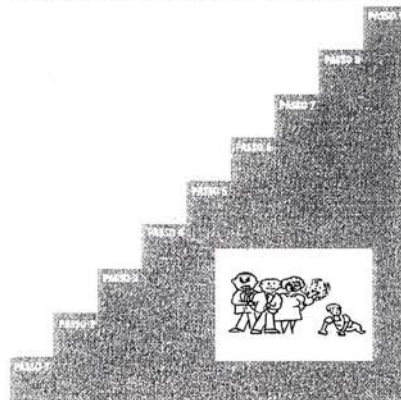


Psicopatologia do Desenvolvimento
- Relatórios Técnicos -

PAIS COMO CO-TERAPEUTAS:

TREINAMENTO EM HABILIDADES SOCIAIS COMO RECURSO ADICIONAL



Maria Isabel dos Santos Pinheiro
Almir Del Prette
Vitor G. Haase

Laboratório de Neuropsicologia do Desenvolvimento
Laboratório de Psicologia da Família

Departamento de Psicologia – FAFICH/UFMG

PAIS COMO CO-TERAPEUTAS TREINAMENTO EM HABILIDADES SOCIAIS COMO RECURSO ADICIONAL

**Maria Isabel dos Santos Pinheiro
Vitor Geraldi Haase
Almir Del Prette**

Manual produzido pelo Laboratório de Interação Social – Grupo RIHS/UFSCar e Laboratório de Psicologia da Família e de Neuropsicologia do Desenvolvimento (UFMG), em 2002.

ÍNDICE

AGRADECIMENTOS	4
APRESENTAÇÃO	5
INTRODUÇÃO.....	10
O QUE É UM PROGRAMA DE TREINAMENTO DE PAIS?.....	13
COMO APRENDEMOS A NOS COMPORTAR	14
O PROGRAMA DE TREINAMENTO DE PAIS.....	14
PASSO 1 - POR QUE AS CRIANÇAS SE COMPORTAM DE MANEIRA INADEQUADA?.....	17
PASSO 2 - PRESTE ATENÇÃO NOS COMPORTAMENTOS ADEQUADOS DO SEU FILHO – RECREIO ESPECIAL	21
PASSO 3 - PRESTANDO ATENÇÃO NA BRINCADEIRA INDEPENDENTE.....	24
PASSO 5 - ENSINANDO SEU FILHO A LER O AMBIENTE	30
PASSO 7 - MELHORANDO O COMPORTAMENTO NA ESCOLA.....	36
PASSO 8 - REPRESENTAÇÃO DE PAPÉIS	39
PASSO 9 - DESENVOLVENDO A CAPACIDADE DE SE EXPRESSAR.....	43
REFERÊNCIAS	46
REALIZAÇÃO	47

AGRADECIMENTOS

Agradeço aos membros e amigos do Laboratório de Psicologia da Família e do Laboratório de Neuropsicologia do Desenvolvimento, da Universidade Federal de Minas Gerais que participaram das várias etapas do Programa de Treinamento de Pais.

Em especial agradeço às diretoras da Escola Municipal Maria das Neves, Rita e Teresa, na gestão 1999/2002 e às diretoras Fátima e Beatriz da gestão 2003/2005. Agradeço também a professora Margarida H. Windholz pelas sugestões e incentivo e a amiga e artista plástica, Silvia Voloch, pelos desenhos.

Isabel

APRESENTAÇÃO

O trabalho colaborativo com os pais foi um dos maiores avanços ocorridos na área de intervenções psicológicas com crianças e adolescentes. Os chamados “treinamentos de pais” constituem uma modalidade inovadora de intervenção que enfoca algumas das questões mais importantes para o atendimento de transtornos do desenvolvimento ou comportamento na infância e adolescência. Em primeiro lugar, é importante destacar que esta modalidade de intervenção enfoca a família como um todo e não apenas o comportamento de um indivíduo considerado como problemático. A idéia é que os pais modifiquem suas práticas disciplinares e educativas, com o objetivo de promover comportamentos mais adaptativos em seus filhos. Com isto os pais acabam tendo uma oportunidade de refletir e aperfeiçoar seus próprios valores e comportamentos, aprendendo a construir, justificar e aplicar um discurso e uma prática disciplinares unificados e baseados em princípios éticos de respeito e promoção do desenvolvimento humano.

Em segundo lugar, o treinamento de pais oferece soluções para algumas questões técnicas em psicoterapia infantil. A principal delas é a questão da generalização. Como se assegurar de que os princípios e comportamentos adquiridos no ambiente terapêutico serão transferidos para os ambientes em que a criança vive, ou seja, a família e a escola? Isto é muito difícil na situação tradicional em que a criança trabalha uma ou duas vezes por semana com uma terapeuta e a mãe fica folheando revistas na sala de espera. Muitas vezes os pais ouvem descrentes os progressos descritos pela terapeuta no seu relacionamento com a criança; sem observarem, entretanto, quaisquer modificações substanciais do comportamento em casa ou na escola. Como o treinamento de pais é realizado em casa, - implementado pelos pais, conforme o seu ritmo de trabalho - as dificuldades e os ganhos são observados e registrados no ambiente natural da criança. O treinamento de pais focaliza também o comportamento da criança na escola, através do trabalho colaborativo entre pais e professoras.

O modelo de trabalho colaborativo com os pais se caracteriza também pela ampla utilização de medidas avaliativas quanto à sua eficácia, que permitem reconhecer os sucessos e fracassos

terapêuticos de modo transparente, propiciando uma troca de informações e planejamento conjunto com os pais de modo a encontrar as soluções mais eficazes e aceitáveis para os problemas enfrentados pela família. O treinamento de pais se constitui também em uma modalidade de terapia breve com duração e objetivos pré-estabelecidos, os quais podem ser periodicamente renegociados após a avaliação dos resultados alcançados. Estas características quanto à sua flexibilidade fazem com que o modelo de treinamento de pais tenha se tornado uma modalidade de intervenção amplamente utilizada no atendimento a crianças com transtornos do desenvolvimento e suas famílias. O treinamento de pais tem se revelado eficaz no atendimento de diversas condições clínicas tais como: transtornos invasivos do desenvolvimento, como o autismo; transtornos externalizantes, como a hiperatividade e os comportamentos desafiadores-opositivos; treinamento de habilidades da vida diária em crianças com desfavorecimentos intelectuais etc. O treinamento de pais tem se revelado útil também no tratamento de transtornos internalizantes tais como depressão, fobias e déficits no desenvolvimento de habilidades sociais.

A filosofia subjacente ao treinamento de pais é altamente compatível com as pesquisas e intervenções desenvolvidas na área de habilidades sociais. O treinamento de pais procura mudar a ênfase da família, dos comportamentos problemáticos para os comportamentos adaptativos da criança. Os pais aprendem a direcionar sua atenção para os aspectos mais adaptativos do comportamento da criança, procurando valorizá-los e promovê-los através do incentivo, principalmente do elogio ou reforço social. As crenças tradicionais de muitas famílias sobre a necessidade ou eficácia das técnicas disciplinares punitivas são questionadas, sendo que os pais experimentam e verificam na prática, e com orientação do terapeuta, a eficácia de abordagens não-coercivas, baseadas no incentivo. Os pais têm então a oportunidade de se exercitar na utilização de técnicas disciplinares que além de muito mais eficazes promovem um convívio familiar mais gratificante.

É importante ressaltar, entretanto, que o treinamento de pais não se constitui em qualquer tipo de panacéia, com o poder de curar desde unha encravada até calvície. O treinamento de pais coloca determinadas exigências do ponto de vista das habilidades dos pais e

seus objetivos têm alcance limitado. Em primeiro lugar, os pais precisam estar dispostos a colaborar e a gastar um pouco do seu tempo e esforço na perseguição das metas de melhorar o convívio familiar e o comportamento dos seus filhos. Em segundo lugar, o pai e a mãe precisam estar dispostos a desenvolver um discurso e práticas disciplinares consistentes entre si e de um momento para outro. Se a discórdia no casal é muito grande ou se a família está muito desestruturada, tudo o que se consegue com o treinamento de pais é que os pais identifiquem a necessidade de realizar uma terapia de família. O que muitas vezes já é alguma coisa.

