

# Revista Diversidades nº37

REGIÃO AUTÓNOMA DA MADEIRA - SECRETARIA REGIONAL DA EDUCAÇÃO E RECURSOS HUMANOS - DIREÇÃO REGIONAL DE EDUCAÇÃO

# Vínculos



**Competências Parentais:  
Expectativas e Desafios**

pág. 4 - 31



***Síndrome de Burnout***

pág. 33 - 35



**Estatuto da Carreira Docente da RAM**

pág. 36



# Coaching Parental: Uma Prática Partilhada

Alexandra Fernandes e Filomena Ponte - *Universidade Católica Portuguesa*

Ângela Coelho e Sandra Belo - *Family Coaching*

O coaching parental é uma nova abordagem que pode ser adotada no trabalho com os pais, que os coloca no centro da mudança, apoiando os pais e as mães a identificar o que desejam alterar na sua vida familiar e a implementar planos de ação que lhes permitam concretizar o definido.

Os técnicos que intervêm com famílias na área social manifestam, muitas vezes, sentimentos negativos como desânimo, cansaço ou frustração. Habitualmente, sem tempo para parar e refletir sobre a sua prática diária vão agindo, repetindo estratégias, na esperança que essas produzam novos resultados.

As ferramentas utilizadas pelo coaching parental parecem permitir um novo modo de ação, um novo olhar sobre a velha realidade. Ao tomarem conhecimento das mesmas, no âmbito da formação, e ao incorporá-las gradualmente, os técnicos parecem relacionar-se com as famílias de um modo distinto, atribuindo-lhes maior responsabilidade pelas suas escolhas.

## Coaching parental: O que faz a diferença

O termo “coach” foi introduzido inicialmente na área do desporto, em Inglaterra. No entanto, há quem defenda que o primeiro coach terá sido Sócrates, uma vez que o que ele fazia era apoiar os seus discípulos a aprender, mais do que transmitir-lhes conhecimentos (Barosa-Pereira, 2007). Apesar da grande diversidade de definições relativas ao que pode entender-se por um processo de coaching, Rego, Cunha, Oliveira e Marcelino (cit. por Barosa-Pereira, 2007, p. 24) propõem que este seja entendido como “a tarefa de ajudar o cliente a obter respostas para os seus desafios e a extrair de si próprio todo o potencial e desenvolvimento e liderança”.

Ora bem, num processo de coaching parental, o coach aplica ferramentas do coaching na área da parentalidade, nomeadamente escuta ativa, feedback, perguntas poderosas, estabelecimento de



objetivos, entre outras (Catalão & Penim, 2010). Esta abordagem permite um novo olhar sobre a forma de ser pai e ser mãe, pois visa a mudança do adulto e não da criança. Não sendo um processo terapêutico, o coaching parental destina-se a todos os pais que desejam transformar-se em pais extraordinários, que se aceitam tal como são, mas que querem ir mais além. Apoia-os a modificar algo que os deixe insatisfeitos no seu modo de atuar.

“O coaching parental é uma abordagem que valoriza o que os pais têm de bom, mormente todas as conquistas, aprendizagens, competências, dons e recursos. Permite, ainda, que cada pai e mãe descubra o que faz sentido para si, o que considera o melhor para a sua família. Destina-se a pais e mães com filhos de todas as idades” (Belo & Coelho, 2010, p. 18). Assim, é uma abordagem pela positiva que tem como ponto de partida as qualidades dos pais. No coaching parental, o trabalho é iniciado com um enfoque na identificação das competências e recursos que cada sujeito tem, por forma a incrementar a autoconfiança. Focado na solução (e não no problema), o coach apoia o *coachee* a encontrar a sua solução, aquela que mais se lhe adequa naquele momento da vida (tendo em consideração uma série de variáveis).

Depreende-se do anteriormente exposto que o agente de mudança é cada indivíduo. Mesmo que um casal procure ajuda junto de um coach, após uma avaliação inicial, o processo desenrola-se depois individualmente. Ainda que a questão que leve os pais a procurarem ajuda possa ser partilhada, o modo como vão encará-la e solucioná-la será único. Não querendo isto dizer que o casal não se apoie e defina objetivos até complementares.

### **Formação para técnicos - coaching parental: uma nova abordagem no trabalho com pais**

Da nossa experiência de trabalho na área da intervenção social e do acompanhamento de pais em processos de coaching parental nestes três últimos anos, verificámos que a relação estabelecida entre os profissionais e as famílias influencia fortemente a autoconfiança dos progenitores.

Na sequência do trabalho partilhado no livro *Family Coaching: 36 desafios para pais extraordinários* (Belo & Coelho, 2010), começámos a ser contactadas por vários técnicos no sentido de com eles partilharmos as estratégias que foram utilizadas no coaching parental. No ano letivo 2011/2012, desenvolvemos uma formação de 50 horas (25h + 25h) denominada *Coaching parental: uma nova abordagem no trabalho com pais* - destinada a professores, educadores de infância, psicólogos, assistentes sociais, mediadores e a todos aqueles cujo seu trabalho passa pela ação direta com famílias.

