

Alternativas ao castigo físico

por Elsie Gilbert, editora da revista *Mãos Dadas*

Há muitas maneiras de se educar um filho, e nenhuma é perfeita, a chave para toda e qualquer situação. Pais e filhos são únicos, assim como o seu relacionamento, por isto é importante para todo pai e mãe buscar em Deus o discernimento sobre a melhor forma de educar as pessoinhas que foram depositadas aos seus cuidados.

Oferecemos aqui o capítulo 7 —“Moldando a Criança: Disciplina” — traduzido e adaptado de My Preschooler – Ready for New Adventures (Meu pré-escolar – pronto para novas aventuras), escrito por dr. Paul Warren. Este livro tem como foco crianças de 3 a 5 anos. Esperamos que os princípios abordados neste artigo sejam válidos não só para crianças em idade pré-escolar, mas também para crianças de outras faixas etárias.

Moldando a criança feliz: disciplina

“Se há algo que gostaríamos de mudar em uma criança, deveríamos primeiro nos examinar para ver se não é algo que poderia ser mudado em nós mesmos” (Carl Jung, *The Integration of the Personality* [A Integração da Personalidade]).

Imagine este cenário: Tereza e Sara, mãe e filha, chegam à casa dos pais de Tereza num domingo depois da escola dominical. É aniversário da mãe de Tereza, dona Célia, e a família toda se programou para almoçar em um restaurante especial, na saída da cidade, num lugar muito bonito, com uma lagoa, cavalos, patos, e um jardim maravilhoso.

Dona Célia, ainda admirada do fato de que a neta já não precisa mais usar fraldas pouquíssimo tempo depois de a filha e neta terem saído da casa dos pais para morar no seu próprio apartamento, afirma: “Acho que a Sara devia ir ao banheiro antes de sairmos.”

“Você quer tentar, filha?” pergunta Tereza, olhando bem nos olhos da menina para perceber suas reações. “Ela está de fralda mãe, não se preocupe, não vamos ter problemas.” Só que a mãe não conta para a avó que Sara já não usa fraldas desde que se mudaram, que a menina já usa calcinha de verdade há um bom tempo.

Enquanto a família espera para serem atendida, mãe, filha e neta andam até a lagoa. Dona Célia aponta lá adiante admirada com o canteiro de flores, beirando a lagoa do outro lado. De repente, Tereza olha para outro lado, procurando a filha, e lá está ela, com água até o joelho, sapatos de verniz imersos no barro, vestido novinho sujo da água da lagoa. A menina, com um punhado de barro escorrendo pelas mãos, olha para a mãe com os olhos brilhantes de alegria e encantamento.

O propósito da disciplina

O que você faria?

Tereza ficou em estado de choque, sua mãe, lívida.

Qual seria a resposta mais apropriada a uma situação dessas? Tereza e sua mãe, que ainda queria ser a “mãe” de sua neta, apesar de a filha ter se mudado para outro apartamento, não teriam tempo para pensar em uma estratégia, muito menos em pensar nos propósitos da disciplina.

As crianças quebram as regras e ofendem seus pais de tantas maneiras criativas que a disciplina não pode ser tratada como um livro de receitas: “Se acontecer isto, faça isto.” Os pais de criança pequena precisam ter uma visão firme sobre para que serve a disciplina, que tipo de disciplina deve ser empregada e como ela deve ser implementada — antes de ela se fazer necessária.

Vamos suspender este cenário melecado de barro por um momento, algo que você não poderia fazer na vida real, para podermos explorar as questões que Tereza deveria já ter respondido antes que este episódio acontecesse.

A primeira pergunta é: para que se preocupar com a disciplina? Por que você quer disciplinar o seu filho?

Aí, você responde: “Hum, para meu filho crescer direito e não virar uma peste.” Ou “Para ele se dar bem na sociedade e não virar um assassino”.

Os pais geralmente oferecem estas razões para disciplinar uma criança pequena. Algumas são mais honestas do que as outras. Qual delas é a sua?

1. Para minimizar a irritação incrível que são as exigências de uma criança, o barulho, as birras, e outros comportamentos.
2. Para moldar o meu filho para que se torne um cidadão de bem; para dar à criança um caráter íntegro e forte.
3. Para punir o pecado e o erro.
4. Para obedecer ao mandamento de Deus de criar o filho na admoestação do Senhor. Para evitar que a criança peque.
5. Para manter uma boa aparência. Uma criança indisciplinada passa vergonha nos pais.
6. Por uma questão de amor. Crianças bem disciplinadas são mais felizes.
7. Para promover a autodisciplina, que é necessária para a sobrevivência.
8. Para reforçar a posição de autoridade dos pais como chefes da família.
9. Para ajudar ao meu filho a se parecer mais com Cristo.
10. Para ensinar o meu filho a respeitar as outras pessoas e a propriedade.
11. Outra.

Estas razões são todas válidas apesar de não serem todas igualmente boas. Você mesmo pode separar as que são boas razões e as que são ruins. Falando com franqueza, as únicas que eu realmente desaprovo são as razões 5 e 8. Disciplinar os filhos para manter uma boa aparência como família é sempre prejudicial para os filhos, porque somente crianças perfeitas podem fazer com que seus pais tenham uma boa reputação, e as crianças não podem ser perfeitas. A razão 8, para solidificar a posição de autoridade dos pais, nada mais é do que uma luta pelo poder, a razão mais sem coração e prejudicial que eu posso imaginar. E será que isto acontece na vida real? É claro que sim, especialmente quando um padrasto ou madrasta, uma namorada ou namorado, resolvem disputar com a criança pela atenção do pai ou mãe da mesma.

Além disso, todas as razões descritas acima podem ser modificadas. Por exemplo, a número 1, traz à tona um aspecto importante. As crianças podem de fato se tornar uma fonte de irritação poderosa. Qualquer um pode trazer à memória imagens de crianças correndo no meio de um casamento ou fazendo birra num supermercado. As crianças precisam ser treinadas para uma convivência pacífica em civilização. Mas punir uma criança

porque ela está sendo criança, é outra história. Os papéis de pai e mãe trazem consigo uma lista grande de pequenas irritações que precisam ser toleradas. Não é culpa da criança que ela seja criança!

Identifique uma folha de papel, talvez com o título “Razão nº 11” – a razão exata pela qual você disciplinará seu filho. Escreva de forma breve, numa frase ou duas para que fique gravado em sua mente.

Por que escrever? Porque disciplina é inútil a não ser que ela tenha um propósito claro. Na verdade, é pior que inútil, ela é prejudicial. Você precisa de um guia para o futuro, uma razão que o oriente nas suas ações disciplinares pelos próximos 15 anos.

A disciplina precisa de um alvo, um propósito último, um fim. Esta é a maior razão pela qual nos damos o trabalho de disciplinar. Eu sugiro que este fim deve ser “ensinar a criança a autodisciplina — a ser responsável por si mesma.” Nada será maior benção para uma criança do que descobrir que ela pode tomar decisões e fazer diferença, que ela pode controlar o seu comportamento pessoal para atingir um fim favorável.

