

**UNIVERSIDADE FEDERAL DO RIO GRANDE DO SUL
INSTITUTO DE ARTES
DEPARTAMENTO DE ARTE DRAMÁTICA**

LUCAS MACIASEKI DA SILVA

A APRENDIZAGEM SOCIOEMOCIONAL NA AULA DE TEATRO

**PORTO ALEGRE
2021**

LUCAS MACIASEKI DA SILVA

A APRENDIZAGEM SOCIOEMOCIONAL NA AULA DE TEATRO

Trabalho de Conclusão de Curso de Graduação apresentado ao Departamento de Arte Dramática do Instituto de Artes da Universidade Federal do Rio Grande do Sul, como requisito parcial e obrigatório para a obtenção do título de Licenciado em Teatro.

Orientadora: Prof^a. Dr^a. Silvia Balestreri Nunes

PORTO ALEGRE

2021

Aos sonhadores.

AGRADECIMENTOS

À minha família.

Aos colegas e professores de toda a minha formação na Educação Básica.

Aos colegas e professores do Curso de Formação de Atores da Casa de Teatro de Porto Alegre dos anos de 2015 a 2016.

Aos colegas e professores da Oficina de Teatro de Rua - Arte e Política da Escola de Teatro Popular da Terreira da Tribo de Atuadores Ói Nóis Aqui Traveiz do ano de 2016.

Aos colegas e professores do Curso de Graduação de Licenciatura em Teatro do Departamento de Arte Dramática da Universidade Federal do Rio Grande do Sul do ano de 2017 a 2021, especialmente aos que estiveram junto a mim em processos de criação cênica nas disciplinas de Atuação I a IV e Dramaturgia do Encenador I e II.

Aos colegas e professores da Faculdade de Educação da Universidade Federal do Rio Grande do Sul.

Aos alunos, colegas e professores tutores do Programa Institucional de Bolsas de Iniciação à Docência (PIBID) dos anos de 2018 a 2020, especialmente aos que estiveram junto a mim nas minhas primeiras experiências docentes na E.E.E.M. Anne Frank em Porto Alegre/RS.

Aos alunos, colegas e professores tutores do Programa de Residência Pedagógica (RP) dos anos de 2020 a 2021, especialmente aos que estiveram junto a mim atuando remotamente no Instituto de Educação General Flores da Cunha em Porto Alegre/RS.

Aos alunos, colegas e professores das disciplinas de Estágio de Docência em Teatro I e II 2020/2, especialmente aos que estiveram junto a mim estagiando remotamente com as turmas de Ensino Médio do Colégio de Aplicação da Universidade Federal do Rio Grande do Sul.

À mim, por desejar e realizar os meus sonhos.

À você, por ler essas minhas palavras.

Obrigado!

*Que a importância de uma coisa há que ser medida
pelo encantamento que a coisa produz em nós.*

Manoel de Barros

RESUMO

O presente trabalho reflete sobre a aprendizagem socioemocional por meio da criação e recepção de material didático para o estágio de docência em teatro, no contexto do Ensino Remoto Emergencial (ERE), durante a pandemia de COVID-19. O objeto do estudo é a análise da criação e recepção de material didático em três aulas ministradas em formato assíncrono, dentro da disciplina de Estágio de Docência em Teatro I e II, com uma turma do 1º ano do Ensino Médio do Colégio de Aplicação da Universidade Federal do Rio Grande do Sul (CAp/UFRGS), durante os meses de abril e maio de 2021. O objetivo do trabalho é investigar a reflexão dos alunos sobre as suas emoções, experiências, sentidos e percepções de si, mediadas por processos de criação artísticos ou exercícios de pensamento, com o intuito de promover o autoconhecimento, o cuidado de si e a saúde mental no Ambiente Virtual de Aprendizagem (AVA).

Palavras-chave: Aprendizagem Socioemocional. Autoconhecimento. COVID-19. Ensino Remoto Emergencial. Material Didático. Saúde Mental. Teatro.

ABSTRACT

The present work reflects on socioemotional learning through the creation and reception of didactic material for the teaching stage in theater, in the context of Emergency Remote Teaching (ERT), during the COVID-19 pandemic. The object of the study is the analysis of the creation and reception of didactic material in three classes taught in asynchronous format, within the discipline of Teaching Stage in Theater I and II, with a class of the 1st year of High School of the College of Application of the University Federal of Rio Grande do Sul (CAp/UFRGS), during the months of April and May 2021. The objective of the work is to investigate students' reflection on their emotions, experiences, senses and perceptions of themselves, mediated by creative processes artistic or thinking exercises, in order to promote self-knowledge, self-care and mental health in the Virtual Learning Environment (VLE).

Keywords: Socioemotional Learning. Self Knowledge. COVID-19. Emergency Remote Teaching. Didactic Material. Mental Health. Theater.

RESUMEN

El presente trabajo reflexiona acerca del aprendizaje socioemocional mediante la creación y recepción de material didáctico para la práctica docente en teatro, en el contexto de la Enseñanza Remota de Emergencia (ERE), durante la pandemia del COVID-19. El objeto del estudio es el análisis de la creación y recepción de material didáctico en tres clases impartidas en formato asincrónico, dentro de la disciplina de Práctica Docente en Teatro I y II, con una clase de primero año en la escuela secundaria en el Colegio de Aplicación de la Universidad Federal de Rio Grande do Sul (CAp/UFRGS), durante los meses de abril y mayo de 2021. El objetivo del trabajo es investigar la reflexión de los estudiantes acerca de sus emociones, vivencias, sentidos y percepciones de sí mismos, mediada por procesos de creación artística o ejercicios de pensamiento, con el fin de promover el autoconocimiento, el autocuidado y la salud mental en el Ambiente Virtual de Aprendizaje (AVA).

Palabras-clave: Aprendizaje Socioemocional. Autoconocimiento. COVID-19. Enseñanza Remota de Emergencia. Material Didáctico. Salud Mental. Teatro.

SUMÁRIO

| | |
|-------------------------------|-----------|
| 1. INTRODUÇÃO | 9 |
| 2. CAPÍTULO 1 | 10 |
| 3. CAPÍTULO 2 | 25 |
| 4. CONCLUSÃO | 37 |
| REFERÊNCIAS | 39 |
| ANEXO A - Aula 1 | 41 |
| ANEXO B - Aula 2 | 46 |
| ANEXO C - Aula 3 | 51 |

INTRODUÇÃO

Olá!

Tudo bem?

Seja bem-vinda(e/o) à leitura do meu TCC.

Essa pesquisa é fruto de uma caminhada que encontrou o seu corpo e a sua voz durante a pandemia de COVID-19. Eu acredito que tudo começou com a necessidade de me investigar nessa nova realidade que afetou, principalmente, a minha saúde mental. Essa é a história que eu conto pra mim mesmo... Porém, atente ao fato de que, ao ler o termo saúde mental, provavelmente, a imagem da depressão ou da loucura deve ter vindo à sua cabeça, certo?

