BESTSELLER INTERNACIONAL



JANE NELSEN
LYNN LOTT
H. STEPHEN GLENN

Disciplina Positiva em sala de aula

Como desenvolver o respeito mútuo, a cooperação e a responsabilidade em sua sala de aula

Manole

4ª EDIÇÃO

Scanned by CamScanner

SUMÁRIO

Sobre os autores IX
Prefácio XI
Prefácio à edição brasileira XV
Sobre as tradutoras XVII
Agradecimentos XIX
Capítulo 1 Disciplina Positiva: Um modelo de encorajamento 1
Capítulo 2 Disciplina Positiva: Uma mudança de paradigma 11
Capítulo 3 Estilos de liderança 25
Capítulo 4 Por que as pessoas fazem o que fazem 47
Capítulo 5 Conexão antes da correção 63
Capítulo 6 Habilidades de comunicação respeitosas 77
Capítulo 7 Focando em soluções 93
Capítulo 8 Ferramentas para o gerenciamento de sala de aula 105
Capítulo 9 Abordagens focadas em solução para o *bullying* 125
Capítulo 10 Eliminando as dificuldades de fazer a lição de casa 137
Capítulo 11 Oito habilidades para reuniões de classe: Parte 1 143
Capítulo 12 Oito habilidades para reuniões de classe: Parte 2 161
Capítulo 13 Perguntas e respostas sobre reuniões de classe 179
Conclusão 199
Bibliografia 201
Índice remissivo 205

Scanned by CamScanner

PREFÁCIO

Um estudo conduzido em San Francisco pelo Lucille Packard Children's Hospital divulgou que mais de dois terços dos pais relataram que seus filhos vivenciam níveis de estresse de moderado a alto, como resultado das lições de casa e da experiência na escola.[1] Outro estudo revelou que, quando os alunos foram solicitados a descrever a sua experiência na escola em uma ou duas palavras, a palavra mais comumente escolhida foi *tédio*.[2] A taxa de evasão no Ensino Médio é um problema nos Estados Unidos, e muitos dos alunos que desistem não o fazem porque têm notas baixas, mas porque sentem que a escola não tem relevância em suas vidas. Esses são apenas alguns indicadores de que nossas crianças estão se dissociando e se desintegrando da escola, o que resulta em consequências terríveis para elas, para nossa comunidade e para nossa nação.

Como pai e diretor de escola, conheci a Disciplina Positiva em um curso para pais. No entanto, quanto mais eu a aplicava e mais treinamento os professores recebiam sobre o assunto, mais eu compreendia a DP (como nós nos referimos) como um antídoto para muito do que aflige a educação hoje em dia.

---

1 Lucile Packard Foundation for Children's Health (2005). KidsData.org. Krackov, Andy e Walsh, Eileen. New poll highlights parents' views on physical, emotional health of children.

2 Lyons, L. (2004). Most teens associate school with boredom, fatigue. *The Gallup Youth Survey, January 22–March 9, 2004*. Disponível em: http://www.gallup.com/poll/11893/Most-Teens-Associate-School-Boredom-Fatigue.aspx. Acesso em: 24 jun 2009.

Scanned by CamScanner

Não é o remédio de todos os males, mas é o que chega mais próximo, do que qualquer outra coisa que conheço, de abordar o ponto fundamental que está no coração da crise educacional, ou seja, o fato de que nossos filhos têm uma falta quase completa de propriedade em sua própria escolaridade.

Por "propriedade" quero dizer a crença de que eles podem gerar um impacto sobre aquilo que acontece a eles. Infelizmente, a maioria dos alunos atualmente sente que a escola é algo que *acontece na vida deles* e não algo de que eles participam de maneira ativa. Claro que eles ainda têm demandas para fazer trabalhos e provas, mas raramente eles têm o direito de determinar o tipo de trabalho ou a melhor maneira de demonstrar que estão compreendendo o conteúdo.

Disciplina Positiva é uma filosofia que não só afirma o que as crianças sentem e pensam, mas que também precisa ser reconhecida, direcionada e incorporada na estrutura regular da escola para que o aprendizado seja significativo. Aplicado com fidelidade, não é apenas um programa independente contra o *bullying*, ou um currículo de aprendizado socioemocional, mas também um veículo de mudança em todos os aspectos da educação, afetando os princípios das relações que estão por trás daquilo que fazemos quando ensinamos às crianças.

Nós devolvemos às crianças seu senso de propriedade e começamos a transformar suas relações básicas com a escola ao envolvê-las na tomada de decisões sobre questões que as afetam na sala de aula, ao incorporar suas sugestões nas condutas de sala e na escola, e ao utilizar suas ideias como recursos valiosos para resolver problemas, tanto sociais como acadêmicos. Nossas crianças podem exercer influência sobre a escola tanto quanto a escola exerce sobre elas, e ambas, a instituição e as crianças, serão melhores por causa disso.

Nas escolas Discovery, acreditamos que seja importante permitir que os alunos escolham sobre o que e como aprender, mas também ir além das escolhas e estabelecer parcerias entre professores e alunos. Alguns dos nossos alunos do sétimo ano estão atualmente desenvolvendo seu próprio método de como serem avaliados enquanto aprendem sobre autoavaliação, alunos do segundo ano estão desenvolvendo lições baseadas no seu interesse pessoal para ensinar aos seus colegas, e os alunos do sexto ano planejaram e organizaram sozinhos uma excursão a San Francisco. Uma quantidade enorme de aprendizado ocorre na preparação logística para levar 27 alunos a uma excursão fora da cidade, o que também proporciona oportunidades para desenvolver responsabilidade, motivação e relevância.

Scanned by CamScanner

Após nosso mais recente *workshop* em Disciplina Positiva, um dos professores da nossa escola fez uma lista dos conceitos e estratégias que estavam aprendendo e praticando. A lista é impressionante e inclui: permitir que a consequência natural seja o mestre, ser gentil e firme ao mesmo tempo, valorizar erros como oportunidades de aprendizagem, orientar os alunos mas deixar a eles o ônus da resolução de conflitos, e muito mais.

O aspecto mais importante e admirável em *Disciplina Positiva em sala de aula* é a mudança fundamental que consiste em confiar nas crianças, ou seja, a crença de que elas contribuem com habilidades e experiências únicas para seu próprio aprendizado, fazendo da escola muito mais do que um mero espaço para dar início ao crescimento de seu conhecimento. Isso não é só um direito, mas também uma necessidade fundamental de se envolverem seriamente em sua própria educação, dando-lhes a confiança de que eles possuem sabedoria para transmitir, autoconhecimento sobre como aprendem melhor e capacidade de avaliarem seu próprio aprendizado e comportamento.

Disciplina Positiva em sala de aula trata de como criar condições para tornar isso possível.

