

O AFETO NO COMBATE DAS AGRURAS NO PROCESSO DE APRENDIZAGEM

Maria José Pessoa de Andrade Araújo.

RESUMO

Esse e-book, tem por finalidade mostrar como podemos obter sucesso escolar por meio da afetividade no combate as diversas agruras que venham surgir no dia a dia na trajetória acadêmica, como Pestalozzi deixou enquanto contribuição por meio da Pedagogia Social, enfatizando a presença do afeto como um dos fatores suscetíveis ao sucesso acadêmico. Dando evidência de que a presença da afetividade pode de fato contribuir para que o discente venha superar os possíveis obstáculos surgidos no percurso da aprendizagem. Possuindo por meta deixar uma contribuição para o processo de aprendizagem quanto a presença da afetividade e assim poder trilhar rumos mais deleitosos no processo de aprendizagem, vencendo as agruras tantas vezes enfrentadas por indivíduos no processo de formação acadêmica e dessa forma como bem citado no título, o afeto combater as agruras no processo de aprendizagem.

Palavras-chave: Agruras. Afetividade. Aprendizagem.

INTRODUÇÃO

Esse E-book traz por objetivo geral, mostrar enfaticamente como as o Afeto no Combate das Agruras no Processo de Aprendizagem, e como objetivos específicos, classificar as diversas agruras oriundas da ausência da afetividade, compreender as causas das agruras no âmbito escolar por faltar afetividade e enfatizar caminhos por meio da cromoterapia que reduzam as agruras provocadas pela ausência da afetividade, dando ênfase no fato de que por meio da afetividade poderemos vencer muitas limitações pertencentes ao processo de aprendizagem do indivíduo, o qual surgiu diante do quadro que vivenciamos nas escolas no dia a dia em todos os segmentos de ensino, onde a ausência do afeto no âmbito educacional fortalece as limitações de alguns alunos, limitando esses ao fracasso escolar, social e até mesmo pessoal.

Como alega Araújo (2020), as agruras no meio do caminho fazem do ato de aprender uma barreira provocadora de fracassos e lamentações, e assim necessita urgentemente da

presença do afeto tornando mais flexíveis as agruras presentes no âmbito da aprendizagem, agruras essas que fortalecem cada vez mais as limitações no processo de desenvolvimento cognitivo do indivíduo em formação acadêmica.

Sendo utilizada para a elaboração desse e-book uma metodologia de caráter bibliográfico, onde consultou-se alguns teóricos que dedicaram- a esse objeto de estudo, a afetividade, Amber (2000), Araújo (2020), CALAZANS (2004), entre outros.

E assim deixar enquanto contribuição um pouco de conhecimento de como lidar melhor com as agruras provocadas pela falta da afetividade no âmbito da aprendizagem.

I AS AGRURAS EDUCACIONAIS

“As agruras no meio do caminho fazem do ato de aprender uma barreira provocadora de fracassos e lamentações” (ARAÚJO, 2020).

Diante das notáveis inovações percebemos que é o percurso do aprender é marcado por muitas agruras, entre essas podemos citar dificuldades de aprendizagens sejam por patologias ou até mesmo por problemas de cunho emocional, a ausência de muitas famílias no processo de aprendizagem, a falta de interesse dos alunos, diversas vezes oriundas de algum problema que não fora resolvido no seu percurso escolar, a indisciplina escolar, ocasionada por falta de limites de disciplinas no âmbito familiar e muitas outras agruras que acabam tornando o cotidiano escolar uma verdadeira labuta, recheada de desafios, como afirma Assmann (1996), a qualidade da educação passa por atributos de cunho pedagógico, que devem estar vinculados ao prazer além de ser algo que faz sentido e é humanamente gostoso.

De fato, ao se pensar no ato de aprender se faz necessário observar de maneira minuciosa quão sério tem sido a presença da afetividade nesse processo, como alega Assmann (1996), duas coisas devem andar juntas: a melhoria pedagógica e o compromisso social, e não se consegue alcançar tais fatores sem a presença do afeto. Indo ao encontro das colocações de Pestalozzi (1982), ao explicar que de maneira divergente, o sentimento de crer e amar não se elevam através de explicações aleatórias sobre a fé e o amor, mas por meio de convívios no pensar e sentir afetividade por alguém.