Neste meu trabalho de pesquisa, vamos conversar um pouco sobre isso. Sim, conversar! Pois, meu desejo é o de que você dialogue comigo ao responder às minhas questões durante o texto. Quem sabe, assim, você pode vir a ter uma experiência diferente de leitura acadêmica? Essa é a minha brincadeira para exprimir, de forma poética e sensível, os caminhos deste estudo. Vamos lá?

No primeiro capítulo, reflito sobre o tema da saúde mental na educação, o conceito de aprendizagem socioemocional e a sua relação com o fazer teatral.

No segundo capítulo, faço um breve relato sobre a minha vivência no estágio de docência em teatro com uma turma do 1º ano do Ensino Médio do Colégio de Aplicação da Universidade Federal do Rio Grande do Sul que, devido a pandemia de COVID-19, ocorreu na modalidade do Ensino Remoto Emergencial, trazendo muitos desafios aos alunos, professores e, claro, aos estagiários.

Nesse sentido, escolho a criação de material didático para as aulas assíncronas como objeto de estudo para investigar - por meio da recepção dos alunos a ele - o uso da aprendizagem socioemocional na aula de teatro com o intuito de promover o autoconhecimento, o cuidado de si e a saúde mental.

Em anexo, você poderá ler os três materiais didáticos.

Uma boa leitura!

CAPÍTULO 1

Há muitos caminhos por onde se trilhar o início de uma conversa, de uma escrita ou de uma leitura. O importante é o primeiro passo: sentir. Os sentidos do corpo como prática de liberdade e resistência dos nossos modos de ser e estar no mundo. Sentir o que te afeta, te bagunça, te impulsiona, te movimenta, te potencializa como ser humano na sua experiência com a vida. “Nossos sentidos – visão, audição, olfato, tato, gosto – são todos órgãos de fazer amor com o mundo, de ter prazer nele”, já nos dizia Rubem Alves (2014, p. 20).

Contudo, em busca de novos horizontes para expandir o nosso conhecimento, nós também podemos apreender esses sentidos enquanto: (1) consciência, (2) lógica, (3) direção, (4) percepção, (5) intuição e (6) memória.

O primeiro se refere ao uso do termo para denotar consciência, como em “perdi os sentidos”. O segundo, indica uma lógica, uma razão de ser: “Qual é o sentido disso?”. O terceiro, diz respeito a uma orientação, a uma direção: “em que sentido devo seguir?”. E por fim, o quarto e o quinto remetem à nossa percepção do mundo, numa referência aos “órgãos dos sentidos” e também àquela faculdade que, supõe-se, possuímos e os transcende: nosso “sexto sentido”, que aponta uma intuitiva capacidade de conhecer. Mas é preciso ainda tomar o termo enquanto participio passado do verbo *sentir*, indicativo de tudo o que foi apreendido pelo nosso corpo de modo direto, sensível, sem passar pelos meandros do pensamento e da reflexão. (DUARTE JR, 2003, p. 11-12).

Nesse “sentido” é que eu gostaria que você pensasse junto comigo as relações entre os campos da arte, da educação e da saúde construídas neste Trabalho de Conclusão do Curso de Licenciatura em Teatro da Universidade Federal do Rio Grande do Sul como uma possibilidade de investigação de si, do outro e do mundo, por meio desses sentidos em que nos atravessa a vida.

Primeiro, gostaria de saber:

O que é saúde para você?

Por favor, só peço que não pense em uma resposta enciclopédica. Neste caso, uma pesquisa rápida no Google poderia muito bem contribuir para o nosso diálogo. Isso não é um teste de certo ou errado. O que eu quero saber é:

- 1) O que você sente que seja saúde para você?
- 2) Quais são os sinônimos de saúde para você?
- 3) Que imagens vêm à sua cabeça quando você pensa em saúde?
- 4) A palavra saúde para você está ligada ao que é contrário à doença ou à figura de um médico ou à uma instituição hospitalar? Por quê?

Um exemplo de saúde para mim é o poema IX de *O Guardador de Rebanhos* de Alberto Caeiro, heterônimo de Fernando Pessoa, que diz assim:

Sou um guardador de rebanhos.
O rebanho é os meus pensamentos
E os meus pensamentos são todos sensações.
Penso com os olhos e com os ouvidos
E com as mãos e os pés
E com o nariz e a boca.

Pensar uma flor é vê-la e cheirá-la
E comer um fruto é saber-lhe o sentido.

Por isso quando num dia de calor
Me sinto triste de gozá-lo tanto,
E me deito ao comprido na erva,
E fecho os olhos quentes,
Sinto todo o meu corpo deitado na realidade,
Sei a verdade e sou feliz.

Eu faço essa provocação a você antes de trazer a definição de saúde criada pela Organização Mundial da Saúde (OMS) em 1946, que diz: “A saúde é um estado de completo bem-estar físico, mental e social e não consiste apenas na ausência de doença ou enfermidade.”

Nesse ínterim, poderíamos questionar essa definição como, por exemplo, o que é um estado de bem-estar? Se considerarmos as diferenças culturais, econômicas e sociais do Brasil, a noção de saúde poderia ser a mesma nos quatro cantos do país?

Desse modo, se fosse para ter de escolher entre a definição de saúde da Organização Mundial da Saúde e os sentidos que criamos sobre o que venha a significar a palavra saúde para cada um de nós, prefiro ficar com as nossas construções de sentidos pois são elas que afetam os nossos corpos e, se isso acontece em nós, é porque há potência de vida sendo gerada nesse processo de aprendizado. É assim que desejo que você experiencie esta leitura, pois,

De pronto e ao longo da vida aprenderemos sempre com o “mundo vivido”, através de nossa sensibilidade e nossa percepção, que permitem nos alimentarmos dessas espantosas qualidades do real que nos cerca: sons, cores, sabores, texturas e odores, numa miríade de impressões que o corpo ordena, na construção do sentido primeiro. O mundo, antes de ser tomado como matéria inteligível, surge a nós como objeto sensível. (DUARTE JR, 2003, p. 12-13).

Entretanto, acredito também ser fundamental manter o diálogo - ainda mais em se tratando dos campos da arte, da educação e da saúde - para ampliar as nossas perspectivas de pensamento, compreender o que pulsa nesse encontro e, quem sabe, assim descobrir alguma nova possibilidade de ser e estar na aula de teatro, na escola ou no mundo.

Porém, o que gostaria de sinalizar desse conceito de saúde da OMS são os três aspectos pelos quais ela pode ser compreendida: o físico, o mental e o social.

Vamos imaginar que cada um desses aspectos compõem a ponta de um triângulo. Reflita:

- 1) De modo geral, esses três aspectos são juntos ou separados?
- 2) Eles são dependentes ou independentes?
- 3) Será que eles são uma única coisa?
- 4) Se sim, o que seria essa “coisa”?