O alcance do treinamento de pais também é limitado. A expectativa não pode ser de que a criança portadora de autismo, por exemplo, vai deixar de sê-lo. O que se consegue, acima de tudo, são pequenos ganhos no funcionamento social e cotidiano. Ganhos que, apesar de pequenos, podem se traduzir em mudanças significativas do ponto de vista da adaptação psicossocial e da qualidade de vida. Ganhos que podem também ser cumulativos, recompensando enormemente o trabalho de pais e terapeutas com o passar do tempo.

A psicóloga Maria Isabel dos Santos Pinheiro possui ampla experiência com o emprego da abordagem de treinamento de pais nos diversos problemas do desenvolvimento e comportamento de crianças e adolescentes em diversos contextos clínicos. Isabel já teve oportunidade de participar e conduzir estudos em que a eficácia do treinamento de pais foi avaliada em diferentes contextos, tais como clínicas universitárias, clínica privada, escolas e comunidades carentes. Isabel tem se destacado principalmente na adaptação e utilização do treinamento de pais para o atendimento de crianças portadoras de transtornos invasivos do desenvolvimento. Nesta área, Isabel tem se tornado uma referência, principalmente pelo preparo técnico, serenidade, confiança, carinho e dedicação que inspira a famílias dedicadas a “socializar” crianças que apresentam dificuldades nos mecanismos mais básicos, quase instintivos, que motivam o convívio social. Nunca é demais ressaltar o grau de empatia e otimismo que se faz necessário para treinar as habilidades mais elementares da vida diária com crianças – e famílias – que parecem, por vezes, jamais conseguir generalizar de um treinamento para outro. A sensação que

se tem, muitas vezes, é que cada objetivo precisa ser recomeçado do zero... O que apenas redobra as necessidades de esforço e dedicação.

A cartilha com que ora Isabel nos brinda é fruto de anos de trabalho e foi planejada com o intuito de incorporar elementos de habilidades sociais ao treinamento de pais. Além de original, esta proposta é muito oportuna. De todas as habilidades humanas, as sociais são aquelas que mais destacam em nossa espécie. A maior parte da nossa inteligência e empenho é desenvolvida e empregada com o intuito de melhorar o nosso convívio social e os benefícios dele auferidos. As habilidades sociais fazem parte do nosso conhecimento procedimental e dizem respeito às práticas de navegação social que nos habilitam a perseguir nossos objetivos pessoais sem desrespeitar os de outrem. As habilidades sociais são aprendidas, principalmente em casa. Se o indivíduo não adquiriu determinado repertório de procedimentos comportamentais até uma certa idade, torna-se muito difícil, mas não impossível, recuperar o “atraso”. O aumento do tamanho e complexidade das redes sociais tem imposto demandas cada vez maiores do ponto de vista de habilidades sociais. Daí a importância cada vez maior atribuída ao tema por cientistas sociais e comportamentais.

Ao mesmo tempo, as habilidades sociais impõem exigências do ponto de vista da integridade funcional de algumas estruturas cerebrais, principalmente daquelas relacionadas com os circuitos límbicos e pré-frontais. Apesar de serem habilidades adquiridas, a aprendizagem das habilidades sociais requerem a integridade funcional de alguns mecanismos neurocognitivos básicos. Pessoas que apresentam déficits nos mecanismos de reforçamento não conseguem, por exemplo, discriminar e generalizar a partir das conseqüências dos seus comportamentos sociais. Com isto o seu repertório de habilidades sociais fica muito reduzido e as conseqüências pessoais podem ser catastróficas tanto para o indivíduo quanto para a família. Este é o caso, por exemplo, de indivíduos portadores da doença de Urbach-Wiethe, uma enfermidade genética caracterizada por degeneração bilateral da amígdala (Adolphs, Tranel & Damasio, 1994), ou de indivíduos que sofreram lesões precoces na região orbital do córtex frontal (Anderson, Damásio, Tranel & Damásio, 2000).

Habilidades cognitivas implementadas na região do córtex pré-frontal dorsolateral são também fundamentais para o desenvolvimento das habilidades sociais. Para empatizar com o outro, por exemplo, é necessário conseguir representar suas necessidades, seu ponto de vista e seus direitos, na memória de trabalho. A consideração simultânea de duas perspectivas, a própria e a alheia, é uma das tarefas cognitivas mais complexas, recrutando funcionalmente amplas porções do córtex pré-frontal. Ao mesmo tempo, a necessidade de considerar a perspectiva alheia no processo de tomada de decisão é um dos acontecimentos mais banais da vida cotidiana. Dados de pesquisa indicam que o comportamento anti-social de alguns indivíduos pode estar relacionado tanto a déficits de reforçamento, quanto a dificuldades no funcionamento executivo que impedem a consideração das necessidades e direitos das outras pessoas (Dodge, 1993).

É grande o elenco de transtornos do desenvolvimento caracterizados por déficits no funcionamento executivo ligados a disfunções dos lobos pré-frontais. Pela sua freqüência e importância, podemos mencionar o autismo, a hiperatividade e o comportamento desafiador-opositivo (Pennington & Ozonoff, 1996). A educação de crianças, apresentem elas transtornos invasivos ou externalizantes do desenvolvimento e comportamento, confronta as famílias com desafios enormes. A reação dos familiares é muitas vezes ambígua, um misto de frustração e culpa. Os sentimentos ambíguos podem conduzir à negligência na promoção dos comportamentos adaptativos e ao reforçamento diferencial de comportamentos desadaptativos. Com isto, pode se criar um círculo vicioso que amplifica os problemas comportamentais da criança e aumenta a percepção dos pais quanto à severidade do problema, bem como a sua perplexidade. A incorporação de elementos de habilidades sociais ao programa de treinamento de pais significa uma importante contribuição à ruptura deste ciclo vicioso e à promoção de um desenvolvimento mais adaptativo.

Prof. Dr. Vitor Geraldi Haase
Coordenador
Laboratório de Neuropsicologia do Desenvolvimento -
FAFICH - UFMG

INTRODUÇÃO

Tive a prazerosa incumbência de fazer a introdução a este trabalho. Isso, de certa maneira, aumenta minha responsabilidade. Penso que comentar qualquer realização, em particular a acadêmica deve, necessariamente, trazer ao público algumas informações sobre o seu autor. E é por esse caminho que inicio minha tarefa. Isabel é psicóloga, terapeuta, participante ativa do Laboratório de Neuropsicologia do Desenvolvimento da UFMG, coordenado pelo Prof. Dr. Vitor Geraldi Haase. Além das preocupações profissionais, é mãe e cidadã consciente de sua participação junto à comunidade, daí porque sua idéia de Mestrado envolve o trabalho de orientação a pais.

Conheci Isabel em uma de suas visitas ao Laboratório de Interação Social na Universidade de São Carlos, onde estou inserido. Logo em nosso primeiro encontro de trabalho, percebi o seu jeito entusiasmado de fazer as coisas: Isabel trazia consigo um cem número de questionários, testes e outros instrumentos de avaliação e de atendimentos com crianças e pais. Quase soçobramos nesse conjunto de materiais. Compreendi o seu afã e, antes de qualquer outra providência, discuti com ela a necessidade de nos impor um método de trabalho. Talvez ela tenha se surpreendido quando lhe disse que tal método podia ser reduzido nas palavras “começar pelo começo”. Antes de qualquer material, era importante verificar o que a preocupava, quais eram seus objetivos, o que pretendia investigar.

Aos poucos nos disciplinamos, mas o melhor foi que Isabel não perdeu a motivação, que se concretiza, agora, nessa cartilha que você, leitor, tem em mãos. Trata-se de um trabalho do tipo “faça você mesmo” porém, como faz parte de um projeto mais amplo, as pessoas que pretendem utilizá-lo não o farão de maneira solitária, pois encontrarão na escola orientação e respostas às dúvidas que surgirem. Esse manual, ou cartilha como está sendo chamado, também usa o método “começar pelo começo”. É um programa pensado em uma seqüência denominada passos. Cada passo propõe uma ou mais atividade para os pais realizarem *com* e *para* os seus filhos.

A ilustração inicial mostra uma escada com nove degraus. Cada degrau simboliza um passo e contém, de forma reduzida, o desenho do conteúdo daquele passo. O desenho da escada é bastante sugestivo. Primeiro porque traz a idéia de um processo de caminhada, de um ponto ao outro. Além disso, representa uma noção de subida. Ou seja, você sai de um lugar e a cada momento (passo) faz alguma coisa que, ao ser concretizada, lhe fornece condições para subir mais um degrau e assim sucessivamente. As atividades de cada passo são realizadas dentro de um tempo, o que não significa que ao passar adiante os pais deixem de usar as aprendizagens já adquiridas.