A ação foi concebida de modo a que fosse feita uma reflexão em torno do papel e dos limites destes dois agentes (técnicos e pais). Durante a mesma, os formandos foram convidados a descobrir como poderiam apoiar os pais a desenvolver a sua autoconfiança, já que esta é uma das peças chave para fazer a mudança acontecer. Ao longo dos encontros, foram propostas aos formandos pistas para reflexão acerca de como poderiam criar relações mais positivas e estabelecer comunicações mais eficazes com as famílias. Assim, definiu-se um conjunto de objetivos gerais e específicos que nortearam todo o trabalho desenvolvido ao longo do ano letivo. Esperava-se que, no final da ação, os participantes fossem capazes de:

- identificar os princípios do coaching parental;

- aplicar os princípios do coaching parental ao seu trabalho com famílias, em diferentes contextos;
- estabelecer uma comunicação positiva com as famílias;
- promover a autoconfiança dos pais e das mães;
- identificar e respeitar os valores das famílias;
- apoiar as famílias a encontrarem as suas soluções para os problemas identificados;
- modelar as competências que pretendiam promover/desenvolver junto das famílias;
- planear a sua ação futura através da definição de metas e objetivos.

Os conteúdos que compuseram as 50 horas formativas foram bastante diversos e procuraram cobrir as áreas centrais do trabalho do coach parental, a saber:

- a) as características e princípios do coaching parental;
- b) os contextos e momentos de interação com os pais;
- c) a autoconfiança;
- d) a comunicação positiva;
- e) os valores;
- f) a gestão do tempo, os limites e a disciplina.

Foram analisados os contextos de interação com os pais e foi discutido como poderiam ser aplicadas as estratégias do coaching parental no trabalho de cada técnico presente (atendendo às especificidades de cada um).

Do ponto de vista da metodologia adotada, para além dos necessários momentos de exposição, a abordagem foi sobretudo teórico-prática para que as descobertas se realizassem entre a exposição do formador e a experiência dos exercícios propostos.

A primeira ação de formação desenvolveu-se no Bairro do Lagarteiro, no Porto, no âmbito do projeto Bairros Críticos. Realizaram-se 10 sessões, de 5 horas cada uma, entre setembro de 2011 e julho de 2012, tendo sido efetuadas reuniões de grupo (26 elementos) nas interrupções letivas.

### **Avaliação do projeto: um olhar externo**

Neste projeto contámos ainda com o olhar externo de uma aluna da Universidade Católica, do pólo de Braga. As suas observações e estudo posterior, que daí decorreu, tinham como objetivo

compreender o impacto que a ação de formação exercia nos técnicos, na sua atividade profissional no geral, bem como no relacionamento específico com as famílias. Após a sessão da interrupção letiva da Páscoa (abril de 2012), a aluna escreveu o seguinte: «Enquanto espectadora/observadora foi-me permitido constatar a aplicabilidade deste conceito. O grupo de participantes neste programa de coaching é composto por 26 profissionais de diferentes áreas, no entanto, o objetivo que os move é comum, encontrar nesta nova técnica, meios e práticas que os auxiliem na tarefa de educar. Esta é uma prática muito reflexiva, pois questiona as práticas dos educadores e muitas vezes põe por terra as suas teorias e as suas práticas que, frequentemente, são adquiridas como verdadeiras normas.

As sessões de coaching são muito dinâmicas e permitem aos participantes “encarnar” vários papéis, viver diferentes situações e encontrar diversas respostas e soluções, com a finalidade de alcançar o mesmo objetivo.

O coaching é uma prática reflexiva, que permite aos educadores questionar as suas atitudes e encontrar alternativas às suas práticas, às suas rotinas e aos seus hábitos. O programa de coaching parental é bastante pragmático, possibilitando aos educadores assumir vários papéis, recriando diferentes situações e levando a que os participantes procurem respostas distintas para atingirem os seus objetivos, em diferentes situações.

Educar não é uma tarefa fácil. A família e a escola têm um papel fundamental na educação e na formação de uma criança. Escola e família complementam-se. Cada instituição deve ter o seu papel bem definido, não devendo sobrepor-se. Diferentes técnicos, com papéis educativos distintos, fazem parte de um grupo heterogêneo, mas com um objetivo comum: melhorar o seu desempenho enquanto educadores, enquanto responsáveis pelas crianças.»

### **As histórias dos participantes**

O relato, por parte dos profissionais, de histórias e de situações vividas, dentro e fora da sala de aula, demonstrou que o coaching parental é uma abordagem que permite uma prática partilhada entre a família e os técnicos que com ela intervêm:



«Eu tenho uma aluna cigana, boa aluna, que no 3.º período começou a faltar para ficar retida no 4.º ano. No entanto, sempre que vinha era bem recebida como todas as outras crianças do grupo. Hoje, transitou e sinto que a visão que tenho em relação “às faltas dos outros” são só faltas, justificáveis ou não aos nossos (professores) olhos» (professora S).