Bem, se você prestar atenção novamente ao enunciado das questões perceberá que os três aspectos - o físico, o mental e o social - juntos compõem a figura de um triângulo, logo, se estivessem separados ou fossem independentes, a metáfora dessa imagem não seria possível neste exemplo. Então, podemos dizer que sim, os aspectos físicos, mentais e sociais da saúde são em si uma coisa só e, mais do que isso, são o corpo. A saúde é o nosso corpo em todos os seus sentidos, visto que, de acordo com Rubem Alves (2014, p. 9-12),

O corpo carrega duas caixas. Na mão da destreza e do trabalho, ele leva uma caixa de ferramentas. E na mão esquerda, mão do coração, ele leva uma caixa de brinquedos. [...] Essa caixa está cheia de coisas que não servem para nada. Inúteis. Lá estão um livro de poemas da Cecília Meireles, a 'Valsinha', do Chico, um cheiro de jasmim, um quadro do Monet, um vento no rosto, uma sonata de Mozart, o riso de uma criança, um saco de bolas de gude... Coisas inúteis. E, no entanto, elas nos fazem sorrir. E não é para isso que se educa?

Nós temos muito o que aprender com essas duas imagens escolhidas pelo autor para nos mostrar o que é o corpo e quais são as suas funções no mundo. Nessa citação, o corpo é expandido para além da sua complexidade biológica, alçando voos também na sua complexidade poética - assim como deseja essa pesquisa - já que, como nos diz Manoel de Barros, em seu poema *O livro sobre nada*:

É mais fácil fazer da tolice um regalo do que da sensatez.
 Tudo que não invento é falso.
 Há muitas maneiras sérias de não dizer nada, mas só a poesia é verdadeira.
 Tem mais presença em mim o que me falta.
 Melhor jeito que achei pra me conhecer foi fazendo o contrário.
 Sou muito preparado de conflitos.
 Não pode haver ausência de boca nas palavras: nenhuma fique desamparada do ser que a revelou.
 O meu amanhecer vai ser de noite.
 Melhor que nomear é aludir. Verso não precisa dar noção.
 O que sustenta a encantação de um verso (além do ritmo) é o ilogismo.

Meu avesso é mais visível do que um poste.
Sábio é o que adivinha.
Para ter mais certezas tenho que me saber de imperfeições.
A inércia é meu ato principal.
Não saio de dentro de mim nem pra pescar.
Sabedoria pode ser que seja estar uma árvore.
[...]
A minha diferença é sempre menos.
Palavra poética tem que chegar ao grau de brinquedo para ser séria.
Não preciso do fim para chegar.
Do lugar onde estou já fui embora.

Agora, o que eu gostaria que vocês sentissem e pensassem com esse poema é que há sempre algo que nos inspira na poesia que, assim como o teatro, nos faz “se sentir sentindo, e se pensar pensando” (BOAL, 1996, p. 27). Digo isso pois quando comecei a minha caminhada nessa pesquisa, há um ano atrás, entre conversas, escritas e leituras, o tema da saúde mental era algo que estava latente em mim como uma necessidade de me investigar investigando, me sentir sentindo, me pensar pensando nesse momento histórico de significativas mudanças comportamentais, econômicas, políticas e sociais no mundo que tem sido a pandemia de COVID-19, dado que,

Durante uma pandemia é esperado que estejamos frequentemente em estado de alerta, preocupados, confusos, estressados e com sensação de falta de controle frente às incertezas do momento. Estima-se, que entre um terço e metade da população exposta a uma epidemia pode vir a sofrer alguma manifestação psicopatológica, caso não seja feita nenhuma intervenção de cuidado específico para as reações e sintomas manifestados. Os fatores que influenciam o impacto psicossocial estão relacionados a magnitude da epidemia e o grau de vulnerabilidade em que a pessoa se encontra no momento. (FIOCRUZ, 2020, p. 2).

Sim, provavelmente todo o mundo se sentiu assim ao menos uma vez neste último ano. Nós descobrimos de uma maneira bastante impositiva que esse aspecto da saúde mental também precisa do nosso cuidado, assim como os aspectos físicos e sociais do nosso corpo. Porém, inserido na realidade de que muitos de nós ainda

não temos acesso à terapia, seja alternativa ou psicológica, acredito que esse movimento de conscientização sobre a pauta da saúde mental já é algo por si só muito importante em nossa sociedade neoliberalista.

Uma vez que “ao deixar mais evidente o nosso lado humano e vulnerável, a pandemia de COVID-19 marca o final do século XX” (SCHWARCZ, 2020, p. 6), penso que esse movimento de cuidado de si – apesar de ter sido instaurado em um cenário de isolamento social e de profundo medo – deverá manter-se no mundo pós-pandemia já que “doenças neuronais como a depressão, Transtorno de Déficit de Atenção com Síndrome de Hiperatividade (TDAH), Transtorno de Personalidade Limítrofe (TPL) ou a Síndrome de Burnout (SB) determinam a paisagem patológica do começo do século XXI” (HAN, 2015, p. 7).

Portanto, esse panorama me leva a refletir sobre a seguinte problematização: O que eu como professor de teatro posso fazer para a promoção do autoconhecimento, do cuidado de si e da saúde mental dos alunos na aula de teatro considerando o Ambiente Virtual de Aprendizagem, o Ensino Remoto Emergencial e a pandemia de COVID-19?

Minha hipótese é a de que existe no processo de ensino-aprendizagem das artes, independente da modalidade de ensino ou do uso de recursos e suportes tecnológicos, a possibilidade de construção de um campo sensível que nos permite o diálogo aberto sobre as emoções, sentidos e percepções de si, do outro e do mundo por meio da valorização da expressividade e da subjetividade da criança e do jovem que, penso, está diretamente ligado a promoção do autoconhecimento, do cuidado de si e da saúde mental.

Contudo, por mais que o professor das artes visuais, dança, música ou teatro, muitas vezes, não se dê conta dessa influência durante as suas aulas, independente da sua linguagem artística, também gostaria de questionar: Se esse professor tiver essa consciência, o que pode vir a ser uma aula de Arte(s)? Que relações ela pode vir a construir no processo de ensino-aprendizagem? Que significados ela pode vir a produzir na experiência dos alunos?

No entanto, acredito ser importante salientar que o intuito deste estudo não é o de defender a ideia de que nós professores também devemos ser psicólogos dos nossos alunos ou ter um conhecimento específico na área das competências e habilidades socioemocionais ou da saúde mental para promovê-la em sala de aula. O que busco é refletir sobre a possibilidade de abordar a temática, instaurar um

ambiente seguro para debatê-la, que acolha e convide os alunos a também expressarem as suas experiências através da criação artística ou de exercícios de pensamento, sempre respeitando o espaço e o tempo de cada um, assim como, a sua individualidade e subjetividade.

