e no respeito.

QUEM PARTICIPA

A Escola de Pais do Brasil é voltada para mães, pais, futuros pais e mães, famílias, educadores e demais interessados.

Estamos abertos a receber pessoas com diferentes realidades, credos e vivências, afinal, cada um de nós carrega bagagens importantes que podem somar no debate de ideias, reflexões e soluções.

CAUSA

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

Acreditamos que o conhecimento é a melhor forma para que mães, pais e educadores sintam-se seguros e confiantes na hora de criar e educar crianças, adolescentes e jovens.

COMO FUNCIONA

O trabalho da Escola de Pais do Brasil – EPB é voluntário, sendo desenvolvido por associados que participam de programas de capacitação e atualização periódicos, como Programa de Formação e Coordenadores e Revisões.

Os coordenadores de Ciclos de Debates e Cursos são devidamente preparados para atuarem onde forem solicitados.

Atualmente, a EPB está desenvolvendo atividades presenciais e on-line.

1. CICLO DE DEBATES

Conjunto de encontros cujos objetivos são promover a interação e a troca de experiências entre os circulistas, 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. O nome "círculo" remete à organização do espaço físico em formato de círculo para viabilizar a conversa, em uma verdadeira troca de experiências entre os participantes em cada encontro.

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

O curso Conversas com pais, mães e educadores quer mostrar o papel e a responsabilidade de pai/mãe/educador na educação dos filhos/alunos nas diversas fases e como gerenciar todas as demandas para melhor desenvolvimento das competências socioemocionais, da autonomia e do caráter, contribuindo com a felicidade deles. Tendo em vista esse objetivo, foram organizados quatro cursos, seguindo o princípio das fases de desenvolvimento.

O primeiro curso compreende a Fase Infantil (0 a 5 anos). O segundo abrange a fase escolar (6 a 10 anos). O terceiro trata da Pré-adolescência e Adolescência (11 a 18 anos). O quarto curso compreende literatura e reflexão sobre o relacionamento com Filhos Adultos.

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.

A Escola de Pais do Brasil fundamenta-se na ciência para realizar um trabalho de reflexão com pais, mães e educadores, para que as novas ge-

rações se desenvolvam de maneira integral, formando pessoas felizes, socialmente responsáveis e emocionalmente equilibradas.

Temos certeza de que o conteúdo e a metodologia deste curso encantarão todos os participantes e promoverão uma reflexão sobre o lugar que os pais ocupam no espetáculo da vida dos filhos.

3. BEM ENVELHECER

Novo curso para pessoas que querem aprender a envelhecer. Possibilitar que pessoas idosas ou aquelas que querem bem envelhecer possam, de maneira participativa e criativa, fazer uma reflexão que as leve a investir na educação continuada, de modo a obterem a melhor adaptação ao mundo atual e manterem-se no exercício de seu papel de cidadãs ativas e participativas na vida familiar, social e comunitária. Contribuir para o bem-estar físico, mental e social das pessoas participantes.

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 de mais de meio século atuação social e educacional. Os palestrantes convidados são especialistas, estudiosos e profissionais de reconhecido e profundo conhecimento sobre os temas abordados.

6. SEMINÁRIOS

Os Seminários da EPB são eventos de grande relevância e impacto na área da educação familiar. Têm como objetivo principal promover a reflexão e o diálogo sobre questões fundamentais no contexto da educação com temas para o fortalecimento dos vínculos familiares, desenvolvimento emocional e social das crianças, disciplina positiva, construção de valores para a formação integral dos filhos.

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 2024-2025

Presidente
Marlene de Fátima Merege Pereira

Vice-Presidente
Célio Alves de Oliveira

Diretoria de Comunicações
José Geraldo dos Santos

Diretoria Financeira
Carolina Borges de Oliveira

Diretoria de Eventos
Regina Lustre Azevedo Gabriele

Diretoria de Planejamento
Marcos Moraes Labrunie

Diretoria Administrativa
Marilês Ansiliero Borges de Oliveira

Diretoria de Apoio à Seccionais
Vera Lúcia Canal Spricigo

Diretoria de Relações Públicas e Sociais
Jaqueline Calaça Rodrigues

Diretoria de Inovação
José Alberto Wobeto

CONSELHO FISCAL

Titulares
Orlando Spricigo
Miguel Rosa dos Santos
Jairo Marcelo Santos

Suplentes
Lorivanda Barbosa de Oliveira Neto
Sidnei Cunico
Francisco Carlos Castanhel

CONSELHO DE EDUCADORES

Jean Khater Filho – Presidente
Ana Lúcia Magano Henriques
Camila e Frederico Leopoldo
Edna e Antônio Sérgio Araújo
Frei Almir Ribeiro Guimarães
Ilham El Maerrawi
Jane Patrícia Haddad
Helena Maria Sigaud
Maria Rita e José Carlos Seixas
Regina Célia e Ruy de Mathis
Teresinha Bunn Besen
Verônica Cesar Ferreira
Zilpha Carvalho Nascimento

CONSELHO CONSULTIVO

Armando Gabriele Filho - RN/SP – Presidente
Antônio Ferreira Nunes - RN/PB
Antônio Sérgio Araújo - RN/PE
Clélio Oliveira de Souza - RN/BA
Elizabete Rodrigues Santa Bárbara - RN/MS
Francisco Carlos Castanhel - RN/PR
Gláucia Maria Grendene Arenhart - RN/SC
Ivandro Luis Pioner - RN/RS
Josefa Rita dos Santos Silva - RN/AL
Luciene Amim Gomes - RN/MG
Valdeci Rezende Rodrigues - RN/GO
Jean Khater Filho - Presidente Conselho Educadores
Marlene de Fátima Merege Pereira - Presidente DEN
Helena Maria Sigaud - Ex-presidente DEN
Zilpha Carvalho Nascimento - Ex-presidente DEN
Darlene e Onildo Alves da Silva - Ex-presidente DEN
Terezinha e Djalma Falcão - Ex-Presidente DEN
José Antônio Debre - Ex-presidente DEN
Iracema e José Alberto Wobeto - Ex-presidente DEN

SECRETÁRIA EXECUTIVA

Albertina Piza

SECCIONAL SALVADOR-BA

Biênio 2024-2025

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

Diretoria de Secretaria
Marama e Marcos Labrunie

CONSELHO FISCAL

Titulares

Alberto Maia Brito Jr

Thelma Badaró de Almeida Souza

Sônia Maria Batista

Suplentes

Ricardo Alves

Michele Fernandez

Taíssa Mendes

DEMAIS ASSOCIADOS DE SALVADOR

Ana Maria Alves Santos

Antônio Palmeira de Cerqueira

Ceres Laert CotrIm Sampaio

Clélio Oliveira de Souza

Djalma Navarro Falcão

Jayme de Oliveira Barros

Kionnaty Kanzaki de Farias

Maria das Graças Oliveira Souza

Nilza Carolina Suzin Cercato

Orlando Neiva Lemos

Renato Falcão de Almeida Souza

Rosane Calil Guerreiro Lemos

Rosilda Xavier de Medeiros

Terezinha Nascimento Barros

Terezinha Sampaio Falcão

Conversas fase Adolescência – Escola Reitor Miguel Calmon – SESI Retiro – Coordenação: Jane e Reinaldo

Abertura do Bem envelhecer – Setembro de 2024

Bem Envelhecer – Coordenação: Jane e Reinaldo

ESCOLA DE PAIS DO BRASIL

Conversas: Fase Adolescência – Escola Djalma Pessoa – SESI Piatã – Coordenação: Michele Fernandez

