

Práticas Integrativas na escola pública: caminhos possíveis para um cotidiano de paz

*Heráclito Cardoso de Oliveira
Mestre em Artes Cênicas –UFRN
Graduando do Curso de Terapia Ocupacional - UFPB*

Resumo

O presente artigo se propõe a relatar uma experiência exitosa acerca de um projeto pedagógico, que tem como principal abordagem o uso das Práticas Integrativas e Complementares em Saúde - PICS no cotidiano de uma escola pública. Este trabalho descreve o uso das PICS como estratégia para a promoção do bem-estar, diminuição da indisciplina e da violência na escola e para a construção de uma cultura de paz no contexto escolar, observando que as Práticas Integrativas podem ser aliadas do processo de ensino-aprendizagem e auxiliar na formação de pessoas mais conscientes de si e do outro, considerando o processo formativo do sujeito baseado nas relações de afeto e troca de saberes.

Palavras-chave: **práticas integrativas, escola pública, indisciplina escolar.**

Ser um Arte-Educador numa escola pública tem sido uma missão cada vez mais difícil nos dias atuais. A escola pública vem sendo cenário para muitas problemáticas que acabam, inevitavelmente, caindo na responsabilidade do professor, que assume papéis outros na busca de solucionar os mais diversos problemas que se manifestam; alunos indisciplinados, falta de espaços adequados para práticas artísticas, crianças subnutridas e mergulhadas em problemas familiares, tráfico de drogas dentro da escola, violência física, moral e simbólica, além de uma lista extensa de tantas outras questões que poderíamos citar aqui.

Mas, em meio aos mais diferentes desafios que enfrentamos, o mais difícil de todos para nós é a violência na escola. Durante dez anos de magistério, a nossa experiência nos mostrou que dar aulas de Artes Cênicas era uma tarefa praticamente impossível, tendo em vista que esta linguagem artística requer contato corporal, diálogos, jogos em equipes e a interação com o outro sempre, além de concentração e um pouco de disciplina. Mas os alunos, ao simples toque ou contato visual, já disparavam um conflito entre si

que comprometia todo o processo. Mesmo considerando o que diz Montenegro (2017) que:

Dificuldade escolar é muito comum. Quando a escola comunica à família a existência de alguma dificuldade acadêmica, a primeira sensação é de tristeza e importância. Entretanto, nessa hora é preciso ter muita calma e entender que na maioria das vezes dificuldade escolar não é o “fim do mundo”. [...] limitações e dificuldades fazem parte da vida. Inclusive, passar por alguma dificuldade na infância pode ajudar a formar um adulto mais forte, seguro e pronto para encarar as dificuldades do dia a dia. (MONTENEGRO, 2017, p.13)

Ainda assim não deixamos de perceber que essa questão era um reflexo de outros problemas de ordem familiar, social, físico e psicológicos. Assim, observamos que este contexto escolar violento em que estávamos inseridos estava interferindo de forma direta nos processos de ensino e aprendizagem dos nossos educandos.

Diante de tudo isso, como poderíamos fazer com que esses alunos aprendessem nossos conteúdos? Será que as mentes estariam realmente disponíveis para aprender? Será que o que interessa à escola é apenas aplicar o currículo preestabelecido?

Estas questões nos fizeram refletir sobre nossa prática docente. Até que ponto, enquanto educadores de seres humanos, estamos realmente olhando para os seres humanos? Passamos, então, a compreender que era preciso se desenvolver um trabalho mais profundo, que pudesse estar além ou mesmo andando em paralelo com os conteúdos escolares, era preciso se criar um movimento dentro da escola que pudesse integrar as nossas naturezas para que o processo educacional pudesse fluir junto. Mas, de acordo com Montenegro (2017, p.15) *Quando estamos frente a uma criança com dificuldades escolares, precisamos avaliar todas as variáveis envolvidas: idade, saúde em geral, tipo de escola, dificuldade visual ou auditiva, presença de transtornos neurológicos, etc.* Ou seja, é necessário se ter uma visão holística da pessoa.

. Deste contexto emerge a necessidade de se criar um projeto que nos ajudasse a construir um cotidiano de paz em nossa escola. Teria que ser algo simples, de baixo custo, mas que chamasse a atenção dos alunos, que os

atraísse, que os envolvesse e que fosse eficaz ao propósito. Assim, surge a proposta de utilizarmos as Práticas Integrativas e Complementares em Saúde (PICS) como recurso para se criar uma cultura de paz em nossa escola.

As PICS – Práticas Integrativas e Complementares em Saúde são recursos terapêuticos, reconhecidos pela Organização Mundial da Saúde (O.M.S.) e que trazem uma abordagem humanizada, integrada com a natureza, que busca promover, por meio de recursos simples, o equilíbrio entre corpo, mente e espírito, conforme as diretrizes da O.M.S., o que pode contribuir para uma mudança de postura do sujeito, na perspectiva de que cada pessoa deve receber uma atenção individual, podendo-se conduzir a uma atitude de consciência, que se reflete na coletividade, nas melhorias das relações interpessoais e na resolução de conflitos.