Nessa perspectiva, é oportuno saber que as nossas políticas públicas de educação defendem a abordagem do tema saúde, em todos os seus aspectos, na Educação Básica, seguro de que,

No Brasil (1996), a partir da Lei de Diretrizes e Bases da Educação Nacional (n° 9.394), e da construção dos Parâmetros Curriculares Nacionais, a abordagem do tema Saúde foi ganhando mais consistência nas escolas, passando a ser integrado como um tema transversal, permeando todo o currículo escolar e, assim, possibilitando uma abordagem mais ampla dos diversos aspectos vinculados ao processo de saúde individual e coletiva. Os Parâmetros Curriculares Nacionais estão em congruência com os princípios de promoção de saúde em escolas indicados pela OMS, ou seja, buscam a sustentação da saúde e do aprendizado, além de integrar profissionais de saúde, educação, pais, alunos e membros da comunidade, ajudando a transformar a escola em um lugar saudável e propício ao bem-estar, ao crescimento e ao desenvolvimento. (ESTANISLAU; BRESSAN, 2014, p. 17).

E ainda, recentemente, o tema da redação do Exame Nacional do Ensino Médio (ENEM) - *O estigma associado às doenças mentais na sociedade brasileira* - de 2020, apontou sobre a importância de refletirmos a saúde mental em sala de aula, especialmente, após um ano marcado pela pandemia de COVID-19, já que, como também nos mostram Estanislau e Bressan (2014, p. 16),

A literatura em saúde mental tem identificado o sistema escolar como um espaço estratégico e privilegiado na implementação de políticas de saúde pública para jovens, passando a destacá-lo como principal núcleo de promoção e prevenção de saúde mental para crianças e adolescentes, atuando no desenvolvimento de fatores de proteção e na redução de riscos ligados à saúde mental. Pesa, nesse sentido, o fato de a escola concentrar em um ambiente único a maior parte da população jovem do país, por boa parte do dia, desde a primeira infância, desenvolvendo um trabalho sistematizado e contínuo, passível de ser adaptado. Escolas também são mais acessíveis à população que os serviços de saúde mental e

propiciam a realização de intervenções com menos estigma para alunos e familiares.

Mas, o que vem a ser o estigma?

Em relação à saúde mental, o “estigma é um conjunto de atitudes e crenças negativas que levam o público em geral a temer, rejeitar, evitar e discriminar os portadores de algum transtorno mental” (ESTANISLAU; BRESSAN, 2014, p. 34), como, por exemplo, as pessoas que sofrem de ansiedade, depressão, transtorno bipolar e outros transtornos mentais graves.

O estigma é um dos problemas de maior impacto na saúde mental, a ponto de algumas pesquisas demonstrarem que seu efeito pode ser mais prejudicial para a pessoa em questão do que a própria condição patológica. Certamente, ele é um dos fatores pelo qual, no mundo inteiro, se estima que mais de 70% das pessoas que necessitam de algum tipo de atendimento em saúde mental não o busquem. (2014, p. 34).

Ainda, segundo os autores (2014, p. 34-35), o estigma está diretamente relacionado a três componentes básicos que são: (1) a falta de informação; que envolve a construção de crenças e manutenção de estereótipos sobre o indivíduo com algum tipo de transtorno mental como, por exemplo, evitar a ajuda de um psicólogo ou psiquiatra com medo de ser tachado de louco; (2) preconceito (atitudes negativas), que envolve pensamentos e emoções negativos, como aversão, medo, raiva, etc., que podem fazer alguns indivíduos passarem a evitar pessoas com transtorno mental; e (3) discriminação (comportamentos negativos), que envolve atitudes de exclusão ou rejeição em relação ao indivíduo ou grupo alvo do estigma. Assim, o trabalho de prevenção e promoção da saúde mental, principalmente com crianças e adolescentes no ambiente escolar é fundamental para diminuir o estigma.

Agora, gostaria de saber:

O que é saúde mental para você?

Certamente, você já sabe o que desejo propor com essa pergunta. Então, para te ajudar, reflita:

- 1) O que você sente que seja saúde mental para você?
- 2) Quais são os sinônimos de saúde mental para você?
- 3) Que imagens vêm à sua cabeça quando você pensa em saúde mental?

4) A palavra saúde mental para você está ligada à loucura ou à figura de um psiquiatra ou à uma instituição manicomial? Por quê?

Eu poderia dizer que o poema IX de *O Guardador de Rebanhos* de Alberto Caeiro, heterônimo de Fernando Pessoa, também é um ótimo exemplo de saúde mental para mim. Porém, valorizando o nosso pacto por uma construção de conhecimento de forma poética e sensível, trago um poema de Cecília Meireles, *Ou isto ou aquilo*, para acrescentar às nossas reflexões:

Ou se tem chuva e não se tem sol,
ou se tem sol e não se tem chuva!

Ou se calça a luva e não se põe o anel,
ou se põe o anel e não se calça a luva!

Quem sobe nos ares não fica no chão,
quem fica no chão não sobe nos ares.

É uma grande pena que não se possa
estar ao mesmo tempo nos dois
lugares!

Ou guardo o dinheiro e não compro o doce,
ou compro o doce e gasto o dinheiro.

Ou isto ou aquilo: ou isto ou aquilo...
e vivo escolhendo o dia inteiro!

Não sei se brinco, não sei se estudo,
se saio correndo ou fico tranquilo.

Mas não consegui entender ainda
qual é melhor: se é isto ou aquilo.

Essa minha nova provocação também vem em contraponto a definição de saúde mental construída pela Organização Mundial da Saúde em 2014, que diz: “A saúde mental é um estado de bem-estar no qual um indivíduo percebe suas próprias habilidades, pode lidar com os estresses cotidianos, pode trabalhar produtivamente e é capaz de contribuir para sua comunidade.”

Desse modo, contrastando com as nossas respostas, poderíamos também questionar essa definição como, por exemplo, o que é ser produtivo em nossa sociedade? Quem se beneficia que nós sejamos produtivos? Nós realmente queremos ser produtivos ou isso é apenas uma demanda sócio econômica?

Eu vou usar o livro *Sociedade do Cansaço*, de Byung Chul-Han, com o intuito de esboçar uma possibilidade de resposta, que possa complementar o que você vem pensando sobre essas questões.

No livro, o filósofo afirma que “A sociedade disciplinar de Foucault, feita de hospitais, asilos, presídios, quartéis e fábricas, não é mais a sociedade de hoje” (2015, p. 14). Para o autor, a sociedade do século XXI é a sociedade de desempenho, feita de “academias de *fitness*, prédios de escritórios, bancos, aeroportos, shopping centers e laboratórios de genética.” (p. 14) - agora, de acordo com o cenário da pandemia de COVID-19, também de Ambientes Virtuais de Aprendizagem, Ensino Remoto Emergencial e *home offices* - não sendo mais composta por sujeitos de obediência, mas sim, sujeitos de desempenho e produção.