Círculo de debates – Colégio Medalha Milagrosa – Coordenação: Graça e Clélio

Reunião de integração Bahia e Alagoas

Revisão Estadual da Bahia

Jane e Reinaldo (casal presidente seccional Salvador), com Marlene e Célio (presidente e vice-presidente da DEN)

NOSSA HOMENAGEM

Margarida Carvalho Britto Lessa Ribeiro *(In Memoriam)*

Além de honrada, me sinto presenteada com a oportunidade de render mais uma homenagem a essa que foi, junto com Manuel fundadora de nossa seccional e também o mais importante e amado casal da nossa EP de Salvador. Homenageá-la não só como líder importante do nosso movimento, não só como mãe, esposa, avó, bisavó filha, irmã, mas como uma querida e especial amiga, exemplo para mim. Quanto aprendi com você! Falar das suas singularidades, do seu jeito calmo mas determinado, da sua delicadeza, sensibilidade e bondade para tratar todas as pessoas com que convivia. Acolhimento, empatia, respeito e amorosidade, palavras atualíssimas, mas que fizeram parte da vida dessa mulher ímpar, desde sempre. Ser humano gentil, de poucas palavras, de gestos simples mas grandiosos. Margô, você nos deixa com uma imensa saudade! Parafraseando um dramaturgo baiano, Paulo Henrique Alcântara: "o avesso da morte não é a vida, é o amor". Você estará viva para sempre no jardim das nossas lembranças, admiração e afeto, nossa Margarida!

Ela deixa memórias que farão parte da vida de todos os que a conheceram. Um testemunho vem da neta Lorena sobre a avó, e transcrevemos umas linhas:

"MARGARIDA CARVALHO BRITTO LESSA RIBEIRO. Filha. Irmã de duas. Mãe de 8. Avó de 15. Bisavó de 17. Amiga de tantos. Mulher do seu Manuel. Professora, abriu mão da sua realização profissional diante do compromisso com a grande família. Só temos a agradecer pela sua vida e por tudo o que ela construiu. Faço um agradecimento especial a todos os amigos que enviaram mensagens carinhosas à nossa família após a partida de minha avó. Foram muitas as mensagens, reflexo da sua entrega nas relações feitas ao longo da vida. Minha avó sempre foi muito cuidadosa, era daquelas que ajudava as pessoas sem que elas precisassem pedir. Estava sempre atenta a todos: parentes, amigos

ou apenas conhecidos. Cuidou dos pais e das tias, deixando o exemplo aos que, em seguida, cuidariam dela na velhice. Ela sempre será o nosso exemplo de mulher forte, de caráter, determinada, acolhedora, dona dos melhores conselhos e de um coração enorme! Terei o maior orgulho de passar adiante todos os seus causos, as suas graças, o jeito Margarida de ser.

Contarei para meu filho como a bivó era especial e como promovia a união da família. Na manhã da sua partida, relembramos muitos dos seus detalhes. Lembramos dos seus pães caseiros, dos pasteizinhos de goiabada com açúcar por cima, das mousses de chocolate, dos Nescaus no copo verde para os netos, dos pães com manteiga assados no forninho para o café, das lições tomadas na mesa de jantar, dos bonecos de pano encomendados para os netos e bisnetos, das camas arrumadas para quem chegasse na ilha.

Lembramos também da sua calma em resolver as coisas, do seu controle emocional, da elegância, das passadeiras para prender os cabelos, das conversas na porta da casa de Itaparica, dos jogos de gamão, dos amigos - que não eram poucos -, dos cadernos e das canetas doados aos meninos da comunidade, da dedicação à Escola de Pais, das idas ao Shopping Barra, das visitas e ligações a pessoas queridas só para saber como estavam, das viagens, da comunicação em francês, da coleção de ímãs de geladeira, das missas e das orações ensinadas, das novenas de Natal em família, dos almoços das quartas-feiras e dos encontros familiares aos domingos, do seu amor à ilha de Itaparica e de como soube acolher a todos naquela casa, fazendo dela a casa de nós todos! (...)

Vi a Margarida que cuidadosamente cultivava as amizades. Embalamos algumas vezes presentes a serem enviados aos amigos de São Paulo. Presenciei a escrita de cartões, escolhidos por ela e assinados pelo casal Manuel e Margarida. Fui testemunha da sua organização para não perder a data de aniversário de ninguém! Minha avó era aquela que se lembrava das datas importantes e, se não tivesse decorado o número de telefone da pessoa, se levantava para ir buscar a sua agenda telefônica. Ali tinha o número de todo mundo... e atualizado! (...)

Sentiremos saudade. Nos despedimos do lado de cá, mas sabemos que do lado de lá tem um monte de estrela em festa por tê-la recebido. Com a agulha do real nas minhas mãos da fantasia bordei um lindo reencontro do casal Manuel e Margarida na nossa toalha de linho. - Obrigada por tudo, minha avó!"

Aproveito para agradecer aos filhos, noras, genros, netos e bisnetos poder ter tido acesso a esse valioso relicário de lindas lembranças.

Ceres Laert Sampaio

UMA história de AMOR...

Eu conheci um sonho em 1967, mas só de longe, só vi e não cheguei perto, era um sonho até que acordei para a realidade e pude ver apenas uma esperança. No sonho ela estava vestida de um vestidinho de quadrilha junina colegial. E ela era uma loirinha linda, toda charmosa... Um encanto para os meus sonhos mal saídos da adolescência, eu tinha 15 anos, e ela nem me enxergou... Até que no dia 21 de abril de 1968 criei coragem, de bico seco mesmo, fui lá e falei com ela... Ficou muito reticente, falou que ia pensar no caso... Mas dias depois ela topou a parada. Começamos a namorar...

O tempo passou, até que em 1972 resolvemos nos casar, e assim no dia 16 de dezembro de 1972 diante da lei dos homens e da lei de Deus, no altar da Matriz Sagrada Família em Três Corações, firmamos um pacto de vida em comum até que Deus nos separasse. E assim, construímos uma história de vida e fomos em frente, estudando, trabalhando, e vivendo a vida possível naqueles duros tempos de escassez de recursos, muita energia e vontade de crescer, e aprender e construir uma família estável e plena de amor. Vivíamos em São Paulo onde em 1973 nasceu o primeiro filho, Marcelo, e daí a 4 anos a Tatiana. Neste meio tempo, consegui a duras penas concluir meu curso de engenharia, e no baile de formatura, a minha Baixinha guerreira compareceu com 7 dias da cesárea do parto da Tati. Abrilhantou minha conquista com grande sacrifício, mas com fulgor, e linda como sempre, mais uma batalha vencida por ela. Os anos se passaram, até que em 1983 o destino nos preparou uma surpresa, e a empresa em que eu trabalhava me ofereceu passar um ano na Bahia, no polo petroquímico realizando um projeto, e minha guerreira me deu o maior incentivo para aceitar a proposta, assim no agosto de 1983, já de mudança... Marcelo com 10 anos e no 4º ano escolar, a Tati na alfabetização, começamos nova vida, em uma terra estranha pra nós, mas maravilhosa.

Em 1985 compramos um apartamento no Imbuí e nos mudamos para lá. Conhecemos lá pessoas lindas e que passaram ao nosso convívio no futuro, hoje temos lá grandes amigos, boas lembranças e em 1988 a oportunidade de conhecer a Escola de Pais do Brasil, através de círculo de pais ministrado por Lycia e Palmeira nossos "dindos", começamos uma nova relação de amor com este voluntariado; e a vida nos trouxe nos anos seguintes desta fase 2 netos maravilhosos, Guto 1992 e Carol 2001.