Relacionada a este fim está a construção de uma consciência. A consciência, pela qual decidimos o que é certo ou errado, começa do lado de fora da criança. Tudo o que a mamãe ou o papai disserem que é errado, é errado. Lá pelos 6 ou 7 anos, essa consciência do que é bom ou mal terá sido internalizada de forma que uma mensagem interior já terá sido gravada: “É errado fazer tal coisa.”

A disciplina reforça a consciência de forma externa até que a consciência interna tenha a chance de florescer. Daí por diante a disciplina corrige os lapsos da consciência interna, quando estes ocorrem.

Disciplina é ensinar o seu filho ou filha a se responsabilizar pelos seus próprios atos ou comportamentos.

Como você usa a disciplina para atingir este alvo? O que é adequado em uma situação pode não o ser em outra. Então o que é adequado?

Os métodos da disciplina

O que funciona numa faixa etária pode não funcionar em outra. O que funciona em uma situação, pode não funcionar em outra. Experimentação e revisão são essenciais. Nenhuma criança é igual e nenhuma criança é a mesma de um dia para o outro. Métodos precisam ser variados e precisam se adaptar à criança e à situação.

O primeiro aspecto necessário para que esta experimentação seja eficaz é o **ponto de vista**. Ponto de vista é a perspectiva pela qual você olha para um acontecimento. A forma como você vê um dado comportamento do seu filho vai influenciar muito a forma como você reage a ele. No incidente descrito anteriormente, dona Célia, mãe de Tereza, viu o comportamento de Sara como um ato de rebeldia deliberada. As opiniões e atitudes da avó para com a neta já estavam formadas, podemos até dizer assentadas em concreto. A avó então interpreta qualquer comportamento de Sara como mais uma ilustração para justificar sua opinião pré-fabricada.

Tereza, por sua vez, olhando para Sara ficou tentando imaginar se aquele barro sairia de sua roupa nova, como eles entrariam no restaurante com uma criança totalmente molhada. Eles

estavam ali para celebrar o aniversário da avó, no entanto Sara só conseguira fazer a mulher ficar com raiva.

Tereza via em Sara uma capacidade terrível de fazer a coisa errada na hora errada. Quando ela e a filha estavam sozinhas, isto não acontecia. Era como se ao entrar na presença da avó algo dentro da menina fosse ligado. Tereza interpretou o comportamento de Sara como um ato de descuido não intencional.

E qual foi o ponto de vista de Sara? “...olhos brilhantes de alegria e encantamento” diz tudo. Este passeio a um restaurante estava se tornando muito mais divertido do que ela tinha imaginado. Em casa ela brincava na água. Por que não brincar na água ali também? Em algum lugar na sua cabecinha ela sabia que sua roupa nova era algo especial, mas não algo que ela deveria proteger. Crianças pequenas não protegem nada.

Um casal passou por perto, a mulher sorriu, levou suas mãos à cabeça: “Ai, ai, como eu me lembro desta idade. Você se lembra, querido? Daquela vez que o Vítinho...”.

Uma outra pergunta precisa ser respondida neste momento. Quais necessidades você precisa atender? As necessidades de Sara? As necessidades da dona Célia? As necessidades de Tereza? De quem?

Necessidades subjacentes

À primeira vista, as necessidades são óbvias. Sara precisava ser limpa. Dona Célia precisava controlar a sua fúria. Tereza precisava de uma pausa para respirar, se controlar e tentar agir de forma inteligente.

Porém é mais difícil perceber as necessidades que precisam de um olhar mais atento. A avó precisava que sua neta mantivesse uma boa aparência. Deduzimos então que a aparências significavam muito aquela mulher. As atitudes das pessoas acompanham os seus interesses. As suas necessidades mais básicas vão depender das coisas que são mais importantes para você.

Tereza não se preocupava muito com as aparências, nunca tinha se preocupado. Ela tinha pena da filha porque esta não tinha pai. Sentia-se também grandemente culpada por ainda não ter-se casado para dar à filha um pai. Apesar de dona Célia não estar consciente de seu apego à aparência, Tereza tinha muita consciência desta culpa e sentimento de dó. Ela lutava diariamente com estes sentimentos. Ambas as atitudes, uma reconhecida e a outra inconsciente, destas duas mulheres afetariam suas reações diante desta cena imprevisível.

E as necessidades de Sara? Depende do que Tereza marcou na lista de propósitos para a disciplina. Sara precisava aprender que é importante proteger coisas como roupa nova, e que usamos roupas diferentes em situações diferentes. Tudo isso estaria contemplado na razão de nº 10: ensinar respeito pelas pessoas e por propriedade. Sara precisava aprender que diferentes comportamentos são apropriados em diferentes situações. Não se faz simplesmente o que quer onde se quer. Isto é uma variação da razão nº 1, pois, apesar de irritação não ser um problema para Tereza (era problema para dona Célia), a situação oferecia um elemento importante de comportamento descontrolado.

Mas...

Sara não tinha idade suficiente para absorver estas duas lições ainda. Ela não era intelectualmente capaz de manter estas coisas em sua cabecinha. Ela só aprenderia estas

lições depois de um bom tempo passando por várias situações repetidas vezes. Esta era uma das situações. Mas ela estava apenas no começo do processo. Levaria mais uns dois anos ainda para ela se lembrar de cuidar da roupa nova e não entrar na lagoa em um dia especial sem pedir permissão. Quando tivesse 4 anos, isto seria esperado dela, mas não agora.

Então, era necessário disciplinar? E em caso afirmativo, que disciplina seria apropriada?

Veja a seguir um quadro com as repostas típicas que pessoas como você, eu ou Tereza, daríamos a uma criança como Sara. Adiciono também o ponto de vista de cada resposta.

Resposta	Ponto de vista	Resultado
Reprimenda. Sara estava errada, era necessário puni-la.	Necessidade da avó em primeiro plano.	Ressentimento. Lágrimas, raiva. A criança aprende muito pouco. Nem Sara nem Tereza terão uma boa refeição depois disso.
Rir: Olha só como ela está se divertindo. Em parte a culpa é de Tereza porque não prestou atenção na filha.	As necessidades de Sara em primeiro plano.	Humor. Diversão. Sara é limpa e os adultos aproveitam o resto da tarde. O almoço será agradável se a avó não emburrar.
Comentar a alegria de Sara com a descoberta, mas repreendê-la por ter entrado na lagoa sem pedir para a mãe. Afinal, é algo perigoso. Sara ainda não sabe nadar.	As necessidades de Tereza e de Sara em primeiro plano.	Possivelmente haverá algumas lágrimas, mas não tantas como na primeira opção. Sara pode aprender que o que fez não foi muito bom. O almoço será agradável para Sara se Tereza economizar na bronca e caprichar no encorajamento.

Escolha um caminho a seguir

“Um caminho a seguir”, mas que não pode virar um hábito, pode ser a ausência de ação — deixar, de forma deliberada, de reagir à situação.

