

Comunicar com Crianças e Pais

1. O processo de comunicação

A comunicação é, nos dias de hoje, essencial ao ser humano, quer para o seu desenvolvimento pessoal quer para o seu desenvolvimento social. De uma forma muito simples, comunicar assenta numa troca de ideias, informações, experiências e sentimentos entre duas ou mais pessoas, tornando comum o conhecimento trocado. Comunicar exige que exista uma determinada mensagem, transmitida por um emissor, um recetor que a recebe, descodificando-a, um canal ou meio de transmissão e um código. O emissor é quem emite a mensagem, que pode ser dirigida a um indivíduo ou a um grupo. O recetor é o que recebe a mensagem, podendo ser um indivíduo, um grupo, ou mesmo um animal ou uma máquina. A mensagem é o objeto da comunicação e é constituída pelo conteúdo das informações transmitidas. O canal de comunicação é a via de circulação da mensagem, podendo ser por meios sonoros ou visuais. O código é o conjunto de signos e regras de combinação destes signos. O emissor codifica uma determinada informação (ex. constrói uma frase numa determinada língua) e o recetor descodifica essa informação, tendo neste caso do seu reportório de descodificação ser igual ao do emissor (ex: o emissor tem que falar numa língua que o recetor compreenda, caso contrário a mensagem não será descodificada). O processo de comunicação torna-se assim fundamental nas relações interpessoais, constituindo-se como um fenómeno que está sempre presente na vida do indivíduo (Fachada, 2003).

Os meios ou canais de transmissão de comunicação são hoje em dia cada vez mais, estando facilitada a permanente troca de informações entre o ser humano. A internet veio potenciar substancialmente essa facilidade na troca de informações, sendo que hoje em dia algo que aconteça em qualquer parte do mundo pode ser conhecido imediatamente em toda a parte.

A comunicação não acontece apenas com o que dizemos, mas principalmente com o que fazemos (movimentos, posturas, expressões faciais, respiração etc.), podendo ser

realizada a nível verbal, para verbal e não- verbal. O verbal é o que dizemos, lemos e ouvimos; o para verbal é a forma como dizemos – o tom de voz, o ritmo, a altura do som, a pronúncia; o não-verbal são gestos, a expressão facial, a respiração (McKay, Davis & Fanning, 2009)

1.1. A especificidade na comunicação com crianças.

O ser humano é, por natureza, um comunicador, pelo que comunicar constitui uma experiência central no desenvolvimento da criança. O desenvolvimento infantil acontece ao longo de várias etapas sequenciais, denotadas de marcos específicos. Contudo, apesar destas fases se ordenarem de acordo com uma sequência lógica, que acontece na maioria das crianças, as características individuais de cada criança, a educação e o meio onde estão inseridas, influenciam de forma fulcral este processo, resultando diferentes ritmos de desenvolvimento sem que, no entanto, exista alguma perturbação ou deficiência inerente ao processo de crescimento. A especificidade desta população faz com que a comunicação tenha que ser consecutivamente adaptada, resultando num constante reajustamento das mensagens, dos canais de comunicação e dos códigos utilizados. Comunicar com crianças exige uma permanente atenção acerca da especificidade da sua condição, tendo o emissor de adaptar a mensagem que quer transmitir à maturação psicológica da criança, ao desenvolvimento emocional e à situação específica onde está a ser transmitida a mensagem.

As crianças, no geral, possuem pouca capacidade de concentração, alguma dificuldade em aceitar regras e respeitar as normas estabelecidas, falam alto, muitas vezes umas sobre as outras e gostam de estar em atividade, dispensando grandes descrições nas mensagens emitidas. A linguagem delas é simples e as mensagens devem estar de acordo com a faixa etária das mesmas. Em escalões etários do pré-escolar as crianças apreciam linguagem que apele ao imaginário, com recurso ao mundo da fantasia e da ilusão. À medida que crescem preferem linguagem mais “adulta”, sem grandes contornos ou cuidados adaptados à sua condição de crianças, ou seja, gostam que comuniquemos de igual para igual, com linguagem simples e facilmente compreensível.

A diversidade e multiplicidade dos canais de comunicação que existem, hoje em dia, são uma vantagem em inúmeros aspetos, mas dificultam a receção das mensagens por

parte desta população. É mais aliciante, hoje, para este tipo de população, receber uma informação através de uma rede social ou a partir de um vídeo do que ouvi-la, através de um professor, pai, treinador ou educador. Esta necessidade de informação constante através de canais de comunicação digitais acontece cada vez mais cedo, indo mesmo até à idade do pré-escolar, e muitas vezes é impulsionada por nós, pais, educadores e professores, no intuito de distrair ou obter alguns momentos de calma. A comunicação nunca teve tão focada em objetos, preterida do ser humano. Cabe-nos a nós, professores, treinadores, pais, educadores, adaptar as nossas mensagens às crianças de hoje em dia, procurando sobrepor-nos às vantagens e aliciamento das tecnologias.