Em 2001 tivemos que nos mudar, razões profissionais, para BH. Passamos lá 2 anos, e minha guerreira ali, como se diz "aqui de junto"... Foi um período que mostrou o quão forte era minha Baixinha, enfrentou dificuldades numa cidade onde tínhamos parentes, mas poucos amigos. Os anos se passaram, perdemos nossos pais: nossos filhos já voados do ninho, passamos alguns anos como um casal de pombinhos até que Tati se casou, e por algum tempo tivemos um convívio muito próximo, reforçando os laços familiares, inclusive com o nascimento de nossos netos mais novos, Marina e Rafael, hoje já bem crescidinhos 16 e 12 anos de idade. E minha Baixinha provou mais uma vez o grande valor de uma avó... Foi, é, e continuará

lugar onde minha vista não alcança, aquele pontinho mínimo de luz reflete um amor que é gigante, assim pequeno será o meu olhar que a vê ao longe, mas do outro lado haverá olhares dos que a precederam na viagem que estarão a ver que ela estará chegando e festejarão... Assim retornará ao ponto de partida e cumprirá o plano de Deus na evolução humana, e terá novas oportunidades para crescer no futuro, e se Deus o permitir teremos novas oportunidades de construir novo grande amor.

Clélio O. Souza

sendo muito amada pelos netos, que ela tanto amou.

Todos queremos viver sem compromissos e cobranças, principalmente ao envelhecer, pois parece que sem a obrigação de parecer jovem e bonito, tudo fica mais fácil. Caminhávamos em dupla sem tropeçar um no outro. Tive a sorte de sempre ter na minha Baixinha, ao meu lado, uma pessoa que me entendia e me amava como sou, muito embora tenhamos lutado à exaustão nos tempos de jovem casal para nos readaptar ao gosto um do outro.

Quantos atritos, desgastes até aprendermos que como dizia Rubem Alves, no jogo da vida o negócio é jogar frescobol e não tênis. Cada tacada é para preparar o jogo do outro, não destruir suas esperanças. Buscamos sempre o amor para festejar a felicidade, mas também dividimos tropeços na jornada. Mas aprendemos e envelhecemos com dignidade, e levamos sabedoria e esperança pelos dias que ainda nos restavam, amando a vida com discernimento, a certeza que cumpríamos os deveres do que foi nossa missão. A paz, merecida, virá para descansar e refletir e ainda poderemos ter amigos para compartilhar experiências e passar os nossos conhecimentos. Não precisávamos temer rugas e cabelos brancos, nossa autoestima curtida à custa de algumas frustrações nos levou à etapa final de nossa existência. Soubemos envelhecer sem temer a morte e ter medo da despedida, acreditamos que a velhice é o retorno da viagem, não o fim, assim pudemos dar um sentido ao viver, com serenidade, cabeça erguida, usufruindo a liberdade pudemos envelhecer de forma consciente e feliz.

Hoje ela partiu, em breve será apenas um pontinho de luz no horizonte distante, e eu ficarei com a sensação de que ela não me deixou, ela se foi para um

25/10/2024 - Hoje se encerra um importante capítulo da minha vida... O capítulo de quem me gerou, quem me deu os primeiros ensinamentos, mesmo sem estar pronta ou minimamente preparada para a maternidade, para morar longe de toda a família, para encarar a vida na cidade grande, ou ainda para enfrentar a vida de casada em condições bastante adversas, mas ela o fez; e fez com garra, amor e resiliência; errou bastante; sim, mas quem não erra todos os dias? Obrigado, mãe! Graças ao enorme esforço feito tanto por você, quanto por meu pai; e às pessoas iluminadas que tiveram a graça de encontrar pelos caminhos por onde passaram, conseguiram vencer, ser felizes e criar dois filhos, que lhes serão eternamente gratos. Obrigado, mãe! Sempre ouvi seus conselhos e procurei segui-los ao máximo, pois entendia que assim erraria menos e portanto, sofreria menos. Obrigado, mãe! Aprendi muito com você, mãe, com exemplos a seguir e outros a não seguir. Aproveitei todos. Obrigado, mãe! Estes últimos 4 anos de luta contra um câncer, que tinha um prognóstico de no máximo 10 meses de vida, mostraram o quanto você foi guerreira! Parabéns dona Graça! Parabéns, mãe! E mais uma vez, obrigado por ter lutado para ficar mais um pouquinho conosco. Obrigado, mãe! Gratidão eterna a você por tudo, mãe; mas sobretudo por minha vida e pela ajuda que deu com Guto. Obrigado, mãe! Saiba que foi um enorme prazer tê-la como mãe neste capítulo. Obrigado, mãe! Te amo! Nos vemos nos próximos capítulos...

Marcelo Souza

Mãe, sabia que este dia chegaria, mas confesso que, bem à minha maneira, deixei para pensar nisso depois e não estava preparada para não ter mais depois; para não mais tomar café da manhã com você;

chegar à sua casa e não ser recebida com um sorriso e aquele olhar de felicidade simplesmente por eu estar chegando para ficar um tempo com você; darmos gargalhadas das nossas besteiras; te contar as minhas conquistas; as alegrias da Mari; as tiradas do Rafa...

Apesar de ainda estar processando tudo e tentando ficar triste sem sofrer, preciso te agradecer por ter me dado o meu bem mais precioso: a vida! Por ter me ensinado muito bem com seu exemplo como ser e como não ser. E até o seu último dia, me dado a oportunidade de aprender com a tua fé, te ver evoluir, transcender e ser presenteada pelo Pai com uma passagem linda, serena e exatamente como tanto pediu: dormindo! Agora vai brilhar lá no céu! Te amarei para sempre!

Tati

Conheci D. Graça (D. Nenê, como brincávamos às vezes), logo no início do meu namoro com Tati.

Lembro-me bem, num almoço do Dia da Família da Escola de Pais.

Convivemos todos esses anos num clima de respeito mútuo, com muita alegria e muito carinho. Não me recordo de algum desentendimento (como é caricato da relação entre genro e sogra, na ficção).

Parceira de uns bons copos de cerveja, sempre éramos companhia um ao outro de uma gelada (já que Clélio e Tati não apreciam). Divertida, espontânea, de risada fácil, as conversas sempre rendiam boas gargalhadas. E assim foi até a nossa última conversa. Tive a sorte de poder dizer-lhe algumas vezes, que desde o início não ganhei uma sogra; tive uma segunda mãe e uma nova família.

Fique em paz e que os anjos lhe recebam em bom lugar. Foi um "previlégio" compartilhar essa vida contigo. E se tiver cerveja por aí, bote uma pra gelar, que quando eu chegar a gente toma (mas não adiante meu lado não, sogrinha, se "empedrar", "empedrou"!).

Maurício (Agostinho).

A EPB Salvador acolheu a nossa Graça por 35 anos com muito carinho e ela amava fazer parte desse movimento. Sentiremos muita falta, a saudade será imensa mas o que nos acalenta é a certeza que a nossa Gracinha foi muito feliz - com sua família de origem, com a linda família que constituiu e com seus amigos – viveu plenamente. Fique em paz, nossa amiga querida.

Jane F. Campos Cezimbra

MICHELE FERNANDEZ
Cristã, mãe monoparental de Bernardo e Miguel. Consteladora Sistêmica Familiar (Bert Hellinger). Administradora. Especialista em gestão de pessoas. Coordenadora da Escola de Pais do Brasil.