Tereza não dispunha de tempo para se entregar à contemplação e à exploração de todos os caminhos a seguir como acabamos de fazer. O seu ponto de vista, carregado como estava de culpa e dó, impulsionaria a sua primeira resposta, o que a gente chamaria de uma resposta a partir “do que deu na telha”. A resposta de dona Célia com certeza foi uma a partir do impulso.

Só que a primeira resposta nem sempre é a melhor; aliás, raramente é a melhor, porque ela não é uma resposta relativa à situação em si, mas a toda a bagagem que a pessoa carrega no seu subconsciente, no lugar onde todas as decisões por impulso ou instinto são tomadas.

Tereza precisava superar sua primeira reação para conseguir ver a situação do ponto de vista de Sara. Será que ela tinha feito algo errado? Ou seja, Sara tinha agido de forma proposital? O sorriso dela estava cheio de alegria e encanto. Seus olhos não traduziam culpa. Sara não tinha ideia de que o que fizera não era apropriado.

Qual seria a melhor maneira de buscar o alvo maior da autodisciplina? Uma correção moderada seria apropriada, mas com certeza não seria apropriado castigá-la. Sara tinha muito o que aprender e ela aprenderia suas lições a partir de várias situações repetidas, e esta era uma dessas ocasiões. Mas disciplina, no sentido usual da palavra, não a ensinaria a lição.

De volta à cena:

O queixo de Tereza caiu. Em choque, ela ficou paralisada por mais tempo do que deveria. Sua mãe, furiosa, entrou em ação. A avó agarrou os braços da menina, e puxou-a para fora da lagoa. Ela literalmente envergonhou a menina para dar-lhe a maior surra de sua vidinha. Ela levantou sua mão bem alto...

E, pela primeira vez na vida, Tereza se opôs completa e fisicamente à sua mãe. Ela conseguiu chegar até as duas a tempo de segurar os braços de sua mãe ainda no ar e de imobilizá-la.

“Eu cuido disso, mãe.” Tereza olhou para a mãe, estudou seu olhar surpreso e sentiu o sangue subir. “Ela é minha filha, eu cuido disso.”

Tereza pegou a menina no colo antes que sua mãe conseguisse erguer um muro de argumentos, o que ela frequentemente fazia, e rapidamente carregou-a para o banheiro.

Tereza começou a narrar o que tinha acontecido para a menina como uma forma de controlar as suas próprias emoções. “A vovó assustou você muito, agarrando-a e tirando da água daquele jeito, não foi? Querida, você não pode entrar na água sem a mamãe! Nunca entre na água, a não ser que a mamãe esteja com você!”

Ela entrou no banheiro do restaurante e colocou a filha no balcão ao lado da pia. “Olha só para esta bagunça! Você precisa aprender a ser mais cuidadosa quando estiver usando sua roupa nova, porque senão ela vai ficar velha logo!”

“Xixi, mamãe.”

Tereza abandonou suas tentativas de tirar a lama e colocou sua filha no vaso sanitário, segurando-a com cuidado, e ouviu o barulhinho de xixi. “Sara, que menina boa você é! Que bom que você conseguiu falar para a mamãe que queria fazer xixi. Estou orgulhosa de você!” Levou mais uns dez minutos para conseguir arrumar a menina da melhor maneira possível antes de se reunir à mãe e o pai no restaurante.

Dona Célia tinha agido a partir de sua necessidade básica e da sua percepção de que Sara se divertia com o seu mau comportamento. As pessoas ao redor que perceberam o incidente e fizeram algum comentário não ajudaram em nada. Se os sentimentos de culpa e dó de Tereza não fossem tão fortes, talvez ela tivesse deixado sua mãe interferir como fizera no passado. Mas Tereza tinha quase três anos a mais do que quando Sara nascera e já estava separada da mãe no seu próprio apartamento há alguns meses. Ela tinha amadurecido e crescido em paciência e determinação.

A culpa e o dó de Tereza na verdade a ajudaram neste incidente, mas isto aconteceu mais ou menos por acaso. Talvez da próxima vez suas emoções possam deixá-la cega e impedir que tenha a resposta apropriada. Ela pode, por exemplo, ser tolerante demais com Sara diante de uma situação que requer dela uma atitude mais enérgica.

O processo então é:

- Reconheça a sua vontade advinda do seu primeiro impulso, mas não o realize.
- Considere o ponto de vista da criança.
- Modifique a sua resposta para que a sua ação sirva ao alvo principal da disciplina, de forma que você possa usar a situação como uma oportunidade para ensinar uma lição. (E pressuponha que todo comportamento inapropriado oferece a oportunidade de se aprender uma lição.)

Note que este método produz mudanças na criança, o que deve ser próprio de toda boa disciplina, mas ele também exige mudanças nos próprios pais. Isto — mudar de ponto de vista quando você está com o sangue quente ou com muita vergonha, ou os dois — não é fácil. Mas, aqui cabe a pergunta: “Quem disse que seria fácil?”.

A maior ajuda que você pode buscar para criar uma medida disciplinar apropriada é conhecer a razão pela qual uma criança fez algo.

Por que as crianças se comportam mal?

Mau comportamento — prefiro o termo comportamento inadequado — é qualquer ação que cria uma necessidade de correção ou disciplina. As crianças fazem muitas coisas loucas e outras totalmente estúpidas por uma grande variedade de razões. Podemos juntar estas razões em cinco categorias básicas. Algumas dessas não aparecem até certa idade.

1. Sem razão aparente

Por que jogar o peixinho dourado, dentro do jarro, ou no cesto de roupas sujas? Por que jogar o copo de vidro para cima só para ouvir o barulho dele se espatifando na pia da cozinha? Por que esconder as chaves do carro? Sara fez todas estas coisas em uma tarde que ficou na casa da avó. Foi castigada por cada um desses incidentes. Ela não tinha a mínima ideia do que fizera, apenas sabia que tinha feito a vovó ficar brava. A estas alturas, Sara já tinha desistido de entender o que faria a vovó ficar brava. Acontecia sempre, sem muita explicação, por uma variedade enorme de razões. Afinal de contas, Sara não conseguia ver nenhuma conexão entre peixe, copo de vidro e chaves.

Crianças pequenas quase nunca fazem as coisas de forma aleatória, sem propósito, sem razão nenhuma. No entanto, seu raciocínio desorganizado nos deixaria perplexos mesmo que conseguissem articular seus motivos, o que ainda não é possível para elas. Nós tratamos esses atos como “aleatórios” simplesmente por que não conseguimos compreendê-los.

Relacionados a estes estão os atos simples de descuido e ignorância. Sara talvez soubesse de alguma forma que vidro pode quebrar, mas nunca lhe ocorreu que poderia colocar o copo na pia com cuidado para que não se quebrasse. Vovô e vovó sempre colocam os copos na pia, então ela resolveu fazer a mesma coisa. Crianças pequenas não conseguem entender causa e consequência muito bem. Isto se desenvolve com o tempo. Até lá, testemunharemos comportamentos inadequados em abundância.