Dale Jones
Diretor Executivo, Discovery Charter Schools, EUA

Scanned by CamScanner

1

DISCIPLINA POSITIVA: UM MODELO DE ENCORAJAMENTO

Uma criança precisa de encorajamento como uma planta precisa de água.
É essencial para o crescimento e o desenvolvimento saudáveis.

Rudolf Dreikurs

Muitas pessoas pensam que o estudo acadêmico é o propósito da escola e que programas disciplinares devem apoiar a excelência acadêmica. Portanto, os adultos utilizam abordagens disciplinares comuns baseadas em recompensa e punição, em um esforço para *controlar* os alunos. No entanto, pesquisas indicam que, se não forem ensinadas habilidades socioemocionais às crianças, elas terão dificuldade para aprender e os problemas de disciplina aumentarão.

A Disciplina Positiva é uma abordagem diferente. Imagine um trem tentando chegar ao seu destino em apenas um trilho. Isso não é possível. O trem precisa de dois trilhos, assim como nossas escolas. O primeiro trilho é o acadêmico, e o segundo trilho é o desenvolvimento socioemocional. A Disciplina Positiva é composta por métodos que convidam os alunos a focar em soluções em vez de serem receptáculos de punições e recompensas. As escolas que têm utilizado este sistema integrado (os dois trilhos lado a lado) relatam que os desafios de comportamento diminuem e que a excelência acadêmica aumenta.

Anos atrás, uma das autoras estava lutando para aprender a usar o computador – ela se perguntava se valia a pena todo o esforço. Então, ela ouviu alguém dizer: "É tarde demais para decidir se deve haver um *trem eletrônico*. A escolha agora é quando embarcar nesse trem." Essas palavras ecoaram em sua mente a cada nova descoberta eletrônica. Seu mundo está lotado de eletrônicos que tornam a sua vida mais fácil e mais interessante. Ela está feliz por ter

Scanned by CamScanner

embarcado nesse trem. Agora que você já foi apresentado aos dois trilhos da Disciplina Positiva, esperamos que você queira embarcar nesse trem.

Antes de balançar a cabeça e dizer: "De jeito nenhum! Eu não consigo lidar com mais nada na minha sala de aula atarefada", nós esperamos que você considere isto: a Disciplina Positiva tornará sua vida mais fácil. De verdade! Se você é um professor gentil e firme, que foca na parte acadêmica enquanto ensina habilidades socioemocionais, você já embarcou no trem. Se você está se perguntando se gostaria de seguir a abordagem da Disciplina Positiva em sua sala de aula, aqui estão algumas perguntas para você considerar:

1. Você quer que seus alunos sejam capazes de tomar decisões?
2. Você quer que seus alunos aprendam resiliência?
3. Você quer que seus alunos aprendam responsabilidade (habilidade de resposta)?
4. Você quer que seus alunos aprendam cooperação?
5. Você quer que seus alunos aprendam habilidades de escuta?
6. Você quer que seus alunos aprendam a ter autocontrole?
7. Você quer que seus alunos fiquem confortáveis para assumir responsabilidade?
8. Você quer proporcionar um fórum no qual os outros possam dizer como eles foram afetados pelo comportamento agressivo?
9. Você quer ajudar os alunos a aprender a reparar os erros que ferem os outros?
10. Você quer uma sala de aula na qual os alunos estão aprendendo as qualidades e pontos fortes para desenvolver bom caráter?
11. Você quer uma sala de aula na qual a excelência acadêmica possa acontecer porque os alunos são incentivados a gostar de aprender?

Os professores treinados em Disciplina Positiva criam salas de aula nas quais os jovens são tratados com respeito, têm coragem e prazer de aprender, e têm a oportunidade de aprender as habilidades que eles precisam para uma vida bem-sucedida. A proposta da Disciplina Positiva é ter escolas nas quais as crianças nunca experimentem humilhação quando falham, mas em vez disso se sintam empoderadas pela oportunidade de aprender com seus erros

Scanned by CamScanner

em um ambiente seguro. Muitas das habilidades socioemocionais que os alunos aprendem estão representadas nas Sete Percepções e Habilidades Significativas.[1]

Três percepções empoderadoras que ajudam as crianças a ter sucesso na escola e na vida

1. Eu sou capaz.
2. Eu contribuo de maneira significativa e sou genuinamente necessário.
3. Eu uso o meu poder pessoal para fazer escolhas que influenciam positivamente o que acontece comigo e com minha comunidade.

Quatro habilidades empoderadoras que ajudam as crianças a ter sucesso na escola e na vida

1. Eu sou disciplinado e tenho autocontrole.
2. Eu posso trabalhar com os outros de forma respeitosa.
3. Eu entendo como meu comportamento afeta os outros.
4. Eu posso desenvolver sabedoria e habilidades de julgamento por meio da prática diária.

Uma descrição de como os métodos da Disciplina Positiva ensinam as Sete Percepções e Habilidades Significativas é apresentada a seguir.

EU SOU CAPAZ

Para desenvolver uma crença nas suas próprias capacidades pessoais, os jovens precisam de um clima seguro no qual eles possam explorar as consequências de suas escolhas e comportamentos sem julgamentos sobre sucesso ou fracasso – sem culpa, vergonha ou dor. Os métodos de Disciplina Positiva proporcionam um clima seguro no qual os alunos podem analisar seu comportamento, des-

1 Para saber mais sobre as Sete Percepções e Habilidades Significativas, veja H. Stephen Glenn e Jane Nelsen, *Raising Self-Reliant Children in a Self-Indulgent World* (New York: Three Rivers Press, 2002), que dedica um capítulo para cada habilidade.

Scanned by CamScanner

cobrir como ele afeta os outros e se empenhar em resolver problemas de forma eficaz para gerar mudança.

EU CONTRIBUO DE MANEIRA SIGNIFICATIVA E SOU REALMENTE NECESSÁRIO

Para desenvolver a crença da sua importância em relações primárias, os jovens precisam da experiência de serem ouvidos quanto aos seus sentimentos, pensamentos e ideias, e de serem levados a sério. Eles precisam saber: "Eu sou importante, e eu conto". Em uma sala de aula na qual se aplica a Disciplina Positiva, todos têm a oportunidade de expressar opiniões e dar sugestões em um processo organizado e respeitoso. Os alunos aprendem que podem contribuir significativamente para o processo de resolução de problemas e que podem acompanhar o processo até que as sugestões sejam escolhidas. Eles vivenciam o objetivo principal de todas as pessoas – o senso de aceitação e importância.