O DOM DE ACOLHER O OUTRO – UMA PERSPECTIVA À LUZ DA TEORIA DO APEGO DE JOHN BOWLBY

A capacidade de acolher o outro é uma característica essencial nas interações humanas, refletindo empatia, compreensão e o desejo de criar um ambiente seguro e confiável. Acolher o outro é uma habilidade emocional/afetiva essencial que transcende as interações cotidianas, envolvendo: empatia, compreensão e criação de um espaço seguro no qual o indivíduo pode expressar as suas vulnerabilidades. A capacidade de acolhimento está profundamente relacionada ao conceito de segurança emocional, explorado na teoria do apego de John Bowlby[1]. A referida teoria oferece uma lente valiosa para compreender como o acolhimento está intrinsecamente ligado à forma como nos relacionamos uns com os outros desde a infância.

A teoria do Apego

A teoria do apego, desenvolvida por Bowlby na década de 1950, parte do princípio de que o ser humano possui uma necessidade inata de estabelecer laços emocionais estreitos, principalmente com uma figura de cuidado, geralmente a mãe. Segundo ele, esse vínculo é essencial para a sobrevivência saudável da criança, pois fornece uma base segura a partir da qual o indivíduo pode explorar o mundo e enfrentar adversidades.

Neste sentido, trazendo esta teoria para o cotidiano das relações familiares, concluímos que os cuidadores principais deste indivíduo são as figuras responsáveis em oferecer essa "base segura", que permite à criança explorar o mundo com confiança, sabendo que pode retornar a um ambiente seguro e acolhedor nos momentos de medo e insegurança. Por assim ser, o apego afeta diretamente a nossa capacidade de acolher e criar ambientes emocionalmente seguros e balizam a formação emocional da criança até a sua vida adulta. Essa noção de "base segura" é essencial e central para entender o impacto do apego nas relações humanas.

O ato de acolher o outro está intimamente ligado à capacidade de oferecer segurança emocional. Na teoria de *Bowlby*, a segurança emocional surge quando a pessoa sente que pode contar com o outro em momentos de vulnerabilidade, assim como uma criança conta com o seu cuidador em momento de medos

[1] Psicólogo britânico que propôs que os vínculos afetivos são formados nos primeiros anos de vida e moldam profundamente a nossa capacidade de estabelecer conexões emocionais seguras ao longo da vida, influenciando a nossa capacidade da acolher e ser acolhido.

e de angústia. O acolhimento, portanto, envolve a criação de um ambiente emocional seguro, onde a pessoa se sente **ouvida**, **compreendida** e **aceita** sem julgamentos.

Indivíduos que desenvolveram apego seguro na infância, são mais propensos a oferecer esse tipo de acolhimento na vida adulta. Isso porque, ao terem suas próprias necessidades emocionais atendidas de forma consistente e empática, aprenderam a confiar nas relações e responder de forma sensível às necessidades dos outros. Essas pessoas têm uma maior capacidade de criar vínculos saudáveis e oferecer suporte emocional aos que estão à sua volta, refletindo o que experimentaram em suas próprias vidas.

Por outro lado, aqueles que desenvolveram um apego inseguro podem ter dificuldade em oferecer acolhimento genuíno. Pessoas com apego evitante, por exemplo, tendem a se distanciar emocionalmente, preferindo evitar a intimidade e o envolvimento profundo. Neste caso, o acolhimento pode ser comprometido pela falta de uma base emocional estável.

O acolhimento é uma manifestação direta da segurança emocional que buscamos nos relacionamentos interpessoais. Seja em amizades, relacionamentos amorosos ou no ambiente de trabalho, a capacidade de acolher o outro reflete a criação de um espaço emocionalmente seguro, onde as pessoas se sentem à vontade para ser autênticas. Essa segurança emocional permite que as relações floresçam, fortalecendo laços de confiança e respeito mútuo.

Com destaque no contexto familiar, o acolhimento é essencial para o desenvolvimento emocional saudável das crianças. Pais que oferecem um ambiente acolhedor, respondendo de forma sensível às necessidades de seus filhos, ajudam a estabelecer um apego seguro. Isso não apenas facilita o crescimento emocional da criança, mas também aumenta a probabilidade de que ela desenvolva a capacidade de acolher os outros de forma saudável na vida adulta.

A teoria de Bowlby sugere que, ao desenvolvermos segurança emocional em nossas vidas, estamos melhor equipados para acolher o outro de maneira autêntica e sem reservas. Esse acolhimento gera uma cadeia de apoio emocional que pode impactar positivamente tanto a vida individual quanto as dinâmicas sociais. Ao criar ambientes onde as pessoas se sintam emocionalmente seguras, contribuímos para a construção de uma sociedade mais justa, inclusiva e compassiva.

Conclusão

O dom de acolher o outro, sob a perspectiva da teoria do apego de John Bowlby, é uma manifestação da segurança emocional desenvolvida desde a infância. Quando somos capazes de oferecer acolhimento genuíno, criamos espaços de confiança e respeito, fortalecendo nossos vínculos e promovendo o bem-estar emocional. O acolhimento, portanto, é mais do que uma habilidade social; é uma expressão profunda de como nossas experiências de apego e segurança emocional moldam nossas interações e a sociedade em que vivemos. Ao cultivar essa capacidade, promovemos tanto o crescimento individual quanto a transformação coletiva, criando um mundo onde todos possam se sentir acolhidos e seguros.

MARCOS MORAES LABRUNIE
Engenheiro, casado, 2 filhas - associado da Escola de Pais do Brasil Seccional Salvador desde 2016

REFLEXÕES SOBRE A HUMANIDADE ATUAL

COMO O HOMEM SE TORNOU A ESPÉCIE DOMINANTE NA TERRA?

Os homens (os indivíduos da espécie "*homo sapiens sapiens*") não pertencem à espécie mais forte, nem à mais rápida, nem tampouco à mais resistente do nosso planeta. Mas conseguimos nos tornar dominantes porque desenvolvemos uma capacidade extraordinária para nos comunicar e para colaborar em grandes números.

Existem espécies animais que formam comunidades de milhares de indivíduos, com grande capacidade para se comunicar e para atuar em conjunto em benefício mútuo. As formigas, por exemplo, trabalham em conjunto, inclusive com grupos especializados em tarefas específicas. Graças a isso desenvolveram a agricultura de fungos e são capazes de se defender dos predadores. Isso seria impossível para uma formiga isolada, ou para um pequeno grupo delas.

Nós humanos conseguimos formar grupos de centenas de milhões de indivíduos: os países. E criamos a ONU, cujos países representam quase todos os 8 bilhões de seres humanos!

Graças à criação da linguagem verbal e escrita, desenvolvemos a capacidade de aprender das experiências dos demais, e até mesmo a aprender de pessoas que faleceram muitos anos atrás.

Inicialmente aprendemos a nos comunicar e cooperar localmente, mas hoje somos capazes de interagir a milhares de quilômetros de distância. Utilizamos primeiramente cartas e livros, depois o telégrafo, o rádio, a televisão, até chegar às redes sociais e às videoconferências atuais.

Foi nossa capacidade inigualada para nos comunicar e para cooperar que levou o ser humano a se tornar a espécie dominante no planeta Terra.

Descobrimos como cooperar para nos defender dos predadores, para produzir e preparar alimentos, para evitar ou nos curar de inúmeras enfermidades, para aumentar nossa expectativa de vida de menos de 30 anos para mais de 70 anos! *(fonte: Our World in Data)*

O ser humano surgiu há cerca de 200.000 anos. Em 1820, 94% da população mundial (de 1 bilhão de pessoas) ainda vivia em extrema pobreza, em luta permanente para não morrer de fome. Em 2015 este índice havia caído para 10% da população mundial de 7,3 bilhões de pessoas (fonte: Our World in Data). Segundo a ONU, 2017 foi o primeiro ano em que o número de pessoas obesas ultrapassou o número de pessoas que passam fome.