Resposta apropriada: correção sem punição. Dona Célia poderia pegar a menina no colo e mostrar o copo quebrado: “Está vendo? Quebrou. Agora nós não vamos conseguir beber neste copo mais. Seja cuidadosa com copos. A gente precisar tratar um copo de vidro com cuidado”.

A avó poderia ser justificada se ficasse brava e irritada com o caso do peixinho. Felizmente a vovó conseguiu salvar a situação restaurando o peixinho de volta ao seu habitat antes de ser tarde demais. Com relação às chaves, Dona Célia deu uma bronca e puniu a Sara, mas ainda assim a garota se recusou a dizer onde estavam as chaves. A avó tinha certeza de que a menina estava se comportando com rebeldia, de propósito. Sara tinha certeza de que ela não conseguia se lembrar de onde tinha deixado as chaves, e ela não tinha certeza se conseguiria explicar para a avó onde estavam mesmo que conseguisse se lembrar. A luta por poder entre estas duas personalidades fortes não estava nem perto de ser resolvida. E neste caso, Sara detinha as chaves de poder, literalmente e figurativamente.

2. Para conseguir atenção

Imagine esta cena: Caio sabia que ele não podia mexer com o cachorro da família, um *weimaraner* muito paciente e tolerante com crianças. Ele já tinha sido corrigido sobre isto inúmeras vezes. Porém, naquele domingo, a casa estava cheia de visitas e ninguém estava lhe dando atenção. Então, ele agarrou as orelhas do cachorro e puxou com toda força. O cachorro uivou de dor. De repente todos estavam olhando para Caio.

Para uma criança que está se sentindo deixada de lado, atenção negativa é atenção do mesmo jeito. Crianças, todas as crianças, querem desesperadamente ser notadas, ser o centro, pertencer. Para uma criança, 100% de atenção ainda não é suficiente. No momento em que ela se vê privada da atenção desejada é hora de aprontar.

Resposta apropriada: minimizar a atenção dada ao mau comportamento, aumentar a atenção dada ao bom comportamento. Se o ato não gerar a atenção desejada, ele não valerá tanto a pena.

Márcia, a mãe de Caio tinha um problema neste caso, que envolvia crueldade para com animais e a questão da segurança. Se Caio tentasse o mesmo truque com o *rottweiler* do vizinho, ele poderia perder o rosto. Muitos poucos cachorros são tão tolerantes como os *weimaraner*. Além disso, ela e seu marido tinham horror à crueldade com animais.

Ela pegou Caio no colo, carregou-o para o quarto rapidamente, longe do olhar das outras pessoas. Ela quase nunca usava o castigo físico, mas desta vez Caio ganhou uma chinelada e ela explicou muito claramente porque ela estava batendo nele. “Você nunca maltrata um animal ou outra pessoa. Nunca. Isto é muito errado.” Ela não teria usado um chinelo se fosse qualquer outra ofensa. E pelo fato de o pai e a mãe quase nunca usarem castigo físico, este ato assustou e surpreendeu a Caio mais do que o machucou.

Neste caso, Márcia estava agindo precipitadamente de acordo com o seu primeiro impulso, para evitar a crueldade. No caso de dona Célia em relação a Sara, a primeira resposta não foi apropriada. Neste caso, não foi a pior das hipóteses para a situação. Márcia, ainda assim, deveria ter respirado fundo, dado uma pausa com relação à sua primeira reação e considerado uma segunda opção. Neste caso, talvez a segunda, fosse na verdade a primeira. Mesmo assim teria sido considerado o ponto de vista da criança. Só que mesmo que ele não soubesse o que estava fazendo (mas neste caso ele sabia), precisava compreender que esse tipo de comportamento para com os animais não poder ser tolerado.

Uma palavra com relação ao “ficar de castigo”, que parece ter se tornado a forma de punição preferida dos anos noventa. Uma forma que, usada de vez em quando, pode ser muito eficaz. Essencialmente o que o “ficar de castigo” proporciona é uma forma de retirar

a criança da situação na qual o problema esta ocorrendo, forçando o isolamento da criança diante do contexto.

Talvez o castigo não seja ficar em um canto do cômodo, pode ser ficar numa cadeira, ou num cômodo ao lado. Para as crianças cujo mau comportamento é motivado pela vontade de chamar atenção, esse tipo de medida mina a estratégia da criança. Retirar a criança do foco da atenção mostra para ela que aquele comportamento não surtiu o resultado desejado.

“Ficar de castigo” é uma boa estratégia para quebrar incidentes de brigas e disputas. É uma estratégia que força as duas crianças a se apartarem e dá a elas a chance de se acalmarem.

O método, no entanto, pode ser facilmente utilizado em excesso, a ponto de se tornar inútil. Forçar a criança fisicamente a ficar no castigo pode ser percebido pela criança como uma forma de agressão, já que você está usando a sua força e o seu tamanho para coagi-la.

O ideal é que a criança aprenda também a usar o “ficar de castigo” voluntariamente, como uma maneira de ganhar controle sobre suas emoções. Isto não é algo que você pode ensinar a criança. Elas aprenderão por imitação, se você, como pai ou mãe, se colocar de castigo de vez em quando. Quando os seus nervos estiverem à flor da pele, e você estiver com medo de fazer algo ou dizer algo e se arrepende depois, saia da situação e dê um tempo.

A criança ficará surpresa quando você disser: “A mamãe precisa ficar de castigo um pouquinho. Eu vou voltar já já quando não estiver tão brava.” Você sai da presença da criança, fisicamente, é claro, ou deixa a criança sem supervisão. Você simplesmente se recolhe a uma cadeira, pega um copo d’água, e bebe lentamente, respirando fundo.

Depois deste incidente, Márcia reapresentou Caio ao grupo de visitas e fez questão de reforçar as coisas boas que fez pelo resto do dia.

3. Para ganhar poder e testar a autoridade reinante

Camila sabia que a mamãe era quem mandava. Mas de vez em quando ela não resistia a tentação de ter certeza de que ela realmente sabia disso. A menina queria ligar a televisão. De longe a mãe disse: “Não, Camila, fica longe da televisão”. A menina olhou para a mãe. Esta foi a primeira dica. O olhar de Camila mostrava que ela estava calculando seus próximos passos. A mãe fechou o livro que estava lendo e se levantou. Ela já sabia o que ia acontecer. Camila se virou de costas para a mãe, de frente para o televisor, à procura do botão liga/desliga. Camila já sabia que se não olhasse para a mamãe não receberia uma mensagem negativa.

A mãe atravessou a sala e disse olhando de frente para a filha. “Não pode.” O bracinho caiu e um sorriso matreiro apareceu no rostinho da menina.

A mãe deu um passo para trás, o braço se ergueu novamente em direção à televisão.

Testar os limites é muito comum para crianças de 1 ano e meio a 2 anos e meio, quando elas estão lutando com as fases de separação e formação de identidade. E crianças pequenas têm uma habilidade incrível de saber o que elas podem controlar e de escolher o campo de batalha que querem travar. É uma estratégia militar boa, e os pais ficam malucos com elas.