Quem trabalha com crianças, seja como professor, terapeuta, médico, pai, sabe que não há mágica. Em tudo se torna necessário algum esforço. Se você leva seu filho ao médico sabe que deve seguir suas indicações, dando-lhe os remédios nos horários corretos, caso contrário o tratamento não dará resultado. A presente cartilha também pede esforço. Na verdade, o programa da cartilha vai ajudá-lo organizar esforços que você *já vem* fazendo. Observando os comportamentos dos pais em relação aos seus filhos é possível perceber quanta energia é utilizada, na maioria das vezes com poucos resultados. Seguindo as indicações da cartilha, aos poucos os pais perceberão que a tarefa de educar pode ser prazerosa e realizada com menor desgaste.

Além dos pais, o presente trabalho poderá, também, ser útil para professores, diretores de escola, orientadores e psicólogos. A todos desejamos que façam bom proveito da leitura desse texto.

Almir Del Prette

Oi, mãe! Oi, pai!

Hoje estou me dirigindo a vocês para apresentar esta cartilha que faz parte do trabalho que estamos desenvolvendo juntos.

Em nossos encontros semanais, conversamos sempre sobre a importância da presença e da atenção dos pais na vida dos filhos. Essa presença e atenção contribuem para que os filhos sejam orientados, se sintam amados e cresçam saudáveis, alegres e ativos. Dessa forma, suas crianças terão grandes chances de serem jovens e adultos ajustados e bem adaptados na convivência com as outras pessoas.

Nosso Programa de Treinamento de Pais funcionará como um pequeno curso. Sabemos que para todas as funções/atividades existem cursos, menos para uma muito importante, que é a função de pais, que, aliás, se estica por toda uma vida. Bem sabemos não há muito tempo, os ofícios da cozinha, da costura, da farmácia, da enfermagem, do professor eram passados do pai para o filho. Hoje existem os cursos que passam essas informações para que esses ofícios sejam aprendidos de forma mais rápida, adequada e produtiva. E ser pai/mãe? Como temos aprendido? Continuamos aprendendo através de observações e orientações das pessoas mais experientes.

Nesse Programa de Treinamento de Pais - PTP, procuramos utilizar os conhecimentos da Psicologia do Desenvolvimento, Psicologia Cognitiva e Psicologia Comportamental para contribuir no processo de orientação aos pais.

Esta cartilha segue a mesma ordem do trabalho que está sendo desenvolvido, foi dividida em PASSOS e vocês vão ver como é simples e prática de ler e entender.

O QUE É UM PROGRAMA DE TREINAMENTO DE PAIS?

Muitas vezes, os pais se queixam de não saber como lidar com certos comportamentos de seus filhos e se esforçam nessa difícil tarefa; entretanto, esses esforços podem ser de pouca utilidade se não se sabe, efetivamente, como agir.

A disciplina tem sido uma questão muito discutida no processo de orientação dos filhos. Estudos têm demonstrado que a forma de disciplina ditatorial, onde os pais impõem sua vontade e exigência utilizando até de punição e agressão aos filhos, defendida por um modelo de educação mais antigo, não tem sido efetiva na orientação aos filhos.

Os efeitos da orientação aos filhos têm sido mais efetivos quando a base disciplinar é orientada pela confiança mútua e onde as normas e regras são explicadas, discutidas e negociadas com as crianças.

É possível que as atividades relacionadas neste manual nada tenham de novo ou surpreendente e que quase todos os pais já as pratiquem ou as tenham praticado. No entanto, sabemos que essa tarefa se torna mais fácil quando a ação dos pais é organizada de maneira facilitadora.

Este programa foi montado em uma seqüência de atenção e atividades, que procura desenvolver, nos pais, algumas habilidades que a Psicologia tem apresentado como importantes no processo de desenvolvimento das crianças. Dessa forma, este programa procura trabalhar:

- para que as crianças aprendam a se comportar adequadamente;
- para corrigir comportamentos inadequados que já foram aprendidos.

Importante: nesse nosso trabalho consideramos comportamento adequado/desejável, aquele comportamento que contribui para uma boa convivência, é bem aceito no meio em que vivemos e na sociedade em geral. E inadequado consideraremos aquele comportamento que não contribui para uma boa convivência, não é bem aceito no meio em que vivemos e nem na sociedade em geral.

COMO APRENDEMOS A NOS COMPORTAR

Toda pessoa ao nascer, traz com ela o seu jeito individual que está ligado ao que é hereditário, biológico característico da família. Em seguida, o “jeito” de cada um é definido também pela aprendizagem.

De uma forma simplificada, a aprendizagem, de maneira geral, está relacionada com **o que** um determinado comportamento acarreta **para a pessoa que comporta** ou **para os outros**. Assim, os comportamentos que têm conseqüências agradáveis, tendem a se repetir e aqueles comportamentos que têm conseqüências desagradáveis, tendem a não acontecer mais.

O PROGRAMA DE TREINAMENTO DE PAIS

O programa, como já foi dito, foi organizado em uma seqüência de atividades que chamamos PASSOS com o objetivo de desenvolver nos pais, a capacidade para orientar os filhos na aprendizagem de comportamentos adequados e corrigir os comportamentos inadequados que possam acontecer.

A preocupação do programa com os comportamentos inadequados é grande, porque eles podem prejudicar seu filho no aspecto escolar, no aspecto social e no aspecto pessoal. Esse prejuízo não contribui para a formação de um adulto equilibrado e feliz.

PAIS COMO CO-TERAPEUTAS

TREINAMENTO EM HABILIDADES SOCIAIS COMO RECURSO ADICIONAL.

