

Índice

Como educar filhos amáveis	1
Para ter uma boa autoridade	3

Como educar filhos amáveis

Porquê ser-se bom? Porquê fazer o esforço de desenvolver um carácter amável? Em que consiste a verdadeira amabilidade? São perguntas que faz Thomas Lickona no seu livro "How to Raise Kind Kids". Ser uma pessoa com carácter significa procurar ser a melhor pessoa que se pode ser, mas estando consciente de que dar o melhor de si não significa ser perfeito.

"[How to Raise Kind Kids](#)" é o resultado de toda uma vida dedicada à educação do carácter. Lickona, especialista em psicologia do desenvolvimento, é o diretor e fundador do Center for the 4th and 5th Rs (Respeito e Responsabilidade) na Universidade do Estado de Nova Iorque.

Neste livro defende que a amabilidade não é simples cortesia, mas o fruto da decisão de querer fazer o bem e do exercício de uma série de virtudes. Como dizia Aristóteles, "chegamos a ser bons fazendo o bem". Por isso, os pais devem converter-se nos treinadores do carácter dos seus filhos, ajudando-os a converter certos comportamentos em hábitos. E uma parte importante do trabalho de um treinador do carácter é saber fazer tudo isto no momento adequado.

A amabilidade como atitude

Num discurso dirigido a um grupo de estudantes da Syracuse University, o escritor norte-americano George Saunders propôs-lhes que pensassem que pessoas recordavam com uma afeição profunda, respondendo ele próprio que seguramente lhes viriam à cabeça aquelas que tinham sido especialmente amáveis com eles. A verdade é que todo aquele que se preze de ser um bom pai quer que os seus filhos sejam recordados assim.

Os pais querem que os seus filhos sejam boas pessoas, que sejam felizes, que tenham amigos; que descubram os seus talentos, o sentido das suas vidas e que consigam um certo nível de sucesso naquilo que se sintam chamados a fazer. Mas o sucesso será oco se não tiverem um bom carácter.

Se nos preocupamos verdadeiramente em fomentar amabilidade, encontraremos a maneira de proporcionar estruturas de apoio que ajudem as crianças a superar tendências sociais negativas e a desenvolver uma comunidade que tenha os seus próprios meios para que ninguém fique fora dela. Não se trata de promover constantemente ações externas, mas ações motivadas por uma atitude interior de preocupação pela felicidade dos outros.

Filhos com direito a tudo

Numa perspetiva centrada nos Estados Unidos, mas transferível em muitos casos para outros países, Lickona chama a atenção sobre alguns fatores que contribuem para o défice de amabilidade na sociedade atual.

Um é a maior cristação política. Muitas pessoas que costumavam discutir as suas diferenças políticas e ideológicas com amigos ou conhecidos, confessam que fazê-lo agora é mais difícil, se não impossível. Os pais devem enfrentar este problema com os filhos, adaptando as conversas às suas idades. É adequado perguntar-lhes em momentos descontraídos – por exemplo, durante o jantar – que comportamentos observam na escola. Como se tratam os companheiros uns aos outros. Comentar as notícias. Perguntarem-lhes como atuam em determinadas situações. Como podemos demonstrar respeito por aquelas pessoas que pensam de maneira diferente de nós.

Outro problema é a mentalidade do direito a tudo, que atrasa os nossos filhos a estarem conscientes da responsabilidade que têm no desenvolvimento do bem-estar e da felicidade dos outros, a começar pela própria família. A responsabilidade está estreitamente ligada à amabilidade, pois na medida em que as crianças são amáveis, pensam com naturalidade nos outros e menos em si mesmas. Por isso, quando a amabilidade tem um papel destacado na cultura familiar, os filhos desfrutam mais fazendo coisas pelos outros.

Em muitos casos, o caráter frágil dos jovens é o resultado de não lhes ter faltado nada, além de terem pais que os sobre protegem. Os pais de hoje já não são [“pais helicóptero”](#) (“Aceprensa”, 30.3.2016), mas “combatentes de guerra”, afirma Lickona. Para ilustrar essa realidade, dá o exemplo de uns pais que, com uma filha que obteve uma nota de 9,7 de média (em 10), querem saber como podem ajudá-la a melhorar... nos seus estudos.

Outros dois fatores são o domínio dos ecrãs na vida familiar e a sexualização da nossa cultura, alimentada pela pornografia e pelos aspetos mais nocivos das redes sociais.