E assim compreende-se que a presença da afetividade é um ótimo caminho para que se possa reduzir as agruras que venham aparecer no cotidiano do aprender.

Portanto se faz necessário que o processo de aprender seja composto de compromisso e afetividade, ofertando ao aprender o deleite necessário.

II A AFETIVIDADE FAZENDO DO AMBIENTE ESCOLAR O LUGAR QUE SE DESEJA VOLTAR



Na sala de aula percebemos que tem sido muitas vezes um tanto angustiante por conta das adversidades que surgem no dia a dia, onde se pode destacar:

- O barulho na sala de aula;
- Inquietude dos alunos;
- Falta de interesse de alguns;
- Ausência de prazer na hora de aprender.

E assim acaba por ofertar ao âmbito escolar muitas dificuldades no tocante a aprendizagem, transformando a sala de aula numa grande agrura tanto para os docentes como para os alunos, sendo assim se torna de suma relevância observar as ressalvas de Wallon (1979), ao explicar que a afetividade juntamente com o potencial cognitivo constituem o que se define como personalidade do ser humano.

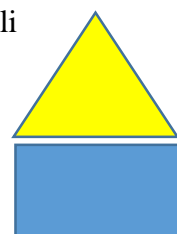
Indo ao pressuposto de que a afetividade está relacionada às sensibilidades internas e se orienta em direção ao mundo social sendo de grande relevância para a construção da pessoa; Portanto o poder intelectual está relacionado as sensibilidades externas e se revida ao âmbito físico, para a construção do desígnio.

E assim compreende-se que onde o afeto estiver também estará a vontade de voltar e de permanecer, vindo à tona um ponto importante e normatizador, a própria LDB (1996), no seu 3º: Art. 3º. O ensino será ministrado com base nos seguintes princípios:

I - Igualdade de condições para o acesso e permanência na escola;

Fortalecendo assim a necessidade de se construir um ambiente com sentimentos que contribuam para que tanto dos docentes como discentes sintam vontade de ali permanecerem.

III OS DOCENTES DIANTE DAS AGRURAS LABORAIS



Aos docentes temos que reconhecer o valor importantíssimo que esses possuem no cenário de desenvolvimento intelectual do indivíduo, incluindo o pessoa, o social e o intelectual.

Como afirma Gil (2010, p.2), didática implica na arte de ensinar, fazendo do trabalho educacional uma missão de muita relevância.

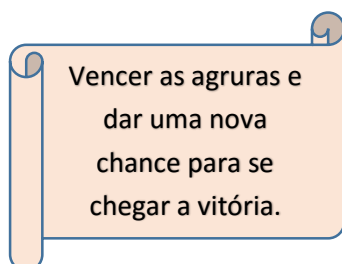
No ensino e aprendizagem está implícito a inter-relação professor e aluno e a presença da didática servindo de interface.

Nesses dias atuais nos deparamos com muitas agruras na vida acadêmica, a começar pela ausência de condições de trabalho adequada aos docentes e discentes em muitas instituições.

Nos instigando a buscar uma maior compreensão quanto as mais variadas agruras enfrentadas na vida docente e assim acaba por trazer angústias, intrigas interiores, revoltas e muito mais, dando origem aos mais variados problemas de saúde seja de cunho físico ou emocional.

Como alega Christophe Dejours (2003), todas as agruras presentes no executar docente vem ganhando cada dia mais campo de estudos, pois conforme alguns estudos realizados, chegou-se ao entendimento de que em consonância com os estudos Freudianos, a reflexão quanto aos processos psíquicos mobilizados pela confrontação do sujeito com a realidade do trabalho, onde se faz presente as agruras de cunho psíquico no trabalho nos últimos anos recebeu maior índice de análises.

Tais procedimentos, evidencia quão sério tem sido as agruras presentes na vida do docente e de todos que participam do campo educacional. E tais agruras enfrentadas pelos docentes se não forem devidamente tratadas acabam se tornando em barreiras muito agressivas para a vida do docente, trazendo a vida desses profissionais, enfermidades de diversas espécies, podendo conduzir tais indivíduos a morte.