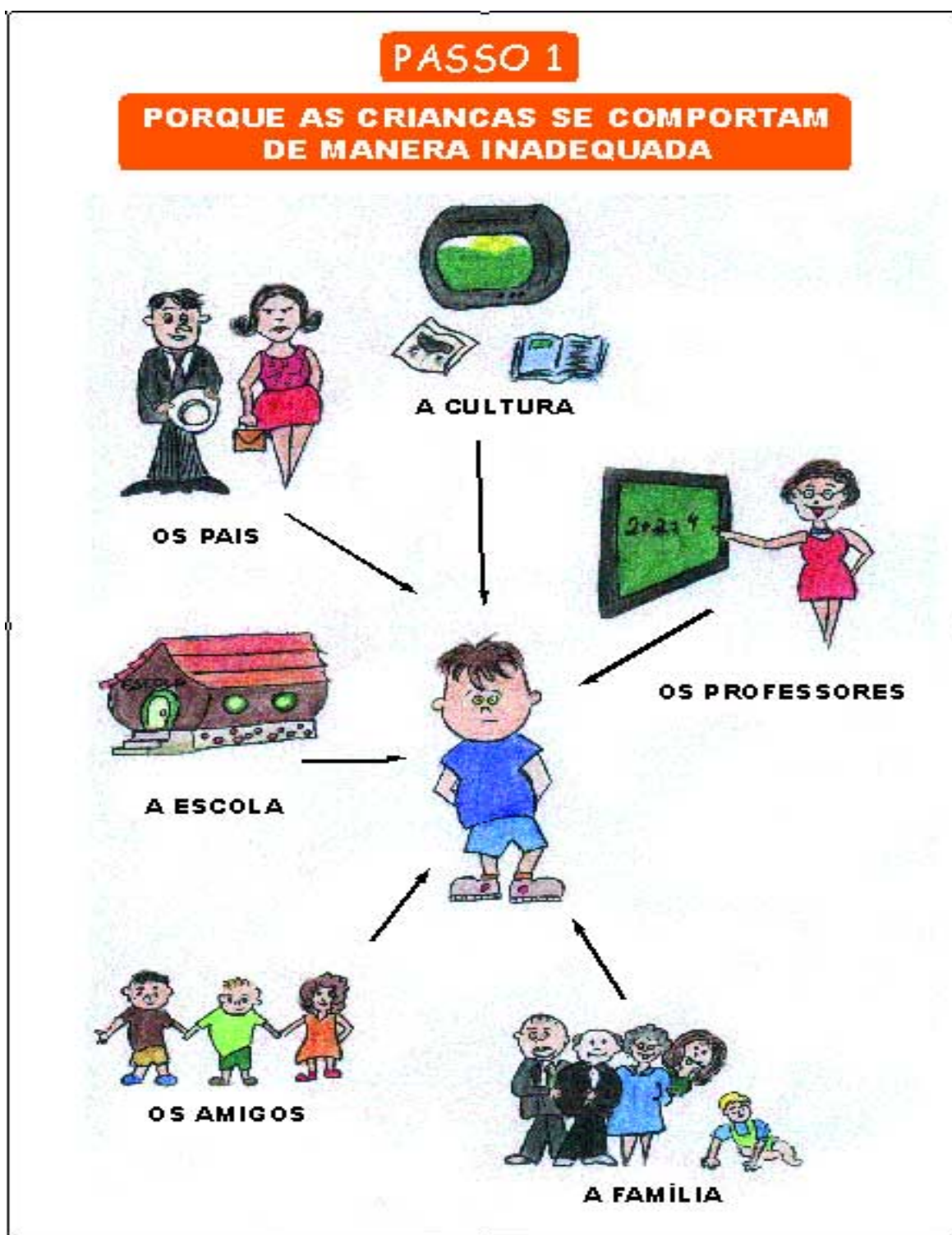


PAI E MÃE,

Vamos “falar” agora de cada PASSO do programa que estamos trabalhando juntos. Nesta cartilha, vamos dividir cada PASSO da seguinte forma:

- A. **O Número do PASSO e o título:** diz o que vai ser trabalhado de forma geral;
- B. **Texto explicativo:** informações sobre o passo;
- C. **Exercícios:** práticas para desenvolver a habilidade trabalhada. Os exercícios vão estar sempre destacados, pois eles são fundamentais para o sucesso do programa.

PROGRAMA DE TREINAMENTO DE PAIS
<p><u>Passo 1</u> – Por que as crianças se comportam de maneira inadequada</p> <p><u>Passo 2</u> – Prestando atenção no bom comportamento do filho – recreio especial.</p> <p><u>Passo 3</u> – Prestando atenção na brincadeira independente.</p> <p><u>Passo 4</u> – Prestando atenção no comportamento obediente.</p> <p><u>Passo 5</u> – Ensinando a ler o ambiente.</p> <p><u>Passo 6</u> – Dando ordens eficientes.</p> <p><u>Passo 7</u> – Melhorando o comportamento na escola.</p> <p><u>Passo 8</u> – Representação de papéis.</p> <p><u>Passo 9</u> – Desenvolvendo a capacidade de se expressar.</p>



O seu filho, ao nascer, trouxe com ele um pouco do jeito do pai, um pouco do jeito da mãe, trouxe também um pouco do jeito da vovó, do vovô ou até do titio.



Se a gravidez correu bem, o pré-natal foi feito com cuidados, isso tem efeitos positivos na saúde e na vida de seu filho. Se houve problemas de saúde na gravidez e na infância, alguns desses problemas podem ter afetado seu filho.



A família, os irmãos, os vizinhos são importantes na vida da criança. A escola que ele frequenta, os amigos, os programas de TV também influenciam a forma de seu filho ser.

Considerando todas essas influências, é possível entender que não são só as crianças ou pais os responsáveis pelos comportamentos dos filhos. O jeito de cada criança, junto com todas essas influências que vêm de fora, contribuem no processo de formação dela. Além disso, é possível que o comportamento da criança esteja sendo influenciado por alguma dificuldade que ainda não foi percebida pelos pais. Ex: dificuldade para falar, para ouvir, para enxergar.

Todas essas influências e diferenças vão fazer com que a criança se comporte de maneira mais adequada ou não. Essas influências e diferenças podem ser entendidas de acordo com a origem delas;

- Fatores relacionados à criança;
- Fatores relacionados aos pais;
- Fatores do contexto atual da família;
- Fatores relacionados à história de interações na família.

É importante que vocês pais conheçam e saibam identificar qual ou quais desses fatores estão atuando mais fortemente no comportamento de seus filhos hoje. Essas informações vão facilitar para entender e corrigir algum comportamento inadequado que possa acontecer.

Quando sugerimos aos pais que identifiquem e relacionem comportamento dos filhos, os pais com frequência são capazes de relacionar “rapidamente” os inadequados, ou seja, aqueles comportamentos que os incomoda.

“Não tão rapidamente”, os pais relacionam os comportamentos adequados do seu filho.

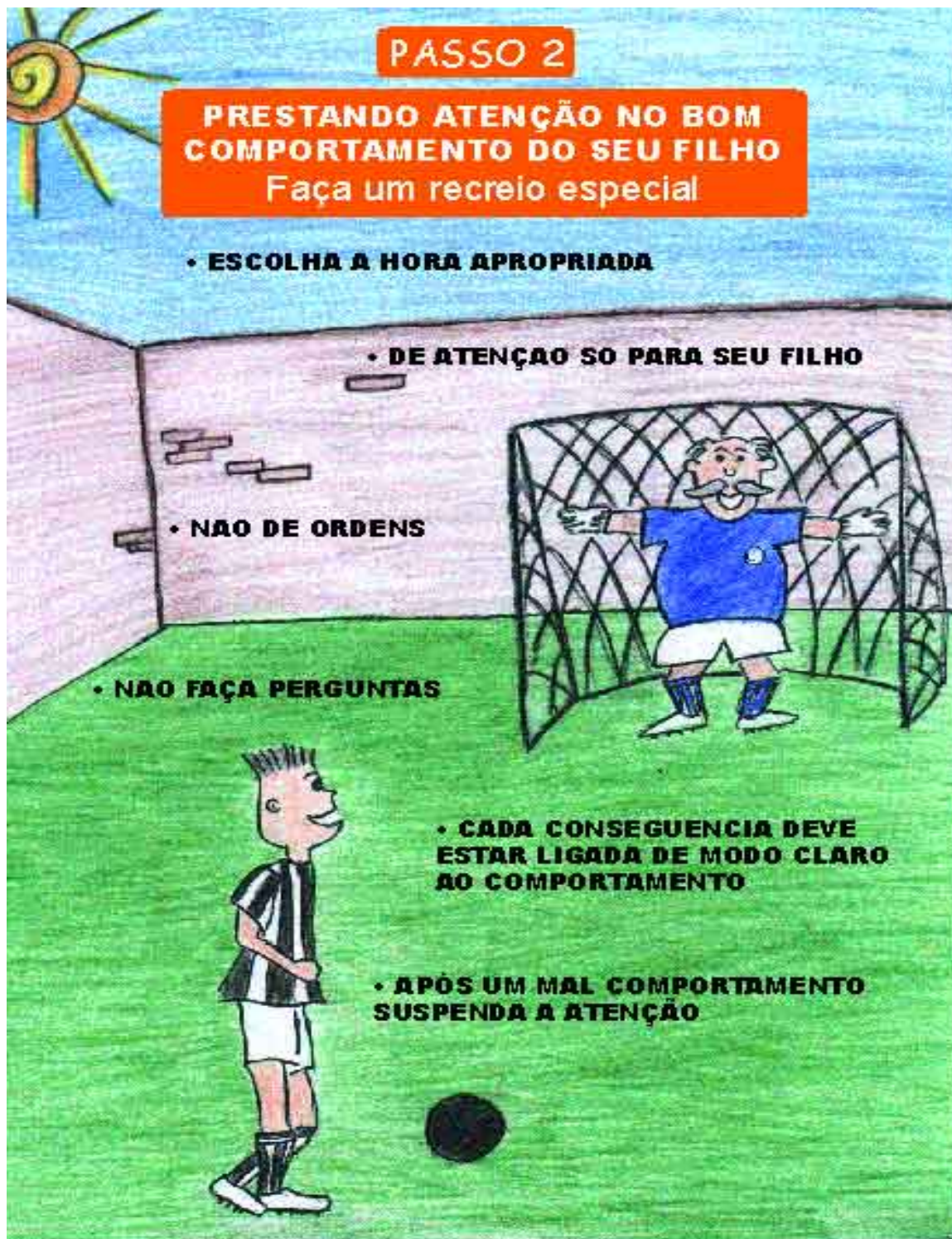
ESSE VAI SER NOSSO PRIMEIRO EXERCÍCIO:

Pensar um pouco e procurar lembrar, escrever ou sinalizar os seguintes comportamentos dos filhos:

COMPORTAMENTOS ADEQUADOS	COMPORTAMENTOS INADEQUADOS

Procure lembrar também:

- O que você costuma fazer quando seu filho comporta-se de forma adequada?
- O que você costuma fazer quando seu filho comporta-se de forma inadequada?



