

Opiniões

Dia das Mães: tempo para os inúmeros papéis da mulher

Não é nada fácil a rotina de uma mãe. Acordar cedo, arrumar os filhos para a escola, fazê-los tomar o café da manhã, ir para o trabalho, atender clientes, entregar relatórios, ou ficar em casa administrando tudo aquilo que filhos e maridos deixaram para trás... é mesmo uma maratona. A mulher, em geral, possui um número maior de papéis relacionados às áreas importantes da vida. Essa é uma das razões para elas possuírem tantas tarefas urgentes para administrar e serem mais estressadas e nervosas no dia a dia.

Porém, sem dúvida, de todos os papéis desempenhados pela mulher, o principal é o de mãe. A maternidade é uma experiência inigualável e que os homens nunca conseguirão entender em sua plenitude. Mas o que preocupa grande parte delas é a falta de horas no dia para conciliar todas as atividades e realizá-las de maneira mais tranquila.

Como boa parte das pessoas, o problema não está na falta de tempo, mas na forma como ele é utilizado. Um dia tem e sempre terá as mesmas 24 horas, por isso é preciso reduzir as atividades circunstanciais, que trazem nenhum tipo de resultado para sua vida – como reuniões desnecessárias, spams, ligações telefônicas sem sentido – e focar no que realmente é importante.

A solução é aprender estratégias eficazes de planejamento e gestão do tempo para entender que não dá para fazer tudo em um único dia. Cada vez mais é preciso saber selecionar as atividades e pessoas realmente importantes, utilizar mais a palavra "não" e planejar em equipe: seja ela profissional, para reduzir as urgências, ou a familiar, para ter mais tempo com a família.

Outra questão são as tarefas domésticas, são poucas as mulheres que conseguem compartilhar essas responsabilidades com seus cônjuges ou familiares. Porém, para conseguir ter mais tempo, é preciso conscientizar todos sobre a importância da divisão de tarefas. Essa é uma forma saudável de equilíbrio e de

cumplicidade no relacionamento.

Tente também juntar toda a família no domingo para planejar a semana. Coloque em uma agenda ou num software as suas obrigações e compromissos. Não esqueça de reservar um tempo para atualizar seus e-mails e inclua sempre tarefas pessoais, como passar no cabeleireiro ou na manicure.

Claro que nem sempre o planejamento é totalmente executado, afinal, os imprevistos aparecem. A luta, então, é para tentar antecipar ao máximo as urgências, por isso nunca planeje 100% do seu dia, deixe ao menos 30% do tempo livre para essas atividades inesperadas. Sempre que puder, comece pelas atividades mais simples e fáceis, depois foque em resolver as urgências para então dedicar tempo às tarefas realmente importantes.

O mais importante é enxergar que é possível ser mãe, esposa e profissional bem sucedida. Basta ter planejamento e uma estratégia definida. Isso significa, por exemplo, momentos curtos, constantes e com alta qualidade com os filhos. Se não é possível dedicar horas do seu dia para as crianças, destine 20 ou 30 minutos pelo menos, mas que sejam instantes comprometidos em ouvir, brincar e viver com o seu filho. Desligue a TV, o celular, as preocupações diárias e foque exclusivamente no pequeno. Esses intervalos regulares com qualidade ajudam a criança na percepção da presença materna, mesmo com uma agenda de trabalho agitada.

Disso tudo, uma lição pode ser tirada: por mais que as mulheres pareçam os seres mais fortes do mundo, elas precisam de ajuda, planejamento e organização para exercerem de melhor maneira possível os seus tantos papéis.

CHRISTIAN BARBOSA

Maior especialista no Brasil em administração de tempo e produtividade.
www.triadps.com.br e www.maistempo.com.br

Somos todos iguais?

Estamos vivendo sob ventos agitados, em que grupos diferenciados estão a exigir a correção de uma suposta **"desigualdade racial"** existente em nossa sociedade, nestes tempos atuais, consequência de antigas injustiças cometidas contra negros e índios, durante os últimos cinco séculos.

Embora seja de conhecimento universal que os grandes grupos raciais jamais permaneceram em estado de absoluto isolamento, ONGs de todos os tipos, desconhecidas da maioria do nosso povo, vêm se arregimentando, em locais recônditos de nossa Pátria, buscando benefícios materiais aos descendentes das raças negra e indígena, que pressupõem estarem sendo vítimas da raça branca desde que os portugueses, comandados por Pedro Álvares Cabral, aqui aportaram no ano de 1500.

Isto vem ocorrendo em pleno século XXI, embora há mais de cem anos, em 1911, durante o "1º Congresso Universal das Raças", na Inglaterra, o antropólogo alemão Franz Boas, após exaustivo estudo das características somáticas humanas, tenha afirmado ***"inexistir eventual superioridade de uma raça sobre outra, e que toda e qualquer crença a esse respeito deva ser prontamente abandonada"***.

O Brasil viveu, desde a sua descoberta até o século XVIII, um período em que a miscigenação racial era fato normal, corriqueiro. Desses cruzamentos raciais surgiram o **"mulato"**, mistura de negro e branco; o **"mameluco"**, mistura de índio e branco, e o **"cafuzo"**, mistura de índio e negro. A partir do século XIX, com a imigração de portugueses, espanhóis, italianos, alemães, japoneses, sírios, turcos, dentre outros, ocorreram cruzamentos de toda espécie, com uniões de mestiços com mestiços, mestiços com nativos ou oriundos, que geraram essa extraordinária diversidade racial brasileira.