EU USO O MEU PODER PESSOAL PARA FAZER ESCOLHAS QUE INFLUENCIAM POSITIVAMENTE O QUE ACONTECE COMIGO E COM MINHA COMUNIDADE

Muitos professores não conseguem entender que os alunos têm poder pessoal e que irão usá-lo de uma forma ou de outra. Se não lhes são dadas oportunidades para usá-lo de maneira produtiva, eles provavelmente irão usá-lo de maneira destrutiva. Para desenvolver o uso saudável do poder em suas vidas, os jovens precisam de oportunidades para contribuir de forma útil, em um ambiente que os fortaleça e que também os responsabilize. Eles precisam aprender a compreender e aceitar o seu poder para criar um ambiente positivo. Uma sala de aula de Disciplina Positiva é um lugar onde os alunos podem vivenciar que é permitido cometer erros e aprender com esses erros. Em reuniões de classe, eles aprendem a assumir a responsabilidade pelos seus erros (comprometimento), porque, em vez de serem punidos, eles recebem apoio para explorar maneiras de aprender com seus erros. Eles também aprendem que, mesmo quando eles não podem controlar o que acontece, eles podem controlar sua resposta ao que acontece.

Scanned by CamScanner

DISCIPLINA POSITIVA EM AÇÃO

Ainda me lembro da emoção que senti quando fui apresentada pela primeira vez à Disciplina Positiva porque parecia ser exatamente o que eu estava procurando naquele momento da minha vida profissional. Conheci a Disciplina Positiva por meio de uma professora assistente, que esteve comigo durante um ano inteiro. Tivemos uma turma muito desafiadora. Ela se afastou por um curto período para fazer um curso "multicultural" em uma escola problemática no centro de Seattle e me ligou assim que chegou para me contar sobre o programa incrível que a diretora tinha implementado. Aparentemente, era a chave que havia transformado aquele lugar. Adivinhe que programa foi esse?!

Para encurtar a história, eu tirei uns dias de folga e fui até lá para falar com a diretora, ver como o programa e as reuniões de classe funcionavam nos diversos anos, falar com os professores, observar os alunos etc. Fiquei chocada ao ver como as crianças eram respeitosas e como a escola era inclusiva. Voltei para casa com muitos materiais e toneladas de ideias para usar na minha própria sala de aula.

Eu simplesmente amei a ideia de fazer reuniões de classe, usar a pauta e dar às crianças uma chance para realmente ouvir, dar ideias e ajudar a resolver problemas dentro da sala de aula. Então, eu e minha assistente contamos o que estávamos fazendo aos outros professores da nossa escola e fomos até convidadas a fazer uma breve apresentação em outra escola na nossa cidade. Obviamente, não éramos especialistas, no entanto, acredito que nosso entusiasmo e os resultados positivos compensaram a nossa falta de preparo!

Christine Hamilton,
Eugene, Oregon, Estados Unidos

EU TENHO AUTODISCIPLINA E AUTOCONTROLE

A sala de aula que utiliza a Disciplina Positiva é um excelente ambiente para que os alunos possam nomear e reconhecer os seus sentimentos e desenvolver empatia e compaixão. Os jovens parecem estar mais dispostos a ouvir quando são ouvidos. Eles compreendem melhor suas emoções e comportamentos pelo

Scanned by CamScanner

parecer que recebem de seus colegas. Em um clima não ameaçador, os jovens estão dispostos a assumir responsabilidade por suas ações. Eles aprendem o que é sentimento e como separar os sentimentos de suas ações. Eles aprendem que o que eles sentem (raiva, por exemplo) é diferente do que eles fazem (bater em alguém) e que, embora sentimentos sejam sempre aceitáveis, algumas ações não são. Por meio do processo de resolução de problemas, eles aprendem maneiras proativas, em vez de reativas, para expressar ou lidar com seus pensamentos ou sentimentos. Eles desenvolvem autodisciplina e autocontrole por pensar nas consequências de suas escolhas e por aceitar as sugestões de soluções de outros alunos. A noção de convidar os alunos a explorar as consequências de suas escolhas é bastante diferente de impor uma consequência a eles, o que normalmente é uma punição mal disfarçada. Ao explorar as consequências das escolhas, os alunos aprendem com os seus erros em vez de tentar escondê-los ou defendê-los.

EU POSSO TRABALHAR RESPEITOSAMENTE COM OS OUTROS

A sala de aula que utiliza a Disciplina Positiva oferece as melhores oportunidades possíveis para os jovens desenvolverem habilidades sociais por meio do diálogo e de conversas, de escuta e empatia, de cooperação, negociação e resolução de conflitos. Quando um problema de comportamento surge, os professores, em vez de se apressarem para resolvê-lo para os alunos, podem colocá-lo na pauta da reunião de classe, usar os Quatro Passos para Resolução de Problemas ou, ainda, instruir os alunos na utilização da Roda de Escolha. Todos esses métodos, discutidos no Capítulo 7, permitem que alunos e professores trabalhem em conjunto no desenvolvimento de soluções com as quais todos saem ganhando.

EU ENTENDO COMO MEU COMPORTAMENTO AFETA OS OUTROS

A sala de aula que utiliza a Disciplina Positiva é um lugar no qual os alunos podem responder aos limites e consequências da vida cotidiana com responsabilidade, resiliência e integridade. Eles aprendem que é seguro assumir a res-

Scanned by CamScanner

ponsabilidade por seus erros, porque não vão sentir culpa, vergonha ou dor. Eles aprendem a desistir da mentalidade de vítima e culpar os outros ("O professor me deu uma nota baixa") e a aceitar uma mentalidade de responsabilidade ("Eu recebi uma nota baixa porque não fiz o trabalho").

EU POSSO DESENVOLVER SABEDORIA E HABILIDADES DE JULGAMENTO POR MEIO DA PRÁTICA DIÁRIA

Os jovens desenvolvem habilidades de julgamento apenas quando têm oportunidades de avaliar problemas estando socialmente conscientes e cientes do que está acontecendo ao seu redor. Quando um problema surge em uma sala de aula de Disciplina Positiva, os alunos exploram o que aconteceu, o que causou isso, como seu comportamento afeta os outros e o que eles podem fazer para prevenir ou resolver esse problema no futuro. Dessa forma, aprendem a responder às necessidades da situação.

• • •

Os alunos que são fracos no desenvolvimento dessas três crenças e quatro habilidades estão em alto risco de desenvolver problemas graves, como *bullying*, abuso de drogas, gravidez na adolescência, suicídio, delinquência e envolvimento com gangues. Eles também correm o risco de desenvolver crenças menos graves, mas muito incômodas, como prepotência e falta de motivação. Os alunos que adquirem essas Sete Percepções e Habilidades Significativas correm menos risco de desenvolver esses problemas graves e indesejáveis. Portanto, é extremamente importante que os jovens tenham a chance de aprender essas percepções e habilidades, e a Disciplina Positiva proporciona uma excelente oportunidade para que isso aconteça.