Nesse exercício é importante que você pai/mãe desenvolva a capacidade de reconhecer os comportamentos adequados do filho, por mais simples que esse comportamento possa parecer.

Ao mesmo tempo é importante que você demonstre para o filho que você reconhece e valoriza esses comportamentos adequados. Ele deve perceber a sua atenção, seu carinho. Dessa forma, vocês podem estabelecer uma convivência bem mais agradável.

É importante que você aja com seu filho da mesma forma que você age com as outras pessoas de quem você gosta, ou seja, respeitando e valorizando as coisas boas.

A sua atenção é muito importante para seu filho. Mesmo que ele não diga isso, é comum que o filho se comporte mal apenas para obter a atenção dos pais.

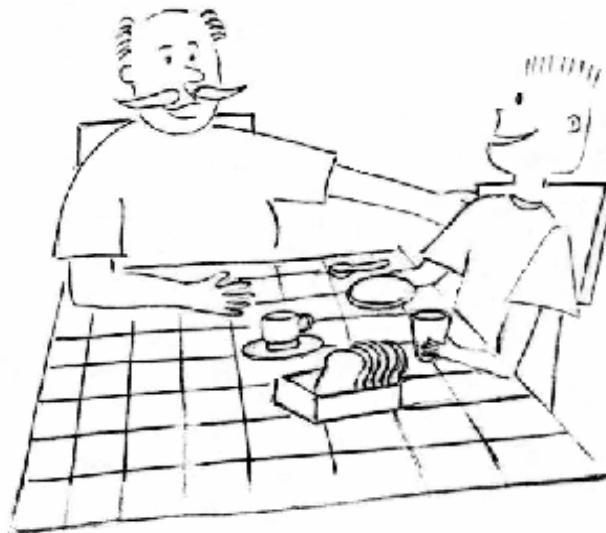
Pensando nisso...

ESSE VAI SER NOSSO SEGUNDO EXERCÍCIO:

- Tire um tempinho e dê uma atenção especial para seu filho. A esse tempinho, estamos chamando de *recreio especial*.
- Brinque com ele durante uns 15 minutos por dia, se possível, todos os dias.

Essa é uma brincadeira diferente. Ela possui algumas regras para que esse momento seja proveitoso e agradável:

- 1-Escolha um momento adequado para a brincadeira em que você possa dar atenção exclusiva para seu filho.



- 2- Permita que seu filho escolha a brincadeira. Você vai acompanhá-lo na brincadeira que ele escolher.
- 3- Observe, valorize e elogie os comportamentos adequados que ele apresentar. O elogio deve ser feito logo após o comportamento emitido e deve deixar claro **o quê** você está elogiando. É importante ele entender porque está sendo elogiado.
- 4 - Aos comportamentos inadequados, não dê atenção.
- 5- Interrompa a brincadeira quando ele apresentar um comportamento de risco ou de destruição.

Lembre-se: essa brincadeira tem algo a mais que uma brincadeira comum. Você está desenvolvendo junto com seu filho um trabalho terapêutico, um exercício de observação e valorização.

PASSO 3

AUMENTANDO A BRINCADEIRA INDEPENDENTE

ENQUANTO O PAI SE OCUPA DE UMA ATIVIDADE É IMPORTANTE QUE O FILHO SAIBA DESENVOLVER UMA BRINCADEIRA INDEPENDENTE



EX: COSTURAR, CONVERSAR COM UM AMIGO, COZINHAR, FALAR AO TELEFONE



MUITAS CRIANÇAS NÃO PERMITEM QUE OS PAIS DÊEM ATENÇÃO A OUTRA PESSOA OU ATIVIDADE



Com freqüência ouvimos os pais se queixarem de que não conseguem fazer coisas simples, como falar ao telefone, costurar, cozinhar, conversar com um amigo, sem serem importunados pelos filhos. Esse comportamento dos filhos de interromperem os pais é esperado, principalmente se os pais lhes dão mais atenção quando são interrompidos do que quando brincam sozinhos.

As crianças, às vezes, estão envolvidas “serenamente” com uma brincadeira.



Como a atenção da mãe ou do pai é importante para o filho, não é de estranhar que o filho se comporte de maneira a ganhar essa atenção interrompendo com freqüência o pai ou a mãe, ainda mais se a criança percebe que a atenção está voltada para outra pessoa.

Se a mãe ou pai, dá atenção ao filho com freqüência, é possível fazer com que a criança desenvolva suas brincadeiras enquanto a mãe ou pai se ocupa de outras atividades, como, por exemplo, conversas com amigos.

ESSE VAI SER NOSSO TERCEIRO EXERCÍCIO:

Este exercício procura ajudar os pais a ensinarem seus filhos a não interrompê-los quando estiverem ocupados em suas tarefas ou atendendo uma pessoa.

Para ensinar seu filho a não o interromper quando você estiver ocupado, é importante agir da seguinte maneira:

- 1- Quando você for iniciar uma atividade, diga a seu filho claramente que você vai iniciar uma atividade e que não quer ser interrompido;
- 2- Apresente a seu filho uma tarefa ou brincadeira (que ele goste) para que ele faça enquanto você estiver ocupado;
- 3- A partir do momento em que você iniciou suas atividades e seu filho começou a brincadeira sugerida, você deve elogiá-lo por brincar independentemente (faça elogios antes que ele o interrompa);
- 4- Com freqüência, incentive seu filho a continuar a brincadeira;
- 5- Procure dar atenção a ele antes que ele peça (antes que ele lhe interrompa);
- 6- Vá aumentando, aos poucos, o intervalo de tempo entre uma atenção e outra e entre um elogio e outro;
- 7- Ao terminar sua atividade, vá até seu filho, elogie o seu comportamento e, se possível, dê a ele um bom momento de atenção.

PASSO 4 - PRESTANDO ATENÇÃO NO COMPORTAMENTO OBEDIENTE

PASSO 4

VALORIZANDO O COMPORTAMENTO OBEDIENTE

- OS COMPORTAMENTOS SÃO MANTIDOS POR SUAS CONSEQUÊNCIAS
- CRIE OPORTUNIDADES PARA ELOGIAR SEU FILHO
- CRIE OPORTUNIDADES PARA AGRADECER SEU FILHO

É IMPORTANTE QUE AS CONSEQUÊNCIAS PARA O COMPORTAMENTO DO SEU FILHO SEJAM CLARAS E IMEDIATAS



A partir desse passo, vamos utilizar os conhecimentos que você adquiriu anteriormente para ensinar seu filho a se comportar melhor. Os exercícios do recreio irão contribuir para que essas pequenas ordens sejam atendidas por seu filho de forma facilitada pois ele tem sentido o pai e a mãe bem mais próximos e mais amigos.

Neste passo, nosso objetivo é apresentar para sua criança e para você o quanto é prazeroso atender aos pedidos das pessoas de quem gostamos. Para isso, é importante que você saiba escolher uma pequena solicitação que fará ao seu filho e a facilidade que ele deverá ter, para realizá-la.

É indispensável então, que você pai, e você mãe, prestem atenção e demonstrem ao seu filho que vocês valorizam o que ele fez.

ESSE VAI SER NOSSO QUARTO EXERCÍCIO

Neste exercício, você pai, você mãe, vai criar situações para que seu filho aprenda a gostar de atender aos seus pedidos.

Vamos trabalhar com pequenas ordens para facilitar o atendimento do seu filho. Tire um tempinho e observe o que seu filho faz. Solicite a ele, que execute pequenas tarefas, como: acender a luz, pegar uma água na geladeira, ligar a TV, apanhar um pequeno objeto no chão etc. Escolha, de preferência, tarefas que estejam ligadas ao que ele já esteja fazendo. Escolha também um momento em que seu filho não esteja envolvido em uma outra atividade.

Exemplo 1:

Você viu que ele foi ao banheiro com uma toalha suja na mão. Aproveite a oportunidade e diga a ele:

- Por favor, filho, coloque a toalha no lugar onde ela fica normalmente.

Em seguida, elogie-o pelo cumprimento da tarefa.

