



SOPRA, L'IMMAGINE CHE LE DONNE HANNO DI SÉ SPESSO NON FA LORO ONORE; PER GLI UOMINI È PIUTTOSTO IL CONTRARIO

il bisogno di essere preparate a fondo su quello che si accingono a fare. Questo fa loro onore. Ma bisogna evitare di lasciarsi paralizzare dalla sindrome della prima della classe.

Inoltre, la tendenza femminile a dubitare può essere considerata anche come una risorsa. In un consiglio d'amministrazione, in un gruppo di lavoro, un'opinione più prudente, più empatica, che tenga maggiormente in considerazione il fattore umano è preziosa.

La ricetta di Francesca Ragazzoni Tomassetti per migliorare l'autostima è: «oltre a sanare le ferite del passato, perdonare e perdonarsi e non dimenticare mai che la vita è fatta di relazioni, la relazione con noi stessi e con gli altri».

E forse, invece di arrovellarsi su come migliorare sempre ed essere sempre all'altezza della situazione, incominciare ad agire. Ogni traguardo raggiunto, ogni ostacolo superato è un mattone che concorre a strutturare la convinzione di potercela fare. E più il compito è difficile, maggiore sarà la soddisfazione e la coscienza del proprio valore e delle proprie capacità, una volta superato il problema.

Guardando la questione da un altro punto di vista, ci si potrebbe chiedere se tutto questo parlare di autostima femminile non sia alla fine un falso problema, un ennesimo pregiudizio, un 'piangersi addosso' che non porta alcun beneficio, e anzi, relega le donne in una *comfort zone* in cui si sentano giustificate e quasi incoraggiate a delegare a qualcun altro (o a qualcos'altro) la responsabilità della propria vita, dei propri successi, della propria affermazione. Non è pericoloso, e

in fondo fuorviante, attribuire a qualcosa di quasi ineluttabile, come a una sorta di predisposizione genetica, la propria incapacità di ottenere quello che davvero si desidera e di essere felici?

Secondo Francesca Ragazzoni Tomassetti, la mancanza di autostima è un problema universale, non è necessariamente una questione di genere: «Non penso che le donne abbiano meno autostima rispetto agli uomini; penso che forse gli uomini dimostrino molta più sicurezza in se stessi per educazione, condizionamenti sociali, ma questo per me non sempre può significare stimarsi di più».

E questo introduce un altro aspetto della questione. I condizionamenti colpiscono tutti, maschi e femmine. Per le donne, la situazione 'al ribasso' sembra essere socialmente più accettata, mentre dagli uomini ci si attendono intraprendenza e prestazioni. La realtà non sempre si iscrive in queste anguste cornici, e per ogni donna in carriera, aggressiva, 'tosta', c'è un uomo dubbioso o poco incline alla competitività. Entrambi devono fronteggiare a livello sociale un atteggiamento di disapprovazione che si esprime in forme diverse.

Lo scopo è arrivare a una società in cui le donne non si sentano traditrici se hanno avuto successo e gli uomini siano a proprio agio anche mostrandosi 'deboli' e scarsamente combattivi. In cui ognuno, indipendentemente dal proprio sesso, possa sentirsi incoraggiato a esprimere se stesso in armonia con la propria essenza più profonda, creando valore nelle modalità e negli ambiti che gli sono più congeniali. □

Anna Martano Grigorov

"Tutti sanno che una cosa è impossibile da realizzare, finché arriva uno sprovveduto che non lo sa e la inventa"

Albert Einstein



Felpe
69.95
100% cotone bio

Pantaloni
lungi
49.95
100% cotone bio

naturaline
BIO & FAIR

Per gioie da vivere e da indossare.

coop city
Per me e per te.