



"Aceitando as diferenças, fortalecendo as relações."

VAMOS MUDAR!!!

Em nossa caminhada vivencial alimentamos uma infinidade de esperanças de uma vida melhor. É assim com todo mundo!!! Contudo nos entristecemos ou nos tornamos queixosos excessivos por não conseguirmos almejar nossos sonhos, conclusão, a vida fica pesada, cansativa e passamos a ser vistos como chatos, rancorosos, enfim, cabem aqui muitos adjetivos. Podemos e devemos mudar isso, precisamos é de um ponto de partida.

Pensar positivamente é um facilitador para essa condição, entretanto, não é o suficiente. Pensar é ato cognitivo, pessoal que deve ser transposto para a ação. Devemos então, ter ações positivas capazes de nos levar à mudanças significativas.

Ao efetivar nosso pensamento através da prática encontramos na caminhada inevitavelmente um Outro. A interação estabelecida com esse par constrói um Nós, pronome fundamental para a edificação das relações interpessoais. Quero dizer o seguinte: além da nossa vontade pessoal em mudar, qualquer alteração em nós é refletida nas pessoas em nossa volta.

Conviver com pessoas não é tarefa fácil, haja vista que temos um desenvolvimento específico, próprio em nossa caminhada. Cada ser é único. Esta frase já muito ouvida por todos nós enseja uma vivência social, cultural e psíquica particular que nos diferencia dos outros, mas essa diferença deve servir para buscar nele, que é diferente de nós, aquilo que possibilite um amadurecimento existencial. Somos únicos no mundo!!!! Mas não sozinhos, por isso, ações que busquem o compartilhamento nos causam sensações prazerosas, bem estar, nos mudam.

Bom dia! Como você está? Pode contar comigo! Por favor. Obrigado. Desculpa. São expressões que podem ser um ponto de partida para nossa mudança. Elas devem fazer parte do nosso cotidiano pessoal e profissional, não somente por estarmos em situações as quais nos obrigam, em certa medida, a atos de cordialidade, mas, sobretudo, porque essas atitudes fazem bem prioritariamente a quem as proclama. Lembro-me de um texto importante para exemplificar o que digo.

"Joãozinho era um menino muito esperto e tenaz que nunca levava desaforo para casa. Certo dia teve um desentendimento com Pedro, seu colega de escola, a raiva do episódio fazia transfigurar sua face, muito desse sentimento era alimentado por que a professora o impediu de fazer aquilo que queria com Pedro, destrata-lo por ser diferente. Ao chegar em casa, com cara de poucos amigos e resmungando muito, Joãozinho, foi direto para o quarto. O avô do menino percebendo tal comportamento foi até ele e perguntou o que havia ocorrido. Joãozinho contou pormenorizadamente aquela história que poderia repeti-la um milhão de vezes. O avô ouviu em silêncio o relato e no final disse ao neto, vamos no quintal? Mesmo sem entender o pedido Joãozinho obedeceu, chegando lá o avô pegou um saco de carvão entregou ao menino e fez um boneco de Pedro e colocou alguns metros do garoto. Agora você irá tentar acertar o Pedro utilizando o carvão. Joãozinho começou a executar o que havia sido ordenado. Passado alguns minutos e esgotado pelo esforço feito para atacar Pedro o menino chamou o avô e disse que estava cansado, o sensato avô pediu a Joãozinho que olhasse para seu corpo. O garoto ficou surpreso com o que viu. Estava da cabeça aos pés todo sujo de carvão. O avô então disse, olhe agora para Pedro. A surpresa do menino foi ainda maior, o boneco de Pedro quase não estava sujo. O avô se voltou para Joãozinho e falou: a raiva, o ódio é muito pior para aquele que sente, por isso, procure resolver seus desentendimentos com diálogos e ser melhor com as pessoas e completou dizendo ser cordial e atencioso com os outros é fundamental para viver bem e ter pessoas ao nosso lado, ninguém, ninguém vive só. Finalizou dizendo seja ameno e compreensivo com os outros para que eles sejam assim com você, caso você faça isso sua vida ainda terá problemas, mas você os carregará em companhia.

Ao refletir sobre o texto percebo que temos que rever muitas de nossas atitudes. Ser cordial, interessado e solícito com os outros faz muito bem a nós mesmos, e encoraja nosso colega a seguir esse exemplo. Agindo assim, teremos a possibilidade de não nos sujarmos tanto de carvão, adoeceremos menos e chegaremos ao entendimento que “arremessar carvão” é mais dispendioso para nós mesmos. Quando internalizarmos verdadeiramente esta conclusão teremos avançado na busca em sermos uma pessoa melhor para nós mesmos e para os outros, estará iniciado, então, o processo de mudança, e tenho certeza que o maior beneficiado seremos nós.

Por estarmos em um ambiente de trabalho digo: que ao longo desse ano em nosso convívio profissional possamos alimentar ações amistosas e gentis, comunicações sinceras e benevolentes pois “a vida é uma passagem e não sabemos até quando iremos fazer parte dela, por isso **é HOJE** que precisamos aproveitar cada instante da nossa existência, para realizarmos algo de verdadeiro e útil para nós, para o outro, para o mundo.” (Elisângela S. J. Castro)

Desejar e procurar aprender com os outros é essencial para desenvolvermos, verdadeiramente, nossas possibilidades humanas.

Até breve!

Fontes

Escrito por **Selma**, Psicóloga do Instituto Federal de Educação, Ciência e Tecnologia do Para-IFPA.
E-mail: selma.silva@ifpa.edu.br