Exemplo 2:

Você viu que ele vai a direção à geladeira ou filtro para pegar água. Você então pode dizer a ele:

- Filho, por favor, traga um copo com água para mim!

Agradeça e elogie-o pelo cumprimento da tarefa. Esclareça sempre sobre o que você está elogiando ou agradecendo.

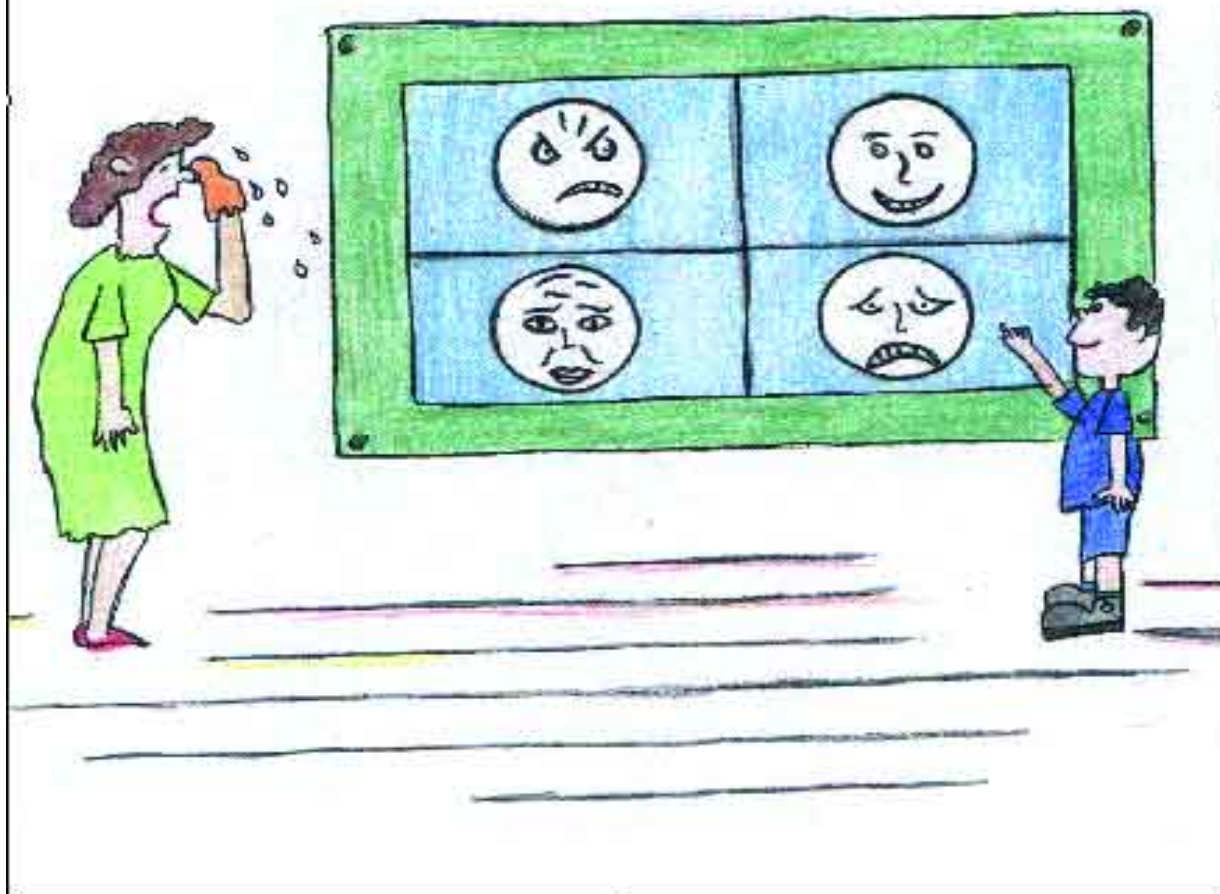
Faça uma série de 3 a 4 pedidos próximos um do outro. É importante que as tarefas sejam simples e fáceis de serem cumpridas, é importante também você observar, no seu filho, satisfação por ter atendido a um pedido seu.

PASSO 5

ENSINANDO O FILHO A LER O AMBIENTE

**É IMPORTANTE RECONHECER A EMOÇÃO
APRESENTADA PELAS PESSOAS:**

- ATRAVÉS DA EXPRESSÃO DO ROSTO
- ATRAVÉS DA EXPRESSÃO DO CORPO
- ATRAVÉS DO TOM DA VOZ



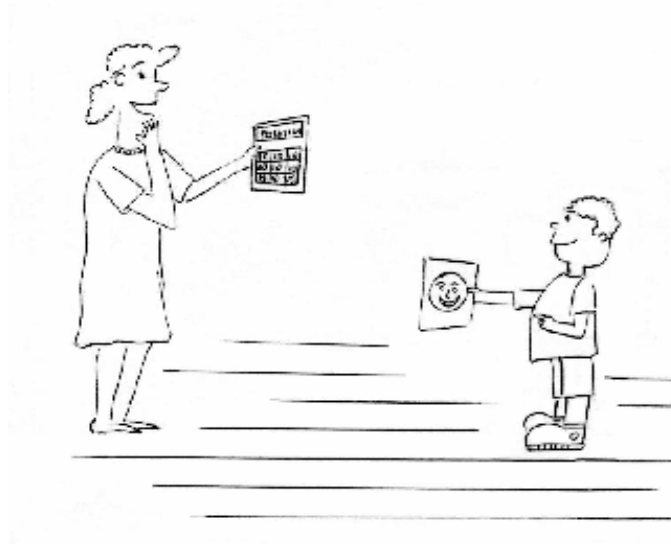
Para conviver com as outras pessoas, é importante entender e respeitar os sentimentos, os desejos e as emoções.

Vamos agora trabalhar para entender o outro. Você tem facilidade para perceber o que as pessoas próximas estão sentindo?

Você já observou que não são só as palavras que de informam o que o outro sente ou pensa?

A expressão do rosto, a postura do corpo, o tom da voz, o local onde algo é dito, complementam o que as pessoas às vezes querem nos dizer. Entender todas essas informações é fundamental para entendermos o outro.

Quando uma pessoa está triste, não é o melhor momento para tratar, com ela, sobre assuntos que podem desagrada-la ainda mais.



Esse é um momento indicado para pedir que a mãe o leve ao parque...

VAMOS AGORA AO NOSSO QUINTO EXERCÍCIO:

Para trabalharmos esse reconhecimento, vamos utilizar as etapas abaixo, nas novas atividades com seu filho.

Grupo 1: Trabalhar expressões como: raiva, alegria, medo e tristeza.

Apresentar ao seu filho, as expressões que estão no primeiro desenho do passo 5, e conversar com ele a respeito dos sentimentos que cada um dos desenhos representa.

Grupo 2: Mostrar ao seu filho, figuras de revistas, personagens de TV, onde esses sentimentos possam ser percebidas nas pessoas.

Você vai utilizar os seus minutos do Recreio Especial, para fazer com seu filho essa brincadeira, que pode se tornar até um jogo divertido e estimulante.

Apresente para ele os cartões com figuras e desenhos do Grupo 1 e converse com ele a respeito das expressões; o que representam, em que situações elas ocorrem e quando acontecem com maior frequência;

Apresente para ele as figuras do Grupo 2 e peça que descubra as expressões que melhor representariam a emoção dos personagens naquele desenho ou naquele momento da TV.

Você pode também representar as expressões para o filho, e ele representar as expressões para você. Assim, a brincadeira se tornará mais real, estimulante e compreensível.

Quando vocês andam nas ruas podem também continuar a brincadeira. É importante que sua criança passe a observar mais atentamente as expressões das pessoas e as reações possíveis dessa pessoa quando alguma coisa desagradável ou agradável lhe acontece.

PASSO 6 - DANDO ORDENS EFICIENTES

PASSO 6

DANDO ORDENS EFICIENTES

• REDUZA AS FONTES DE DISTRAÇÃO ANTES DE DAR UMA ORDEM

• NÃO APRESENTE UMA ORDEM SOB FORMA DE PERGUNTA

• CERTIFIQUE-SE QUE A CRIANÇA PRESTOU ATENÇÃO A VOCE

• DÊ UMA ORDEM DE CADA VEZ



É possível que vocês pais já tenham observado que, quando mudam a maneira como lidam com seu filho e quando mudam a maneira como lhe dão uma ordem, seu filho também muda a maneira como se comporta ou atende a sua ordem.

