

# O papel da resiliência no desenvolvimento de lideranças femininas saudáveis

POR RAFAELA BASTOS

Resiliência é uma palavra que escutamos muitas vezes como uma espécie de força capaz de nos levantar diante de nossos desafios. Ser resiliente envolve, antes de mais nada, o autoconhecimento. Um quê de autodidatismo, de tato, de empatia. Mas com nós mesmos. Precisamos tatear a jornada de frustrações, acasos, desmotivações, não e incompreensões.

Por que autoconhecimento? Porque parte de muito do que acessamos ao sermos resilientes é fruto do que compreendemos sobre as nossas dores, erros e dúvidas. É parte de como lidamos com as questões que se apresentam e os acontecimentos que se desdobram. Muitos estudiosos têm chamado a relação do autoconhecimento com a liderança como a chave para sermos líderes autênticos. A dica é: aprendermos com as nossas histórias de vida.

Devemos ser resilientes às incertezas e acessarmos o que há em nós para lidarmos com os revezes. E, para isso, é fundamental que deixemos de observar os fatos sobre nós e passemos a construir as narrativas dos fatos que nos acontecem e do jeito como quisermos.

A resiliência requer autoconhecimento. A liderança requer resiliência. O autoconhecimento requer conexão.



“**É preciso que sejamos conectivos. Precisamos conectar nossos autoconhecimentos.**

Quando conectamos nossos autoconhecimentos, mulheres, lideramos. É a força do feminino. Resiliência, feminino e liderança. É uma tríade que deve ser a base para os próximos tempos para promover grandes mudanças.

A reflexão sobre o feminino na sociedade tem promovido questionamentos e percepções de que existem muitas ações baseadas em papéis, identidades, crenças e estereótipos e a interação de comportamentos de mulheres e homens em ambientes comuns tornam transparentes desigualdades de direitos básicos.

Vamos promover mais ações baseadas em cada uma de nós, no nosso autoconhecimento, conectadas. Uma puxando a outra. Uma abrindo caminho para a outra. Uma apoiando a outra. Todas líderes de si mesmas. Sejam saudáveis.