Muitas invenções que inicialmente eram usadas apenas pelos mais ricos foram se popularizando. Atualmente muitas famílias consideradas pobres possuem geladeira, ar condicionado, televisão e telefone celular. Têm acesso a água e esgoto encanados e a tratamento médico e odontológico.

NÓS CONTRA ELES

Mas nem tudo são flores neste nosso belo planeta azul. A mesma linguagem que permitiu que cooperássemos para alcançar enormes feitos, também pode e vem sendo usada para nos separar e para criar desentendimentos.

As consequências têm sido dramáticas. Apenas no século 20, estima-se que 100 milhões de pessoas morreram devido a ideologias políticas (este número NÃO inclui soldados mortos em combate). O socialismo/comunismo matou entre 65 e 90 milhões de civis e o fascismo/nazismo que matou entre 9 e 16 milhões de civis. *(fonte: Wikipedia).*

A forma como agem as pessoas que iniciam estes conflitos obedece a um padrão.

Em primeiro lugar, separam as pessoas em dois (ou mais) grupos distintos. Para isso vale qualquer argumento: pode ser com base em diferenças na cor da pele, ideologia política, religião, idade (pais x filhos), país de origem, nível de riqueza, sexo biológico, orientação sexual, etc.

Em seguida são usados argumentos para gerar em ambos grupos a sensação de que existe um conflito do tipo NÓS CONTRA ELES. Sempre que possível, os problemas que um grupo sofre são atribuídos ao grupo "contrário".

A seguir atuam para agravar o mais possível este conflito. No final as pessoas até esquecem qual era o problema original, e passam a buscar simplesmente prejudicar o grupo que acreditam ser o responsável pelo seu sofrimento. Obviamente o grupo que foi apontado como responsável irá se sentir agredido... e irá reagir. Esta reação será aproveitada pelos que iniciaram o conflito, que então irão caracterizar esta resposta como sendo a confirmação das acusações que elas mesmas fizeram.

O nível de tensão irá crescendo e pode chegar a gerar atos violentos, que serão respondidos com atos ainda mais violentos de parte do grupo contrário, gerando uma espiral de violência. No momento atual, estamos vivendo uma espiral de violência que pode nos levar ao início de uma 3ª Guerra Mundial, inclusive com o uso de armas atômicas.

A CULTURA *WOKE* PODE SER A SOLUÇÃO PARA OS CONFLITOS ATUAIS?

Comecemos pelo começo: o que significa "*WOKE*"?

Segundo a Wikipedia, o termo "*woke*" surgiu no século 19, como um termo político de origem afro-americana, referindo-se a uma percepção e consciência das questões relativas à justiça social e racial. Tornou-se conhecido em 1860, quando foi usado pelo Partido Republicano durante a campanha presidencial de Abraham Lincoln, para defender o combate à escravidão.

No final da década de 2010, "*woke*" foi adotado como uma gíria mais genérica, amplamente associada a políticas identitárias, causas socialmente liberais, feminismo, ativismo LGBT e questões culturais. Seu uso generalizado desde 2014 é resultado do movimento Black Lives Matter. (fonte: Wikipedia)

Partidários da cultura *woke* afirmam que ela defende valores como a igualdade e a procura incessante por não ferir sensibilidades.

Mas os críticos da cultura *woke* afirmam que esta postura aparentemente "positiva", de tentar não ofender ninguém, muitas vezes se torna uma postura passivo-agressiva, pois quem não segue os parâmetros defendidos pela cultura *woke* se torna vítima da "cultura do cancelamento".

Por exemplo: um único comentário nas redes sociais, se considerado indevido ou desrespeitoso, pode

fazer que um adolescente passe a ser ignorado por seus pares, tornando-se assim mais uma vítima da tal "cultura do cancelamento", o que pode ter um enorme impacto no equilíbrio emocional e mental da pessoa afetada.

Brendan O'Neill, editor da revista *Spiked*, descreveu os indivíduos que promovem a política *woke* como um *"guerreiro cultural que não consegue aceitar o fato de que existem pessoas no mundo que discordam dele"*. (fonte: Wikipedia)

RISCOS DA CULTURA *WOKE* PARA AS FAMÍLIAS

Uma das segregações que vem sendo exacerbadas pela cultura *woke* é a desconfiança dos filhos em relação a seus pais. Isso pode levar a que os valores familiares sejam vistos como uma imposição indevida, em lugar de serem vistos como uma medida de proteção.

Em lugar de escutar seus pais, crianças e adolescentes são incentivados a buscar conselhos junto a outros jovens, tão inexperientes como eles, ou junto

a "influenciadores digitais". Muitos destes influenciadores digitais são pessoas mais velhas, que tratam de promover via internet os valores da cultura *woke*, buscando que estes tomem o lugar dos valores da família destas crianças e jovens. Muitas vezes isso é feito sem que os pais sequer se deem conta do que está acontecendo.

QUAL SERIA A ALTERNATIVA PARA ENFRENTAR OS CONFLITOS ATUAIS?

Analisemos através de um exemplo prático:

Problema: A qualidade do ensino nas escolas a que as crianças de famílias pobres têm acesso é ruim. Isso faz que elas tenham pior desempenho escolar, tornando muito difícil que possam ter bom desempenho em provas padronizadas, como as do vestibular, restringindo o seu acesso a boas universidades.

Em lugar de trabalhar para melhorar a qualidade do ensino oferecido, políticos populistas e partidários da cultura *woke* optaram pela solução mais fácil: criar políticas de "discriminação positiva", reservando parte das vagas para jovens de origem mais humilde, facilitado seu acesso às universidades.

Mesmo quando são bem-intencionadas, políticas deste tipo geram diversos problemas:

Os beneficiários destas vagas reservadas conseguem se matricular, mas continuarão a sofrer com todas as deficiências geradas pela baixa qualidade do ensino a que foram submetidas durante a infância. Terão dificuldade em acompanhar o curso. Inclusive estas deficiências muitas vezes afetarão a sua empregabilidade futura, após a conclusão do curso. Em outras palavras, muitas delas continuarão a ter a sensação de que foram tratadas de forma injusta.

Por outro lado, para cada pessoa que pôde se matricular através de uma destas vagas reservadas, outra pessoa mais qualificada deixou de ter a oportunidade de se matricular no curso que tanto desejava. Muito provavelmente também irá se sentir injustiçada.

Devido à falta de recursos disponíveis, o problema original, que é a má qualidade do ensino nas escolas frequentadas por alunos pobres, não é resolvido.

Em resumo: o problema de origem seguiu sem solução e agora todos os envolvidos se sentem injustiçados.

Como este desafio poderia ser melhor equacionado?

Em primeiro lugar, a prioridade precisa ser melhorar a qualidade das escolas públicas. Para isso não basta melhorar o salário dos professores, é preciso melhorar as condições em que estas escolas operam. E as escolas precisam ter foco em ensinar como todos podem cooperar, e parar de reforçar as divisões e ressentimentos promovidos pela cultura *woke*.

Quanto ao acesso à universidade, os alunos mais abastados poderiam passar a pagar uma mensalidade que cubra os custos que a universidade pública tem com os seus estudos. Estes recursos seriam usados para melhorar a qualidade da educação nas escolas públicas e também para aumentar o número de vagas nestas universidades.

As vagas adicionais seriam oferecidas a pessoas de baixa renda, na forma de bolsas de estudos de 90%, de modo que elas consigam pagar. O fato dos alunos pobres beneficiados pagarem uma pequena parte do custo aumenta o seu grau de comprometimento e dá a eles a oportunidade de sentir-se coautores da solução.