O atendimento às ordens é importante e valioso na convivência do pai com o filho. Embora a sua criança tenha direito de argumentar, nem sempre ele tem maturidade para definir certas situações e cabe a vocês, pais, algumas vezes, definir por ele. Nem sempre eles concordarão com a decisão e, mais uma vez, cabe a vocês definirem.

ESSE VAI SER NOSSO SEXTO EXERCÍCIO:

1- Observe inicialmente se o que você vai dizer é uma ordem ou é um pedido:

- Se for um pedido, você deve considerar que seu filho vai atender se ele quiser: ele pode escolher atender ou não;
- Se for uma ordem, ele não tem escolha, ele tem que cumprir.

2- Sendo ordem, observe se você vai, realmente, exigir o cumprimento da ordem:

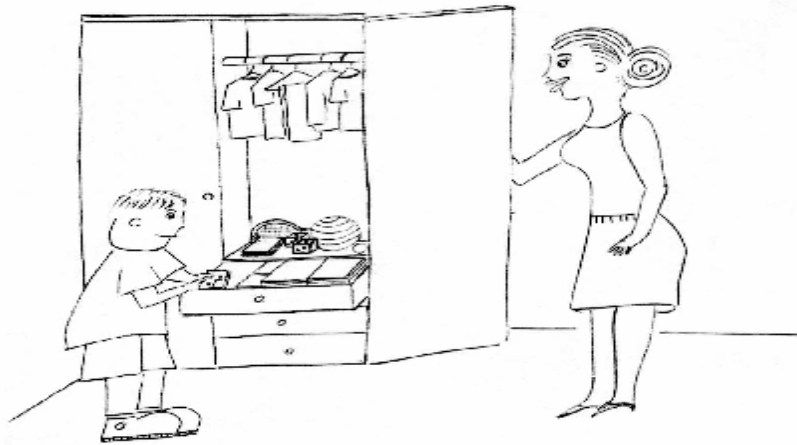
- Se ela não for importante, e ele puder deixar de cumprir, não é uma ordem, é um pedido, uma sugestão;
- Se realmente ele tiver que cumprir, você deve exigir que ele a cumpra.

3- Para que você obtenha sucesso nesta etapa é importante conhecer e seguir as regrinhas abaixo:

- Tenha certeza de que seu filho está prestando atenção no que você está falando;
-

- A ordem deve ser clara e objetiva. O tom de voz deve ser firme;
- Dê uma ordem de cada vez;
- Seja claro, diga exatamente o que quer que seja feito;
- Peça a seu filho que repita a ordem para você se certificar de que ele entendeu o que foi dito.

4- Supervisione o cumprimento da ordem e valorize o bom desempenho de sua criança.



É importante que essas regrinhas sejam seguidas. Elas facilitam o entendimento, a segurança e a boa conclusão do passo.

PASSO 7

MELHORANDO O COMPORTAMENTO NA ESCOLA

• NA ESCOLA INICIAMOS OS CONTATOS SOCIAIS FORA DA FAMÍLIA

• É IMPORTANTE A APROXIMAÇÃO DOS PAIS, PROFESSORES/ESCOLA



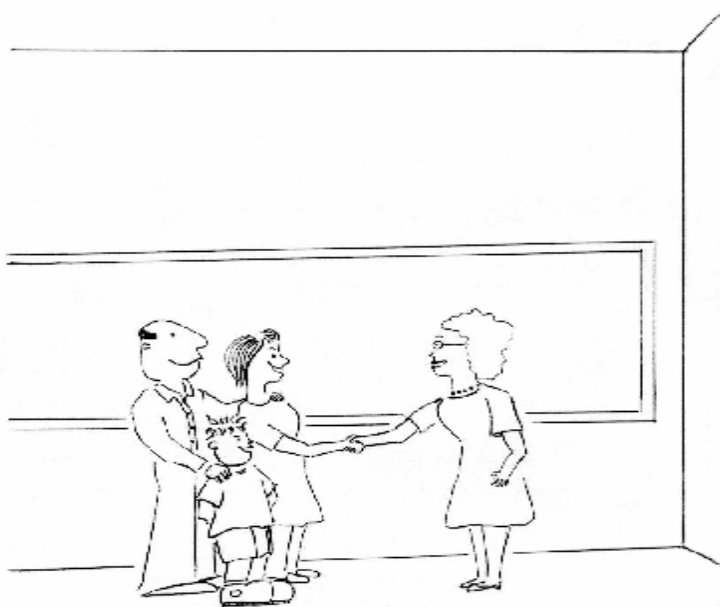
A escola é um espaço importante para a criança. Na maioria das vezes, a escola é o primeiro local onde a criança convive com várias pessoas sem a presença dos pais ou de outros familiares.

Quando a criança tem um bom aproveitamento nas na aprendizagem escolar, com mais freqüência apresenta bom entrosamento nas brincadeiras e com os colegas. Essas crianças têm maiores chances de, na idade adulta, apresentarem um bom rendimento no trabalho.

Da mesma forma, se o rendimento escolar não é bom, se a criança tem dificuldades para comportar-se bem no grupo de colegas, essas dificuldades podem continuar quando a criança se tornar um adulto.

Nesse passo, vamos procurar valorizar os bons comportamentos da criança e aumentar as chances para que ela obtenha sucesso na vida escolar.

ESSE É O NOSSO EXERCÍCIO NÚMERO SETE:



Nesse exercício, é importante que você mãe e você pai, procure a escola e conversem com a professora do seu filho. Ela é uma das

pessoas que mais conhece seu filho e certamente gostará de falar com você.

Diga à professora que é muito importante saber como ele tem se comportado nos últimos meses e peça a ela que faça umas pequenas anotações no caderno do seu filho. Nessas anotações, que são simples e rápidas, ela irá lhe informar como ele se comportou naquele dia. É importante que seu filho veja a professora fazer a anotação. Em casa, junto com você ele poderá se auto-avaliar. Esse é mais um bom motivo para vocês falarem sobre a escola, os rendimentos e sobre vocês.

Não se esqueça de elogiar seu filho sempre que houver oportunidade, até mesmo quando ele admitir que não se comportou bem na escola e que pode melhorar, aproveite para elogiar a sinceridade e a capacidade de se avaliar.

As crianças ficam muito felizes quando os pais acompanham com eles os seus sucessos e também quando os pais estão próximos deles nos momentos difíceis.

PASSO 8

REPRESENTAÇÃO DE PAPEIS

• COMPREENDENDO
O PRÓPRIO PAPEL

• COMPREENDENDO
O PAPEL DO OUTRO

• COMPREENDER O PRÓPRIO
PAPEL E O PAPEL DO OUTRO
NA RELAÇÃO



Na nossa convivência com as pessoas, às vezes encontramos situações que não são fáceis de resolver. Na convivência com os filhos, essas situações também podem acontecer.

É importante, ensinar ao filho que, assim como ele, as outras pessoas têm desejos, vontades e obrigações e que nem todos podem ser atendidos ao mesmo tempo. Essa é uma tarefa que requer dos pais principalmente carinho e dedicação.

Neste passo vamos trabalhar para que seu filho seja capaz de se colocar no lugar do outro para entender certas situações e evitar conflitos.

ESSE É O NOSSO OITAVO EXERCÍCIO:

A primeira parte desse passo é ensinar o filho a se colocar no lugar do outro, e procurar entender que o outro também pensa, sente e tem direitos.

Mais uma vez, brincando, você vai ensiná-lo uma forma de conviver com os outros. Praticando a representação de papéis, seu filho terá oportunidade de representar e avaliar como ele age em uma situação de conflito.

Sugestão de situações para serem praticadas:

- 1- Esperando na fila da cantina, um aluno vem e fura a fila;
- 2- A criança está vendo TV, outra pessoa vem e muda o canal;
- 3- O pai promete levar o filho para passear e um acontecimento impede a realização do passeio;
- 4- A criança rasgou as calças e alguns garotos começam a rir;
- 5- Um aluno novo chega na escola e os alunos antigos criticam tudo que ele faz ou diz;
- 6- Em um jogo de futebol o adversário começa a desrespeitar as regras.

Desenvolvendo a situação 1

Nessa atividade, se a família é maior, é importante convidar os outros membros da família para participarem da “brincadeira”.