No Brasil, vale ressaltar que o Ministério da Saúde implantou diretrizes para o tratamento com a homeopatia, a fitoterapia, a acupuntura e a crenoterapia nos hospitais públicos por meio da Portaria 971 de 3 de maio de 2006, criando uma Política Nacional de Práticas Integrativas e Complementares (PNPIC) no Sistema Único de Saúde (SUS). Não obstante, a referida portaria deixou um valioso precedente para a inclusão de outras técnicas complementares, se forem necessárias, como, por exemplo, os florais, a aromaterapia, a massoterapia e a cinesiologia, entre dezenas de possibilidades terapêuticas, por meio da citação da Lei nº 8.080/90 e plano diretor da OMS. Em particular, o emprego das essências florais, reconhecido e aprovado pela OMS, em 1974, constitui uma abordagem nova na área terapêutica e possui o propósito de ajudar o ser humano a adquirir qualidade de vida, principalmente na área psicoemocional. (NAIFF, 2006, p.21-22)

Atualmente, no Brasil, muitas dessas práticas já são reconhecidas e recomendadas pelo Ministério da Saúde como: Meditação, Terapia Termal, Musicoterapia, Naturopatia, Aromaterapia, Arteterapia, Osteopatia, Quiropraxia, Reiki, Práticas Corporais em Medicina Tradicional Chinesa, Terapia Comunitária, Dança Circular/Biodança, Yoga, Massagem/Automassagem, Acupuntura, Terapia Floral, Auriculoterapia, Massoterapia, dentre outras.

Como Arte-Educador e Terapeuta Holístico, pudemos somar experiências muito importantes dentro da escola no que diz respeito ao cuidado

com pessoas. Tendo como instrumentos a Arte, que atua na dimensão do sensível, possibilitando ao sujeito uma melhor integração com o mundo e também as Terapias Holísticas, ou Práticas Integrativas, que têm como premissa entender o sujeito como uma totalidade, um ser multidimensional, sensível e capaz.

Nos anos de 2014 e 2015, pudemos unir essas duas experiências num trabalho multiprofissional realizado na Sala de Recursos Multifuncional, da Escola Municipal Paulino Siqueira, onde atendíamos alunos com deficiência física, motora, cognitiva e sensorial. O trabalho foi realizado com sucesso e pudemos observar uma melhora no bem-estar dos alunos acompanhados, bem como uma melhor integração da equipe multidisciplinar.

Além dos alunos, as mães também começaram a aderir ao processo, o que fazia com que o nosso trabalho se estendesse até às famílias. Eram realizadas consultas, prescrição de Terapia Floral para as mães e as crianças e também um suporte quanto orientações de promoção da saúde por meios naturais.

Observando os resultados positivos dessa nossa experiência com as Práticas Integrativas, buscamos inserir este “modo de cuidar do outro” não mais apenas na Sala de Recursos Multifuncional, mas na escola como um todo. Em nossa cidade nunca se ouviu falar numa ação desta natureza. A nossa intenção era a de ajudar a promover um ambiente escolar saudável, harmonioso e produtivo para um melhor aprendizado dos educandos, tendo como principal estratégia o uso das Práticas Integrativas e Complementares em Saúde.

Logo no início do processo nos deparamos com uma série de desafios e limitações. Uma delas era a de esclarecer para a comunidade escolar a importância desse projeto e sua eficácia. Um outro desafio era a falta de espaços adequados para as práticas, daí tivemos que recorrer à criatividade e adaptar o nosso trabalho às barulhentas e empoeiradas salas de aula. Além disso, havia uma resistência inicial por parte dos alunos, que desconheciam as Práticas Integrativas e estranhavam as atividades. Mas o tempo e a paciência foram nos ajudando a avançar com essa ideia.

A cada dia nós nos deparávamos com uma caixa de surpresas, as demandas eram sempre diferentes. Cada um com sua forma de pensar, sua formação familiar, sua tradição. Alunos agitados, violentos, barulhentos e um professor que trazia uma proposta de acalmar, apaziguar, silenciar. O choque era natural. Mas a cada passo que nós dávamos nós setíamos que estava valendo a pena. De acordo com Howard (2011):

Durante a infância, uma grande quantidade de mudanças relativas ao crescimento e ao desenvolvimento ocorre durante um curto período de tempo. [...] O temperamento individual da criança e a sua personalidade sempre devem ser levados em consideração. (HOWARD, 2011, p.72-73)

As etapas desse projeto de Práticas Integrativas na escola foram se desdobrando, ou melhor, desabrochando como uma flor e nós começamos a ver que ainda havia muito trabalho a ser feito, mas que aquela terra já se abria para receber as primeiras sementes. A execução do projeto foi dividida em etapas, nas quais já se era possível observar resultados significativos.