1.2. Estratégias de comunicação com crianças.

Os professores desempenham um papel crítico e decisivo quando interagem e comunicam com os seus alunos. Este aspeto influencia muitas vezes o impacto positivo ou negativo da experiência desportiva.

Para que a comunicação seja eficaz torna-se necessário que o recetor interprete corretamente a mensagem transmitida. Só assim o objetivo do emissor pode ser alcançado. Boas habilidades de comunicação, por parte do professor, constituem-se como um dos “ingredientes” fundamentais na contribuição para a melhoria da performance das crianças, integradas em programas de exercício.

Quando o professor intervém as crianças têm que estar em condições de lhe prestar atenção. O sucesso ou insucesso da comunicação com crianças provem, em muito, das estratégias que forem delineadas antes do contacto com as mesmas, bem como do conjunto de soluções alternativas, caso o previsto não funcione. Tendo sempre presente, durante os programas de exercício físico, a importância da criança divertir-se (brincar), melhorar aquilo que já sabe fazer e aprender novas coisas, estar com os amigos, sentir a sensação de competência e êxito, apresentam-se aqui um conjunto de sugestões/estratégias que o professor deve levar em consideração, nas suas aulas, nomeadamente (Maria & Nunes, 2007; McKay, Davis & Fanning, 2009):

- No primeiro contacto com as crianças:
 - ✓ - Definir sinais para reunir as crianças (ex. dois apitos, palmas etc.). Ao ouvirem este sinal as crianças têm que se reunir num determinado local o mais depressa possível. A disposição das crianças, no local combinado, deve

ser realizada num lugar onde o professor veja todas as crianças e seja visto por todas estas (ex.: em semicírculo, sem ninguém atrás de ninguém);

- ✓ - Definir sinais de atenção (ex. um apito forte). Ao ouvirem este sinal as crianças param imediatamente a tarefa que estiverem a executar e esperam, em silêncio, a comunicação do professor.
- Ao realizar a explicação das tarefas a executar o professor deve:
 - ✓ - Ser objetivo na sua mensagem, evitando grandes discursos e focando-se no essencial;
 - ✓ - Acompanhar a descrição com a respetiva demonstração (se possível), recorrendo-se de outra criança ou dele próprio;
 - ✓ - Verificar a reação das crianças à tarefa pedida, verificando sinais de compreensão ou confusão;
 - ✓ - Utilizar o questionamento para verificar se as crianças conseguiram entender a tarefa;
 - ✓ Ser consistente nas suas ações e decisões.
- Na correção das crianças o professor deve:
 - ✓ - Colocar-se num local onde possa ter uma visão de todas as crianças;
 - ✓ - Permitir algumas repetições antes de corrigir (a não ser que haja movimentos ou tarefas que coloquem em risco a segurança e integridade física das crianças);
 - ✓ - Concentrar primeiro a sua atenção sobre os erros mais importantes. Quando estes tiverem sido corrigidos deve focar-se, mais, nos pormenores;
 - ✓ - Voltar a questionar as crianças sobre os aspetos críticos que foram referidos na explicação da tarefa, caso note que não estão a ser cumpridos;
 - ✓ - Após uma correção o professor deve observar e acompanhar uma nova realização da tarefa por parte da criança, de forma a verificar se o erro foi corrigido;
 - ✓ - Valorizar e elogiar as progressões e objetivos alcançados pela criança;
 - ✓ - Estar atento ao comportamento de todas as crianças, mesmo que num determinado momento esteja concentrado mais numa delas.

1.3. Estratégias de comunicação com os pais/ encarregados de educação.

A comunicação com os pais/encarregados de educação das crianças assume um papel fundamental na existência de uma boa relação entre todos os intervenientes, da comunidade educativa. A família tem um peso substancial e único no desenvolvimento emocional, psicológico e social das crianças e o professor deve saber valorizar esse peso e utilizar estratégias que possam unir cada vértice deste triângulo (Gomes, 2011). Apesar disso, Hellstedt (1995), refere que o papel dos familiares no desporto e a sua hegemonia sobre as crianças é contraditória. Se por um lado muitas crianças referem que os pais são o exemplo e a maior fonte de apoio, por outro, sentem-se pressionadas para a obtenção de bons resultados, resultando em stress e tensão para a criança. Existem estudos que apontam a pressão parental como um dos principais fatores que contribuem para o sentimento do medo de falhar nos jovens atletas, sendo este receio o responsável pelo desenvolvimento de traços de ansiedade elevados (Conroy, Willow, & Metzen, 2002; Smith, Smoll, & Barnett, 1995; Tremayne & Tremayne, 2004). Esta relação contraditória faz com que as potencialidades e vantagens da família possam resultar em medos e fraquezas por parte da criança, cabendo a esta a gestão destes conflitos. É fundamental, por isso, que a comunicação do professor com os pais seja realizada de forma constante e eficaz, dando conta dos progressos ou retrocessos da criança, das suas forças, fraquezas, sucessos e derrotas. É importante para os pais conhecerem estes aspetos, de forma a conseguirem perceber determinadas decisões do professor e/ou perceber as atitudes do filho. Muitos pais deixam de ter a capacidade de identificar no seu filho erros, atitudes menos positivas, falta de performance e comportamentos menos bons. É fundamental que o professor comunique aos pais este tipo de aspetos, de forma a tentar elucidar os mesmos sobre estas questões (Gomes, 2011).