Esta solução geraria a percepção de que os alunos com mais recursos estariam facilitando que os alunos mais pobres possam progredir, numa relação de cooperação do tipo ganha-ganha.

JUSTIÇA x INJUSTIÇA

As Leis e a Justiça humana têm como um dos seus princípios básicos que cada pessoa é responsável somente pelos SEUS próprios atos.

Segundo as leis hoje existentes em quase todos os países, exceto nas ditaduras mais cruéis, ninguém pode ser condenado por um crime cometido por outra pessoa, mesmo que seja um amigo próximo ou um antepassado seu. Para haver condenação é preciso provar que o réu cometeu o ato de que está sendo acusado.

No entanto, a cultura *woke* defende que cidadãos brancos nascidos nos séculos 20 e 21 têm uma dívida eterna para com os cidadãos afrodescendentes, devido a que seus antepassados trouxeram pessoas da África e os obrigaram a trabalhar como escravos.

Não é possível resolver injustiças criando novas injustiças, como preconizam algumas das medidas criadas para promover a "igualdade" que são defendidas pela cultura "*woke*". Tampouco é possível solucionar problemas estruturais através de medidas paliativas, como são as vagas reservadas para minorias nas universidades (ou no serviço público).

Para complicar ainda mais, quantas minorias existem, afinal? A cultura *woke* reforçou as múltiplas divisões existentes na sociedade: brancos x pretos, ricos x pobres, gays x héteros, etc. Todas estas divisões têm o potencial de gerar ressentimentos. Em conjunto, elas separam os seres humanos em inúmeras "caixinhas", que resultam da interseção entre os N critérios que a cultura *woke* utiliza para classificar as pessoas. As pessoas de cada "caixinha" são doutrinadas para ver as pessoas das outras "caixinhas" como oponentes.

Será que deveria haver vagas nas universidades específicas para pobres de pele branca e outras para pobres de outras etnias? As vagas também deveriam ser diferenciadas por gênero?

Como evitar que as vagas reservadas para minorias sejam tantas que acabemos inviabilizando o ingresso de pessoas que não pertençam a nenhuma minoria? E o que fazer se somente uma vaga estiver sendo oferecida?

A cultura *woke* está se transformando na Torre de Babel dos tempos atuais. Corremos o risco de gerar mais e mais conflitos, até chegarmos ao ponto em que nenhum progresso significativo possa ser alcançado.

CONCLUSÃO

99,9% dos genes presentes em TODOS os seres humanos são iguais. Temos MUITO MAIS coisas em comum do que diferenças. Para seguir avançando rumo a uma sociedade mais justa e mais igualitária, precisamos nos tornar capazes de prestar mais atenção às coisas que temos em comum, e menos atenção às nossas diferenças.

Segregar as pessoas em grupos antagônicos não ajuda a solucionar os problemas que a sociedade atual está enfrentando. Ao contrário, somente agrava estes problemas.

Não existem soluções fáceis, apenas escolhas inteligentes. A busca pela solução dos problemas da Humanidade atual passa pela cooperação de todos, para que encontremos as melhores alternativas, dentro de uma relação ganha-ganha.

MARIA IZABEL PASSOS IMBIRIBA
Pedagoga. Há 22 anos na EPB
e casada com José Luiz Imbiriba, Diretora
Pedagógica da Seccional de Salvador/Bahia

RESSIGNIFICANDO AS PERDAS NO BEM ENVELHECER

O idoso inserido na sociedade

Nos últimos 14 anos, de acordo com o censo de 2022 do IBGE, a vida média da população brasileira aumentou exponencialmente e assim o Brasil tem vivenciado o crescimento da população idosa, cujos efeitos são percebidos pelas demandas sociais nas áreas de saúde e assistência.

O aumento da expectativa de vida trouxe uma nova característica para os idosos: a busca pela qualidade de vida.

Caracterizar a velhice é uma tarefa complexa que envolve fatores biológicos, emocionais, existenciais, socioculturais e também o autoconhecimento relativo ao ser e sentir-se idoso. Além disso, engloba indivíduos diferentes do ponto de vista econômico, demográfico e epidemiológico. Portanto, definir o envelhecimento somente pelo critério da idade não é suficiente, (IBGE 2002). Neste caso, se considera apenas o envelhecimento biológico, o que não impossibilita ao indivíduo ser socialmente e intelectualmente ativo (OMS, 2016).

O envelhecimento é considerado um processo dinâmico, gradativo e repleto de alterações físicas e psicossociais, emo-

cionais ou cognitivas que atinge todos os indivíduos (Fechine; Trompieri, 2012).

A percepção da velhice normalmente acontece "de fora para dentro" por parte de uma outra pessoa, ou por uma situação do cotidiano, ou ainda proveniente do espelho. Segundo os psicanalistas, há um "susto ao espelho" como um momento de surpresa e de não reconhecimento frente à própria imagem (Barbieri. 2003, p. 21).

A longevidade estendida é realidade cada vez mais presente no Brasil e dados do IBGE revelam resultados de melhoria de condições de vida do idoso com a ampliação do acesso a serviços médicos, preventivos e curativos, o avanço da tecnologia médica e outros determinantes. Ações dirigidas aos idosos objetivam a postergação do declínio funcional, contribuindo para a manutenção do bom desempenho do organismo e de suas funções, pelo maior tempo possível, com autonomia e independência. O envelhecimento ativo tem como parâmetro, o reconhecimento dos direitos das pessoas idosas e os princípios de independência, participação, dignidade, assistência e autorrealização determinados pela ONU.

Perdas e luto simbólico

A população idosa é a que se encontra mais propensa a rupturas e perdas que podem ser reais e simbólicas.

As perdas advindas do envelhecimento são diversas: a síndrome do ninho vazio; a aposentadoria, o afastamento das atividades laborais e produtivas; diminuição do convívio social, abalos no senso de utilidade; ausência de papeis sociais valorizados; morte de parentes e amigos, ou ainda o enfrentamento da viuvez e solidão; declínio da beleza e do vigor físico; diminuição da acuidade auditiva e visual, da elasticidade e da memória; aparecimento de doenças ou comorbidades; perda do exercício pleno da sexualidade; redução da renda; perda do status financeiro; falta de perspectivas de futuro...

Cada perda pode acelerar e potencializar a vivência de outras perdas, gerando um estranhamento e desamparo perante a **velhice** e a **morte**. Esta associação simbólica é confirmada na cultura dominante que tem como único modelo, o estereótipo do jovem-adulto e o conceito da eterna juventude. Perdas aliadas ao envelhecimento suscitam ao idoso, o "fantasma" da finitude e um processo de luto.

A concepção de mortalidade dos pais costuma ser negada e abstraída com frequência pelos filhos, uma vez que suscita sentimentos de desamparo e fraqueza pela associação à finitude de vida. Atribuem aos pais características reais e fantasiosas, como a onipotência, de acordo com seus desejos e necessidades, tendo dificuldade em prever o declínio funcional dos pais e disposição para aceitá-lo. A constatação da velhice ou da enfermidade dos pais, pode levar os filhos a se sentirem tão indefesos como na infância, fazendo com que grande ansiedade seja vivida.

O sofrimento pode transformar

Na história de cada pessoa, inevitavelmente o sofrimento atravessará o seu viver, porque faz parte da natureza humana, podendo ser fruto das escolhas individuais e dos condicionamentos do cotidiano.

O sofrimento é destino inevitável e o grande desafio é dar-lhe sentido. Entretanto, não é de modo algum necessário para se ter um sentido na vida e funciona como um apelo a encontrar respostas diferentes para as vivências, revelando força e superação, até então desconhecidas.