Mas Camila já estava mais velha do que 2 anos e meio. Ela estava manifestando uma regressão. A tentativa de testar os limites com sua mãe era óbvia e primitiva, o tipo de coisa que se espera de uma criança menor. As lutas pelo poder e testes mais comuns envolvem sono, comida, banheiro — coisas nas quais a criança poder exercer a última palavra.

Resposta apropriada: a resposta mais gentil necessária para assegurar a segurança e aquiescência da criança.

Na situação descrita acima, já que Camila estava regredindo a comportamento de bebê, sua mãe também podia tratá-la como bebê. Ela pegou a filhinha no colo, balançou a cabeça da menina em suas mãos e disse “Meu bebê, você sabe que não pode fazer assim...” Falando assim ela indicou que já tinha entendido a manobra da menina. “Vamos tomar um banho e experimentar aquele patinho de borracha que a tia Alice comprou para você?”. Desvio, distração. É assim que você lida com crianças pequenas.

Só funcionou porque tanto a oportunidade de se voltar para aquele botão de televisão tão tentador e a vontade de se engajar numa luta de poder que este botão representava foi sabotada. A mãe ganhou, mas ela ganhou sem confronto como bater ou dar broncas.

Uma regra básica para minimizar comportamentos inadequados por motivo de luta pelo controle é criar um ambiente onde as lutas por poder são mantidas a um mínimo. Essencialmente, os pais fazem isto renunciando a uma parte do seu controle. Não se deve fazer uma tempestade em copo d’água em situações como alimentação, sono, uso do banheiro. Você diminuirá a chance da criança usar estas áreas como uma boa oportunidade para iniciar suas batalhas.

Por exemplo, se você permitir que o filho escolha a roupa que vai usar, é possível que ele escolha algo inapropriado para o clima. Em vez de dizer: “Você não pode usar este *short*, está muito frio”, espere que ele fique de fato com frio e sugira: “Por que você não arruma uma calça para vestir? Assim você vai se sentir melhor”.

4. Para se vingar

A maioria das crianças de 2 a quatro anos de idade ainda não progrediu para esta fase do mal comportamento a não ser que tenham sido sujeitas a punição constantes e intensas, tanto físicas como emocionais. Isto só vai aparecer mais tarde, em uma criança que está se desenvolvendo de forma adequada e já está se tornando mais sofisticada.

Há, de fato, crianças que têm ataques de mal comportamento como forma de se vingar. E o ataque pode ser dirigido a alguém diferente daquele que a ofendeu. Assim como crianças podem experimentar culpa global — sentindo-se pessoalmente responsável por todo o mal no mundo — elas também podem deixar de assumir a responsabilidade pela dor infligida a uma pessoa específica. O que estiver mais próximo ou disponível será o que receberá o impacto maior da raiva e frustração do comportamento antissocial de uma criança.

Resposta apropriada: castigo físico como uma forma de disciplina é altamente ineficaz. O castigo físico se torna mais uma instância na qual ela é ofendida e machucada. Leia a criança: trejeitos hostis, mau-humor, gestos e expressões cheios de raiva, gritos, más-respostas, indicam ressentimento. Por quê? Como você se sentiria se estivesse na situação dela?

Sabendo o que você sabe (ou pensa que sabe) sobre a atitude do seu filho, como você pode fazer com que o seu alvo para a disciplina seja realizado? Talvez você encontre sucesso em métodos criativos como restituição, “colocar de castigo”, uma atividade alternativa, alguma tarefa a ser cumprida, ou alguma missão diferente a ser realizada.

5. Porque a criança está se sentindo inadequada

Esta também não é uma razão muito comum em crianças na fase pré-escolar. Elas ainda não foram frustradas o suficiente pela vida para achar que o futuro não será bom para elas. Considere esta possibilidade quando a criança atingir os 6 ou 7 anos de idade.

Na verdade, nós estamos falando sobre comportamento negativo e as consequências ou respostas negativas que estes comportamentos devem suscitar. Mas isto é apenas uma face da disciplina. A verdadeira disciplina, a formação da consciência de uma criança, envolve ações positivas também. A disciplina positiva é uma palavra em voga no mundo da psicologia infantil hoje em dia. Significa educar a criança a partir de uma atitude ou postura positiva: evitando problemas antes que eles ocorram e encorajando o comportamento adequado.

Disciplina positiva

Disciplina negativa (ou seja, com base em dizer “não”) é a forma punitiva de disciplina com a qual quase todos nós temos familiaridade. Bater, castigos, reprimendas, gritos, restrição física, carregam em si elementos negativos. A disciplina negativa parece ser mais fácil e rápida, mas geralmente ela é eficaz apenas a curto prazo. Ela faz parar aquele comportamento imediato, mas ela raramente ensina como uma criança deve se comportar no futuro.

Para evitar a acusação de que estou descartando a disciplina negativa como algo totalmente ruim, deixe-me adiantar que eu acredito que ela tenha sim o seu lugar. Quando uma regra precisa ser cumprida, imediatamente e de forma enérgica, a disciplina será útil. Estou falando de regras de segurança primordiais como não entrar numa rua correndo sem olhar para os lados, não brincar com fogo ou com eletricidade. Nestes casos, a disciplina negativa, se for administrada com o acompanhamento de uma explicação verbal, dá um choque na criança para que assimile a lição: “Opa, eu não posso mexer naquele fio elétrico, ou então...” Quanto menos frequente for a disciplina negativa, mais eficaz ela será quando for de fato administrada.

Mas a disciplina positiva é exatamente o contrário: tem de ser usada em abundância. Há várias formas específicas de se praticar a disciplina positiva. Experimente todas as formas. Formas diferentes terão respostas diferentes de acordo com cada estilo de personalidade. Leia o seu filho e avalie os resultados à medida que implementa cada uma destas formas. Não se esqueça também de que qualquer disciplina, seja ela positiva ou negativa, terá de ser alterada a medida que a criança cresce e amadurece.

Anteça e evite problemas com a criança

Muito do que as crianças pequenas fazem não pode ser antecipado. Nem Tereza nem sua mãe poderiam imaginar que Sara ia escolher aquela hora para brincar na água. Na cabeça de um adulto, você simplesmente não entra numa lagoa com a sua roupa nova. Na cabeça de uma criança em idade pré-escolar, não há problema algum com isto. Portanto quando sugiro que você anteça as situações, não me leve ao pé da letra. Não dá para antecipar tudo, e há dias em que não conseguimos antecipar nada!

Prepare a criança para o que vai acontecer

Tereza poderia ter dito: “Sara, nós vamos levar a vovó para um restaurante muito bonito. Nós vamos vestir roupas novas e especiais. E nós queremos ficar bem bonitas para a vovó, tá bom?”.

Ela poderia também tentar cobrir todas as bases possíveis: “Sabe, filhinha, pode ser que a gente tenha de esperar quietinhas até que a refeição seja servida. O que você acha de a gente levar lápis de cor e papel para desenhar enquanto a gente espera?”.