Em seguida apresentam-se alguns tipos de posicionamento dos pais em relação à prática de exercício físico e algumas sugestões/estratégias para a resolução dos problemas de comunicação, afetos a esse posicionamento, nomeadamente (Smoll, 1993):

- **Pais desinteressados:** a característica principal é a ausência, falta de relação, dos pais, com a atividade e com o professor.
- ✓ **Intervenção do professor:** Perceber a razão pela qual os pais não se interessam pela atividade. Encorajá-los a envolverem-se, sensibilizando-os

para a importância da prática de exercício físico e para a influência positiva que podem ter no comportamento e melhoria da performance do filho. No início do programa de exercício o professor deve realizar uma reunião com os pais, com o intuito de lhes explicar quais os objetivos e benefícios do programa.

- **Pais excessivamente críticos para as crianças:** estão constantemente a criticar a atuação dos filhos e os seus comportamentos, mostrando um desagrado público e chamando-os à atenção.
 - ✓ **Intervenção do professor:** procurar comunicar a sós com os pais e calmamente explicar os efeitos negativos desta atitude para a criança, nomeadamente ao nível da pressão, distúrbio emocional e stress. Deve incentivar-se a utilização preferencial do reforço e do encorajamento, mesmo quando os filhos ainda não atingiram os níveis de desempenho que os pais gostariam.
- **Pais críticos para os professores:** Criticam frequentemente e publicamente, muitas vezes em tom agressivo, o trabalho efetuado por todos, tentando que a sua opinião seja sobre valorizada e aceite.
 - ✓ **Intervenção:** não comunicar da mesma forma, adotando uma atitude de calma e ponderação e, em privado chamar-lhes a atenção para o facto destas ações não serem um bom exemplo para o seu filho e para todas as outras crianças presentes.
- **Pais extremamente protetores:** comentam frequentemente os perigos da prática de exercício físico, ameaçando frequentemente retirar o filho da atividade por receio de lesões ou sequelas.
 - ✓ **Intervenção:** sensibilizar os pais sobre o facto de que a prática de exercício físico envolve regras e que previne o surgimento de problemas de saúde bem como o facto da própria criança, ao tornar-se mais experiente e competente, também aprende a lidar melhor com os riscos naturais do exercício físico.
- **Pais ameaçadores:** é frequente os pais “castigarem” ou “punirem” as más notas da criança na escola, ou os maus comportamentos desta, com a ameaça de a retirar da prática desportiva, normalmente o que a criança mais aprecia.

- ✓ **Intervenção:** sensibilizar os pais que existem outras formas de “castigo” ou “punição” e que esta tomada de posição irá condicionar a progressão na prática desportiva, da criança. Proibir, por exemplo, a criança de utilizar telemóvel ou ver televisão será sempre penoso para esta, contudo não existirão consequências críticas dessa proibição.

Referências Bibliográficas

- Conroy, E.; Willow, P. & Metzen, N. (2002): Multidimensional fear of failure measurement: The performance failure appraisal inventory. *Journal of Applied Sport Psychology*, 14, 76-90.
- Fachada, O. (2003): *Psicologia das relações interpessoais*. 5ª ed. Lisboa: Edições Rumo, 2ª vol.
- Gomes, R. (2011): A relação da comunicação entre treinador, pais e atletas em contextos de formação desportiva. In A. Machado & A. Gomes (Eds.), *Psicologia do esporte: Da escola à competição* (pp. 131-164). Várzea Paulista: Editora Fontoura.
- Hellstedt, C. (1995): Invisible players: A family systems model. In S. Murphy (ed.), *Sport Psychology Interventions* (117-146). Champaign, IL: Human Kinetics.
- Maria, A. & Nunes, M. (2007): *Atividade Física e Desportiva no 1ºciclo – orientações programáticas*. Ministério da Educação: Lisboa.
- McKay, M.; Davis, M.; Fanning, P. (2009): *Messages: the communication skills book*. 3th ed. Oakland: New Harbinger.
- Smith, E.; Smoll, L. & Barnett, N. (1995): Reduction of children's sport performance anxiety through social support and stress-reduction training for coaches. *Journal of Applied Developmental Psychology*, 16, 125-142.
- Smoll, L. (1993): Enhancing coach-parent relationship in youth sports. In J. Williams (Ed.), *Applied Sport Psychology. Personal Growth to Peak Performance* (2nd Ed., pp. 58-67. Mountain View, CA: Mayfield.
- Tremayne, P. & Tremayne, B. (2004): Children and sport psychology. In T. Morris & J. Summers (Eds.), *Sport psychology: Theory, applications and issues* (2nd Ed., pp. 527-546). Milton: Wiley.