Juntando tudo

A Disciplina Positiva é eficaz quando os professores estão dispostos a abrir mão do controle sobre os alunos e a trabalhar com eles de forma cooperativa. Professores que aprendem a fazer mais perguntas e dar menos sermões desenvolvem uma verdadeira curiosidade sobre os pensamentos e opiniões dos seus alunos.

Scanned by CamScanner

Quando os alunos são encorajados a expressar suas opiniões, têm escolhas em vez de ordens e usam habilidades de resolução de problemas em grupo, a atmosfera da sala de aula melhora e se torna um exemplo de cooperação, colaboração e respeito mútuo.

DISCIPLINA POSITIVA EM AÇÃO

Minha primeira experiência como professora do quinto ano foi extremamente difícil. Minha maneira de lidar com alunos desafiadores era simplesmente ser dura com eles e exigir que eles se comportassem. Bem, eu era dura, mas eles eram cada vez mais duros também. Quanto mais dura eu era, mais duros eles eram comigo! Eu finalmente percebi que ser cada vez mais dura não era a solução. Muitos dos meus alunos tinham irmãos em gangues ou pais na prisão. Eu não era tão durona assim! Então, o que eu realmente aprendi naquele primeiro ano de ensino foi o que não funcionava.

Os próximos anos foram um pouco melhores, mas eu ainda lutava entre ser muito gentil e, em seguida, ser totalmente malvada. Perguntei aos outros professores o que eles faziam em suas salas de aula "para fazer as crianças seguirem as instruções". Um professor que eu realmente respeitava me disse que ele desenhava um círculo na lousa e fazia o aluno colocar seu nariz no círculo! Eu decidi que precisava desvendar essa questão de gerenciamento de sala de aula sozinha. Eu jamais humilharia uma criança de propósito!

Nos anos seguintes de ensino, percebi que ser respeitosa e consistente com os meus alunos aumentou a vontade deles de colaborar. Mas eu ainda tinha dificuldades.

Então, eu tive a oportunidade de participar de um *workshop* de Disciplina Positiva para sala de aula. Esse *workshop* me marcou muito! Era sobre ser respeitoso com os alunos, desenvolvendo suas habilidades de cooperação, dando-lhes responsabilidade, deixando que eles se tornassem solucionadores de problemas, e muito mais! Eu me senti tão animada e energizada. Essas eram as habilidades que eu queria para os meus alunos (e para mim)!

Ensinar passou a ser cada vez melhor para mim. Eu aprendi a criar rotinas, funções para os alunos na aula e buscar soluções *com* os meus alunos. Fazíamos reuniões de classe todos os dias – incluindo reconhecimentos, elogios e resolução de problemas. Esse processo criou uma conexão dentro do grupo que eu nunca tinha experimentado antes. As crianças aprenderam

Scanned by CamScanner

a confiar umas nas outras, ajudar umas às outras e cuidar umas das outras. No geral, meus alunos queriam ser líderes positivos e se esforçavam para ser o seu melhor! Eu finalmente me senti uma professora eficaz e capaz!

Aprendi a ser uma líder e guia para os meus alunos, em vez de ser a chefe que controla. Meus alunos aprenderam que, além de leitura, escrita e matemática, eles também eram hábeis em comunicação, resolução de problemas e trabalho em equipe. Essas são importantes habilidades de vida!

Certa vez, no outono, uma mãe de um aluno do ano anterior veio me visitar. Ela queria me agradecer por todas as reuniões de classe e resoluções de problemas que tínhamos feito em sala de aula. Seu filho estava em uma nova escola naquele ano, com um professor que não estava sendo respeitoso com os alunos. Ele procurou o diretor de sua nova escola e perguntou se ele poderia organizar algumas reuniões de classe para ajudar o professor e os alunos! Seu filho se sentiu empoderado por influenciar tanto a sua classe como seu novo professor. Ele queria melhorar a situação, não culpando ou criticando, mas simplesmente discutindo o problema e ajudando os alunos e o professor a buscarem uma solução!

Dodie Blomberg,
Treinadora certificada em Disciplina Positiva, Mesa, Arizona, Estados Unidos

Scanned by CamScanner

2

DISCIPLINA POSITIVA: UMA MUDANÇA DE PARADIGMA

A tarefa mais importante de um educador – pode-se dizer o seu "santo dever" – é fazer com que nenhuma criança seja desencorajada na escola, e que uma criança que entre na escola já desencorajada recupere sua autoconfiança por meio de sua escola e seu professor. Isso vai ao encontro da vocação do educador, porque a educação só é possível com crianças que olham com esperança e alegria para o futuro.

Alfred Adler

Imagine como seria entrar em um mundo no qual tudo é diferente do mundo em que você foi criado. Talvez você tenha crescido querendo agradar os adultos. Você trabalhou duro para tirar boas notas para que seus professores e pais ficassem orgulhosos de você. Você tentou ser um bom filho, assim você evitaria punições. Você se tornou um viciado em receber aprovação dos outros. Não ocorreu a você que seus pensamentos e ideias deveriam ter importância a alguém.

Ou você pode ter sido uma daquelas crianças que lutavam contra o sistema. Você não ligava para recompensas. Você fazia o seu melhor para não ser pego e assim evitar punições, mas se você fosse pego... Bem, você se tornava um rebelde. Infelizmente, você estava mais focado em se rebelar contra os pensamentos dos outros do que em examinar seus próprios pensamentos.

Agora – ainda imaginando que você seja uma criança – você entrou em um mundo no qual os professores não utilizam punições e recompensas. Eles querem que você se concentre em soluções para problemas – junto com eles. Em vez de impor consequências a você, eles o encorajam a pensar sobre as consequências do seu comportamento e como isso afeta você e os outros. Eles acreditam que os erros são oportunidades para aprender e que, às vezes, você pode optar por "fazer uma pausa positiva" (em uma área que você ajudou a criar) para se sentir melhor antes de estar pronto para aprender.

Como você vai lidar com esse novo mundo? Nosso palpite é que não vai ser fácil desistir de sua dependência ou rebeldia contra adultos que usam os motivadores extrínsecos (punições e recompensas) em favor de aceitar a responsabilida-

Scanned by CamScanner

de e trabalhar com aqueles que usam motivadores intrínsecos (ensinando habilidades para o bem comum e para a resolução de problemas de modo respeitoso).

Esse novo mundo pode não ser fácil também para os professores que estão acostumados a programas de disciplina baseados em behaviorismo. Da mesma forma, eles precisam de uma mudança de paradigma na sua consciência. A tabela a seguir pode ajudá-los a explorar a diferença entre duas escolas de pensamento.