IV TERAPIAS HOLÍSTICAS NA REDUÇÃO DAS AGRURAS NA DOCÊNCIA

Atualmente temos muito caminhos quanto ao alívio das agruras presentes na docência que não são poucas e terminam acometendo os docentes das mais diversas enfermidades e tudo isso tem aumentado o índice de professores readaptados, professores submetidos a tratamentos medicamentosos e psiquiátricos e assim tem cessado com a vida

de muitos desses profissionais em plena vida, como afirma Pessoa (2017), a maior causa da dor é a morte em plena vida.

Essa, muitas vezes, são os “nãos” que a vida nos dá como contrapartida dos sonhos que não foram vividos.

Os não da vida na docência é justamente resultado de uma atividade laboral repleta de sobrecargas, ausência de qualidade de vida, reconhecimento do seu trabalho realizado, indisciplina de muitos alunos, ausência da participação dos pais e responsáveis por seus alunos e assim terminam adquirindo a denominada Síndrome de Burnout, e dessa maneira terminam adoecendo e necessitando de tratamentos médicos e terapêuticos.

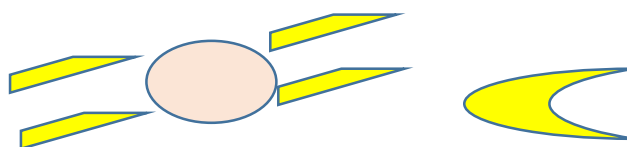
Quanto as terapias holísticas, essa possui o poder de reduzir consideravelmente os altos níveis de estresse e assim poder melhorar a vida desses profissionais de valor no desenvolvimento da sociedade.

Como alega Araujo (2020), em seu artigo, TERAPIA COMO MECANISMO PARA REDUÇÃO DA SÍNDROME DE BURNOUT NA VIDA DOS PROFESSORES, a omo alega, Varella, (2015), para reduzir essa intensa síndrome se faz necessário, optar por um tratamento adequado, sendo necessário que se faça um diagnóstico detalhado, pois, por ser um desgaste físico e emocional, é normal que seja confundido com depressão, agressividade, mudança de humor, dentre outros. Os sintomas físicos normalmente envolvem dor de cabeça, cansaço, palpitação, insônia, pressão alta, distúrbios respiratórios e gastrointestinais, alteração do ciclo menstrual, no caso da mulher, explica o Dr. Drauzio Varella (VARELLA, 2015, p.1).

Sendo visto como sugestão de uma terapeuta ocupacional, Cooper, (2010):

- Terapia Cognitiva-comportamental: Voltada para a busca dos aspectos referentes a tal síndrome nos pacientes;
- Construir uma linha de tempo, analisando os maiores causadores da Síndrome de Burnout;
- Aplicação das Técnicas cognitivo-comportamentais no transtorno de Burnout nos espaços organizacionais.

E a terapia holística traz enormes benefícios como, seja por meio dos óleos terapêuticos, as cores, a denominada Cromoterapia, e a escuta terapêutica. Portanto, vale ressaltar que a terapia holística pode ser um excelente caminho a lidar com o enfrentamento das agruras presentes no cotidiano laboral tanto dos docentes como dos demais profissionais.



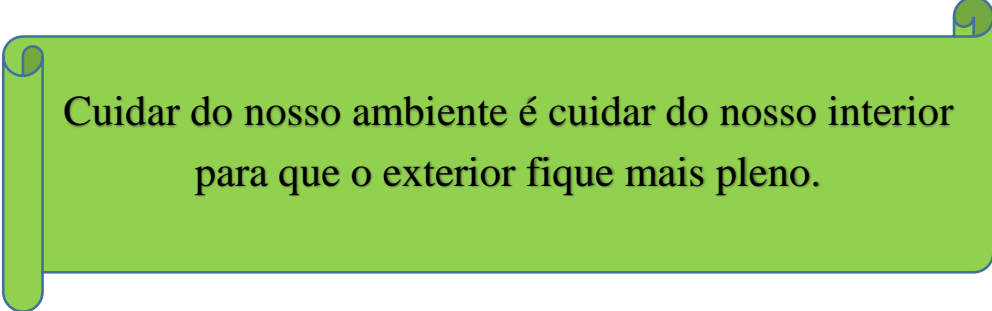
V AS CORES NO ENFRENTAMENTO DAS AGRURAS NA SALA DE AULA

Conforme Araújo (2020), através do uso das cores de maneira apropriada podemos fortalecer o emocional e conseqüentemente poder fortalecer a imunidade, tornando mais fácil o enfrentamento das agruras presentes na sala de aula, como alega Lima, (2019), meio da utilização das cores adequadas no dia a dia pode diminuir o estresse e deixar você mais tranquilo.

