

CONCEITO

PENSAMENTO SOCIAL

➤ Aprender a perceber os outros

Texto: Ana Leonor Martins

Habitualmente, quando estamos a interagir com outras pessoas, a capacidade de perceber se um comportamento é ou não adequado é algo intuitivo; conseguimos reconhecer e compreender as emoções e os desejos das outras pessoas, sem esforço. Mas nem sempre é assim. Há quem precise de aprender a pensar socialmente.

No passado mês de Maio, a Fundação Renascer⁽¹⁾ organizou uma conferência sobre «Pensamento Social», trazendo a Portugal Michelle Garcia Winner (na foto), criadora do conceito e conhecida terapeuta da fala, especializada no trabalho com pessoas que apresentam um défice na cognição social. Segundo a especialista norte-americana, o «pensamento social» traduz «a capacidade de reconhecer e compreender os pensamentos, as emoções, os desejos e as intenções das outras pessoas, para que o seu comportamento faça sentido e seja possível prever o que vão fazer a seguir». De forma mais simples, é a capacidade de nos pormos no lugar dos outros.

O potencial para o desenvolvimento destas competências é algo habitualmente inato no ser humano e desenvolve-se ao longo de toda a vida. «Sobretudo por observação, as pessoas aprendem a ser socialmente adequadas de forma que se pode considerar intuitiva, enquanto as que têm um défice da cognição social precisam de intelectualizar esta aprendizagem», diz. «Apesar da intuição não se aprender directamente – ressalva –, é possível aprender a pensar socialmente». E «é uma competência que deve ser trabalhada de forma constante, não só nos jovens mas também nos adultos, pois tem um impacto generalizado nas relações pessoais, em casa, na escola, no trabalho ou em actividades de lazer; é o que nos ajuda a perceber a perspectiva dos outros.»

Michelle Garcia Winner começou a desenvolver o conceito em 1995, devido à necessidade de acompanhamento de um conjunto de alunos que, embora brilhantes, eram socialmente inaptos. E precisavam saber por que é que se deveriam «dar ao trabalho» de aprender e utilizar uma série de competências sociais, que diferem disso iria fazer. O objectivo desta forma de intervenção terapêutica é ensinar as pessoas a compreender o funcionamento do cérebro social e por que motivo as outras pessoas esperam que sejamos capazes de demonstrar determinadas competências sociais, mesmo sem que nos tenham ensinado.

«Primeiro, é preciso perceber o nível social de cada aluno e depois ensiná-los como funciona o seu cérebro social, ajudando-os a perceber que têm expectativas sociais

Para Michelle Garcia Winner, «pensar socialmente é uma competência que deve ser trabalhada de forma constante, não só nos jovens mas também nos adultos, pois tem um impacto generalizado nas relações pessoais, em casa, na escola, no trabalho ou em actividades de lazer; é o que nos ajuda a perceber a perspectiva dos outros».



que conduzem a emoções relativas às pessoas que os rodeiam», explica. «O passo seguinte é fazê-los entender que, se têm esses pensamentos, é natural que os outros também os tenham. Trabalha-se então a percepção das diversas formas de pensar e das emoções associadas, baseadas em situações diferentes. A forma como actuamos e nos comportamos socialmente ajuda a informar os outros sobre o que pensamos e como nos sentimos.»

No que respeita ao mundo do trabalho em particular, Michelle Garcia Winner sublinha que «o pensamento social ajuda não só a manter e a consolidar o posto de trabalho, como a ser promovido; somos ensinados e pensar que um forte conhecimento técnico é o bilhete para o sucesso, mas é a combinação das competências técnicas com o pensamento social que leva as pessoas a quererem trabalhar connosco», realça. «As pessoas com quem trabalhamos, como todos nós, são em última análise pessoas emocionais que muitas vezes ficam ofendidas quando alguém parece egoísta.» E dá um exemplo: «Um dos meus alunos recebeu certificação de uma universidade de topo nos Estados Unidos e foi contratado para uma posição de topo devido ao seu extraordinário conhecimento e porque aprendeu a impressionar numa entrevista de trabalho. Mas, uma vez contratado, não conseguia manter o emprego. Da última vez foi despedido passados cinco meses, por ofender demasiadas pessoas e agir como se o seu trabalho e o seu tempo fossem mais importantes do que os de todos os outros.»

Michelle Garcia Winner está actualmente a escrever um livro sobre pensamento social no mundo do trabalho. ©

⁽¹⁾ Trata-se de uma instituição sem fins lucrativos que tem como objectivo central dar resposta às necessidades específicas de crianças e jovens com perturbações do desenvolvimento e apoiar as respectivas famílias.