DUAS ESCOLAS OPOSTAS DE PENSAMENTO SOBRE O COMPORTAMENTO HUMANO

Terry Chadsey e Jody McVittie, treinadores certificados em Disciplina Positiva

	Prática tradicional dominante nas escolas norte-americanas	Abordagem da Disciplina Positiva (focada em soluções)
Quem desenvolveu a teoria?	A prática comum, Pavlov, Thorndike, Skinner	Adler, Dreikurs, Glasser, Nelsen, Lott, Dinkmeyer
De acordo com a teoria, o que motiva o comportamento das pessoas?	Elas respondem a recompensas e punições no seu ambiente	As pessoas procuram um senso de aceitação (conexão) e importância (significado) no seu contexto social
Quando influenciamos mais o comportamento dos outros?	No momento em que respondemos a um comportamento específico	Em uma relação contínua fundamentada em respeito mútuo
Quais são as ferramentas mais poderosas para os adultos?	Recompensas, incentivos e punições	Empatia, compreensão das crenças do aluno, habilidade de resolução de problemas de forma colaborativa e acompanhamento gentil e firme
Qual é a resposta para o comportamento inadequado?	Censura, isolamento e punição	Conexão antes da correção, foco em soluções, acompanhamento e lidar com a crença por trás do comportamento
Qual é a resposta para o comportamento perigoso e destrutivo?	Censura, isolamento e punição	Garantir segurança, seguida de um plano para assumir erros e repará-los
Como a aprendizagem do aluno aumenta?	Quando o adulto tem controle efetivo sobre o comportamento do aluno	Quando o aluno aprendeu habilidades socioemocionais, desenvolveu autocontrole, sente-se conectado com os outros e faz contribuições na sala de aula

Scanned by CamScanner

No início dos *workshops* e aulas sobre Disciplina Positiva, ajudamos os professores a se tornarem mais conscientes sobre a necessidade de mudança, pedindo-lhes para criar uma lista do que eles querem para seus alunos – que tipo de características e habilidades de vida eles esperam que seus alunos desenvolvam. Por mais de 30 anos, em diversos países, centenas de grupos criaram essas listas, e todas elas trazem essencialmente o mesmo:

Características e habilidades de vida

- Autoestima saudável
- Responsabilidade
- Autodisciplina
- Cooperação
- Gentileza
- Empatia
- Compaixão
- Respeito por si mesmo e pelos outros
- Habilidade de resolver problemas
- Senso de humor
- Resiliência
- Comprometimento
- Crença no poder pessoal
- Amor à natureza
- Honestidade
- Aprendizado ao longo da vida
- Automotivação
- Felicidade
- Consciência social

Você vai notar que essa lista não inclui excelência acadêmica. Em seguida, perguntamos aos professores quantos achavam que essas características e habilidades de vida são tão importantes quanto as habilidades acadêmicas. Todos levantaram as mãos. Então eles disseram que essas características e habilidades de vida são ainda mais importantes do que as acadêmicas porque as crianças devem ter essas qualidades para aprender. Em seguida, pedimos aos professores para fazerem uma lista de comportamentos desafiadores. Essas listas também são muito semelhantes, independentemente do país de origem:

Comportamentos desafiadores

- Não escutar
- Retrucar
- Não ter motivação
- Usar linguagem chula
- Interromper
- Ter problemas com lição de casa
- Atrasar
- Dormir em sala de aula
- Brigar
- Reclamar

Scanned by CamScanner

- Ter ataques de birra
- Enviar constantes mensagens de texto
- Ser viciado em redes sociais
- Provocar
- Agir impetuosamente
- Praticar *bullying*

Em seguida, mostramos aos professores como eles podem usar os comportamentos desafiadores como uma oportunidade para ensinar as características e habilidades de vida que eles querem para seus alunos. Eles aprendem isso a partir de sua própria experiência ao participar de uma atividade divertida chamada "perguntar *versus* mandar".

ATIVIDADE: "PERGUNTAR *VERSUS* MANDAR"

OBJETIVO

Mostrar aos professores como usar os comportamentos desafiadores como oportunidades para ensinar as características e habilidades de vida que eles querem para seus alunos.

INSTRUÇÕES

1. Peça a um voluntário que faça o papel de aluno; em seguida, peça para mais 16 voluntários fazerem o papel de professores.
2. Divida os "professores" em duas filas, oito em cada fila. Os oito "professores" de uma fila terão frases com ordens, e os da outra fila terão frases com perguntas.
3. Instrua o "aluno" a ouvir todos os "professores" que têm frases com ordens. O "aluno" para na frente de cada "professor" e ouve o que ele ou ela tem a dizer sem dizer nada em resposta. O "aluno" deve apenas perceber o que ele ou ela está pensando, sentindo e decidindo.

FRASES COM ORDENS

- Você sabe que tem que fazer sua lição de casa antes de vir para a aula!
- Não se esqueça de levar o seu casaco com você para o intervalo, e não se esqueça de vesti-lo – está frio lá fora!
- Se você não fizer o seu trabalho em sala de aula, você vai ficar no intervalo para terminá-lo!

Scanned by CamScanner

- Guardem seus papéis, coloquem seus livros de volta na prateleira e limpem tudo antes de sair da sala de aula!
- Por que não consegue se sentar quietinho como a Sally?
- Pare de choramingar e reclamar!
- Chega! Quem começou isso?
- Você acabou de levar um cartão vermelho por não parar de falar.

4. Depois de ouvir essas frases, o "aluno" conta o que ele ou ela está pensando, sentindo e decidindo. Então, a lista de características e habilidades de vida é mostrada ao "aluno" e perguntamos se ele ou ela está aprendendo alguma daquelas qualidades. A resposta é quase sempre "não".
5. Em seguida, o "aluno" ouve todos os "professores" que têm frases com perguntas. Ele ou ela fica na frente de cada um dos "professores", ouvindo o que eles têm a dizer, sem dizer nada em resposta – apenas observando o que ele ou ela está pensando, sentindo e decidindo.

FRASES COM PERGUNTAS

- O que você precisa trazer para estar preparado para a aula?
- O que você vai usar se quiser estar quentinho lá fora no intervalo?
- O que você precisa fazer para acabar seu trabalho antes de a aula terminar?
- O que você precisa fazer para limpar sua mesa e a sala de aula antes de sair?
- Quem pode me mostrar como nós nos sentamos quando estamos prontos para a próxima aula?
- Como você pode falar comigo para que eu possa ouvir o que você está dizendo?
- Como vocês dois podem resolver esse problema?
- Qual foi o nosso acordo sobre não perturbar os outros durante os momentos de silêncio?

6. Depois de ouvir as frases com perguntas, o "aluno" conta o que ele ou ela está pensando, sentindo e decidindo. Os professores que ouvem atentamente aprendem que as frases com perguntas são muito mais eficazes para ajudar os alunos a aprender habilidades de raciocínio e cooperação. Mostramos, então, a lista de características e habilidades de vida novamente ao "aluno" e perguntamos se ele ou ela está aprendendo alguma daquelas qualidades. A resposta é quase sempre "a maioria delas".