O sofrimento é o lugar dos "porquês" (causa) e dos "para quê" (sentido) e estes questionamentos em sua maioria, são direcionados ao transcendente porque o ser humano não tem as respostas. O sofrimento pode trazer a destruição de possíveis sonhos, provocar crises, mas também pode oportunizar e motivar uma reflexão na maneira de ver e viver a vida, favorecendo o crescimento e amadurecimento psíquico e espiritual, podendo levar à ressignificação da existência. É neste momento que o olhar se volta para a revelação do amor Divino. Deus ajuda a descobrir as respostas, o "porque" do sofrimento humano (João Paulo II, 2016). A misericórdia de Deus é instrumento de conversão e mudança de postura na relação com o outro e com o transcendente.

Ressignificando as perdas

Ao longo do processo de envelhecimento é importante aprender a lidar com o sentimento de perda, elaborando e superando o que pode ser um luto literal ou uma morte simbólica. A preparação para vivenciar o que é inexorável, como a transitoriedade e a finitude, requer serenidade e resiliência.

É importante aprender a valorizar o novo e viver cada momento com muita intensidade, mas ao mesmo tempo com leveza na alma. O percurso das nossas vidas está em constante mudança e quantas vezes tivemos que nos readaptar a fim de darmos um novo significado à nossa própria existência e podermos afirmar que estamos em processo contínuo de desconstrução de uma condição anterior, para iniciarmos a construção de novos rumos...

O processo de envelhecimento também pode ser ressignificado de maneira espontânea, mas consciente, compreendido no cotidiano sem que haja desgaste emocional e de energia, através de uma reorganização da vida, onde caberá o planejamento de novos projetos que façam sentido para um novo momento.

Espiritualidade e resiliência

A espiritualidade é um fator promotor da resiliência na vida adulta e na velhice, quando o sujeito, apesar das perdas, consegue envelhecer de forma ativa através de adaptações, manter a qualidade de vida e a saúde física, cognitiva e social.

Os fatores que promovem comportamentos resilientes provêm de três possíveis fontes:

a) atributos pessoais (inteligência, autoestima, autonomia, competência emocional e social);

b) apoio do sistema familiar;

c) apoio social proveniente da comunidade (Pesce et.al. 2004).

Entre os vários fatores que contribuem para a resiliência encontra-se a dimensão da religiosidade e da espiritualidade (Jimenez, Ambriz. 2011) que constitui frequentemente o principal fator de apoio social (Koenig, 2009). Através das instituições religiosas, os idosos socializam, inserem-se em grupos e participam de atividades sociais que acontecem com regularidade no contexto das igrejas.

Ao longo do processo de envelhecimento, um self resiliente facilita a adaptação às perdas e promove novas oportunidades de crescimento (Carstensen, 1999). Vários estudos constataram crescimento individual, após um acontecimento traumático, em cinco dimensões:

1) surgimento de novas oportunidades;

2) relações estreitas e compassivas com os outros;

3) sentimento de confiança perante o futuro;

4) reorganização das prioridades e plena apreciação da vida;

5) aprofundamento da espiritualidade (Walsh, 2007).

A espiritualidade evidencia a existência de potenciais forças escondidas no homem que o envelhecimento faz espoletar (Walsh. 2007).

A espiritualidade se revela um forte indicador de resiliência na superação de adversidades, bem como na capacidade de encontrar significado na vida, a partir da fé religiosa.

Por fim, faz-se necessário despertar o sentido comunitário de gratidão, de apreço e de hospitalidade que levem os idosos a se sentirem parte viva de sua comunidade. São homens e mulheres, pais e mães, avôs e avós que percorreram o seu caminho e combateram a mesma batalha diária por uma vida digna, dos quais os filhos e netos receberam muitos benefícios e provavelmente ainda os recebem. O encontro e o diálogo entre as gerações, principalmente no seio familiar, são fundamentais para um envelhecimento ativo e saudável. O idoso é um tesouro a ser conservado, ouvido, acolhido, assistido e amado. É preciso acompanhar os idosos para que criem novas perspectivas de vida nesta fase de características e desafios particulares.

"A qualidade de uma sociedade se julga também pelo modo com que tratam os idosos e pelo lugar que lhes reservam na vida comum" (Papa Emérito Bento XVI).

REFERÊNCIAS

– KREUZ, Giovana / FRANCO, Maria Helena Pereira. Artigo "O luto do ancião frente às perdas", Arq. bras. psicol. vol.69 no.2 Rio de Janeiro 2017.

– Residência Primavera - Portal do idoso, artigo: "Os desafios do envelhecimento e como ressignificar as perdas".

https://www.residenciaprimaveras.com.br/portal-do-idoso/os-desafios-do-envelhecimento-e-como-ressignificar-as-perdas/

– Ministério da Saúde – Longevidade/Envelhecimento saudável, 2022. https://bvsms.saude.gov.br/envelhecimento-saudavel/#:~:text=Envelhecimento%20saud%C3%A1vel%20*%20Preven%C3%A7%C3%A3o%20%C3%A9%20sempre%20o,que%20corpo%20e%20mente%20se%20mantenham%20ativos.&text=*%20Dormir%20%C3%A9%20fundamental%20para%20o%20descanso%20do%20corpo%20e%20da%20mente.

– Jornal do Brasil – artigo "A sabedoria dos idosos. https://www.jb.com.br/pais/artigo/2019/07/1011168-a-sabedoria-dos-idosos.html

– PICANÇO, Hyngrid Krishna / SOUZA, Júlio Cesar Pinto. Artigo: "A qualidade de vida de idosos residentes em instituições de longa duração". Revista de Psicologia – Departamento de Psicologia UFF/RJ, v. 08, 2021.

https://periodicos.uff.br/ayvu/article/view/48079

BEM ENVELHECER

Para bem envelhecer
É preciso saber viver
Aceitar a vida como é
Não deixar o estresse
Tomar conta de você

Para bem envelhecer
É preciso amar o outro
Assim como ele é
Respeitando a sua idade
E a sua forma de ser

Para bem envelhecer
O perdão deve ser vivido
Os dois lados acolhidos
Usar a paciência
E voltar a boa convivência

Para bem envelhecer
É preciso ter fé e esperança
Acreditar e confiar
Que Deus está dentro de você
É somente chamar

Para bem envelhecer
É preciso ter amigos
Se divertirem juntos
Darem boas risadas
E no coração fazer morada

Para bem envelhecer
É preciso movimentar o corpo
Ativar a mente
Quem sabe até
Fazer um amor diferente

Para bem envelhecer
É preciso cantar, tocar, dançar
Escrever até um livro
Viajar mundo afora
Ousar e se reinventar

Para bem envelhecer
É preciso outra vez ser criança
Brincar e aprender com os netos
A experimentarem juntos
Novas formas de convivência

Para bem envelhecer
É preciso celebrar a vida
Reunir amigos e família
E a cada nova idade
Sorrir e agradecer

Para bem envelhecer
É preciso se cercar de gente
Formar um grupo diferente
E descobrir que estar idoso
Significa viver intensamente.

Rosilda Xavier
05/09/2024
rosimedeiros@hotmail.com

"NÃO HÁ VAGAS"

O preço do feijão
não cabe no poema. O preço
do arroz
não cabe no poema.

Não cabem no poema o gás
a luz o telefone
a sonegação
do leite
da carne
do açúcar
do pão

O funcionário público
não cabe no poema
com seu salário de fome
sua vida fechada
em arquivos.

