

INFÂNCIA CONSCIENTE

Vitória-Régia: A importância do adulto se conhecer

Jéssica Bicudo

PSICÓLOGA DA INFÂNCIA

CRP: 18/05032



Vitória-Régia: A importância do adulto se conhecer

O autoconhecimento é semelhante à vitória-régia em que à medida que recebe a ação dos raios solares se enterram no lodo sem deixar, contudo, de oferecer alimentos por ser seu habitat natural. Da mesma maneira, quando o ser humano se permite adentrar em seu universo íntimo ele entra em contato com suas dificuldades e aptidões, permitindo-se, através de esclarecimentos, adentrar a um mundo escuro até então.

Atualmente, os índices de pessoas que desenvolvem síndromes e transtornos como ansiedade, pânico, depressão, entre outros são altos e tendem a aumentar as estatísticas segundo pesquisas mais recentes. Os indivíduos da infância também sofrem os reflexos deste ambiente social que foi construído, impactando-os com tanta profundidade que os efeitos muitas vezes chegam ao ato extremo do suicídio ou ingerindo drogas ansiolíticas, que podem ter consequências colaterais ao seu corpo físico em formação. Em outras palavras, vivencia-se hoje uma sociedade com muitos aspectos de doenças e uma das formas de auxílio é o autoconhecimento.

Carl Rogers, um psicólogo atuante da terceira força da Psicologia, o Humanismo, e desenvolvedor da Abordagem Centrada na Pessoa, reflete que todo sujeito traz a tendência para a saúde e para o bem-estar no núcleo de sua personalidade. Pode-se dizer que este núcleo de virtudes, segundo Alírio de Cerqueira Filho (médico, psicoterapeuta e escritor), são latentes no ser humano e se desenvolve conforme o indivíduo vai se conhecendo e se superando.

Vitória-Régia: A importância do adulto se conhecer

O conhecimento de si mesmo é uma ferramenta de autotransformação e, conseqüentemente, promoção real da saúde física, emocional e espiritual de cada pessoa. São por meio de vários exercícios oferecidos pela ciência psicológica que é possível a pessoa construir o hábito de conhecer todo o seu mundo íntimo e, assim, começar a trabalhar nesta realidade agora conhecida.

Torna-se urgente cada vez mais que esta prática reflexiva seja introduzida desde os primeiros anos de vida do ser humano, nos quais a criança seja auxiliada a conhecer a si mesmo por meio das descobertas de suas habilidades, limitações, potencialidades. O adulto consciente vai fornecer-se como a ferramenta significativa para ajudar o pequenino a se tornar um ser pensante no universo, aprendendo desde muito cedo a construir a sua própria felicidade e bem-estar.

Portanto, é possível observar a efetivação da prática do autoconhecimento para a melhoria íntima. Segundo Sócrates, descobrir-se é o que possibilita a transformação da “semente” em “árvore frutífera de virtudes”. A luz solar pode oferecer a oportunidade de visualizar o lodo, mas a opção de transmutar o lodo em adubo é de escolha de cada pessoa. Se a escolha for positiva, será possível contemplar-se com a vitória-régia florida à luz do luar.

Jéssica Bicudo
Psicóloga Infantil
CRP 18/05032

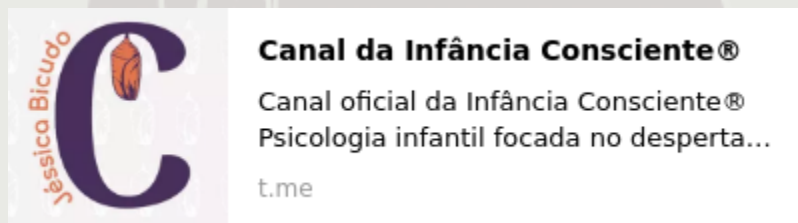
Vitória-Régia: A importância do adulto se conhecer

Este artigo é de direito autoral e intelectual de Jéssica Bicudo Teixeira Carvalho. A reprodução total ou parcial dessas páginas são proibidas pela Lei 9.610 de fevereiro de 1998. Caso se interesse por citá-lo, utilize a referência:

CARVALHO, Jéssica Bicudo Teixeira. Vitória-Régia: A importância do adulto se conhecer. Infância Consciente, ano. Disponível em: <<https://infanciaconsciente.com.br/vitoria-regia-a-importancia-do-adulto-se-conhecer/>>. Acesso em: dia, mês e ano.

PSICÓLOGA INFANTIL

Jéssica Bicudo é psicóloga transpessoal-consciencial da infância, CRP 18/05032, graduada em Psicologia. É a 1ª obter a certificação internacional de facilitadora em Parentalidade Consciente no Estado de Mato Grosso. Possui também certificação de facilitadora em Educação Emocional Positiva, extensão em Teoria Cognitiva-Comportamental da infância e, atualmente, realiza especialização em Transtorno do Espectro Autista e formação em Psicologia e Psicoterapia Consciencial. Além de já ter realizado cursos como Montessori em Casa, Temperamentos da Criança ao Adulto, Disciplina Positiva, Criando Filhos Comunicadores, Desenvolvendo Seu Filho Brincando, Guia do Sono Infantil, Inteligência Consciencial, Ludoterapia Cognitivo Comportamental e o curso Psicologia das Virtudes.



<https://t.me/canalinfanciaconsciente>

Clica aqui

A abordagem psicológica que utiliza é a Psicologia Transpessoal Consciencial. A Psicologia Transpessoal desenvolveu-se no final do século XX. Foi lançada oficialmente em 1968 pelo psicólogo norte-americano Abraham Maslow. Essa força possui várias correntes de pensamento. Durante mais de duas décadas o médico e psicoterapeuta Alirio de Cerqueira Filho desenvolveu as bases de uma nova corrente de orientação transpessoal: a Psicologia Consciencial.

A Psicologia Consciencial está centrada no desenvolvimento da saúde do ser humano, abordando-o dentro de uma visão ampla em que o homem é apreciado em seus aspectos biológicos, psíquicos, sociais e espirituais. Trata-se de uma abordagem que busca transcender o ego, auxiliando o indivíduo a ir ao encontro da sua essência, isto é, além do desenvolvimento cognitivo e emocional, visa a inteligência consciencial que é o desenvolvimento das virtudes.