Scanned by CamScanner

Essa atividade ilustra a diferença entre o behaviorismo, no qual dizemos às crianças o que fazer (e damos recompensas para o cumprimento das ações e punição para o não cumprimento), e a Disciplina Positiva, em que as crianças são convidadas a refletir sobre o que fazer.

Por que é tão mais eficaz fazer perguntas do que mandar? Mandar geralmente cria resistência fisiológica no corpo. A mensagem que é enviada para o cérebro é: "*resista*". Em contrapartida, perguntar respeitosamente cria um relaxamento no corpo e a mensagem que é enviada ao cérebro é: "*busque uma resposta*". O aluno se sente respeitado, aprecia o fato de estar envolvido, se sente mais capaz e geralmente resolve cooperar.

FANTASIA *VERSUS* REALIDADE

Muitos professores fantasiam sobre inspirar as crianças a gostar de aprender, mas muitas vezes essa fantasia é dificultada pela realidade dos comportamentos desafiadores. Anos de pesquisa em universidades de renome têm mostrado que as punições e recompensas não são eficazes para a mudança de comportamento em longo prazo,[1] mesmo assim os gestores educacionais continuam a incluir programas de disciplina baseados em punições e recompensas. Esses programas parecem ajudar porque eles solucionam muitos problemas de disciplina imediatamente. No entanto, os efeitos negativos em longo prazo sobre as crianças não são considerados.

Para ajudar a explicar esse dilema, usamos a analogia do *iceberg* sobre o comportamento humano.

1 Alfie Kohn, *Punished by Rewards: The Trouble with Gold Stars, Incentive Plans, A's, Praise, and Other Bribes* (Boston: Houghton Mifflin, 1993, 1999), cita centenas de pesquisas (encontradas em revistas acadêmicas) que mostram a ineficácia em longo prazo de punições e recompensas. Kohn mostra que, enquanto manipular as pessoas com incentivos parece funcionar em curto prazo, a estratégia acaba por falhar e gera danos duradouros. Ele argumenta que nossos relacionamentos em locais de trabalho e salas de aula continuarão a decair, se não deixarmos de confiar em uma teoria de motivação que foi baseada em animais de laboratório.

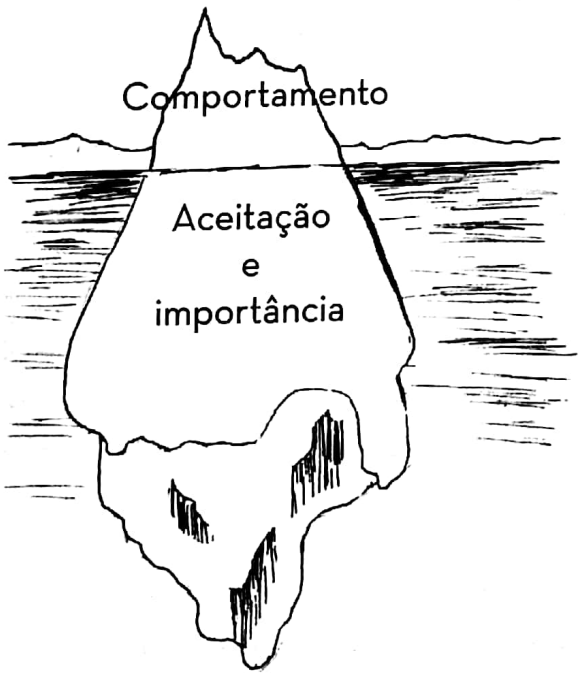
Scanned by CamScanner

A ANALOGIA DO *ICEBERG* E O COMPORTAMENTO HUMANO

Muitos programas de disciplina abordam apenas a ponta do *iceberg* – a parte que você pode ver, o comportamento do aluno. Eles tentam controlar o comportamento usando punições e recompensas. A Disciplina Positiva aborda a ponta do *iceberg* e a parte debaixo d'água.

O psicólogo Rudolf Dreikurs ensinou que as crianças que se comportam mal são crianças que estão desencorajadas. Em outras palavras, quando as crianças acreditam que elas não são aceitas, elas "se comportam mal" – elas escolhem um caminho equivocado para sentir que são aceitas e importantes. Quando os professores abordam apenas o comportamento (a parte que eles veem), eles não lidam com o desencorajamento que motiva o comportamento. Chamamos a parte que está escondida sob a superfície de "crença por trás do comportamento".

É compreensível que os professores, como a maioria dos adultos, lidem com o que está na superfície. Eles provavelmente nunca pensaram nos alunos como *icebergs* e, mesmo se já pensaram, podem não ter as ferramentas ou o conhecimento para navegar ao redor da parte submersa do *iceberg*. Os professores podem facilmente se enganar e acreditar que o problema é o comportamento, em vez da crença por trás do comportamento. Quando os professores abordam apenas o comportamento, muitas vezes eles geram mais desencorajamento, aumentando assim o mau comportamento.



Scanned by CamScanner

COMPREENDENDO A PARTE SUBMERSA DO *ICEBERG*

As crianças continuamente tomam decisões subconscientes baseadas em suas percepções e conclusões de suas experiências de vida. Algumas dessas decisões são sobre si mesmas, como: "Eu sou bom ou mau? Capaz ou incapaz? Importante ou sem importância?". Outras são decisões sobre outras pessoas: "Os outros estão me encorajando ou desencorajando? Ajudando ou machucando? Eles gostam ou não gostam de mim?". E também há as decisões sobre o mundo: "O mundo é seguro ou assustador? Acolhedor ou perigoso? Um lugar em que eu possa progredir ou um lugar em que eu precise tentar sobreviver?".

As crianças não estão conscientes de que estão tomando essas decisões – centradas em sua necessidade de serem aceitas e se sentirem importantes –, mas essas decisões se tornam crenças que afetam seu comportamento.

Quando as crianças se sentem seguras – quando sentem que são aceitas e importantes –, elas progridem. Elas se tornam pessoas capazes e com as características e habilidades de vida que os professores querem que elas tenham. Quando as crianças acreditam que não são aceitas e importantes, elas adotam o comportamento de sobrevivência. O comportamento de sobrevivência, muitas vezes chamado de mau comportamento, é baseado em ideias equivocadas sobre como encontrar aceitação e importância. (Discutiremos essa distinção mais detalhadamente no Cap. 4.)

Acreditamos que o resultado em longo prazo do uso de punições e recompensas para motivar o comportamento é o desencorajamento. Crianças que gostam de recompensas rapidamente dependem delas para se sentirem motivadas e não querem ser membros úteis da sociedade por uma satisfação interna – para se sentir bem ao fazer o que é certo, mesmo quando ninguém está olhando. Os resultados em longo prazo da punição são descritos a seguir:

Os Três "R" da Punição

1. Rebeldia: "Eles não podem me forçar. Eu vou fazer o que eu quero."
2. Retaliação: "Eu vou me vingar e ferir de volta, mesmo se prejudicar meu futuro."
3. Recuo:
   a. Baixa autoestima: "Eu devo ser uma pessoa má."
   b. Dissimulação: "Eu não vou ser pego da próxima vez."