Contudo, acredito que ainda não vivemos em uma sociedade em detrimento à outra, da forma como esses dois filósofos contemporâneos pensam a sociedade. O que me parece é que vivemos em uma sociedade de maneira justaposta que ainda não passou por uma transição completa de uma coisa a outra, mas que opera em conjunto, apesar de, a meu ver, a sociedade disciplinar de Foucault estar cada vez mais marginalizada diante da sociedade do desempenho, como algo escondido debaixo do tapete, o que agrava e complica nossas sensações e percepções diante de nós mesmos, do outro e em relação ao mundo, pois, conforme Han (2015, p. 14-15), enquanto a sociedade disciplinar é uma sociedade de coerção e proibição; a sociedade de desempenho tem “o *poder* ilimitado como verbo modal positivo”, representada pela ideia de projeto, iniciativa e motivação - a era dos *coachings*. “A sociedade disciplinar ainda está dominada pelo *não*. Sua negatividade gera loucos e delinquentes. A sociedade do desempenho, ao contrário, produz depressivos e fracassados.”

Portanto, o que vejo é que ainda vivemos entre a disciplina e o desempenho, entre o sim e o não, entre os pólos negativos e positivos dessas duas forças que em atrito elevam, por exemplo, a depressão - um transtorno mental - como a doença do século, já que, “pertence também à depressão, precisamente, a carência de vínculos, característica para a crescente fragmentação e atomização do social. [...] O que causa a depressão do esgotamento não é o imperativo de obedecer apenas a si mesmo, mas a *pressão de desempenho*.” (2015, p. 15).

Neste ponto, sinto que é importante também pensarmos sobre as diferenças entre saúde e doença, visto que,

Diferentemente do que se possa pensar, definir o que é saúde e o que é doença (física ou mental) não é uma tarefa fácil. Por um lado, se levamos em consideração a definição "Saúde é o estado de completo bem-estar físico, mental e social, e não apenas o estado de ausência de doença [...]", instituída pela Organização Mundial da Saúde a partir de 1948 (World Health Organization, 1948), nos deparamos com uma realidade praticamente inalcançável. Por outro, se pensarmos em uma pessoa que sofre uma fratura (que caracterizaria um estado de "doença"), mas que ainda assim segue com bom funcionamento social, emocional e até acadêmico/laborativo, pode-se dizer que ela está doente? Conclui-se que os conceitos de "saúde" e "doença" correspondem a paradigmas bastante complexos e dinâmicos devido a sobreposições e estados passageiros, por exemplo. Parece mais razoável compreender que os conceitos de saúde e doença não são absolutos e que nenhuma pessoa é 100% saudável ou 100% doente. (ESTANISLAU; BRESSAN, 2014, p. 26).

Dessa forma, compreender que ninguém é ou está totalmente bem ou mal de saúde física ou mental, mas sim, que precisamos manter os nossos níveis de saúde do corpo equilibrados e integrados de acordo com a visão pessoal e intransponível de cada um é algo libertador. Isso, a meu ver, contribui para a diminuição dos estigmas sociais, tornando mais fácil e até simples admitirmos que todos nós temos problemas com nossa saúde mental, sendo que alguns mais, outros menos, de acordo com a experiência e a perspectiva de cada sujeito.

Mas, afinal, o que é promoção e prevenção da saúde mental?

A promoção da saúde mental acontece em ações que estimulam as potencialidades de uma pessoa (ou de um grupo

de pessoas) em busca de fortalecimento de aspectos saudáveis. [...] Alguns exemplos de iniciativas de promoção da saúde mental podem incluir treinamentos de habilidades socioemocionais ou campanhas de estímulo à atividade física, já que a saúde do corpo está diretamente ligada à saúde da mente. (ESTANISLAU; BRESSAN, 2014, p. 41).

Desta citação eu gostaria de destacar uma noção que é muito importante para o resultado dessa minha caminhada na pesquisa acadêmica que é a criação de um material didático para o meu estágio docente em teatro que conheceremos melhor no próximo capítulo que, a saber, são as habilidades socioemocionais, também conhecidas como competências socioemocionais, que fazem parte de um processo chamado de aprendizagem socioemocional:

O termo "aprendizagem socioemocional" (social and emotional learning - SEL) foi definido no ano de 1994, em uma conferência que reuniu especialistas em saúde e educação no Instituto Fetzer (Michigan, EUA). A partir dela, a aprendizagem socioemocional (ASE) passou a ser compreendida como o processo de aquisição e reforço de habilidades socioemocionais (HSEs), ou seja, habilidades que auxiliam a pessoa a lidar consigo mesma, a relacionar-se com os outros e a executar tarefas (estudar, trabalhar, etc.) de maneira competente e ética. (ESTANISLAU; BRESSAN, 2014, p. 49).

A aprendizagem socioemocional pode dividir-se em cinco aspectos centrais: autoconhecimento, consciência social, tomada de decisão responsável, habilidade de relacionamento e autocontrole ou autogestão. De acordo com os pesquisadores da Collaborative for Academic, Social and Emotional Learning (CASEL), essas habilidades referem-se a comportamentos, pensamentos e sentimentos, podendo serem assim compreendidas:

- Autoconhecimento: diz respeito ao reconhecimento das próprias emoções, valores, autoeficácia e limitações.
- Consciência social: ligada ao cuidado e à preocupação com as outras pessoas, assim como à capacidade de perceber a emoção do outro e aceitar sentimentos diferentes dos seus; apreciar a diversidade e respeitar o próximo.
- Tomadas de decisão responsável: conseguir identificar verdadeiros problemas, analisar e refletir sobre a situação; ter habilidade de resolução de problemas por meio de atitudes baseadas em preceitos éticos, morais e com fins construtivos.

- Habilidades de relacionamento: baseada na formação de parcerias positivas, pautadas pelo compromisso, pela cooperação, pela comunicação efetiva e pela flexibilidade na negociação de acordos, possibilitando que a pessoa lide satisfatoriamente com conflitos que possam surgir; saber solicitar e prover ajuda.
- Autocontrole: relacionado à capacidade de autogerenciamento de comportamentos e emoções a fim de atingir uma meta. Orienta a motivação interna e, conseqüentemente, a disciplina e a persistência ante desafios. Nesse sentido, pode utilizar-se de ferramentas como a organização, o humor e a criatividade. (ESTANISLAU; BRESSAN, 2014, p. 50).

No teatro, refiro o trabalho do diretor, dramaturgo e ensaísta brasileiro Augusto Boal com o seu livro *O Arco-Íris do Desejo: Método Boal de Teatro e Terapia* como um caminho para refletirmos sobre essa possibilidade de entrelaçar a aprendizagem socioemocional com o teatro em sala de aula já que, para o autor, “o Teatro do Oprimido desenvolve-se em três vertentes principais: educativa, social e terapêutica” (1996, p. 29). Este último aspecto, o terapêutico, que a meu ver está diretamente ligado às intenções deste estudo, foi desenvolvido por Boal em uma longa pesquisa que teve início, na década de 1970, durante a sua estadia na Europa, quando,

Nas minhas oficinas de Teatro do Oprimido começaram a aparecer "oprimidos" de opressões "desconhecidas" para mim. Eu trabalhava muito com imigrantes, professores, mulheres, operários, gente que sofria as mesmas opressões latino-americanas bem conhecidas: racismo, sexismo, condições de trabalho, salários, polícia, etc. Mas, ao lado destas, começaram a aparecer "solidão", "incapacidade de se comunicar", "medo do vazio", e outras mais. Para quem vinha fugindo de ditaduras explícitas, cruéis e brutais, era muito natural que esses temas parecessem superficiais e pouco dignos de atenção. Era como se eu, involuntariamente, estivesse sempre perguntando: "Sim, mas onde está a polícia?" Porque eu estava habituado a trabalhar com opressões concretas e visíveis. (1996, p. 23).