Escolham uma pessoa para ser o cantineiro, outros para estarem na fila e um para vir e “furar” a fila. A criança vai comprar a merenda na frente dos outros e vai sair. Em seguida os que estavam na fila e o que representava o cantineiro vão convidar o que furou a fila para conversarem a respeito do ocorrido:

- Como você sentiu passando na frente dos outros?
- Qual a reação que você esperava das pessoas que estavam na fila?
- Qual seria sua reação se você estivesse na fila e uma outra pessoa fizesse o que você fez?

Em seguida mudar os papéis. Aquele que furou a fila deve ficar em primeiro lugar na fila e um outro componente deve vir e furar a fila e conseguir comprar na frente dos outros. As mesmas perguntas devem ser feitas:

- Como você sentiu passando na frente dos outros?
- Qual reação que você esperava das pessoas que estavam na fila?
- Qual seria sua reação se você estivesse na fila e uma outra pessoa fizesse o que você fez?

Desenvolvendo a situação 2

Essa representação pode ser feita com duas ou mais pessoas. Os participantes podem estar vendo TV quando um chega, sem pedir licença para os outros, muda o canal para um programa de seu interesse. Um dos participantes que está assistindo fala do seu desagrado, porém, ele insiste e a TV continua no canal mudado.

Quando os participantes já se envolveram com a nova programação, um terceiro muda de canal novamente sem pedir licença aos demais. Os comentários devem apontar os sentimentos daqueles que foram interrompidos quando acompanhavam o programa. Deve ser comentado também o sentimento daquele que chegou e interrompeu a programação dos outros.

As situações sugeridas acima fazem parte das ações diárias na vida das pessoas. Você também pode criar outras situações onde o importante é refletir e discutir o sentimento daqueles que invadem o espaço do outro e também o sentimento daqueles que são invadidos.

Desenvolvendo a situação 3

O pai promete levar o filho para passear e um acontecimento impede a realização do passeio. Essa situação é muito importante e deve ser representada pelos pais e pelos filhos.

No dia a dia são muitas as situações nas quais o pai gostaria de atender o filho, mas às vezes ele **não pode atender**. Exemplo disso são os passeios que os pais prometem e às vezes são impedidos de cumprir pelos imprevistos. É importante o filho ter conhecimento dessas dificuldades e situações que os pais vivem. Nos momentos em que os conflitos não estão presentes, é mais fácil conversar, argumentar e refletir de maneira mais serena aquelas situações.

Essa atividade pode ser feita apenas com o pai e um filho ou, com a mãe e um filho:

O pai, procurando agradar o filho, promete levá-lo ao jogo de futebol. Acontece alguém da família e, nessa situação, o pai tem que recorrer ao dinheiro que gastaria no futebol para comprar remédios, ir ao hospital etc. No dia do jogo (time preferido também do pai) o pai não tem dinheiro para o passeio... Fica triste o pai, com a doença e a falta do dinheiro e... fica triste e bravo o filho, que não pode ir ao passeio prometido. ..

É importante o filho entender a situação do pai, mas é também muito importante o pai entender o sentimento do filho. Nessa hora, o pai deve tentar entender e respeitar os sentimentos do filho que, por ser uma criança, não aceita com facilidade deixar de fazer um passeio prometido. Falar sobre os sentimentos de um e de outro frente à situação, ajudará a esclarecer e criar um nível maior de compreensão.

Vocês podem escolher uma ou duas situações para serem representadas e discutidas em cada dia, e, podem também, criar situações novas.

PASSO 9

DESENVOLVENDO A CAPACIDADE DE SE EXPRESSAR



• EXPRESSAR OS NOSSOS DESEJOS E OPINIÕES DE FORMA ADEQUADA

• PROCURAR ENTENDER A EXPRESSÃO DO OUTRO



• EXPLICAR DE MANEIRA CLARA, EXPONDO SUA OPINIÃO SEM AGREDIR A OUTRA PESSOA FACILITA A COMUNICAÇÃO



Expressar nossos desejos e nossa opinião de forma adequada e procurar entender o que o outro expressa ou deseja faz parte desse último exercício do programa.

Nesse PASSO, vamos trabalhar utilizando todas as informações dos exercícios anteriores de forma que, nossos pensamentos e sentimentos sejam expressados corretamente, respeitando os nossos direitos, nossos deveres e os direitos e deveres das outras pessoas.



Muitas dificuldades encontradas na convivência em casa, na escola ou no trabalho, estão relacionadas com a forma de expressar os sentimentos e os desejos.



Vamos utilizar a lista abaixo para conhecer e exercitar a forma mais adequada de conviver, falar, ouvir e atender as pessoas. Principalmente em uma situação de conflitos é importante:

- Saber defender nossos direitos;
- Considerar os direitos dos outros;
- Falar em tom adequado de voz;
- Não utilizar desprezos, interrupções e deboches durante a fala.

ESSE É O NOSSO NONO E ÚLTIMO EXERCÍCIO

Qualquer um dos exercícios propostos nos passos anteriores pode ser utilizado para desenvolver as habilidades propostas neste passo 9. Vamos iniciar por um exercício onde o participante, pai/mãe ou criança vá desempenhar um papel **de forma inadequada**;

- a- Pedir alguma coisa, falando alto demais;
- b- Pedir alguma coisa, falando baixo demais;
- c- Pedir alguma coisa, de forma agressiva;
- d- Pedir alguma coisa criticando;
- e- Pedir alguma coisa debochando.

Em seguida, avalie qual a resposta ou atitude do outro participante.

- Aquele que pediu de forma inadequada, conseguiu atingir seu objetivo?
- Conseguiu se comunicar com o outro de uma boa forma?

Experimente outras brincadeira nas quais todas essas formas de falar possam ser praticadas!

O processo de convivência entre os pais, familiares, professores, vizinhos e amigos é muito importante para nosso desenvolvimento e para promover uma vida agradável. Acredito que vocês pais verificaram como as regras básicas de convivência são simples e como podem contribuir para o equilíbrio individual e social não só de seus filhos como também de toda família. **Procurar se colocar no lugar do outro** é o item número um dessa regra e, uma reflexão sobre esse item promoverá posturas adequadas, equilibradas e para as crianças contribuirá para direcionar suas ações futuras.

Mãos à obra!

REFERÊNCIAS

ADOLPHS, R, TRANEL, D. & DAMÁSIO, A. R. Impaired recognition of emotion in facial expressions following bilateral damage to the human amygdala. *Nature*, 372, 669-672, 1994.

ANDERSON, S. W., DAMÁSIO, H., TRANEL, D. & DAMÁSIO, A. R. Long-term sequelae of prefrontal cortex damage acquired early in childhood. *Developmental Neuropsychology*, 18, 281-296, 2000.

BARKLEY, R. A. *Defiant children; A clinician's manual for assessment and parent training*. 2.ed. New York: Guilford, 1997.

DEL PRETTE, Z. & DEL PRETTE, A. *Psicologia das habilidades sociais; terapia e educação*. Petrópolis: Vozes, 1999.

DEL PRETTE, Z. & DEL PRETTE, A. *Psicologia das relações interpessoais: vivências para o trabalho em grupo*. Petrópolis: Vozes, 2001.

DODGE, K. A. Social-cognitive mechanisms in the development of conduct disorder and depression. *Annual Review of Psychology*, 44, 559-584, 1993.

HAASE, V. G.; ROTHE-NEVES, R.; KÄPPLER, K. C.; TEODORO, M. L. M. & WOOD, G. M. O. (Orgs.), *Psicologia do desenvolvimento: contribuições interdisciplinares*. Belo Horizonte: Health, 2000.

MARINHO, M. L. & CABALLO, V. E. *Psicologia clínica e da saúde*. Londrina: UEL, 2001.

PENNINGTON, B. F. & OZONOFF, S. Executive functions and developmental psychopathology. *Journal of Child Psychology and Psychiatry*, 37, 51-87, 1996.

TEIXEIRA, A. M. S., E COL. *Ciência do Comportamento: Conhecer e Avançar*. Santo André: ESETec, 2002.

REALIZAÇÃO

Maria Isabel dos Santos Pinheiro
Psicóloga e Psicopedagoga.

Almir Del Prette
Professor Titular da Universidade Federal de São Carlos (UFSCar).

Vitor Geraldi Haase
Professor Doutor da Universidade Federal de Minas Gerais (UFMG).

ILUSTRAÇÕES
Silvia Voloch