

Uma palavra de encorajamento
pode fazer maravilhas

O poder de um simples elogio

TOM CRABTREE

NUMA TARDE ensolarada de verão minha mulher e eu estávamos sentados no jardim com dois amigos. O filho deles, 6 anos, comportava-se muito bem, brincando quietinho. Ninguém lhe dirigia a palavra.

Depois de pelo menos uma hora, o garoto chegou perto de nós e bateu na cabeça do pai com um jornal enrolado.

– Seu garoto horroroso, malcriado! – gritou a mãe.

Como pai e psicólogo infantil, achei aquilo injusto. O bom comportamento do menino passou despercebido. Então, para chamar atenção, ele recorreu ao mau comportamento – e assim obteve êxito.

Como vários pais, aquela mãe dava atenção ao filho quando ele se comportava mal, em vez de recompensá-lo quando era bonzinho.

Muitos pais recorrem à artilharia pesada, porém o mau comportamento só necessita – nesse estágio – de um tiro de advertência. Gritam, ou fazem muito

pior, se está tudo mal. Esquecem-se de elogiar quando vai tudo bem.

Outra amiga evitava esse erro. Elogiava os quatro filhos sempre que havia oportunidade. Lembro-me de um chá que tomei com ela. Os filhos fizeram o chá, serviram à mesa, tiraram a louça. “Vocês são todos maravilhosos”, dizia ela. No final da tarde os abraçou.

Nas raras ocasiões em que se portavam mal, ela lhes lançava um de seus olhares. Depois – disse-me – contava até dez.

– O que acontece quando você chega a dez? – indaguei.

– Nunca chego até dez.

O elogio é vital para todos nós. Funciona muito melhor do que críticas ou castigo. Para ser eficaz, o castigo tem de ser maciço. No entanto, sem dar recompensa às crianças – um abraço ou uma palavra de louvor – a vida com eles pode ser um mar de rosas: muito espinhosa mesmo.

Além dos elogios, crianças precisam



de prestígio e responsabilidade. Aliás, todos nós temos necessidade de sentir que somos especiais, inigualáveis, que temos valor. Fale-me de minhas falhas, se quiser. Mas não se esqueça de me fazer conhecer minhas qualidades.

Dar a uma criança a oportunidade de sentir o gosto do prestígio é maneira de eliminar o lado negativo em seu comportamento e frisar o positivo. Gregory, 6 anos, era um garoto enorme, a maior criança da escola. Valentão, corria pelo *playground* como um rino-

ceronte enlouquecido, derrubando todos em seu caminho. Como psicólogo do menino, conversei com a diretora e pusemos em prática nossa estratégia.

Aproximava-se o Natal e fizemos para Gregory um capacete dourado de papel *maché*. Ele foi incluído na peça de Natal da escola – como Golias. “Você é muito forte, mas tem de tomar conta do bebê Jesus; Maria, mãe dele; e de todas as crianças”, explicou a diretora.

Gregory foi esplêndido, a estrela da peça. Depois disso, no *playground*, ain-

da usando seu capacete dourado, tomou a si a tarefa de garantir que as outras crianças não se machucassem. A professora elogiou-o pelo bom comportamento. O castigo nunca funcionara com ele; o que desejava era reconhecimento.

Todas as crianças precisam de auxílio e encorajamento para assumir a responsabilidade por si. A disciplina requer responsabilidade e atenção às necessidades dos outros.

James tinha 4 anos quando a mãe ligou para minha clínica.

– Meu filho tem a voz muito forte.

– Forte como? – perguntei.

– O suficiente para aborrecer vizinhos e assustar as outras crianças.

Ela trouxe James para uma consulta. A voz dele era mesmo muito forte. A mãe já tentara de tudo, inclusive gritar e até mesmo bater, para ver se conseguia que ele falasse mais baixo.

Como fazer com que ele reduza o barulho?, perguntei-me. Tive uma idéia. Peguei a tampa de uma lata de chocolate, fiz uns furos e passei um cordão por eles. Pendurei a tampa em volta do pescoço de James, para que ficasse na altura do peito.

– Para que é isso? – gritou o menino.

As vidraças do consultório treme-ram. Liguei o rádio e mostrei a James como aumentar e diminuir o volume do som, usando o botão de controle de volume. Depois pedi que falasse usando a tampa da lata de chocolate como seu próprio controle. Quando a voz ficava alta, a mãe alertava:

– Abaixei um pouco.

Quando falava baixo, a mãe dizia:

– Está ótimo. (E eu dizia: “Está brilhante!”)

Bem depressa James aprendeu a falar no tom normal. Um pouco de criatividade e elogios tinham operado maravilhas. Dar às pessoas louvores, prestígio e responsabilidade é tratá-las com respeito, dar-lhes a oportunidade de fazer algo com suas vidas, em benefício próprio e dos outros.

HÁ ANOS, QUANDO estava começando o treinamento para tornar-me psicólogo, trabalhei para um consultor que nunca me elogiava. Certo dia, perguntei-lhe: “Como estou me saindo?” Ele pareceu espantar-se e respondeu: “Está indo muito bem. Por que pergunta?”

Eu precisava que me dissessem. O louvor é necessidade humana básica. Sem ele, nenhum de nós dá o melhor de si. Com ele, damos o melhor de nós, voluntariamente. “Você está ótimo!” “Esse jantar foi delicioso!” “Você é formidável!” Pense no efeito que essas frases têm sobre você. E também na sensação de que algumas palavras de louvor, um braço em volta dos ombros e um abraço provocam nos outros, em especial nas crianças pequenas.

Elas precisam das palavras de afirmação e encorajamento, do elogio, da apreciação por desempenharem bem alguma tarefa ou apenas por serem o que são. Não exagere nos elogios, mas não deixe de fazê-los. Não basta pensar. Temos de pronunciar as palavras.

ANÚNCIO NO *LE SOLEIL* de Quebec, Canadá: “Venha escutar o silêncio na companhia do mestre espiritual. Tradução simultânea para o francês.”