Mas aos poucos, compreendendo as diferenças culturais, econômicas e sociais entre a América Latina e a Europa, Augusto Boal muda de ideia a respeito do trabalho com o teatro a partir das angústias e medos dos indivíduos, dado que,

Teatro ou teatralidade - é aquela capacidade ou propriedade humana que permite que o sujeito se observe a si mesmo, em ação, em atividade. O autoconhecimento assim adquirido permite-lhe ser sujeito (aquele que observa) de um outro sujeito (aquele que age); permite-lhe imaginar variantes ao seu agir, estudar alternativas. O ser humano pode ver-se no ato de ver, de agir, de sentir, de pensar. Ele pode se sentir sentindo, e se pensar pensando. (1996, p. 27).

Bem, você já deve ter visto essa última frase em algum lugar, porém, essa citação de Augusto Boal, debruçando-se sobre um dos cinco aspectos da aprendizagem socioemocional - o autoconhecimento - contribuiu para a minha escolha de focar neste aspecto na criação do material didático para o meu estágio de docência em teatro como caminho para a promoção da saúde mental em aula. Penso que autoconhecer-se é fundamental para trabalharmos com os outros aspectos socioemocionais, não desconsiderando a possibilidade de, indiretamente, também lidar com eles durante as aulas assíncronas de teatro. Minha intenção não é a de limitar as criações artísticas ou exercícios de pensamento dos alunos de acordo com essas noções pré-estabelecidas que, neste estudo, nos servem para vislumbrar perspectivas de cruzamento, como já dito anteriormente, entre os campos da arte, da educação e da saúde.

Na aula de teatro, vejo que esses cinco aspectos da aprendizagem socioemocional são muito importantes, presentes e vivos para o processo de ensino-aprendizagem do teatro, visto que, “o teatro é a primeira invenção humana e é aquela que possibilita e promove todas as outras invenções e todas as outras descobertas. O teatro nasce quando o ser humano descobre que pode observar-se a si mesmo: ver-se em ação.” (BOAL, 1996, p. 27).

Entretanto, sinto que essa relação entre a aprendizagem socioemocional e o fazer teatral ainda é pouco investigada por nós educadores, principalmente, quando discutimos sobre a dimensão socioeducativa do teatro na escola, posto que as competências socioemocionais no contexto escolar são abordadas nas novas diretrizes propostas pela Base Nacional Comum Curricular (BNCC), assim como, nas diretrizes de *Educação para o Século XXI* propostas pela Organização das Nações Unidas para a Educação, a Ciência e a Cultura (UNESCO).

O cruzamento entre a aprendizagem socioemocional e o teatro pode ser exemplificada nos jogos e processos de criação de cenas ou improvisos teatrais, sejam eles individuais ou coletivos: aprender a entrar, estar e sair de cena; a

perceber o seu próprio corpo e em relação com os corpos dos colegas; a falar para ser compreendido e ouvido; a olhar nos olhos do outro; a sentir a sua própria respiração; a expressar as suas opiniões e a respeitar a do outro; a discutir e ler uma cena de teatro e a relacionar com as diferentes leituras de mundo; perceber a importância do estar em coletivo, levando em consideração que o teatro é a arte que exalta a força do estar junto, construindo novas formas de ser e estar no mundo.

Esses são alguns exemplos que me vêm à cabeça agora e, certamente, você deve estar pensando em muitos outros aí de acordo com a sua experiência, a sua relação e a sua vivência com o teatro, seja como ator no palco ou como espectador na plateia. O que gostaria é de que percebêssemos o quanto tudo isso que nos vem à cabeça sobre essas relações entre a aprendizagem socioemocional e o teatro está cheio de vida justamente por nos afetar e acredito que isso seja o fundamental de qualquer construção e relação na vida, pois, retomando o que disse no começo deste capítulo, o importante é o primeiro passo: sentir.

Nesse sentido, baseado na minha trajetória como discente e na minha experiência como docente nos programas de ensino da universidade, como o Programa Institucional de Bolsas de Iniciação à Docência (PIBID/2018) e o Programa de Residência Pedagógica (RP/2020), acredito que a maioria dos alunos não tenham essa oportunidade de aprendizagem ou desenvolvimento fora do ambiente escolar e, principalmente, ligado aos prováveis efeitos e mudanças sentidas pelos alunos a partir da sua experiência com o isolamento social causado pela pandemia de COVID-19. É por isso que senti a necessidade de buscar referências que acolheram essas minhas inquietações, de investigar essas questões de forma direta e intencional com os alunos do meu estágio de docência em teatro, assim como, de guardar toda essa caminhada de pesquisa, que também é um processo de autoconhecimento, nas palavras deste TCC.

CAPÍTULO 2

O estágio de docência em teatro foi realizado com uma turma do 1º ano do Ensino Médio no Colégio de Aplicação da Universidade Federal do Rio Grande do Sul (CAp/UFRGS), no primeiro semestre de 2021, em acompanhamento ao trabalho docente da professora titular Lisinei Fátima Dieguez Rodrigues e sob a orientação da professora Taís Ferreira e do professor Gilberto Icle, docentes das disciplinas de Estágio de Docência em Teatro I e II do curso de Licenciatura em Teatro da UFRGS.

Em razão da pandemia de COVID-19, os dois estágios aconteceram concomitantemente na modalidade de Ensino Remoto Emergencial, divididos em três aulas assíncronas por meio de materiais didáticos postados na plataforma de aprendizagem Moodle no domínio da UFRGS e três aulas síncronas mediadas pelo serviço de comunicação por vídeo Google Meet, assim, respeitando os protocolos de distanciamento e isolamento social.

O período do estágio ocorreu entre os dias 12 de abril e 14 de maio de 2021 com a turma 102 do Ensino Médio, composta de sete alunos com média de faixa etária de quinze anos de idade.

O material didático para as aulas assíncronas foi postado na plataforma Moodle nas manhãs das segundas-feiras dos dias 12 e 26 de abril e 10 de maio de 2021. Já as aulas síncronas aconteceram por meio de vídeo na plataforma Google Meet às onze horas da manhã nas terças-feiras dos dias 13 e 27 de abril e 11 de maio de 2021, onde tínhamos quarenta e cinco minutos de aula em cada encontro.