Segundo a terapeuta holística Solange Lima, (2019), as duas cores mais indicadas para levar a ansiedade embora são o verde e o azul.

Quanto a cor verde oferta uma estabilidade no emocional humano e assim serve de calmante para o nosso dia a dia, uma excelente dica é trabalhar o verde com imagens que nos trazem o refletir interior e assim trazer a paz ao âmbito educacional, a sala de aula, levar juntamente com imagens do verde, canções relaxantes.

Como sugestão pode se fazer uso da cor verde da seguinte maneira:

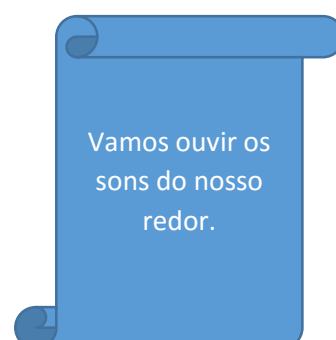
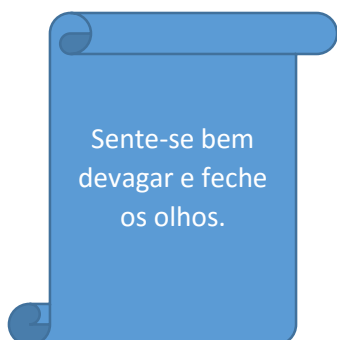
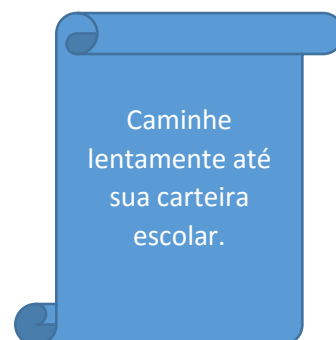
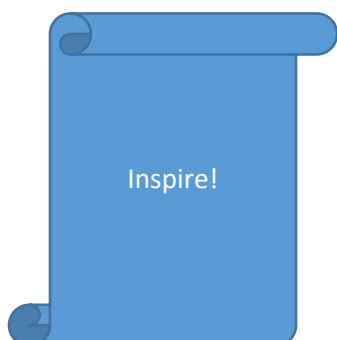
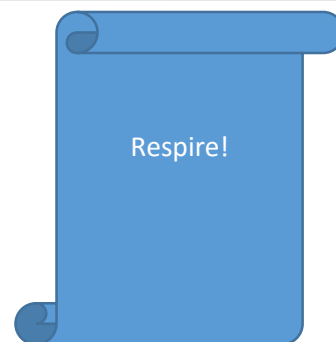
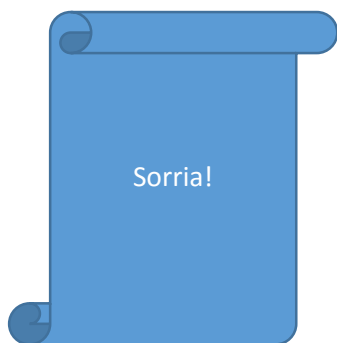


**Cuidar do nosso ambiente é cuidar do nosso interior
para que o exterior fique mais pleno.**

- Dar uma aula sobre ao meio ambiente ou temas afins, levando para o ambiente escolar um fundo verde para após a explicação montar um painel bem lindo na cor verde, realizar atividades com os alunos estando em evidência na cor verde.

