[http://aeiou.expresso.pt/images/logotipo.gif](http://aeiou.expresso.pt/)

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| |  |  |  | | --- | --- | --- | | **Actualidade** |  | "Faltam regras na educação das crianças"  «  [Actualidade](http://clix.expresso.pt/gen.pl?sid=ex.sections/23412&mid1=ex.menus/19)  « [Página Inicial](http://clix.expresso.pt/gen.pl) | | | |
|  | |
| |  |  |  | | --- | --- | --- | | **"Faltam regras na educação das crianças"**  É possível educar sem gritar? O psicólogo espanhol Guillermo Ballenato  garante que sim, e explica como.   |  |  | | --- | --- | | **Mafalda Anjos**  10 de Abril de 2009 |  | | |  | | Jorge Simão  Hoje em dia, os filhos estão a reclamar autoridade, garante Guillermo Ballenato que esteve em Portugal a lançar o seu livro "Educar sem Gritar". É preciso impor regras e limites às crianças, mas também ouvi-las e dar-lhes atenção. Conjugar firmeza e flexibilidade é a chave do sucesso na educação, mantendo a coerência e o respeito. E não basta boa intenção para ser bom pai. Para este psicólogo, as escolas de pais deviam ser obrigatórias. Afinal, se nos exigem carta de condução para guiar, porque não nos exigem um diploma para educar outro ser?  **"Faltam regras na educação das crianças"**  **A primeira reacção de muitos pais quando olham para o título do seu livro é dizer que tal é impossível. Tem filhos? Nunca gritou com eles?** Sim, tenho duas filhas de 15 e 17 anos, e apliquei desde o princípio as técnicas e propostas que aparecem no livro. O meu testemunho é duplo neste caso, como pediatra e pai. É claro que já gritei algumas vezes com elas. Quando faço essa pergunta numa conferência, ou numa sala cheia de pais, todos levantam o braço dizendo que sim, e pressente-se um riso em fundo. Em algum momento, todos os pais perdem a cabeça, mas não é o mesmo perder a cabeça uma vez pontualmente e desculpar-se, e sistematicamente educar aos gritos. Há um provérbio que diz: "Se educas o teu cavalo aos gritos, não esperes que te obedeça quando simplesmente lhe falas." Só te obedecerá quando lhe gritares. Não se trata só da forma, mas também do conteúdo. Um trato negativo, humilhante, desvalorizante faz perder a auto-estima dos filhos e a autoridade dos pais, porque se perde o respeito. Os filhos devem ver nos pais um modelo de conduta, de respeito e de comunicação, e tenderão a imitar o que vêem em nós. Não podemos dizer aos berros a um filho "Já te disse que não grites!", porque com a nossa conduta estamos a dizer que os gritos são legítimos.  **Em matéria de autoridade, passou-se de um extremo ao outro. Os pais eram autoritários e hoje são negociadores, os filhos discutem com eles de igual para igual. Estamos a ficar demasiado permissivos?** Sim, penso que agora se peca pela permissividade. Os filhos estão a reclamar autoridade, precisam de ser postos no seu lugar. Se tudo lhes é permitido, se nada lhes custa a conquistar, estamos a criar crianças inadaptadas. As crianças têm que ter regras, percebê-las e cumpri-las. Há vários estilos educativos, e acredito que nem o autoritário nem o permissivo ou liberal, nem tão pouco o paternalista ou sobreprotector, funcionam. Penso que o estilo democrático e dialogante é o que resulta melhor. Note-se que não existe uma relação de igualdade, os filhos não estão ao nível dos pais, mas há uma comunicação fluida entre as duas partes.  **Estão a regressar algumas vozes conservadoras na forma de educar as crianças.** A questão é que existe uma confusão enorme acerca do que é a autoridade dos pais. A autoridade que reivindico é moral, fruto da competência, coerência e do sentido de justiça. Um pai injusto ou incoerente é um pai que perdeu a autoridade. A autoridade não vem por se castigar mais.  **Os castigos são aceitáveis?** Sim, mas devem ser o último recurso. Devem ser aplicados pontualmente, com pré-aviso, e têm de ser razoáveis. Por outro lado, deve ser anunciado calmamente à criança - e não a quente -, e deve ser imediato após a conduta errada da criança. E o pior castigo é a ausência de atenção. Ser justo é tão difícil que a prudência aconselha a ser-se benévolo e suave nos castigos.  **Qual é então o grau certo de autoridade e como exercê-la correctamente?** Um pai que tem competência para educar, que é autoconfiante, que é um pai feliz, um exemplo e modelo de carisma que apeteça seguir, conquista uma autoridade moral enorme. Nos primeiros anos de vida, as crianças devem ter normas muito claras e fixas. Se, um dia, um pai recusa uma coisa para no dia seguinte a permitir, rapidamente terá um problema, as crianças detectam todas as incoerências. É essencial ser-se sistemático, e isso é válido ontem, hoje e amanhã. Deve dizer-se que as crianças não podem dormir na cama dos pais, e não abrir excepções. Quem permite excepções uma, duas, três vezes, perde a mão e vive numa discussão constante. A arbitrariedade é o pior inimigo da educação.  **Mas ao descrever um bom pai parece estar a falar de um líder político ou de um gerente de empresa. Não se exige hoje demasiado dos pais?** Sim, sei que é muito difícil. Mas essa é uma boa comparação: o que faz hoje um líder numa organização? Cuida e confia nos seus funcionários. O que deve fazer um pai? Também cuidar e confiar nas capacidades dos seus filhos. Deve estar com eles, dedicar-lhes tempo, o mesmo que deve fazer um bom chefe. É evidente que não há máquinas perfeitas de educar, mas modelos e regras a seguir.  **Quando os casais decidem ter filhos estão conscientes da enorme dificuldade que é educar uma criança? Têm formação suficiente para serem bons pais?** Não. Não conhecem princípios psicológicos muito básicos, por exemplo não sabem como se explica a conduta humana. Penso que as escolas de pais são fundamentais para dar essas bases. O que quis fazer neste livro é um manual sensato e simples com regras básicas a seguir.  **Cita no livro uma frase que diz que os pais chegam a estar tão convencidos que os educadores e os psicólogos sabem o que é melhor para as crianças, que se esquecem de que eles são os verdadeiros especialistas nos seus filhos. Acabam por educar por livros e revistas e não com o seu bom senso ou razão. Isto não cria pais ansiosos e inseguros?** Sim, por isso repito que a escola de pais - nos centros, nas escolas - devia ser obrigatória. Temos de ter formação para guiar um carro, porque não devemos ter também para educar e formar outro ser? Devíamos ter um diploma para educar, e não o temos. Estas técnicas podem ser ensinadas e há fórmulas e alternativas para resolver alguns dos problemas com que os pais mais se debatem. Só com boas intenções não se pode educar.  **Como ajustar o grau certo de firmeza e flexibilidade no estilo educativo democrático e dialogante que defende?** A verdadeira chave está em ser suficientemente firme e claro nas regras, ponderando-as, e suficientemente flexível quando um momento o exigir. Se um filho adolescente deve regressar a casa à meia-noite, mas um dia há uma festa especial e todos os amigos vão voltar à uma da manhã, se para o filho isso for essencial para que esteja integrado e se sinta parte do grupo, pode permitir-se que chegue mais tarde.  **Os pais hoje em dia fazem os trabalhos de casa com os filhos, estudam com eles, vigiam os seus deveres. Isto é bom ou mau?** Os pais devem relaxar e dar espaço aos filhos para aprenderem sozinhos - na escola, com os colegas e professores -, dando-lhes essa responsabilidade. Esse é o seu trabalho. Adoro a frase "Se queres ver uma criança com os pés na terra, coloca-lhe sobre os ombros uma responsabilidade". E não se devem julgar os filhos pelos seus resultados escolares, mas sim pelo seu esforço. Jamais olhei para a agenda das minhas filhas para ver que deveres têm para o dia seguinte. Nem nunca o farei. Elas sabem que estudar é o seu trabalho, que isso é a sua vida, e que têm essa responsabilidade. Explico-lhes como fazer, dou-lhes métodos e incentivo, mas não me substituo a elas na assunção de responsabilidade.  **Quais são os maiores erros que os pais cometem na educação dos filhos?** Não dar importância aos primeiros anos de vida - dedicar-se aos três primeiros anos é um enorme investimento para o futuro. E também serem demasiado permissivos e brandos, não lhes impondo limites nem regras.  **Está a aumentar a ansiedade e depressão entre as crianças?** Sim, sem dúvida que está a crescer. E aumenta sobretudo de maneira alarmante a intensidade deste tipo de crises. Encontro crianças que parecem adultos em miniatura. E são sobretudo meninos que têm uma jornada pesadíssima, que têm inglês, natação, ginástica, informática, andam numa correria o dia todo e não têm tempo para serem crianças e brincar. Uma educação muito competitiva causa stress e ansiedade. O pais devem preocupar-se, sim, com a felicidade dos seus filhos hoje, e não excessivamente com o que serão quando forem grandes. Todos querem filhos bem sucedidos profissionalmente, mas isso só acontece se forem crianças felizes e não sobrecarregadas.  **Qual a importância dos reforços e recompensas na educação e como administrá-los correctamente?**  A recompensa é muito importante, deve ser esporádica e pública. O melhor prémio é o reconhecimento e o elogio. Mas a recompensa não deve ser excessiva. Por exemplo, eu jamais dei um presente às minhas filhas pelos seus êxitos na escola, isso é o seu trabalho e o seu dever. O contrário descamba facilmente numa situação em que as crianças dizem: "Se não há prémio, não o faço."  **Fala em aproveitar o poder das nossas expectativas sobre os nossos filhos. Dar-lhes autoconfiança elogiando e elevando-lhes as metas.** Há duas ideias-chave na educação. Uma é a atenção - esta é a grande maravilha à disposição de todos os pais, é fácil e grátis. É o maior prémio, e o pior castigo é a retirada de atenção. A outra é convicção. A sua expectativa e crença nos filhos origina uma realidade. Se um pai diz a um filho "sei que o vais fazer bem", as hipóteses de isso acontecer são maiores do que se disser "não sei se consegues". Estimular a autoconfiança nas crianças é uma ferramenta poderosíssima. É quase como uma profecia autocumprida. Se se pegar num recém-nascido e se quiser fazer dele um delinquente, é fácil. Os bebés são uma página em branco. Podemos fazer deles quase tudo o que quisermos.  **Mas que lugar cabe ao material genético de cada criança, o seu próprio feitio? A personalidade não é só resultado da educação... há filhos educados da mesma maneira que são totalmente diferentes.** Sim, a ideia de página em branco é metafórica. Mas, se tivesse de apontar um número, diria que 80% vem da educação e 20% da genética. Numa família com três filhos, por exemplo, é surpreendente o impacto da ordem de nascimento nas suas personalidades. Estatisticamente, é significativo que o filho mais velho tende a ser mais responsável, com alta resistência à frustração, com repetição do papel materno e paterno; o filho do meio tende a ser o rebelde, o criativo; o filho mais novo divertido, gracioso, conciliador, mas mimado e com baixa resistência à frustração. Uma educação eficaz não é igual para todos os filhos. Deve ser adaptada ao feitio de cada criança.   |  | | --- | |  | |  | |  |   **"Faltam regras na educação das crianças"B.I**  **Guillermo Ballenato** é psicólogo, docente e escritor, especialista em Psicologia Educativa, Psicologia Clínica, Industrial e de Formação. O seu último livro, "Educar sem Gritar", um *best seller* em Espanha, acabou de ser lançado em Portugal pela A Oficina dos Livros. Escreveu-o na qualidade de psicólogo e pai de duas adolescentes. Guillermo trabalha na Universidade Carlos III de Madrid, no Programa de Aperfeiçoamento Pessoal e Assessorias Técnicas de Estudo do Gabinete Psicopedagógico. Na psicoterapia, é especializado nas áreas da depressão, ansiedade, obsessões, dificuldades de aprendizagem, comunicação e relação. | |  |