O Colégio de Aplicação da UFRGS é uma escola de Ensino Fundamental e Médio da Universidade Federal do Rio Grande do Sul, responsável por desenvolver o ensino, a pesquisa e a extensão nos níveis fundamental e médio de educação, além da oferta de campos de estágio junto à universidade.

O corpo discente é destacadamente heterogêneo, já que o ingresso dos alunos se dá a partir de um sorteio anual, garantindo que alunos, independentemente de renda, cor, gênero ou religião, tenham acesso à educação. Essa pluralidade alcança, principalmente, crianças, jovens e adultos do município de Porto Alegre e região metropolitana.

O ensino de Teatro no Colégio de Aplicação da UFRGS busca promover a aproximação dos estudantes com alguns aspectos importantes da prática teatral

escolar, dentre os quais estão: a criação coletiva; o exercício de ver e ser visto, bem como as relações entre palco e plateia; a noção de presença, sob a perspectiva do teatro como acontecimento; e a vivência da experiência estética.

Presente no currículo desde o 2º ano das Séries Iniciais do Ensino Fundamental até o 3º ano do Ensino Médio e também na EJA (Educação de Jovens e Adultos), o fazer teatral ganha diferentes nuances em função da faixa etária dos estudantes, de suas experiências prévias, do nível de ensino, dentre outros fatores como a frequência de espetáculos, possibilitando uma compreensão mais ampla do fenômeno artístico.

Neste estudo, levando em consideração todo o cenário da pandemia de COVID-19 e com o intuito de exemplificar como optei por trabalhar a aprendizagem socioemocional com os alunos durante o meu estágio de docência em teatro, principalmente, focado no aspecto do autoconhecimento, abordarei a minha criação e a recepção dos alunos ao material didático usado nas três aulas assíncronas.

O material didático, segundo Bandeira (2009, p. 14), pode ser definido como produtos pedagógicos utilizados na educação com a finalidade didática. Essa definição, ainda de acordo com a autora (2009, p. 15), vincula-se ao tipo de suporte que possibilita materializar o conteúdo como, por exemplo, um conjunto de textos, imagens e de recursos que, ao ser concebido com a finalidade educativa, implica na escolha de um suporte que pode ser audiovisual, impresso ou a partir do uso de novas mídias tecnológicas.

A criação do material didático usado nas três aulas assíncronas durante o meu estágio de docência foi por meio do Canva, uma plataforma online e com algumas funções gratuitas para a elaboração de materiais de *design* gráfico.

Minha inspiração para o *layout* do material didático foram as revistas e livros didáticos escolares, já que - este último - era a minha referência mais afetiva sobre o que viriam a ser os materiais didáticos.

A estrutura dos três materiais didáticos foi pensada de acordo com os materiais disponíveis nas seções educativas dos *sites* de museus de arte como, por exemplo, o da Fundação Iberê Camargo, de Porto Alegre/RS. Nesses materiais didáticos, a obra de arte, a vida do artista ou algum texto complementar como, por exemplo, um conceito do campo da arte que sirva para apreender melhor a recepção da obra, são utilizados como intercessores para o leitor construir um exercício de pensamento, a sua própria obra de arte, uma performance, etc., com

um viés educativo. Nesse sentido, o meu intuito era o de articular os objetos de estudo de cada aula com provocações que poderiam ser respondidas pelos alunos por meio de produções artísticas ou exercícios de pensamento.

O primeiro material didático foi criado com o objetivo de fazer com que os alunos percebessem que o que eles têm de acesso ligado à arte, que tenha alguma relação afetiva ou memorial, também são formas de autocuidado e de promoção da saúde mental. Para isso, escolhi como intercessor um fragmento de texto retirado do livro *Educação dos sentidos e mais...*, de Rubem Alves (2014). Provavelmente, você já deve ter lido este texto no começo deste estudo, mas como é sempre bom relembrar, lá vai,

O corpo carrega duas caixas. Na mão da destreza e do trabalho, ele leva uma caixa de ferramentas. E na mão esquerda, mão do coração, ele leva uma caixa de brinquedos. [...] Essa caixa está cheia de coisas que não servem para nada. Inúteis. Lá estão um livro de poemas da Cecília Meireles, a 'Valsinha', do Chico, um cheiro de jasmim, um quadro do Monet, um vento no rosto, uma sonata de Mozart, o riso de uma criança, um saco de bolas de gude... Coisas inúteis. E, no entanto, elas nos fazem sorrir. (p. 9-12).

Então, a partir dessa citação, trouxe a seguinte provocação aos alunos:

De acordo com o conceito de caixa de brinquedos de Rubem Alves, reflita sobre o que você tem guardado na sua caixa de brinquedos (desenhos, filmes, jogos, livros, fotografias, poesias, músicas, diários, lembranças, trabalhos manuais, rabiscos, recortes, séries, vídeos, podcasts, etc.) durante a pandemia de COVID-19.

Eu acredito que seria interessante que você também fizesse este exercício:

Quais brinquedos você tem guardado na sua caixa de brinquedos?

Depois dessa provocação, que traz alguns exemplos do que poderia estar guardado na caixa de brinquedos dos alunos, pensando no maior número de possibilidades que pudesse abranger o imaginário deles, eu fiz cinco perguntas que poderiam ser livremente respondidas por eles, seja em áudio, desenho, fotografia,

texto, vídeo, etc. Essa liberdade de escolha por entre essas opções se dá no intuito de valorizar a expressividade artística dos alunos, assim como, de respeitar as suas condições de acesso a dispositivos tecnológicos, como computadores, *smartphones* e *tablets*, bem como, de *Internet*. Esse é um fator muito importante para manter as condições do ensino remoto as mais democráticas e favoráveis possíveis ao processo de aprendizagem dos alunos. Isso pode ser constatado na medida em que todos os alunos optaram por responder as questões de todos os três materiais didáticos por escrito em documento *Word*, possivelmente, tendo em vista a praticidade deste recurso e também, ao meu ver, por se tratarem de perguntas que, de alguma forma, realmente precisavam de respostas escritas. Destarte, apesar de curtas, as respostas dos alunos às questões sempre foram muito contundentes e sensíveis, demonstrando uma abertura para investigarem a si mesmos, como veremos agora.

As questões baseadas na citação de Rubem Alves, foram:

- 1) O que esses brinquedos dizem sobre você?
- 2) Como você se sente quando "brinca" com eles?
- 3) Quais momentos você procura esses brinquedos?
- 4) Qual é o papel dos seus brinquedos na sua experiência com o isolamento social durante a pandemia de COVID-19?
- 5) Quais relações (positivas ou negativas) você percebe entre a sua caixa de brinquedos, o isolamento social e a sua saúde mental?

Nesse ponto, antes de ler as respostas dos alunos, acho que é interessante que você também reflita sobre quais são as suas respostas a essas perguntas de acordo com a sua caixa de brinquedos. Se você já fez isso, pode continuar a leitura!