A supremacia de uma raça sobre outra não é privilégio de nenhuma raça. Brancos, amarelos, negros, indígenas já foram, em diferentes momentos da história, ora dominadores ora dominados. O emérito escritor e sociólogo Gilberto de Mello Freyre, em sua magistral obra **"Casa Grande & Senzala"**, editada em 1933, escreveu sobre a diversidade racial. Analisou, com uma honestidade pouco convencional, os problemas socioculturais do negro brasileiro diante de sua convivência com as demais raças existentes em nosso País, dando a entender que elas foram naturalmente se embaralhando e se diluindo aos se entrecruzarem, perdendo assim suas características originais.

O negro foi, ninguém nega, escravizado no Brasil durante dois séculos. Mas foi também se cruzando com brancos e índios, daí nascendo o "mestiço", com sua pele em variados matizes. Tanto prosperou essa mestiçagem que não está fácil, nos dias atuais, encontrarmos, no Brasil, um branco, um negro ou um índio "puro". Por isso, é muito provável haver, na árvore genealógica de qualquer um de nós, ao menos uma pessoa de outra raça, o que não é demérito para ninguém.

Quanto aos nossos índios, é necessário examinar se o acultramento deles contribui ou não para a sua própria extinção. Desejam eles continuar vivendo na floresta, em suas "ocas", com chão de terra, cobertas por folhas de coqueiros, sem os confortos da vida moderna, falando o Tupi-guarani ou o Nhandeara, alimentando-se de peixe, tatu, açaí e tapioca? Ou preferem integrar-se ao

modo de viver do "branco", ser "cidadão brasileiro", ter direitos e deveres, falar a nossa língua, morar em casa de alvenaria, com luz, água corrente, esgoto, escola, etc., trabalhar normalmente como fazemos todos nós? É uma decisão pessoal, ou tribal, deles. Não cabe a nós, brasileiros civilizados, metermos o bedelho lá. Mas não podemos permitir que ONGs estrangeiras se intrometam na vida deles.

O Brasil nunca deixou de reconhecer o negro, o índio, o mestiço, ou qualquer outro que tenha se destacado pelo seu próprio esforço ou pela sua própria inteligência. Nossa história pátria é enriquecida com milhares de negros e mulatos eméritos: José do Patrocínio, Edson A. Nascimento (Pelé), Grande Othelo, Machado de Assis, Jair Rodrigues, Joaquim Barbosa (Ministro do STF), etc. Todos eles triunfaram por mérito próprio, todos eles tiveram o reconhecimento do povo brasileiro.

O nível da capacidade intelectual do ser humano não está vinculado a qualquer raça, grupo ou etnia. Todos os países do chamado Primeiro Mundo adotam como critério seletivo, em escolas, universidades, empresas, e demais do gênero, única e exclusivamente a competência do cidadão. Não importa a cor da pele, a religião que professa, o País em que nasceu.

Aqui no Brasil, julgamo-nos mais sabidos e mais criativos que os povos de outros países. Enquanto ficamos inventando critérios de cotas para beneficiar negros, mestiços, índios ou oriundos de escolas públicas, os Países do Primeiro Mundo buscam atrair, para suas Universidades, os nossos estudantes de alta qualificação, sejam eles brancos, negros ou mestiços. Para esses Países, o negócio é investir na capacitação dos professores e na alta qualidade dos alunos de suas escolas. Eles não se perdem em firulas raciais que nada resolvem.

Por aqui, os ativistas sociais que infestam o nosso interiorzão, com o apoio do Governo Federal petista, vêm batendo no prego errado. Os gravíssimos problemas brasileiros não estão na área educativa nem na racial. São outros, e piores; estão na DROGA e na CORRUPÇÃO. Para a droga, sugiro o alistamento militar compulsório de todo e qualquer drogado pego nas Cracolândias de nossas grandes cidades. Que sejam recolhidos e enviados para servir o exército nos fundões da floresta amazônica e que lá sejam treinados para se tornarem homens de verdade. O nosso exército é muito bom nesse tipo de serviço.

Para a corrupção, que lancemos a candidatura, à Presidência da República, de um homem íntegro, por exemplo, o Dr. Joaquim Barbosa, Ministro negro do STF. Estamos cansados do bando de corruptos nomeados para cargos federais, estaduais e municipais, lançados por partidos políticos que unicamente pretendem se servir do Brasil, ao invés de servir ao Brasil. Não podemos permitir que novos mensalões achincalhem a honra de nosso País e de seus cidadãos.



DOMINGOS PEROCCO NETTO

(aposentado, é bancário, aposentado, professor, técnico em contabilidade, sócio da AEPTI (Associação dos Escritores, Poetas e Trovadores de Itatiba), cronista dos jornais "JI – Jornal de Itatiba" e "A Mococa" das cidades de mesmo nome, e do "Jornal Democrata" e "Cidade do Rio Pardo", ambos de São José do Rio Pardo (SP).