Como criar uma cultura familiar positiva

Para conseguir que os filhos venham a ser amáveis, respeitadores e responsáveis, é necessário fomentar uma cultura familiar na qual os seus membros estejam constantemente a ser encorajados a viver por um ideal elevado que tenha em conta os outros e responda às suas necessidades com espírito de generosidade. Lickona sugere seis princípios de atuação:

Fazer do caráter uma prioridade na família. Assim como as empresas se definem através de uma missão, também as famílias devem parar de modo a pensar no que é que as define. Que tipo de família gostaríamos de ser? Quando se leva a cabo determinada tarefa, queremos tornar explícitos e concretos os nossos valores principais para que todos na família estejam conscientes deles, cada um a seu nível.

É importante que os filhos participem ativamente na definição dessa missão e valores, porque se se utilizarem algumas das ideias que propõem, o seu compromisso será maior. Qualquer conflito, acontecimento ou situação de tensão deverá ser encarado com os olhos da missão, tornando mais fácil uma resposta clara e comum por parte de todos.

Um ambiente familiar positivo e amável não é possível sem a gratidão como bandeira. É fundamental mostrar-se agradecido pelo que outros fizeram por nós. As frequentes expressões de agradecimento criam uma atmosfera familiar de afeição. Criar rituais de agradecimento como agradecer antes das refeições, começar uma conversa familiar fazendo uma volta de agradecimentos. Porquê ter de agradecer atualmente? E agradecer com as crianças antes de ir dormir. A gratidão é um grande passo no desenvolvimento de uma cultura da amabilidade numa família.

Dedicar aos filhos tempo e afeto. Dedicar tempo a cada filho, mesmo quando se tem uma família numerosa, porque nesse espaço de tempo muitas vezes surgem ocasiões para que contem o que se passa com eles numa forma mais íntima. Evidentemente, [as refeições em família](#) são essenciais, porque constituem uma injeção de intimidade familiar para partilhar os nossos pensamentos, experiências e valores (“Aceprensa”, 12.10.2005). Nelas surgem de um modo natural perguntas sobre o melhor ou o pior momento do dia, que coisas aprendemos, quem ajudámos ou se nos ajudaram em alguma coisa. Este tipo de encontros facilita que, quando algum dos filhos tem um problema, possa partilhá-lo em família e possa ser ajudado.

Exercer a autoridade com delicadeza. Em “The Moral Child”, William Damon, psicólogo de Stanford, afirma que o futuro desenvolvimento moral dos filhos assenta em como tenham conseguido os seus pais fazer-se respeitar e serem obedecidos. Por outro lado, em “Take Back Your Kids”, o psicólogo de família William Doherty afirma que “enfrentamos uma epidemia de insegurança parental”. Os pais que desenvolvem uma autoridade adequada, costumam combiná-la com raciocínio e carinho, mas não permitindo, desde o início, qualquer falta de respeito.

Dar às crianças voz e responsabilidade na família. Diversos estudos demonstram que as crianças beneficiam com as experiências de reforço moral. Estas experiências permitem-lhes participar em decisões que afetam as suas próprias vidas e as dos outros. Ao longo do tempo, ajuda-as a desenvolver confiança na sua capacidade para influir no meio e aumenta o seu desejo de contribuir com um impacto positivo no mundo.

É importante dar-lhes também responsabilidades desde pequenos de acordo com a sua idade. Fazer-lhes ver que é um privilégio pertencer a uma família, mas que esse privilégio acarreta responsabilidades. Por isso, não se deve esquecer, como salienta Irene Freundorfer, educadora familiar e mãe de seis rapazes e quatro raparigas (www.10kids.com) que “inclusivamente, embora se trabalhe para obter uma atitude de cooperação, deve-se deixar claro aos filhos que fazer a sua parte das tarefas do lar não é uma opção, mas uma obrigação”.

Difundir a compaixão para lá da família. Em “Parenting for Character”, o educador Andrew Mullins explica como um amigo conseguiu envolver o seu filho de 15 anos na ajuda aos mais necessitados. O rapaz insistia repetidamente em que o seu pai devia comprar-lhe uns ténis desportivos de 200 dólares, até que o pai lhe propôs um dia sair para jantar fora de casa. Levou-o à cidade e aí estiveram numa fila para um refeitório social. Passaram já dois anos e, desde essa altura, o rapaz colabora nesse refeitório social uma vez por semana.

Há milhares de histórias de crianças que alteram o seu comportamento pela experiência do serviço direto aos outros. Como fazer ver aos filhos que as pessoas de fora da nossa família também nos devem importar? Com o exemplo. Lickona conta que um estudante seu partilhou com ele uma recordação de algo que seu pai havia feito: “Num frio dia de dezembro, em Brooklyn, quando tinha 10 anos, regressava a casa com o pai a conduzir o carro, quando ele se apercebeu de que havia uma pessoa paralizada em plena calçada. Sem pensar duas vezes, parou o automóvel, saiu e deu-lhe o seu casaco, o seu chapéu e as suas luvas. Quando lhe perguntei por que havia dado as peças a um desconhecido, respondeu: ‘porque precisava delas’. Mexeu muito comigo a bondade de meu pai”.