O azul consiste num tipo de calmante que fortalece o sistema nervoso central e conseqüentemente o imunológico, a título de sugestão se pode usar o azul em sala de aula nos momentos de agitação desconcentradora, como por exemplo:

- Após o intervalo os alunos geralmente chegam a sala de aula muito agitados, animados e bem barulhentos, daí buscando a calma necessária ao aprendizado evitando muitas energias negativas e desgastes emocionais, entrega-se plaquinhas azuis com enunciados ou imagens representativas, como:



Portanto a cor azul é relaxante e calmante, atuando no sistema nervoso parassimpático e diminuindo a frequência cardíaca.

É uma cor que também traz quietude à mente. Outra cor a ser usada por meio da cromoterapia é a cor laranja, como explica Amber (2000), por ser uma cor muito usada na cromoterapia pelo seu poder energético, por aumentar a autoestima, dar disposição e incentivar o intelecto.

Por ser uma mistura do vermelho com o amarelo, é também uma cor quente e estimulante, muito utilizada para tratamento de depressão.

Como sugestão de uma aula em pregando a cor laranja você pode usar essa cor no início da aula e nunca após o intervalo, procure trabalhar com ela nos dias frios e ao dar conteúdos como alimentos, frutas, verduras, o poder dos sucos da seguinte maneira:

- Leve a sala de aula ao se trabalhar por exemplo alimentação, frutas coloridas, após uma relevante explicação prepare com seus alunos uma salada de frutas bem colorida, um suco cítrico e após a preparação deguste juntamente com eles, procurando usar aventais nessa cor ou uma toalha na mesa é de bom valor cromoterápico.

Também se pode usar ao perceber que um aluno apresenta um quadro de desânimo, tristeza e até um quadro depressivo, procure realizar com ele uma atividade usando em evidência essa cor.

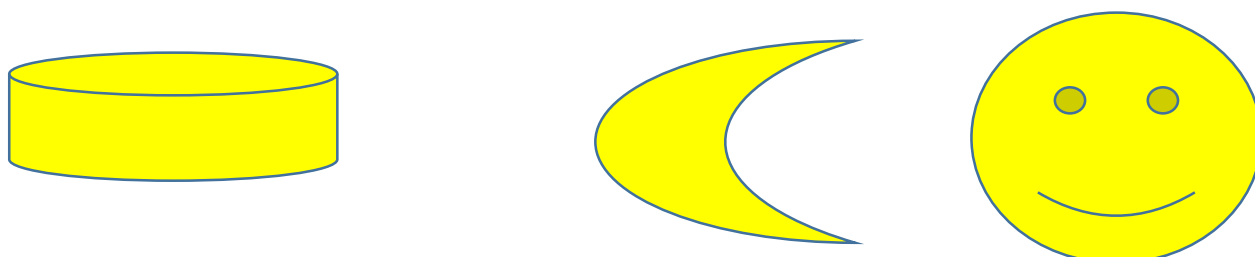
Uma outra excelente sugestão é levar até esse aluno brinquedos que tenha essa cor em evidência e aplicar a escuta terapêutica buscando encontrar as razões pela qual esse aluno demonstra esse quadro de tristeza, para que assim possa ajudar da melhor maneira possível.



Outra cor que será bastante positiva no trabalho escolar é o amarelo, como explicado por Calazans (2004), o amarelo é muito indicado no tratamento quanto a hepatite e doenças do baço e medula óssea e para trabalhos intelectuais.

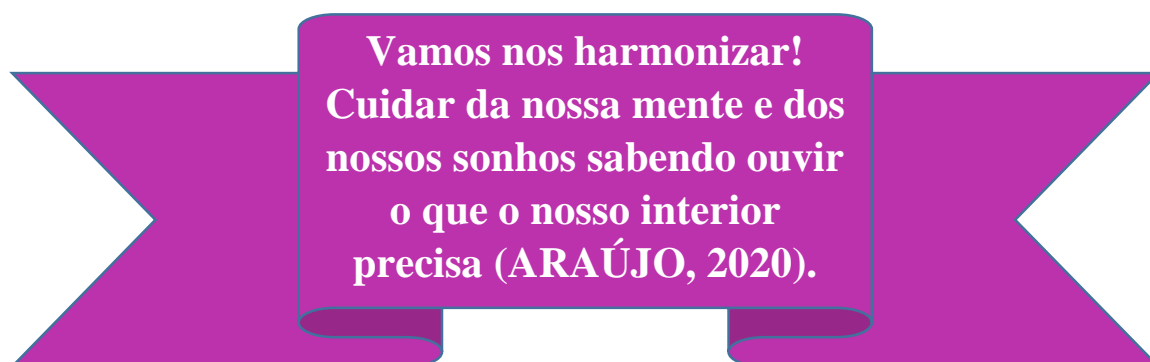
Possuindo efeitos como forte influência positiva quanto ao sistema nervoso simpático e parassimpático, aumenta a pressão arterial e auxilia no fortalecimento à saúde dos tecidos, órgãos e ossos, também serve como forte estimulador de concentração.