Scanned by CamScanner

DISCIPLINA POSITIVA EM AÇÃO

Eu uso o tempo da reunião de classe para ajudar os meus alunos do quarto ano a conhecer uns aos outros e a apreciar as qualidades positivas uns dos outros. Para ajudá-los a praticar reconhecimento e elogios, no início do ano durante uma reunião de classe, eu sorteio o nome de um aluno. Os colegas mencionam todos os pontos fortes e qualidades únicas dessa pessoa, enquanto eu tomo notas. É incrível como os alunos conseguem notar tantas coisas positivas e maravilhosas sobre os outros.

Então, com minhas anotações dessa reunião de classe, eu faço um cartaz para cada criança, incluindo todas as qualidades positivas registradas e uma foto dela. Esses cartazes ficam expostos fora da minha sala de aula do quarto ano para toda a escola ver. Esse processo cria um senso de comunidade e reconhece os alunos por suas qualidades únicas e contribuições. Os alunos têm a oportunidade de ouvir o ponto de vista de seus colegas e o meu sobre eles – como isso é encorajador! No meio do ano, depois que os cartazes ficaram pendurados no corredor por algum tempo, eles são enviados para casa para que os alunos possam compartilhar com sua família.

Sra. Ohlin, uma professora do quarto ano,
Sandy Springs, Georgia, Estados Unidos

Sabendo que os Três "R" são o resultado em longo prazo da punição, por que tantos programas se baseiam em um modelo que inclui punição – como as bolinhas de gude em um frasco, comum em anos anteriores, ou o sistema de cartões coloridos, popular nos Estados Unidos hoje em dia? Talvez os gestores educacionais e professores que utilizam sistemas de punição não compreendam os efeitos em longo prazo sobre os alunos (baseados nas decisões que fazem sobre si mesmos) e suas famílias. Talvez eles estejam procurando por algo "simples" para solucionar o problema de comportamento. Talvez eles pensem que o sistema "funciona" por causa dos resultados em curto prazo.

O sistema de cartões coloridos é um daqueles programas baseados em punição que parecem obter mais resultados imediatos. No entanto, vários pais (e dois professores) compartilharam as suas experiências desanimadoras com o sistema de cartões coloridos em uma rede social de Disciplina Positiva.

Scanned by CamScanner

DISCIPLINA POSITIVA EM AÇÃO

Hoje um menino de 4 anos teve um ataque de fúria na mesa de artes, gritando que ele estava "bravo, frustrado e triste". Meu assistente o acompanhou até nossa almofada confortável, onde ele se enrolou em um cobertor, agora só gritando sem palavras e chutando a almofada. Ele se recusou a falar com o assistente, apenas continuou a gritar. Eu me sentei ao lado dele e sussurrei: "Eu preciso de um abraço". Ele continuou a gritar e se contorcer. Depois de uns 15 segundos, eu repeti: "Eu preciso de um abraço". Ele parou de gritar e se agitar, mas se manteve de costas para mim. Dez segundos depois, eu falei: "Eu preciso de um abraço". Longa pausa. Ele se virou, subiu no meu colo e me abraçou. Perguntei-lhe se ele queria voltar para a mesa de artes sozinho ou se ele queria que eu fosse com ele. Ele me pediu para ir com ele. Ele voltou, terminou seu trabalho feliz e saiu da mesa.

Steven Foster, assistente social clínico, especialista em educação infantil que trabalha com crianças com necessidades especiais e treinador de Disciplina Positiva[2]

"Meu filho começou no jardim de infância ontem", escreveu uma mãe chamada Lori, "e eu preciso de conselhos. Ontem e hoje sua professora chamou os alunos um de cada vez para serem liberados aos pais. Notei que a professora está usando esse momento como uma oportunidade para informar sobre o comportamento da criança. Ela diz coisas como: 'Ele teve um ótimo dia hoje – bom trabalho, mamãe!', com um grande sorriso no rosto, ou ela lista os 'crimes' que a criança cometeu durante o dia. Eu fui uma das sortudas cujo filho foi liberado no final, então eu não tive que ser humilhada quando ela relatou que 'ele teve um bom dia, mas recebeu um cartão vermelho à tarde'. Hoje eu jurei que iria pegar meu filho pela mão, acenar e me despedir antes que ela tivesse a oportunidade de nos constranger na frente dos outros. Meu filho mesmo me contou depois da escola – ele ficou de castigo porque recebeu um cartão vermelho. Perguntei-lhe o que aconteceu e como ele poderia evitar isso no dia seguinte, e seguimos com a nossa tarde.

2 Jane Nelsen, Steven Foster e Arlene Raphael, *Positive Discipline for Children with Special Needs* (New York: Three Rivers Press, 2011), p. 55.

Scanned by CamScanner

Meu marido e eu estamos muito chateados, e ele acha que eu preciso dizer algo para a professora. É realmente muito triste ver as expressões nos rostos das crianças e dos pais – isso parte meu coração, porque eles parecem arrasados. Embora eu entenda o ponto de vista do meu marido, não quero começar "com o pé esquerdo" com a professora ao inadvertidamente ofendê-la. O que pode acontecer se ela achar que eu estou atacando sua abordagem como professora?

Socorro! Devo dizer alguma coisa e, se devo, vocês têm algum conselho sobre como eu deveria me aproximar dela?"

Uma outra mãe contou a seguinte história: "Meu filho está no terceiro ano. Ele está constantemente tendo que 'mover o seu cartão' (naquele quadro de comportamento com cores horroroso que tantos professores estão usando esses dias) e é obrigado a se sentar sozinho – longe de seus colegas de classe, ou ele fica suspenso do intervalo.

Na semana passada, ele foi mandado para a diretoria três vezes! Uma vez por interromper sete vezes enquanto o professor estava dando aula (buscando a atenção de seus colegas), uma vez por rabiscar uma mesa e não ter parado depois de terem pedido, e uma terceira vez por ter revirado os olhos para o professor. Estou muito cansada de ouvir todos os comentários negativos por parte dos professores. Quando ele tem problemas na escola, eu devo tirar os *videogames* e outros privilégios em casa. Eu não quero fazer isso, mas o meu marido acha que devemos – então brigamos por causa disso e nós dois nos sentimos pais terríveis. Alguém perguntou se o sistema de cartões coloridos ajudou meu filho. Claro que não."