«No caso do meu aluno L., aluno com múltiplos apoios, notou-se a diferença. Mesmo comigo. Consegui dialogar calmamente com a mãe, responsabilizá-la em mandar diariamente o menino para a escola com o lanche e, semanalmente, para o basquete e para a natação. Falei com ele e fizemos um plano de trabalho com a finalidade de conseguir transitar de ano e mudar alguns dos seus hábitos. Ele assinou e, passo a passo, tem mudado. Transitou de ano e melhorou bastante os seus hábitos. Acho que crescemos os dois» (professora A).

### **Reflexões das formadoras**

Ao longo do ano, fomos surpreendidas, pois verificámos que o grupo de profissionais que tínhamos diante de nós se sentia cada vez mais confiante, começava a acreditar de uma forma mais segura nas suas capacidades e competências para resolver os problemas e as situações que o dia a dia lhe colocava. Assim, vimos emergir discursos que pareciam evidenciar um aumento das perceções de autoeficácia. Começámos a questionar-nos se a formação teria ido para além dos seus objetivos iniciais - de apoiar os técnicos a melhorar a sua relação com as famílias com quem interagem. Teria aquela formação permitido um desenvolvimento profissional daqueles que a frequentaram?

## Futuro: Um caminho para trilhar

Um pouco por todo o país, os técnicos vão conhecendo o trabalho que desenvolvemos como coaches e como formadoras nesta área. Vamos dando conta dos sucessos e das vantagens de adotar um outro olhar para as famílias e para o trabalho que com elas se desenvolve. Para o próximo ano letivo (2012/2013) iniciaremos novos grupos de formação. Os resultados que obtivemos, bem como as verbalizações dos participantes na ação do Lagarteiro, conduziram-nos até ao desejo de querer saber mais, de querer compreender o verdadeiro impacto da formação que desenvolvemos. Assim, iniciaremos um estudo em que procuraremos compreender se

a frequência das ações de formação em coaching parental (*Coaching parental: uma nova abordagem no trabalho com pais*) terá algum impacto ao nível das perceções de autoeficácia dos técnicos envolvidos.

### Contactos úteis:

[www.familycoaching.pt](http://www.familycoaching.pt) e [geral@familycoaching.pt](mailto:geral@familycoaching.pt)

### Bibliografia

- Barosa-Pereira, A. (2007). *Coaching em Portugal - Teoria e Prática*. Lisboa: Edições Sílabo.
- Belo, S., & Coelho, A. (2010). *Family Coaching: 36 desafios para pais extraordinários*. Lisboa: Academia do Livro, Leya.
- Catalão, J.A., & Penim, A. T. (2010). *Ferramentas de coaching*. Lisboa: Lidel.
- Rego, A., Cunha, M. P., Oliveira C. M., & Marcelino, A. R. (2004). *Coaching para executivos*. Lisboa: Escolar Editora.

# As Competências Parentais e as Emoções das Crianças

---

Isabel Cruz e Margarida Pocinho - Universidade da Madeira

## Introdução

As relações familiares são as relações mais precoces e as mais duradouras que as crianças podem vivenciar, contribuindo os pais ativamente para a relação com o mundo que as rodeia. Os bebés, por exemplo, manifestam interação com o adulto através do choro, dos sons, dos sorrisos e das expressões faciais, de modo a interagir com tudo o que os rodeia.

Segundo Brazelton e Cramer (2002), a emoção é a primeira forma de linguagem usada pelos bebés, por exemplo, nos primeiros segundos de vida é através do choro que a criança comunica. A competência emocional é definida por Denham (2007) como um conjunto de emoções, de forma socialmente adequada, consoante a idade e a descodificação dos processos emocionais no self e nos outros: expressar, regular e compreender as emoções. É entre os dois e os quatro anos e meio de idade que as crianças

adquirem as competências de reconhecer e nomear emoções básicas. Apenas aos três anos a maioria das crianças adquire o conhecimento das emoções básicas (ex.: alegria) (Izard & Harris, 1995, cit. por Alves, 2006). Mais tarde, a criança consegue identificar em si própria e nos outros as expressões faciais associadas à alegria, tristeza, zanga ou medo, sendo que à medida que cresce vai compreendendo que as crenças e os desejos dos outros são diferentes dos seus (Denham, 1990). Desta forma, verifica-se que a parentalidade se constitui como um motor fundamental de crescimento e desenvolvimento da família, sendo que as figuras parentais representam uma fonte de influência no percurso de desenvolvimento da criança (Cruz, 2005). Assim, a relação entre pais e filhos torna-se primordial, assumindo um papel essencial dentro das relações familiares. Enquanto cuidadores da criança, os pais tornam-se os principais agentes de socialização, a nível comportamental, emocional e do desenvolvimento cognitivo. Contudo, não se deve