Podendo ser usado na sala de aula em forma de sol, e também através de outras imagens, como também pode ser usado para incentivar os alunos que demonstram dificuldades de concentração, hiperatividade e transtorno de aprendizagem.



Uma outra cor bem interessante como explica Gimbel (1995), é violeta sendo essa cor bastante vista como um estabilizante das emoções por ser constituído do relaxante azul e do estimulante vermelho sendo a cor do equilíbrio, da consciência e da estabilidade.

Onde se pode empregar na sala de aula como um cenário de relaxamento, quando a turma estiver bem agitada uma excelente sugestão é justamente distribuir imagens na cor em destaque violeta, levar um painel para se trabalhar os conteúdos do dia e no momento de agitação poder expor no quadro ou em outro lugar da sala. E assim poder ajudar a cromoterapia como uma aliada ao encontro de uma melhor qualidade de vida a todos os docentes em sala de aula.



O que deve ser evitado é encher o ambiente escolar de cores muito fortes, como o vermelho, pois por ser uma cor bem importante conforme afirma Costa (2012), na Cartilha dos Direitos dos Terapeutas, o vermelho atua no sistema nervoso autônomo simpático, estimulando-o.

É a cor da atividade física. É altamente excitante, energético e revigorante. É a cor da sensualidade. Representa o tempo presente. Vamos nos harmonizar! Cuidar da nossa mente e dos nossos sonhos sabendo ouvir o que o nosso interior precisa (ARAÚJO, 2020). Estimula a combatividade.

Nas glândulas supra renais, favorece a liberação de adrenalina, nas glândulas sexuais, os hormônios que conduzem ao excitamento.

Eleva a pressão sanguínea, os movimentos respiratórios, os batimentos cardíacos. Estimula a produção de glóbulos vermelhos no sangue.

Dilata os vasos, favorece a eliminação de edemas. Sua nota musical é o dó, isto é, quando um instrumento emite uma nota dó, produz uma vibração de cor vermelha.

Utilização terapêutica do vermelho:

É utilizado terapeuticamente nos seguintes casos anemia; paralisia; inflamação das articulações; pressão baixa; depressão; - reumatismo. Efeitos Físicos: Abastecem o corpo físico com energia e vitalidade, especialmente as funções restauradoras do corpo. Prende-nos à vida e nos ajuda a sobreviver.

O tratamento com vermelho aquece e a produção de adrenalina. É bom contra a anemia, pressão baixa e perda de vitalidade; dores de cabeça devidas a congestionamentos, intestino preguiçoso, baixa libido; dissipa a letargia, a inércia e o cansaço, assim como gripes e resfriados crônicos. (Por ser tão atuante, o vermelho é a cor mais poderosa de todas e precisa ser usado com parcimônia no processo terapêutico, sendo evitado em casos de pressão alta.) Tem ação expansiva, (COSTA, 2012, p. 13).

Como sugestão pode ser usado em sala de aula uma aula usando as cores vermelhas trazendo de início ao início da aula uma música relaxante e prazerosa, que venham acalmar os alunos, espalhe um tapete vermelho na sala e realize uma atividade como um desfile de talentos com cada um dos alunos levando em suas mãos na cor vermelha plaquinhas contendo os talentos de cada um.

Desfile da turma

**SOU BOM
EM CANTAR!**

**SOU TOP EM
DESENHAR!**



E assim chegamos ao final desse E--Book, tendo a certeza de que por meio dessas informações aqui contidas, fica claro quão eficaz o emprego das terapias holísticas, dando destaque a cromoterapia para redução das agruras presentes na docência.