Duvido muito que isto teria evitado a aventura na lagoa. Tereza teria de aumentar as suas chances conversando várias vezes com Sara. Assim a filha teria um pouco mais de conhecimento do que era esperado dela durante aquela tarde, mas este tipo de conhecimento se esquece com facilidade.

Tente verbalizar expectativas apropriadas para a idade da criança. Não seria realista Tereza esperar que uma criança de 2 a 3 anos ficasse sentada quietinha por uma longa tarde enquanto os adultos conversassem demoradamente. Isto é especialmente difícil para as crianças mais ativas. Tereza precisava se programar para levar a filha para dar uma voltinha e achar pequenas atividades que a mantivesse distraída. A duração da atenção de uma criança de 2 a 3 anos não passa em média de 10 minutos. Já com 4 anos, Sara poderia lidar com este tipo de situação de forma mais adequada.

Mantenha uma rotina

O pai vai preparar seu filho para dormir e diz: “Hora da historinha, filho”. O filho diz “Não pai, primeiro tem de ser banho”. Banho primeiro, depois a história. As crianças pequenas exigem rotina. Quando as coisas acontecem de forma regular, previsível, a criança se sente mais segura. O mundo lá fora é um lugar assustador, mas aqui em casa as coisas são previsíveis e seguras.

É como os cavalos de circo, treinados para trotar em certo ritmo. O cavaleiro acima deles pode fazer qualquer peripécia, mas terá de cair exatamente em cima do cavalo se quiser evitar um grande acidente. Assim, os cavalos são treinados para nunca mudar de ritmo ou trajetória. A segurança do acrobata depende disso. O circo pode cair, e uma tempestade destruir tudo, mas ao final, os cavalos estarão lá, trotando no mesmo ritmo.

As crianças compreenderiam a atitude dos cavalos.

Evite as reclamações irritantes

Perturbar, infernizar, encher a paciência, repetir uma bronca ou uma ordem várias vezes, você sabe do que estou falando. Esse tipo de atitude da parte dos pais coloca a criança imediatamente na defensiva. Provavelmente o mesmo acontece com você. Como é que você reage a uma pessoa irritante e persistente, a não ser com resistência?

Minimize as reclamações e ordens repetitivas. Como? Pensando em formas positivas de articular suas instruções. Se for necessário tente novamente, mas usando outra forma e com o intuito de comunicar, não de irritar.

Compare:

“Guarde os seus brinquedos para podermos jantar.”

Com:

“Assim que guardar os brinquedos, você pode vir ajudar a abrir os pães enquanto o papai monta o sanduíche para o jantar.”

É possível que a criancinha decida ajudar com a montagem do sanduíche, em vez de apenas abrir os pães. Tudo bem, ela tem de demonstrar a sua individualidade. Mesmo assim você conquistou a sua cooperação e desejo de participar “depois de guardar os brinquedos”.

Não complique as coisas

Um conhecido meu ia passar na padaria para trazer alguns itens para sua esposa. Ela pediu que ele trouxesse quatro coisas. “Pera aí,” ele disse parando já de saída. “Quais três você quer? Eu só consigo me lembrar de três.” Alguns dias depois ele achou na sua mesa um cadernetinha e uma caneta.

Mas ele tem razão. Nós só conseguimos lembrar certo número de coisas. Algumas pessoas conseguem lembrar um pouco mais que outras. No caso das criancinhas o número de coisas que elas podem lembrar é UM!

Uma instrução apenas, uma coisa a fazer, um dia de cada vez. “Guarde os brinquedos e leve os seus livros para o quarto.” Quase sempre uma ordem assim não funcionará.

Use o nome da criança

As crianças na fase pré-escolar estão passando pela separação e formação da sua própria identidade. É importante usar o seu nome. O que você diz se torna mais pessoal para ela. Manter esta distinção de que ela é ela, ou que é a ela que eu estou me dirigindo é importante em qualquer fase da vida de uma criança.

Articule qualquer ordem de forma positiva

Evitar dizer sempre “Não”, ou “Não pode”, ou “Pare!” é uma forma de praticar a disciplina positiva. A forma como você se dirige à criança precisa ser encorajadora e não acusadora, neutra, ao invés de hostil. A mensagem de orientação e até de correção precisa ser passada sem se tornar um convite à resistência.

Suponha que o seu filho, do alto da sua cadeirinha, decida jogar toda a comida no chão. Ele fica de lá olhando a comida espatifada lá embaixo. Ao invés de dizer “Alex, não, não pode!” experimente dizer “O lugar da comida é no prato”.

Se manter o seu humor sob controle for também um problema, você pode ser criativo. Usar ironia, sarcasmo e humor, mesmo que só você compreenda, pode ser de grande benefício. Você precisa de uma interação positiva com a criança tanto quanto ela. Que tal um lacônico “Você já terminou a sua refeição, hein?”. Ou: “Tá bom, esta é uma forma de você me dizer que não quer mais comer, mas é mais fácil só dizer ‘acabei!’” Ou, com um pouquinho só de impaciência na voz: “Ah, Alex!”.

A capacidade humana de se incomodar com negativas é muito mais presente nas crianças pequenas. Elas não fazem uma análise das frases procurando algo negativo, mas suas reações, todas instintivas e num nível inconsciente, reagem às mensagens negativas de uma maneira tão enfática que nós não queremos estimulá-las nesta direção.

Cuide de si mesmo

Às vezes, absorvidos nas tarefas de cuidado dos filhos, os pais se esquecem de cuidar de si mesmos. Se os seus nervos estiverem à flor da pele, você não vai ser capaz de respirar fundo, dar uma pausa, avaliar o seu primeiro impulso e decidir a melhor maneira a seguir. Você agirá sem pensar, seguindo o seu instinto. No entanto o seu filho ou filha precisa da melhor resposta possível da sua parte para cada incidente, porque cada pequeno incidente, não importa quão insignificante, é uma oportunidade de aprendizado para a criança. As criancinhas passam a maior parte do tempo coletando toda informação possível e usando este aglomerado de informações para construir uma explicação para o mundo em que vivem. Esta explicação vai guiá-las pelo resto de suas vidas.

Uma forma de cuidar de você mesmo é por meio do humor e ironia. Outro é por meio de agrados que você pode fazer a si mesmo. Você não está dando a si mesmo um presente para comemorar o fato de que não estrangulou o seu filho no final do dia. Os agrados, merecidos ou não, um leite com chocolate no final da tarde, mesmo que você não tenha conseguido ainda vencer todas as tarefas do dia, uma conversa ao telefone com um amigo ou amiga, um livro de suspense, um momento ouvindo a sua música predileta, são todas formas de aumentar a sua capacidade de relaxar e de ensinar aos seus filhos a disciplina positiva, praticando-a e servindo de exemplo.