Duas professoras opinaram sobre o sistema de cartões coloridos:

"Como professora", escreveu Jennifer, "eu sempre gosto de ouvir o ponto de vista dos pais para que eu possa melhorar minha própria gestão da sala de aula. Tenho a sorte de trabalhar em uma escola que acabou com o uso de cartões esse ano. Sim! Do ponto de vista da Disciplina Positiva, eu não gostava de usá-los. Além disso, eu achava esse sistema chato durante a aula e acabava me esquecendo de usá-lo. Eu certamente não posso falar por todos os professores, mas eu não ficaria ofendida se os pais trouxessem a mim suas preocupações. Eu ficaria envergonhada por não ter percebido como isso poderia afetar a eles e a seus filhos. Estou certa de que a intenção é boa".

"Como Jennifer, eu sou uma professora", escreveu Heather. "Eu sou professora do primeiro ano e uso a Disciplina Positiva há anos, mas a grande maioria dos professores na minha escola não. O sistema de cartões é um dos

Scanned by CamScanner

favoritos de muitos deles e, tal como outros professores que adotam a Disciplina Positiva aqui, eu acho esse sistema horrível. Eu poderia falar *para sempre* sobre esse tópico, mas eu acho que prefiro compartilhar como é maravilhoso saber que muitos pais estão cientes de como o sistema de cartões pode ser prejudicial, assim como um professor que humilha publicamente o comportamento de um aluno, e que os pais estão dispostos a se posicionar.

De todos os professores da minha escola que usam o sistema de cartões, eu realmente não consigo pensar em ninguém que não estivesse pelo menos aberto a ouvir as preocupações dos pais. Se você apresentá-las de uma forma respeitosa (e talvez usar alguma das perguntas que estimulam a curiosidade), acredito que o professor do seu filho vai realmente ouvi-lo. Talvez acrescentar algo como: 'Eu sei o quanto você se importa com os seus alunos e, sabendo que você conhece meu filho por apenas alguns dias, eu tenho certeza de que você não estava ciente de como ele se sente ansioso quando chega a hora de ir para a escola.'"

Nós não acreditamos que as crianças devam "se safar" com comportamento inaceitável. Este livro está repleto de ferramentas não punitivas e sem recompensas para ensinar às crianças comportamentos socialmente aceitáveis. E assim como é preciso tempo para que as crianças aprendam habilidades acadêmicas, é preciso tempo para que elas aprendam habilidades sociais.

Pense sobre o que é preciso para que uma criança aprenda a falar – anos de exemplo, primeiro dizer uma palavra, então ouvir mais exemplos e encorajamento para aprender frases, e mais alguns anos para continuar desenvolvendo e aperfeiçoando a linguagem. Por que esperamos resultados imediatos para outros tipos de aprendizagem? E como as crianças aprenderiam a falar se elas fossem humilhadas e punidas cada vez que errassem? As crianças aprendem o que vivem. Se quisermos que os nossos filhos cresçam aprendendo a ser gentis, firmes e respeitosos, temos de garantir que essa é a maneira que eles vivem.

Vamos fazer uma viagem pelo tempo, para o futuro. A história a seguir vem de Lynn Lott, coautora deste livro e psicoterapeuta, que nos fala sobre uma menina de 16 anos que ficou em apuros quando estava no jardim de infância.

"Ontem eu trabalhei com uma garota de 16 anos que foi encaminhada para mim porque teve problemas graves de estômago, durante mais de um ano, sem origem médica. Nós trabalhamos com suas memórias de infância para conhecer suas crenças fundamentais que foram criadas durante seus primeiros anos. A primeira memória que ela teve foi do jardim de infância, em que ela foi corrigida quatro vezes por falar na sala de aula e encaminhada para sentar-

Scanned by CamScanner

-se na cadeira do pensamento, uma situação humilhante e embaraçosa, mesmo aos 5 anos de idade.

Depois de ter sido punida na escola (primeira punição), seus pais foram chamados para uma reunião, e o professor explicou que sua filha (filha única) não teria permissão para ir ao parquinho porque ela falava demais (segunda punição). Quando a criança chegou em casa, seus pais deram um sermão e a puniram tirando seus brinquedos (terceira punição).

DISCIPLINA POSITIVA EM AÇÃO

Isto aconteceu hoje na minha aula de habilidades sociais para pré-escolares. Ryan estava tendo uma manhã terrível, batendo nas outras crianças repetidamente, mandando adultos se calarem, fugindo etc. Perto do final do dia, eu o trouxe para um canto e descrevi seu dia. Eu disse a ele que parecia que ele estava tendo um dia muito difícil. As crianças estavam bravas com ele. Ele estava dizendo aos adultos para calarem a boca. Previsivelmente, ele me disse para calar a boca... Mais uma vez. Perguntei-lhe se alguma coisa havia acontecido em casa, que o estivesse incomodando.

"Cala a boca!"

Eu disse que eu realmente queria ajudá-lo, mas eu não sabia o que fazer.

"Cala a boca!"

Eu perguntei se ele queria um abraço.

"Não!"

Eu disse: "Hum... Você está se sentindo muito irritado e não quer um abraço. Quer saber? Eu preciso de um abraço. Você vai me dar um?"

Ele me encarou por um longo tempo. Eu não disse nada.

Ele se lançou em minha direção e me apertou.

"Uau, isso que é um abraço bom! Eu gostaria de outro assim."

Ele me deu outro abraço.

Então fomos tomar um lanche. A vida dele ainda está um caos, mas seus últimos dez minutos de aula correram sem problemas.

Poderoso.

Parece que pedir abraços é útil mesmo nos momentos de ataques.

Steven Foster, assistente social clínico

Scanned by CamScanner

Ela decidiu não se arriscar e tentar ficar longe de problemas. Sua versão de ficar longe de problemas era e é não ser notada, inclusive tirando notas medíocres para não se destacar. Ela ficava nervosa quando tirava notas altas, então se esforçava para tirar notas medianas para que ninguém esperasse muito dela. Ela parou de se preocupar com a escola ou achar que isso fosse importante. Infelizmente, essa decisão a deixou doente."

O uso excessivo de punição não é diferente de uma forma de abuso. Se os pais e professores soubessem que ao usar abordagens punitivas estão criando problemas para a vida toda, muito provavelmente eles buscariam alternativas. Eles simplesmente não entendem ou não consideraram os resultados em longo prazo de seus métodos.

Este livro está recheado de alternativas. Se tivéssemos de escolher apenas uma delas para o sistema de cartões coloridos, seria perguntar a um aluno que está se comportando de forma inadequada: "Como podemos resolver este problema?". Isto não faz com que as crianças se sintam humilhadas. Pelo contrário, pode ajudá-las a se sentirem capazes e ensiná-las a se concentrarem em soluções para seus erros. Para outras variações referentes ao tema soluções, consulte o Capítulo 7.

Scanned by CamScanner