A primeira etapa consistia na realização de uma reunião pedagógica onde estiveram presentes professores, cuidadores, funcionário e a gestão da escola. Este foi o momento onde apresentamos o projeto “Práticas Integrativas na Escola” aos demais profissionais. Nesta reunião falamos sobre a metodologia do trabalho e esclarecemos algumas dúvidas das pessoas acerca das Práticas Integrativas descritas no projeto.

Já na segunda etapa, criamos os “Plantões de Atendimento”, que são momentos reservados para o “cuidado ao cuidador”, onde professores, cuidadores e funcionários podem se beneficiar das Práticas Integrativas e experimentar momentos de bem-estar, alívio de tensões e dores. Fazemos aplicações de Acupuntura, Massagem, Auriculoterapia e Florais de Bach. A equipe escolar vem recebendo os cuidados com as práticas integrativas e sempre há um relato de melhora no estado físico, mental, emocional e uma melhor disposição para o trabalho. Dessa forma temos percebido que o uso das Práticas Integrativas na escola tem colaborado com o bem-estar da equipe de trabalho, melhorando o rendimento e a disposição para as demandas escolares.

Na terceira etapa iniciamos a intervenção em sala de aula. Neste momento nos deparamos com um dos grandes desafios para qualquer atividade em sala de aula; manter a atenção e concentração dos alunos. No geral, o cenário que nós encontrávamos em nossa escola era de muita indisciplina, violência e falta de atenção dos alunos.

Então fizemos uma tentativa que deu certo; aliada às Práticas Integrativas utilizamos a prática do desenho e criação de mandalas, ação que se mostrou como um dos caminhos possíveis para o exercício da concentração e atenção dos alunos. E assim, posteriormente, começamos o trabalho com as demais Práticas.

O trabalho com desenhos e criação de mandalas se iniciou a partir da criação individual e coletiva. Como já relatamos, inicialmente houve uma resistência dos alunos para a adesão dessa forma de fazer Arte, mas o processo foi se realizando naturalmente e os interagentes começaram a se envolver com a proposta. O resultado que obtivemos com essa experiência foi uma melhor concentração dos alunos em sala de aula e um melhor rendimento nas atividades propostas.

A quarta etapa consistia num trabalho com Massagem coletiva e atividades corporais na sala de aula. Entendemos que essa abordagem seria importante pelo fato de que um dos pontos mais preocupantes, no que diz respeito às relações interpessoais entre os alunos, era o contato físico. Nós observávamos diariamente que a maioria dos alunos compreendia os momentos de brincadeira e interação como um espaço para ações violentas. Pequenas brigas e agressões físicas entre eles eram constantes na escola. Um simples esbarrão numa fila gerava um conflito, chutes e pontapés eram comuns na hora do recreio. Na hora de se fazer uma atividade em círculo, aparece entre eles a dificuldade de segurar na mão do colega. O mínimo contato era motivo de conflito.

Como trabalhar isso? Que estratégias usar?

Pensando nessa problemática, resolvemos experimentar a prática de massagem em sala de aula, com o objetivo de criar ambientes de acolhida, desenvolvimento do afeto e o estabelecimento de vínculos.

A massagem, enquanto instrumento de aproximação interpessoal, vem se mostrando eficiente nesse processo. Apesar de algumas limitações de espaço e materiais, temos conseguido um avanço significativo no que diz respeito às relações dos alunos entre si em sala de aula. Nessa perspectiva podemos perceber alguns momentos de interação, solidariedade, cuidados e afeto entre os educandos. O contato físico sem agressão, mas ressignificado com o sentido do cuidar.

Como cada dia era uma surpresa, durante essas vivências sempre usamos uma ou mais técnicas das Práticas Integrativas. Usamos em sala de aula alguns óleos essenciais da aromaterapia, músicas relaxantes, Acupuntura, Meditação, Florais de Bach. Estas práticas vão se ajustando com as demandas de cada momento, de cada aluno.

E apesar da longa estrada que ainda temos para percorrer, começamos a perceber uma considerável evolução desses alunos no que diz respeito ao comportamento, à atenção em sala de aula, ao aprendizado e às relações interpessoais.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

Acreditamos que foi assertiva a escolha das Práticas Integrativas e Complementares em Saúde – PICS como estratégia para a promoção de um cotidiano de paz na escola.

Mesmo em andamento, temos percebido os resultados positivos desse projeto e entendemos que a continuação dessas ações irá favorecer, qualitativamente, o aprendizado dos nossos educandos.

