

● ENTREVISTA

“Este é um prémio que não cai do céu, nem é obra de magia”

Rita Aleluia, 2019 NLP Award

in Education

RICARDO MIGUEL OLIVEIRA
rmoliveira@dnoticias.pt

Rita Aleluia é licenciada em Ciências da Comunicação, com especialização em Jornalismo, profissão que exerceu durante alguns anos na Madeira. É autora internacional, Trainer e Consultora de PNL, certificada pela NLP University, na University California SC, Coach e Consultora Generativa. É membro profissional da ANLP (associação inglesa de PNL) e da IAGC (International Association for Generative Change). É a primeira afiliada da NLP University em Portugal, com quem assina o Practitioner de PNL inédito, aplicado à Parentalidade e Educação. É a criadora da Parentalidade com PNL & Generativa e a primeira portuguesa a subir aos palcos da University California SC enquanto oradora e da NLP International Conference, em Londres. É também a primeira portuguesa nomeada e vencedora de um NLP Award, distinção que recebeu, em Londres, na semana passada.

O que representa a distinção alcançada? Este reconhecimento é sinónimo de Direitos Humanos e inclusão! O meu contributo no campo da Programação NeuroLinguística (PNL) assenta sobretudo na área da Parentalidade e Educação. E como nos deixou Mandela, no seu legado, sabemos que “a educação é a arma mais poderosa para mudar o mundo.” O trabalho que comecei, lentamente, a criar em 2011, conta já com um impacto positivo enorme, em famílias e escolas de vários países. Esta distinção é assim, o reconhecer que todos somos diferentes e temos igual valor. Que é pelas diferenças que crescemos e que a inclusão é o caminho. É o reconhecer que as nossas crianças podem (re)situar-nos, para nos dirigirem para o essencial das nossas existências, para o que é invisível aos olhos e determinante para que o mundo avance. Reconhecer que o amor incondicional é o berço da humanidade, que a autenticidade e a congruência são madrinhas. É o reconhecer que as meninas e os meninos, os homens e as mulheres, são diferentes biologicamente, mas iguais em emoções, desejos, necessidades, opiniões. Que somos todos parte de algo maior, que somos todos um,

“IT’S NOT ABOUT PERFECTION, IT’S ABOUT CONNECTION” É O LEMA DE RITA ALELUIA

que somos todos responsáveis. É reconhecer a conexão e deixar partir em paz o mito da perfeição. É também, o reconhecer, pela primeira vez, mundialmente, que Portugal tem algo a dizer e a contribuir na Programação NeuroLinguística. Este é um prémio que não cai do céu, nem é obra de magia. É fruto de anos de trabalho, investigação e estudo, experiências, com visão, muito amor, presença e sentido de missão. É um ‘Oscar’ da PNL. E o inesperado aconteceu, num verdadeiro alinhamento perfeito do Universo. Este ano, a minha mentora e amiga, mãe da PNL, Judith DeLozier recebeu o prémio carreira. Conosco estiveram Robert Dilts (meu mentor e co-autor da PNL) e Stephen Gilligan (co-criador do trabalho generativo e que em muito contribui para que o meu trabalho possa realizar-se). Não podia sentir-me mais feliz e realizada!

Em que aspectos essas ferramentas reconhecidas internacionalmente como a fórmula da excelência humana mudaram a sua vida? Fui jornalista ao longo de 16 anos. Quando a minha filha mais velha tinha três anos, um dia, olhei para ela e senti um aperto no peito, acompanhado de um pensamento: “sei que vieste de mim, mas não sei quem és na verdade, não me sinto conectada...”. O impacto deste pensamento, tão sentido, mudou para sempre a minha vida. Senti que afinal, não entendia assim tanto de comunicação. Arrumei, com muito carinho, o jornalismo numa gaveta e fui pesquisar qual seria a abordagem mais consciente que me permitisse comunicar com eficácia. Encontrei-a na PNL. Concluí o primeiro patamar internacional, o Practitioner, seguido do Master Practitioner (o segundo patamar). Nesta fase já tinha en-

Venceu um prémio internacional de PNL, na área da educação. Distinção foi entregue em Londres na semana passada.

contrado a fórmula eficaz de me conectar comigo e com ela. E foi assim que rumei, primeiro para a Holanda, para fazer uma especialização em educação (nesta área) e desde 2016, todos os anos frequento a University California SC (onde nasceu a PNL), na NLP University para receber e facilitar formação em

Programação NeuroLinguística e Liderança Consciente. Robert Dilts, costuma dizer que “a PNL são ferramentas para sonhadores!”. Sendo eu uma sonhadora que adora fazer acontecer, estou no céu, pois claro!

Que visão tem a sociedade portuguesa da PNL? Contrasta com a percepção vivida noutras latitudes? Dependendo da zona do país e dos contextos, a percepção varia. E nisso, somos idênticos aos restantes países do Globo.

Por existirem várias linhas, distintas entre si, dentro da PNL, há pessoas que tendem a confundir. PNL não é psicologia e não é terapia (embora tenha nascido da modelagem de excelência das práticas humanistas das mesmas). E é cada vez mais, utilizada por profissionais destas áreas. Hoje em dia, a aplicação da PNL é transversal a todos os contextos da vida. E há líderes de topo mundial que recebem formação na área ou são



VENCEU ‘OSCAR’ DA PNL E É COM AS ‘FERRAMENTAS PARA SONHADORES!’ QUE SE SENTE NO CÉU

acompanhados por coach’s certificados em PNL, para garantir que conhecem, realmente, quais são os seus valores, as suas crenças, o que querem ver acontecer no mundo e como podem fazer para lá chegarem com rapidez e eficácia. No meu caso, PNL traduz-se em práticas de comunicação ao mais alto nível e já sabemos, demonstrado pela neurociência, que é impossível não comunicar e que as coisas, depois de serem vistas, não podem ser não vistas.... Dito isto, é possível imaginar o poderoso impacto da PNL?! Sou cada vez mais procurada por pais, escolas, líderes e organizações internacionais que procuram criar e estabelecer relações autênticas e vínculos para a vida, com influência positiva no mundo.

Que conselho dá a quem não está familiarizado com a PNL? Quando nasce um bebé, escutamos (e provavelmente até pensámos ou dissemos) que não vem com manual de instruções. Vem, sim. A PNL ajuda-nos a tomarmos consciência dele. Através desta metodologia, descodificamos a forma como programamos as nossas mentes (que são três) e como utilizamos a linguagem, activamos recursos, assumimos responsabilidade pelas nossas vidas. A PNL abre portas para um admirável mundo novo, um caminho-sem-retorno de infinitas possibilidades, de auto-conhecimento, auto-consciência, acolhimento, integração e transcendência pessoal. Agora, que sabes tudo isto, o que escolhes fazer?

