

# E se houvesse uma “vacina” para os problemas de comportamento?

Programa “Anos Incríveis” não é “uma vacina milagrosa”, mas produz efeitos positivos. Universidade de Coimbra vai aplicá-lo em 60 jardins-de-infância com crianças em desvantagem social e económica

## Prevenção Graça Barbosa Ribeiro

Se existisse uma “vacina” para reduzir o risco de perturbações de comportamento, ela seria aplicada prioritariamente no grupo onde aquele é mais alto. É o que vão fazer duas investigadoras da Faculdade de Psicologia e Ciências da Educação da Universidade de Coimbra, que obteve financiamento europeu para aplicar no distrito o programa “Anos Incríveis”. Neste momento, estão já a ser seleccionados os 60 jardins-de-infância e os centros de saúde das respectivas áreas em que existe maior número de crianças com famílias em situação de desvantagem social e económica, cujos pais também vão ser envolvidos no projecto.

Entre os três anos e os seis anos cerca de 5% das crianças apresentam sintomas clínicos de perturbações de comportamento. Nas famílias com problemas sociais e económicos a percentagem dispara para os 20%, com uma agravante – a probabilidade de estas perturbações virem a traduzir-se em problemas sérios, anos depois, é alta. É com base nestes dados e na evidência científica de que é possível intervir – segundo revelam os resultados do programa “Anos Incríveis”, aplicado há 40 anos nos Estados Unidos da América e replicado noutros países – que a investigação em curso se iniciou em 2003, em Portugal.

Projectos desenvolvidos anteriormente pelas investigadoras Filomena Gaspar e Maria João Seabra Santos, primeiro com pais de crianças com problemas de comportamento vulgares e, depois, com os de meninos e meninas já com sintomas clínicos de perturbações do mesmo género, provaram que também em Portugal é possível obter melhorias promovendo aquilo a que se chama a “parentalidade positiva”. Isto pode traduzir-se, explica Filomena Gaspar, da FPCE, por aplicação, de forma consistente e persistente, de estratégias de educação que promovem os bons comportamentos e desincentivam as atitudes de oposição, de desafio e de agressividade das crianças.

Uma dessas estratégias – que fez títulos de jornais quando terminou um dos projectos desenvolvidos, em 2013 – é dedicar às crianças dez mi-



Entre os três e seis anos cerca de 5% das crianças apresentam sintomas de perturbações de comportamento

## Parentalidade positiva

### Projecto financiado em 295 mil euros

A dificuldade em envolver os pais nos projectos de parentalidade positiva é um dos maiores obstáculos à promoção de programas como o que agora foi financiado em 295 mil euros através do European Economic Area Grants, revelam as investigadoras da Universidade de Coimbra, Filomena Gaspar e Maria João Seabra. “É preciso que tenham noção de que muitas vezes a origem dos problemas de comportamento dos filhos está neles próprios e não nas crianças – e esse é um passo que nem todos estão dispostos a dar”, explica Filomena Gaspar.

No caso do projecto financiado, não são abrangidos apenas os pais que for possível motivar (que

vão participar em sessões de duas horas, uma vez por semana, ao longo de 14 semanas). A partir de Outubro serão promovidas acções de formação para técnicos dos centros de saúde e terá início a primeira de duas séries de seis *workshops*, ao ritmo de um por mês, em que vão participar, no total, 60 educadores de infância.

Para a selecção das escolas que vão receber formação e intervenção, a Faculdade de Psicologia e Ciências da Educação da UC conta com o apoio da Associação Nacional de Intervenção Precoce e da Escola Superior de Educação de Coimbra, parceiras do projecto. A Universidade de Tromsø, na Noruega, será consultora científica para a aplicação do programa. **G.B.R.**

nutos de “atenção positiva”, por dia, todos os dias. Dez minutos em que os pais não estão a fazer perguntas ou a tentar ensinar (os números, as cores, os dias da semana ou os meses), mas a escutar os filhos e a brincar segundo as suas regras e ao seu ritmo. “É muito mais tempo do que os pais concedem, normalmente, às crianças, e impede que elas ajam da forma que é mais frequente: tentando conquistar essa atenção com birras e desafiando a autoridade dos pais”, nota Filomena Gaspar.

Aquela rotina constitui a base de sustentação de uma série de outras estratégias e visa evitar que a criança teime em tornar-se o centro das atenções dos pais (e também dos educadores de infância e dos colegas) pelos maus motivos. A partir daí, e numa segunda fase, definiu a investigação, há que reforçar os comportamentos positivos, através do elogio; e, ao mesmo tempo, estabelecer as regras de forma clara e pela positiva.

“Uma criança normalmente inquieta perceberá melhor o que se espera dela se os pais a elogiarem por estar algum tempo sossegada a desenhar, por exemplo; e também se em vez de ouvir constantemente

‘não corras’ e ‘não berres’ receber indicações, dadas de forma firme, mas serena, educada, de que deve andar devagar e falar baixinho e porquê”, exemplifica a investigadora.

No plano de formação de “Os anos incríveis” os adultos aprendem, ainda, que devem evitar os castigos. A estratégia correcta é dar às crianças a oportunidade de escolha, tempo para reflectir e, depois, aplicar consequências com firmeza, se elas optarem pelo comportamento negativo.

Um exemplo, aponta Filomena Gaspar: “Se não comeres a sopa vais para a cama imediatamente, sem brincar”. Se a criança escolher a primeira opção, deve realmente ir para a cama logo. Aprenderá, aos poucos, que tem o poder de escolha e que é responsável pelas consequências”. No caso das birras, a regra é ignorar: “Se a criança chorar durante hora e meia chora. O importante é que não perceba que através delas pode captar a atenção e manipular o adulto”.

A questão, segundo as coordenadoras do programa em Portugal, é que, em famílias em circunstâncias de desvantagem social e económica, os próprios pais, devido a vários factores, entre os quais o stress, têm muita dificuldade em auto-regular o seu comportamento: “Não só são incapazes de aplicar as estratégias como se tornam um modelo de desregulação, criando círculos viciosos de desvantagem social que são muito difíceis de quebrar”.

Daí a opção, no caso do novo projecto, por intervir também junto dos educadores de infância e dos técnicos dos centros de saúde. “Por um lado, está provado que os resultados são melhores quando os educadores de infância são envolvidos; por outro, esta é uma forma de difusão das estratégias dos educadores de infância (em relação aos seus pares e aos pais) e dos técnicos de saúde (relativamente às famílias que acompanham e das quais, muitas, vezes são os principais conselheiros)”, justifica Filomena Gaspar.

A investigadora realça que o programa “não é uma vacina milagrosa”, “mas tem resultados francamente positivos” que, segundo estudos de seguimento, se mantêm ao longo de anos e têm reflexos directos no comportamento e indirectos em diversas áreas como, por exemplo, o sucesso escolar.