

## Feliz Dia Da Mulher que escolhe seu próprio caminho

---

*A filosofia da Relacionamento se baseia em princípios da teoria adleriana, e vê a mulher como uma figura forte, com livre escolha, responsabilidade pessoal e grande influência em seu ambiente*

\*Yafit Laniado

A filosofia da Relacionamento se baseia em princípios da teoria adleriana, e vê a mulher como uma figura forte, com livre escolha, responsabilidade pessoal e grande influência em seu ambiente.

Na Relacionamento, enfatizamos a importância de o indivíduo reconhecer o próprio valor, assumir responsabilidades e criar relacionamentos saudáveis ??baseados no respeito mútuo.

Neste 8 de março, quando celebramos O Dia Internacional da Mulher, temos a oportunidade de parar por um momento e lembrar a nós mesmas que não somos definidas pelas circunstâncias que a vida nos apresenta, mas pelas nossas escolhas diante delas.

Uma mulher tem muitos papéis: filha, esposa, mãe, trabalhadora e outros mais.

Muitas vezes, usamos as conhecidas frases: "O que eu posso fazer? Não tenho escolha". E as usamos especialmente quando as coisas não saem como a gente gostaria.

No trabalho, funciona mais ou menos assim: "Esse sistema é uma droga. Faz tempo que eu quero largar esse emprego. Já estou cheia, mas o que eu posso fazer? Não tenho escolha".

No dia a dia, quando "temos que fazer" alguma tarefa, mas na verdade, não queremos fazer:

Eu tenho que lavar roupa;

Eu tenho que cozinhar;

Eu tenho que visitar minha tia...

Será? Talvez não? Ninguém é obrigado a nada.

Muita gente vive bem sem nenhum sentimento de culpa, mesmo sem ter a casa brilhando ou a escrivaninha organizada, ou o emprego dos sonhos.

A frase "Não tenho escolha", vale destacar, pode surgir de outras formas, como

"Não tenho tempo"; "Se eu tivesse"; "Não tenho dinheiro", e assim por diante. Todas elas têm como objetivo principal acalmar minha consciência pesada, pelo fato de que eu não quero fazer alguma coisa.

Precisamos acreditar que não é verdade que não temos escolha. Sempre há outra opção. E como tudo na vida, minha escolha tem um preço. Quem de nós não prefere pagar mais barato?

Quando entendemos que sempre há uma opção e que fui eu que escolhi o lugar onde me encontro, imediatamente deixo de ser uma vítima das circunstâncias.

Quando digo a mim mesma que não preciso lavar roupa, limpar a casa, cozinhar, trabalhar, estudar ou seja lá o que for, o peso fica mais leve.

Seja quais forem as consequências das minhas escolhas, foram minhas e de mais ninguém. Então, por qual motivo reclamar?

Para nos sentirmos livres do fardo do dia a dia, vamos começar a dizer a nós mesmas que essas escolhas são nossas e que podemos mudá-las a qualquer momento e escolher diferente.

Na Relacionamento, entendemos que toda mulher tem a capacidade de influenciar o meio em que vive, traçar seu próprio caminho e escolher como cuidar de si mesma e das pessoas ao seu redor.

No entanto, o valor de uma mulher não é medido pelo que ela é capaz de fazer ou pelo tanto que dá aos outros, mas simplesmente por sua existência, do jeito como ela é.

Neste Dia Internacional da Mulher, vamos nos lembrar:

Sou responsável por minha própria vida.

Ser relevante só depende de mim.

Defino meus valores independentemente dos outros.

Eu crio o ambiente mais adequado para mim e para minha família.

Quando uma mulher reconhece seu valor, ela fortalece não apenas a si mesma, mas também todo o seu ambiente – família, amigos, comunidade.

Um antigo ditado, e que causa horror em algumas mulheres, é aquele que diz que “Por trás de todo homem bem-sucedido há sempre uma mulher”. Acredito que há um mal entendido que leva a essa repulsa. O real significado é que o homem precisa de uma mulher para lhe apoiar dentro e fora de casa. A mulher é capaz de ser bem-sucedida mesmo sem o apoio de um homem.

O que não significa que não seja desejável termos um homem para nos apoiar. E não há nada de errado com isso!

Mulheres, celebremos!

\*Yafit Laniado, psicóloga e hipnoterapeuta, criadora da Relacionamento, consultoria especializada no relacionamento entre pais e filhos.

*Notícia distribuída pela [saladanoticia.com.br](http://saladanoticia.com.br). A Plataforma e Veículo não são responsáveis pelo conteúdo publicado, estes são assumidos pelo Autor(a): Denis Victor Dana*

<https://gazetadasemana.com.br/noticia/216557/feliz-dia-da-mulher-que-escolhe-seu-proprio-caminho>

**Veículo:** Online -> Site -> Site Gazeta da Semana - São Paulo/SP