Adotar uma visão nobre da vida. Outro estudante de Lickona queixava-se ao terminar um programa de educação do caráter de que, apesar de ser um bom praticante de halterofilismo, não podia competir com outros desportistas, porque muitos deles consumiam esteroides. O seu professor de educação física tinha-lhes mostrado um inquérito onde se perguntava aos halterofilistas o que fariam se pudessem tomar uma droga que lhes garantisse ganhar todas as competições nos próximos cinco anos, mesmo sabendo que no final desse tempo morreriam. A maioria respondeu que tomariam a droga.

Porque é que um número significativo de jovens vive a vida com uma abordagem de curto prazo? A resposta de Lickona é que têm um vazio espiritual. Alguns jovens não têm uma visão nobre da dignidade humana, do destino humano, do significado último da vida. Não sabem porque estão aqui.

Algumas investigações recentes mostram que a fé e a prática religiosa podem alargar as aspirações dos jovens. O relatório sobre tendências da juventude “Religious Involvement and Children’s Well-Being” indica que os jovens que assistem com maior frequência a serviços religiosos e que afirmam que a fé é importante nas suas vidas, têm maiores níveis de altruísmo e menos de consumo de álcool e drogas. Uma das maneiras

que tem a religião de prevenir comportamentos antissociais ou prejudiciais nos jovens é orientá-los para escolherem amigos que não estejam relacionados com essas atividades.

A. L.

Para ter uma boa autoridade

“How to Raise Kind Kids”

Autor: Thomas Lickona
Penguin Books.
Nova Iorque, 2018

No seu livro “[How to Raise Kind Kids](#)”, Thomas Lickona faz um retrato dos pais com uma autoridade clara, que combina raciocínio com carinho.

1. Têm consciência clara sobre alguns princípios de atuação conforme aos valores da família. Os filhos irão beneficiar com esta clareza e irão conhecer os assuntos pelos quais nos preocupamos verdadeiramente. Por exemplo, não permitir ver programas de televisão, filmes ou videojogos que incluam conteúdo sexual, violência explícita ou linguagem grosseira – neste último caso entrariam as canções com letras degradantes; assistir a festas onde se bebe álcool ou ficar acordado até tarde. Se essas normas forem claras e fundamentadas desde o princípio, os filhos percebem que elas não são arbitrárias, mas baseadas no amor e que se preocupam com o seu bem-estar e com o bem e a felicidade de toda a família.

2. Não permitem nenhuma resposta desrespeitosa, nem no tom, nem no conteúdo. Quando um filho cruza essa linha, convém corrigi-lo rapidamente, com serenidade, mas de um modo firme. Igualmente quando acontece entre eles. Evidentemente, os pais devem dar o exemplo da conduta que exigem aos seus filhos. Quando se trata com respeito os filhos, mas não se consegue o respeito por seu lado, perde-se uma certa autoridade e os pais deixam de ser referência como conselheiros em idades como a adolescência.

3. Levam a sério as pequenas coisas dos filhos. Um comentário depreciativo entre irmãos, uma pequena mentira, uma tarefa não cumprida. Todos estes pormenores são uma oportunidade de transferir para os filhos que temos expectati-

vas muito altas a esse respeito. Com a passagem do tempo, o compromisso com as pequenas coisas terá um efeito acumulativo na consciência dos filhos. Se deixamos passar as pequenas coisas, não terão depois capacidade de enfrentar problemas de maior envergadura. Se não corrigimos de modo claro um filho de seis anos, dificilmente evitaremos que nos renegue aos 16.

4. Ensinam disciplina de um modo que os filhos assumam a responsabilidade pelos seus atos. Uma maneira de fazê-lo é deixar que eles próprios julguem os seus atos, perguntando-lhes quais pensam ser as consequências do que fizeram. Igualmente, pode-se pedir-lhes que pensem, se necessário, no modo de compensar uma má ação. Se não lhes ocorrer como fazê-lo, é possível propor-lhes diversas opções para que escolham.

5. Supervisionam com delicadeza. O relatório sobre tendências juvenis, "Building a Better Teenager", descrevia os pais que supervisionam bem, como aqueles que sabem onde estão os seus filhos, com quem saem e o que estão a fazer, incluindo a sua presença nas redes sociais. Nas palavras da pediatra Meg Meeker, autora de "[Padres fuertes, hijas felices](#)" ("Aceprensa", 18.6.2018) e "[Los 10 hábitos de las madres felices](#)" ("Aceprensa", 26.6.2013): No meio atual, os pais delicados observam os seus filhos como o faz um falcão. Os estudos demonstram que os pais "falcão" têm adolescentes com os menores rácios de atividade sexual e de consumo de drogas e álcool.

A. L.