Como fomentar o bom comportamento na criança

Acredito que você já faz o seguinte:

1. Comente o bom comportamento e o recompense de forma moderada

A recompensa tem o seu lugar na história humana. Por que jogar fora um método provado e eficaz? No entanto, por favor, use-o economicamente. Não há problema em recompensar uma tarefa bem realizada, mas não tente recompensar *todas* as tarefas bem feitas. Recompense a criança pelo seu entusiasmo. E nunca hesite em recompensá-la apenas por ser ela. “Gosto de você porque você é você!”

Bons agrados não se resumem a balinhas e chicletes. Uma recompensa pode ser um gesto social, como um beijo, um tapinha nas costas e abraços (o contato físico é muito importante para a criança). Pode ser uma história, um convite para assistir algo juntos, um convite para brincar de alguma coisa juntos. As melhores recompensas custam caro para o papai e mamãe: tempo!

Outra forma de encorajar o bom comportamento é permitindo consequências.

2. Permita as consequências

Lei da física n° 1: Para toda ação há uma reação natural. O mesmo acontece com as pessoas.

Consequências é uma das ferramentas de aprendizado mais valiosas para as crianças. Podem ser naturais ou planejadas. Quando as crianças ainda são pequenas elas não conseguem fazer a distinção entre uma ou outra consequência. O importante é: permita que a criança falhe quando ainda é seguro.

“Se você não terminar o café da manhã rápido, você não pode ir à feira com o papai. Ele tem de sair logo.” A criança enrola, o pai sai. A criança fica chorando.

Com um ano de idade, seria uma crueldade esperar que a criança conseguisse atender a demanda de “andar logo”.

As lições de causa e consequência precisam ser apropriadas para a criança. Algumas dicas sobre causa e consequências:

O que está em jogo deve ser apropriado. A criança que está começando uma vida inteira de escolhas, ainda precisa ser protegida das consequências mais drásticas de suas decisões. No exemplo acima, se o papai estivesse indo para as férias, o que estaria em jogo seria demais para a criança. As consequências não chegariam nem perto de se equiparar com o comportamento “enrolar no café da manhã”.

A causa precisa ser gerenciável. É possível para a criança atender as expectativas? Uma criança que é obrigada a fazer algo acima das suas capacidades não aprenderá nada a não ser frustração e falta de autoconfiança.

Deixe a criança experimentar consequências negativas. É incrível como isto é duro para os pais. Por exemplo, uma mãe acordava seu filho de 12 anos todos os dias pela manhã, duas vezes, depois ficava instigando-o para que saísse da cama, para que se arrumasse, para que tomasse o café da manhã. Finalmente ele saía de casa para pegar a condução, quase sempre correndo porque estava atrasado. Perguntei a ela, qual era a distância entre a sua casa e a escola. Ela disse “Dois quilômetros, longe demais para ele ir a pé.” Mas, ele iria apenas uma ou duas vezes! O ideal seria que ele fosse acordado (está bem, deixemos que a mãe o acorde duas vezes) e que depois de acordado ele fizesse tudo sozinho. Uma criança de 12 anos deveria ser responsável pela sua rotina matutina sem ajuda.

A mãe protestou. “Ele tem matemática no primeiro período, chegaria sempre atrasado e perderia a matemática.” Ao que eu respondi: “Por que você não o deixa decidir se quer perder essas aulas e ficar de recuperação?”

O seu pequeno também pode fazer escolhas e experimentar os resultados de suas decisões. Só que como ainda é bem pequeno, você pode controlar as consequências e fazer com que elas sejam apropriadas para a idade e desenvolvimento dele.

“Dar um tempo” é uma consequência. Imponha esta medida quando a criança se recusa a cooperar. Por exemplo, se a criança não parar de jogar coisas, talvez até um brinquedo que ela goste muito, tire o brinquedo do seu alcance por um tempo. Na verdade estes são exemplos de consequências planejadas, não são formas de “castigo”.

Encoraje consequências positivas. Isto inclui o suborno do tipo “Se você se vestir rapidinho, dá tempo de eu jogar com você antes de irmos para a escolinha”. Você pode considerar como consequência positiva a recompensa ou até o “suborno”, mas a melhor consequência positiva é a consequência natural de um bom comportamento. O comportamento precisar estar ligado diretamente à consequência: me vestir rápido = brincar com a minha mãe.

Esta é a chave para fazer com que as lições de causa e consequência funcionem: as consequências têm de estar ligadas ao comportamento. Dê uma olhada na tabela a seguir. Que consequência você pode imaginar para os comportamentos cujas consequências estão faltando:

Comportamento	Consequência
A criança resiste a ir para a cama...	A criança perde a história ou outro agrado com o pai ou mãe antes de ir para a cama. A criança gasta o tempo antes de dormir sozinha, sem atenção dedicada dos pais.
A criança briga com uma outra criança por um brinquedo...	O brinquedo é retirado, nenhuma das duas se beneficia.
A criança brinca com a comida e joga a comida para todo lado.	A criança é retirada da mesa e perde a oportunidade de comer com a família.
A criança se comporta muito bem durante a janta.	A criança ganha um agrado de acordo com o seu interesse.
A criança entra numa rua correndo, sem olhar para os lados.	A criança é punida. Porque a punição é usada raramente, ela significa muito nesta situação.
A criança não pega seus brinquedos para guardá-los depois da brincadeira...	
A criança faz bagunça na igreja durante o culto	
A criança brinca uma tarde inteira sem brigar com coleguinha	

3. Ensine novos comportamentos

As crianças imitam os pais, não há como negar esta realidade. Dar o exemplo de comportamentos que você gostaria de ver no seu filho ou filha é a forma mais poderosa de disciplina positiva que há. As ações falam mais alto que as palavras. Por bem ou por mal, o seu comportamento servirá de espelho para o seu filho.

Só que o espelho está quebrado. O exemplo que você dá nem sempre é o que você gostaria que o seu filho imitasse. Você perde a paciência e tem um ataque de fúria, depois você se acalma e percebe que agiu errado. O seu pedido de perdão (sim, até mesmo para uma criança em idade pré-escolar) conserta o espelho e ensina uma lição importantíssima também.

Em outras palavras, a criança está olhando para os pais de forma integral, não para incidentes isolados. Você acerta aqui, erra ali, mas é a pessoa inteira que vai se tornar o exemplo maior para a criança. E é também a disciplina como um todo que proporcionará para a criança a sua formação.

4. De trás pra frente

Coloque primeiro a sua calça jeans, depois a roupa de baixo, coloque o sapato primeiro, só depois as meias, coloque o boné primeiro e só depois tente pentear o cabelo. Muitas vezes a disciplina acontece de trás pra frente e por isto é igualmente bem-sucedida. Os pais começam pela última medida, que é diminuir o mal comportamento, e param aí. Ao invés disso, eles precisam começar do começo: evitar e minimizar o comportamento inadequado, encorajar o bom comportamento e ao mesmo tempo servir como modelos para serem imitados pelos filhos.

Trabalhar com a prevenção de problemas antes que ocorram é a premissa principal de uma disciplina positiva bem eficaz. Deveria ser um alvo para toda a vida.