Como não cabe no poema
o operário
que esmerila seu dia de aço
e carvão
nas oficinas escuras

– porque o poema, senhores,
está fechado:
"não há vagas"

Só cabe no poema
o homem sem estômago
a mulher de nuvens
a fruta sem preço

O poema, senhores,
não fede
nem cheira

(Ferreira Gular)

BONITAS MESMO

Por Martha Medeiros

Quando é que uma mulher é realmente bonita? No momento em que sai do cabeleireiro? Quando está numa festa? Quando posa para uma foto? Clic, clic, clic. Sorriso amarelo, postura artificial, desempenho para o público. Bonitas mesmo somos quando ninguém está nos vendo.

Atirada no sofá, com uma calça de ficar em casa, uma blusa faltando um botão, as pernas enroscadas uma na outra, o cabelo caindo de qualquer jeito pelo ombro, nenhuma preocupação se o batom resistiu ou não à longa passagem do dia. Um livro nas mãos, o olhar perdido dentro de tantas palavras, um ar de descoberta no rosto. Linda.

Caminhando pela rua, sol escaldante, a manga da blusa arregaçada, a nuca ardendo, o cabelo sendo erguido num coque malfeito, um ar de desaprovação pelo atraso do ônibus, centenas de pessoas cruzando-se e ninguém enxergando ninguém, ela enxuga a testa com a palma da mão, ajeita a sobrancelha com os dedos. Perfeita.

Saindo do banho, a toalha abandonada no chão, o corpo ainda úmido, as mãos desembaçando o espelho, creme hidratante nas pernas, desodorante, um último minuto de relaxamento, há um dia inteiro pra percorrer e assim que a porta do banheiro for aberta já não será mais dona de si mesma. Escovar os dentes, cuspir, enxugar a boca, respirar fundo. Espetacular.

Dentro do teatro, as luzes apagadas, o riso solto, escancarado, as mãos aplaudindo em cena aberta, sem comandos, seu tronco deslocando-se quando uma fala surpreende, gargalhada que não se constrange, não obedece à adequação, gengiva à mostra, seu ombro encostado no ombro ao lado, ambos voltados pra frente, a mão tapando a boca num breve acesso de timidez por tanta alegria. Um sonho.

O carro estacionado às pressas numa rua desconhecida, uma necessidade urgente de chorar por causa de uma música ou de uma lembrança, a cabeça jogada sobre o volante, as lágrimas quentes, fartas, um lenço de papel catado na bolsa, o nariz sendo assoado, os dedos limpando as pálpebras, o retrovisor acusando os olhos vermelhos e mesmo assim servindo de amparo, estou aqui com você, só eu estou te vendo. Encantadora.

Humor

(AGRADECIMENTOS À COLABORAÇÃO DE DORA)

Prova de Amor

A grande prova de que a mulher ama mais o marido que aos filhos é que ela deixa os filhos com a vizinha, mas o marido não.

Presente do avô

O menino liga para o avô e agradece pelo presente de aniversário.

-Vô, a bateria que você me deu é ótima! O vizinho me paga dez reais todo dia só pra não tocar nela.

Falando Demais

-Juquinha, o seu pai está?

-Não senhor, ele saiu

-E que horas ele vai voltar?

-Não sei, não senhor. A gente nunca sabe quando ele vai voltar quando ele manda dizer que não está em casa!

Explicando a gestação

Na aula de matemática, a professora pergunta:

- Joãozinho, se tenho 6 laranjas em uma mão e 5 laranjas na outra, o que tenho no total?

Tem umas mãos bem grandes!

Explicando a gestação

Joãozinho pergunta à mãe que está grávida:

- Como meu irmãozinho vai sair da sua barriga?

Ao que a mãe reponde:

- Filho, primeiro vai sair a cabeça, depois os braços, em seguida o corpinho e no final saem os pés.

E o menino logo completa:

- Ahhh! E depois vocês montam ele, né mãe?!!

Convite para dançar

Num baile beneficente do colégio, Joãozinho resolve tirar a irmã de uma das professoras para dançar.

- A senhorita poderia me dar o prazer dessa dança?
- convida ele cheio de galanteios

- Eu não danço com criança! - responde ela secamente

E ele sem perder o rebolado:

- Mil perdões, eu não sabia que a senhora está grávida!

Rir de seus próprios erros pode prolongar sua vida.
(Shakespeare)

Rir dos erros de sua mulher pode encurtar sua vida.
(Esposa de Shakespeare)

O homem mata um leão por dia. A mulher mata, corta. Tempera, serve e ainda lava a louça.

Mulher: Se eu soubesse que você era tão pobre, não teria me casado com você.
Marido: Mas não foi por falta de aviso! Sempre disse: Você é tudo que eu tenho na vida!

Tempo que uma mulher leva para se arrumar:
- Para sair com o amor: 2 HORAS
-Para se encontrar com as amigas: 4 HORAS
-Para ir a uma festa onde a Ex do seu amor estará presente: UMA SEMANA

Um amigo vai visitar o outro recém casado e observa a varanda redonda, a sala redonda, os quartos redondos, os banheiros redondos. Enfim. Tudo redondo, até mesmo a cozinha é redonda...

O amigo exclama:

- Que inovação! Seu arquiteto foi muito ousado!

E ele todo orgulhoso:

- a ideia foi minha mesmo...Quando falei com minha noiva que iria construir uma casa, minha sogra pediu pra arrumar um cantinho pra ela!!!

Agradecimentos

JANE E REINALDO CEZIMBRA
Casal Presidente Seccional Salvador-Ba

Agradecer sempre. A Deus e a oportunidade de servir.

Para a realização do nosso Seminário tivemos a colaboração de várias pessoas importantes na vida da Seccional Salvador – Dr. Amauri Munguba, que nos atende com uma disponibilidade imensa e todos os associados que não medem esforços para levar adiante os nossos projetos.

Os autores dos artigos da nossa Revista merecem, também, um agradecimento muito especial – que a sua leitura nos traga belas reflexões.

Agradecemos aos coordenadores das Escolas SESI em Salvador pela bela parceria firmada ao longo de vários anos – Escola Comendador Bernardo Martins Catharino, Escola Reitor Miguel Calmon e Escola Djalma Pessoa.

Aos nossos circulistas – obrigado por atenderem nosso convite. Com certeza todos crescem e a família se sustenta cada vez mais.

Parabéns a cada um de nós que faz a EPB acontecer de uma forma tão plena e verdadeira visando transformar o mundo.

ABRAÇOS CARINHOSOS

Seccionais
Escola de Pais do Brasil

MATO GROSSO DO SUL
Bonito
Campo Grande

BAHIA
Alagoinhas
Salvador
Santo Antônio de Jesus

GOIÁS / MATO GROSSO
Anápolis
Goianésia
Goiânia
Piracanjuba
Rio Verde

PARANÁ
Céu Azul
Curitiba
Guarapuava
São Miguel do Iguaçu

PARAÍBA
Belo Horizonte
João Monlevade

MINAS GERAIS
Belo Horizonte
João Monlevade

SÃO PAULO
Campinas
Limeira
Mogi das Cruzes
Piracicaba
Santa Bárbara D'Oeste
São João da Boa Vista
São Paulo
Sorocaba
Tupã

SANTA CATARINA
Chapecó
Grande Florianópolis
Herval D'Oeste e Joaçaba
Videira
Xanxerê

PERNAMBUCO
Recife

RIO GRANDE DO SUL
Caxias do Sul
Erechim
Getúlio Vargas
Gramado
São Marcos

ALAGOAS
Teotônio Vilela

SECCIONAL VIRTUAL
11 Cidades – 8 Estados

ESCOLA DE PAIS DO BRASIL