Introduzir as Práticas Integrativas e Complementares em Saúde no contexto escolar é para nós um desafio que vem nos encantando a cada dia. Com o foco na promoção da paz no ambiente escolar e na resolução de conflitos,

consideramos que os objetivos dessa proposta intervencionista vêm sendo alcançados gradativamente.

Usar as Práticas Integrativas e Complementares em Saúde como instrumento de integração interpessoal da comunidade escolar tem sido a base desse trabalho, que tem proporcionado pequenas mudanças de atitudes voltadas para a cooperação, para a formação de uma cultura de respeito, responsabilidade e tolerância.

Avaliar essa trajetória dentro de uma escola pública é compreender que o tempo inteiro estamos sendo atravessados por saberes outros. Há um diálogo de almas entre educador e educandos. Pensamos que há um aprendizado mútuo sendo construído nessa caminhada. Temos aprendido que ensinar e aprender transcende os bancos da escola, temos aprendido também que ouvir é mais importante que falar e que cuidar é também uma forma de ensinar.

Mas amor ninguém ensina, amor se cultiva, amor se rega. E na escola tem um canteiro enorme para se semear o amor. E amor se semeia com afeto e não com fórmulas matemáticas ou exercícios de leitura. A leitura primeira é a da alma. Sem isso, sem a sensibilização, sem o afeto, todo o ensinamento perde a cor, a lógica e a razão.

Evocar uma experiência com Prática Integrativas na escola não é um trabalho simples, requer muito esforço e disposição, porém é possível se instaurar processos muito interessantes no cotidiano escolar.

Inicialmente estivemos muito focados em resultados, em formas e modelos. Mas no decorrer do tempo passamos a entender que o mais importante não é o resultado no final do bimestre ou no final do ano. O importante é o processo, porque a cada dia superamos novas dificuldades, novas barreiras.

Alunos que antes se agrediam, hoje já conseguem entender a linguagem da tolerância em prol de uma atividade proposta em sala de aula. Há resultado melhor que este processo?

Nestes momentos não importa a prova, a nota, o diário de classe. Interessa a nós o diário vivo que é cada aluno que está a nossa frente. Nos interessa o

diário vivo que somos, nos interessa a história que escrevemos juntos, o olhar doce e carente, a mão que ajuda e é ajudada. É isso que realmente importa.

Há um mundo inexplorado em cada um de nós. A escola dá as ferramentas para que esse mundo seja explorado. O desejo de evoluir nos habita e, enquanto educadores, terapeutas, pensadores, precisamos acreditar que é possível contribuir para esta evolução descobrindo a si mesmo.

Os resultados da experiência com as Práticas Integrativas são visíveis no comportamento dos alunos, na atenção, na disponibilidade para as atividades pedagógicas e nas relações entre eles em sala de aula. Por ter mostrado êxito nas ações, este projeto passou a integrar o Projeto Político Pedagógico da escola.

Esta experiência vem contribuindo também para a nossa formação pessoal e intelectual. Começamos a descobrir novos caminhos entre ensinar e aprender. Passamos a compreender que é preciso sair da zona de conforto e acessar territórios outros, de camadas mais profundas, que vão além do livro e da lousa. Compreendemos que antes de passar um conteúdo, é preciso cuidar do ser humano, para que ele se sinta seguro, feliz e aberto a descobrir junto conosco o que o mundo tem para ensinar.

Entendemos que um ambiente escolar harmonioso e saudável é fundamental para o progresso intelectual e social dos sujeitos envolvidos nos processos de ensino e aprendizagem, e não falamos só dos estudantes, mas toda a comunidade escolar é favorecida, todos aprendem, todos ensinam. Mais que isso, a escola é um espaço de construção da cidadania e de reforço dos valores humanos.

Desta forma destacamos nosso contentamento com esta experiência pedagógica exitosa que vivenciamos. E confiantes de que estamos na trilha certa, prosseguiremos essa jornada com todo afeto e dedicação.

Referências:

HOWARD, Judy. **Os remédios florais do Dr. Bach passo a passo**. São Paulo/SP: Editora Pensamento, 2011.

LOPES, Adriana. **Apostila do Curso de Floral**. Rio de Janeiro/ RJ, Estácio de Sá, 2006.

MONTENEGRO, **Maria Augusta**. **Nem tudo é déficit de atenção: tudo o que os pais precisam saber sobre dificuldade escolar**. Campinas/SP, Pontes Editores, 2017.

NAIFF, Nei. **Florais do mundo**. Rio de Janeiro/RJ: Editora Nova Era, 2006.

SACALOSKI, Marisa; ALAVARSI, Edna; GUERRA, Gleidis. **Fonoaudiologia na Escola**. São Paulo/ SP, Editora Lovise, 2000.

SCHEFFER, Mechthild. **Experiências com a Terapia Floral do Dr. Bach – Com um Questionário para Diagnóstico**. São Paulo/ SP, Editora Pensamento , 1984.