A criança que aprende a obedecer agora, desenvolverá autodisciplina para obedecer a Deus mais tarde. No momento, para as criancinhas pequenas, você é provavelmente a coisa mais próxima de Deus que elas podem experimentar. Ainda bem que com o tempo, tanto para você como para Deus, isto vai mudar. Agora, no entanto, por meio do seu exemplo de vida e orientação, a criança será capaz de entender melhor o que o Pai quer para poder fazer a sua vontade.

Há, no entanto, algumas ocasiões em que a desobediência é crucial. Nessas circunstâncias você deseja que o seu filho grite, espere, desobedeça e desrespeite.

5. Ensinando as regras da desobediência deliberada

Duas meninas, uma de sete e outra de nove anos estavam no ponto de ônibus esperando pelo transporte escolar. Um homem em uma van vermelha parou na esquina bem próximo a elas, abriu a porta do carro e chamou “Vem cá, eu dou uma carona para vocês, assim não têm de esperar o ônibus.”

A menina de sete anos deu um passo à frente. A de nove, agarrou o braço da pequena e gritou “Corra!”. Puxando a menor pelo braço ela correu rua afora em direção a uma padaria gritando com todas as suas forças.

A polícia, seguindo a pista do atendente da padaria, que tinha ouvido a menina gritar, conseguiu localizar a van, e pela placa, o seu dono. Eles prenderam o homem algumas horas mais tarde pois este já tinha na polícia uma ficha criminosa com onze casos de abuso sexual.

A menina de nove anos tinha sido treinada para “correr, gritar, contar”. O treinamento valeu muito a pena! Infelizmente, a grande maioria de abusadores não são pessoas desconhecidas da criança. Na maior parte dos casos o abusador é um amigo da família, um parente, alguém que a criança conhece e reconhece como um adulto (a quem se deve obediência).

Casos de abusos, especialmente o sexual, não acontecem em incidentes isolados. Uma vez que o pedófilo estabelece uma vítima, o abuso ocorre repetidamente, muitas vezes por anos. Se não for detectado, o perpetrador da violência pode abandonar a sua primeira vítima em troca de uma nova, cuja idade seja preferida. É, portanto, essencial — absolutamente essencial — que o abuso seja descoberto o mais rápido possível, no primeiro ou até antes do primeiro incidente.

É comum que apenas a criança, além do perpetrador, esteja consciente do que se passa. As duas meninas no ponto de ônibus ilustram a importância do “correr, gritar, contar”. A outra razão é a natureza repetitiva desta perversão.

É muito cedo para pais de crianças em idade pré-escolar se preocuparem? Infelizmente, não. Temos conhecimento até de bebês que se tornam vítimas desta perversão. Como você pode proteger o seu filho ou filha deste perigo?

Ensine a criança a “gritar e contar”

Muitas crianças foram salvas por este simples ato de gritar e contar. A resposta do seu filho ou filha para qualquer avanço de um adulto que não está na presença do pai ou mãe deverá ser gritar e contar. Este comportamento redundará em inúmeros alarmes falsos. Não tem problema.

A criança precisa ter a confiança de que independente de ameaças ou promessas, a resposta dela deve ser “escandalosa”. Isto é difícil para a criança. O abusador é esperto e sabe como seduzir ou assediar a criança. “Meu cachorrinho sumiu, você me ajuda a procurar?”, ou “Sua mamãe está doente, vem cá que eu te levo até ela...” Quando ouvimos uma coisa assim, imediatamente nosso sistema de alerta é acionado, mas a criança ainda não tem o seu sistema de alerta bem desenvolvido.

Quando o abusador é uma pessoa da família ou amigo, as defesas da criança são ainda mais insuficientes. As defesas da criança amadurecerão com o tempo, à medida que ela crescer em autoconfiança e sabedoria. As regras sugeridas abaixo devem ser implementadas em todas as faixas etárias:

Regras básicas

- **O meu corpo pertence a mim e tudo o que é coberto por uma roupa de banho (biquíni ou sunga) não pode ser acariciado ou violado.** Ninguém toca a criança em locais privados, a não ser que seja por uma razão explicada por mamãe e papai, e que eles saibam e permitam, de preferência na sua presença. Isto dá a ela o sinal verde para o pediatra, mas não para o Tio Y, X ou Z.
- **Eu tenho o direito de dizer não a qualquer pessoa,** até para o meu irmão ou irmã mais velho, se o que ele estiver fazendo comigo me fizer sentir que algo está errado.
- **Se alguém me tocar de forma secreta, isto não é culpa minha.** A culpa global de algumas crianças é um obstáculo neste caso. Há crianças que facilmente se sentem culpados por tudo o que acontece ao seu redor. O abusador também reforça esta tendência dizendo para ela que a culpa é dela que ele se sente atraído por ela.
- **Nunca, nunca, aceite guardar um segredo, se ele não lhe faz bem, mesmo que você seja ameaçado ou que a ameaça seja contra o seu bichinho de estimação, sua mãe, pai, ou irmãos.** Nada de segredos. Ponto final. Esta regra deve ser absoluta na primeira infância porque a maior arma de um abusador é conseguir que a criança mantenha o segredo. Ele fala sempre: “Lembre-se, este é o nosso segredo. Não conte a ninguém, nunca”.
- **Saiba sempre onde seu filho está e com quem.** Esta regra será importante mais tarde quando seu filho ou filha começar a circular em lugares diferentes, alguns dos quais você não tem acesso (como a sala de aula, por exemplo).

Como ensinar as regras

Criancinhas pequenas não conseguem aprender algo a não ser por meio de jogo e de teatro. É incrível como nós não hesitamos em fazer este tipo de jogo diante da ameaça que o trânsito oferece ou da água (uma piscina, um lago, um rio), mas achamos que vamos traumatizar a criança se ela souber como lidar com as pessoas que não conhece. Faça disso

tudo um jogo. A criança verá a coisa como diversão, você, como prevenção vital para a segurança dela.

Outras regras de segurança:

Fogo:

- O que você faz se pegar fogo?
- Caio no chão e rolo.
- O que você faz se descobrir um fósforo?
- Dou para um adulto, na mesma hora.
- O que você faz se você achar um isqueiro?
- Dou para um adulto, na mesma hora.
- O que você faz se descobrir outra criança brincando com fósforo?
- Conto para um adulto.

Água:

- Nunca, nunca subestime a capacidade de uma criança de se colocar em perigo diante de um corpo d'água. Crianças pequenas precisam de supervisão constante, um adulto *dentro* da água com elas. Crianças mais velhas: um adulto treinado e capaz por perto e “de prontidão”.
- Carros:
- A criança deve estar sempre presa na cadeira apropriada para sua idade ou no cinto de segurança.
- A criança deve aprender também a não correr da calçada para a rua e a nunca atravessar a rua sem a ajuda de um adulto. Mais tarde haverá a oportunidade de ensiná-la a fazer isto sozinha de forma segura.

Mãos Dadas

Revista de Apoio aos que trabalham pela dignidade de nossas crianças e adolescentes.
Caixa Postal 88 - 36.570-000 Viçosa