Portanto um dos caminhos ricos em lidar melhor para com as agruras presentes no cotidiano escolar e assim poder de fato usar as terapias em especial as cores na sala de aula para que por meio dessas ferramentas possam ser enriquecidos os dias dos docentes diminuindo os estresses e reduzindo as agruras presentes no âmbito escolar.

VI AS AGRURAS NA DOCÊNCIA NO COMBATE AO ESTRESSE NA VIDA DO DOCENTE

Ao chegar na sala de aula os docentes renegam diante de tantas lutas que a escola lhes entrega. Tem que lidar com os pais de todos os tipos, temos os mais participativos, temos os mais ausentes, temos até mesmo aqueles que são quase inexistentes.

Temos de um lado o conteúdo a trabalhar do outro a indisciplina a enfrentar. Terminando gerando do docente um enorme sacrifício que pode ocasionar a sua vida tanto física como emocional enormes prejuízos.

E assim faz da vida do docente uma grande turbulência cheia emoções e até mesmo algumas divergências. Temos que saber ao certo como lidar com os grandes desafios e encará-los de frente, muitas vezes nos dando arrepio, sabendo que o melhor em tudo isso é sentir que um excelente passo é dar a cada um dos que atendemos assim que merecerem ofertar um elogio.

Tratando com bastante altruísmo, e muita alegria fazendo do seu dia a dia uma rica alegoria repleta de muitas energias e transformar esses momentos em meios eficientes para com o que vier saber enfrentar e dessa forma se auto realizar.

Por fim podemos fazer das diversas agruras surgidas na docência meios para a reflexão chegar e assim poder caminhos adotar que venham trazer as nossas vidas as condições precisas para as amargas agruras sabermos lidar.

Transformando cada uma delas, em caminhos sólidos e corretos para que saibamos com as divergências construir métodos concretos por meio de energias positivas emoções e muito afeto.

METODOLOGIA

A construção desse E-book, possui por procedimentos metodológicos uma pesquisa de caráter bibliográfico, incluindo também uma pesquisa quanti/qualitativa por meio de questionários aplicados com 10 alunos e 10 professores, seguida de uma apreciação de conhecimentos e considerações, quanto ao objeto de estudo, o qual refere-se ao tema, o Afeto no Combate das Agruras no Processo de Aprendizagem.

Indo ao encontro das colocações de Rauén (1999), ao alegar que:

“A pesquisa descritiva objetiva conhecer e interpretar a realidade sem nela interferir para modificá-la, estando interessada em descobrir, observar fenômenos, procurando descrevê-los, classificá-los e interpretá-los”, (RAUEN, p. 1999, p.234).

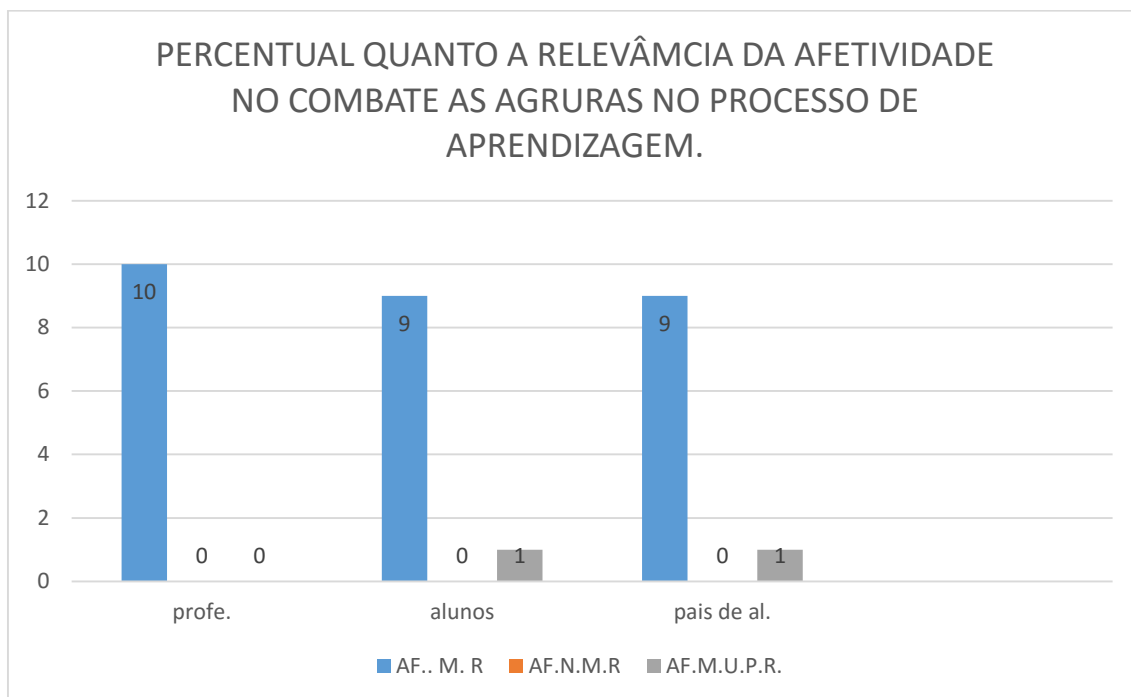
Contamos ainda para a construção deste, uma reflexão referente aos estudos realizados em torno deste tema, tendo em mente, de acordo com Mynayo (1998), os métodos qualitativo e quantitativo não se excluem, mas, ao contrário, em muitos casos se complementam para melhor evidenciar os aspectos do estudo.

Possuindo como objetivos a alcançar, uma melhor compreensão a respeito das agruras no processo de aprendizagem oriundas da ausência da afetividade.




Atribuindo a essa obra literária, uma contribuição para melhor compreensão quanto ao fenômeno aqui abordado.

RESULTADOS E DISCUSSÃO

Os resultados foram apresentados através por meio de um gráfico onde foi construído por meio de questionários aplicados com 10 alunos de diferentes segmentos de ensino 10 professores e 10 pais de alunos.



FONTE: Pesquisa Direta, 2020.

-  Afetividade melhora resultados;
-  Afetividade não melhora resultados;
-  Afetividade melhora um pouco os resultados.

E assim poder concluir por meio dos resultados obtidos o quão importante é a afetividade no processo de aprendizagem. Como afirma Wallon (1979), a afetividade juntamente com o potencial cognitivo constituem o que se define como personalidade do ser humano.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

Ao se construir esse E- book, ocorreu a intenção de ofertar aos leitores um pouco de conhecimento relevante quanto ao tema em abordagem: O Afeto no Combate das Agruras no Processo de Aprendizagem, e assim deixar evidente quão importante é implantar a afetividade no âmbito educacional.

Nesta perspectiva, na atualidade pode-se dizer que a presença do afeto no processo de aprendizagem implica em ferramentas riquíssimas pedagogicamente falando.

Assim sendo a afetividade de fato reduz as agruras presentes no cotidiano escolar, onde sua presença irá ofertar notáveis avanços ao processo escolar. Suas atribuições em âmbito nacional se implicam em:

- Reduzir as agruras presentes na rotina educacional;
- Melhorar o ambiente de aprendizagem;
- Elevar a autoestima em aprender o novo;
- Melhorar o altruísmo.

Enfim a afetividade no processo de aprendizagem implica numa rica ferramenta para redução provocadas pelas agruras presentes no desenvolvimento cognitivo, reduzindo enfaticamente as limitações que alguns apresentam almejando o desenvolvimento do educando, contribuindo para possa vencer as limitações que possa surgir na trajetória educacional.

REFERÊNCIAS

ARAÚJO. Maria José Pessoa de Andrade. **Terapia como Mecanismo para Redução da Síndrome de Burnout na vida dos Professores**. WEB ARTIGOS. Publicado em 07 de January de 2020.

AMBER R. **Cromoterapia: aura através das cores**. São Paulo: Cultrix; 2000.

BITENCOURT, Cezar Roberto. **Código Penal Comentado**. 4ª edição, São Paulo: Saraiva, 2007.

CALAZANS. Flávio. **Cromoterapia: as cores de Calazans**, mestrado Usp, 2004.

COSTA. Luiz Gustavo Gomes. **Cartilha dos Direitos dos Terapeutas**. Belo Horizonte, 2012.