Eu também acho importante salientar que, durante o período de estágio, a média de devolução das atividades assíncronas dos alunos oscilou entre três e quatro de um total de sete alunos que compunham a minha turma de estágio. Dos outros três alunos, um deles respondeu somente a uma atividade, enquanto os outros dois não responderam a nenhuma das três atividades. Por isso, escolhi selecionar apenas três respostas dos alunos a cada uma das questões para exemplificar as diferenças e similaridades entre os seus exercícios de pensamento.

Na primeira pergunta, “O que esses brinquedos dizem sobre você?”, os alunos trouxeram respostas como, por exemplo:

“Dizem que eu sou uma pessoa alegre e feliz.”

“Eles praticamente dizem que eu sou um cara bastante inseguro e me ajudam nisso.”

“Eles são pequenas partes da minha história, cada um tem o seu significado e juntos mostram como eu sou.”

Já na primeira pergunta, notem como os alunos demonstram um certo nível de autoconhecimento, principalmente, ao compreenderem que o que eles consomem no dia a dia como, por exemplo, animes, *games* e músicas (exemplos citados por eles durante as aulas síncronas), dizem muito sobre quem eles são e como eles se sentem diante do mundo. Esses brinquedos também fazem o papel de contribuir para que eles aprendam a lidar com desafios pessoais como, por exemplo, a insegurança, além de fazerem parte das suas narrativas de vida.

Na segunda pergunta, “Como você se sente quando ‘brinca’ com eles?”, os alunos responderam o seguinte:

“Alegre, feliz e de bem com a vida.”

“Me sinto muito feliz e tranquila quando brinco com eles.”

“Eles são pra mim como se fosse um refúgio da mente, muitas vezes eu utilizo esses ‘brinquedos’ para esquecer um pouco da realidade e do que está acontecendo no mundo e dentro de mim.”

Nestes exemplos, percebam como os níveis de felicidade e satisfação podem estar ligados à nossa caixa de brinquedos, assim como ela pode ser uma espécie de refúgio de problemas internos e externos que nos auxilia a lidar com esses mesmos problemas que, muitas vezes, não precisam de uma solução de imediato.

Na terceira pergunta, “Quais momentos você procura esses brinquedos?”, as respostas dos alunos foram:

“Quando estou sozinha ou me sentindo triste.”

“Quando procuro reviver os melhores momentos da minha vida.”

“Todos os meus tempos livres e toda vez que eu tô mal mentalmente ou muito pensativo.”

Destaco nestas respostas o papel afetivo que esses brinquedos têm nas nossas experiências de vida, servindo desde companhia a solidão até a nostalgia.

Na quarta pergunta, “Qual é o papel dos seus brinquedos na sua experiência com o isolamento social durante a pandemia de COVID-19?”, os alunos responderam:

“Manter minha sanidade em casa e esquecer o que acontece no mundo externo.”

“O papel é me fazer esquecer o mundo, é um momento no qual o foco não é a pandemia, esquecer os problemas.”

“Eles me ajudaram a passar por momentos difíceis e a seguir em frente nessa pandemia.”

Já na quinta e última pergunta desta aula assíncrona, “Quais relações (positivas e/ou negativas) você percebe entre a sua caixa de brinquedos, o isolamento social e a sua saúde mental?”, obtive as seguintes respostas:

“A minha caixa de brinquedos é maravilhosa, mas ela não pode tomar muito tempo de mim. Quando isso vier a acontecer os problemas não serão mais prioridade e isso é perigoso, pois o mundo não é um conto de fadas. Para minha saúde mental ela é o que me mantém firme.”

“Bom, como eu já disse ela me ajuda muito na sanidade mental e isso é muito bom. Mas muitas vezes ela ocupa bastante espaço do meu ‘tempo produtivo’.”

“As relações positivas é que toda vez que eu abro a minha caixa de brinquedos quando eu estou sozinha ou passando por um momento difícil eu me sinto muito melhor e me ajuda a manter a minha saúde mental.”

Nessas duas últimas questões, escolhi focar na experiência dos alunos com o isolamento social causado pela pandemia de COVID-19. As suas respostas demonstram a importância dos seus brinquedos na passagem por esse período histórico, mas atentando também para que eles não sejam uma completa fuga da realidade.

O segundo material didático foi criado com o objetivo de abordar a saúde mental de forma mais direta a partir de dois fragmentos retirados dos textos motivadores da redação do Exame Nacional do Ensino Médio de 2020. Assim, com o tema da redação chamado de *O estigma associado às doenças mentais na sociedade brasileira*, o universo do ENEM também é introduzido aos alunos trazendo algumas informações que, de alguma forma, complementam os exercícios de pensamento escritos anteriormente por eles.

O primeiro texto:

A maior parte das pessoas, quando ouve falar em “saúde mental”, pensa em “doença mental”. Mas a saúde mental implica muito mais que a ausência de doenças mentais. Pessoas mentalmente saudáveis compreendem que ninguém é perfeito, que todos possuem limites e que não se pode ser tudo para todos. Elas vivenciam diariamente uma série de emoções como alegria, amor, satisfação, tristeza, raiva e frustração. São capazes de enfrentar os desafios e as mudanças da vida cotidiana com equilíbrio e sabem procurar ajuda quando têm dificuldade em lidar com conflitos, perturbações, traumas ou transições importantes nos diferentes ciclos da vida. A saúde mental de uma pessoa está relacionada à forma como ela reage às exigências da vida e ao modo como harmoniza seus desejos, capacidades, ambições, ideias e emoções. Todas as pessoas podem apresentar sinais de sofrimento psíquico em alguma fase da vida.

O segundo texto:

[...]

Achar que a manifestação de um transtorno mental é "frescura" está relacionado a um ideal de felicidade que não é igual para todo mundo. A tentativa de se encaixar nesse modelo cria distância dos sentimentos reais, e quem os demonstra é rotulado, o que progressivamente dificulta a interação social. É aqui que redes sociais de enorme popularidade mostram uma face cruel, desempenhando um papel de validação da vida perfeita e criando um ambiente em que tudo deve ser mostrado em seu melhor ângulo. Fora dos holofotes da internet, porém, transtornos mentais mostram-se mais presentes do que se imagina.

Então, após essa leitura, trouxe a seguinte provocação a eles:

Esses dois fragmentos de texto foram retirados da proposta de redação do ENEM 2020: *O estigma associado às doenças mentais na sociedade brasileira*. De acordo com os dois textos, reflita:

- 1) Qual a dimensão que esse tema ganha a partir da sua experiência de isolamento social na pandemia de COVID19?
- 2) Como os brinquedos da sua caixa de brinquedos poderiam contribuir para essa sua reflexão?
- 3) Que resposta poderíamos dar a esses dois textos em forma de carta, poesia, fotografia, música, vídeo, etc? Escolha um destes formatos ou outros que você considere melhor para dialogar com os dois textos.

Na primeira pergunta, "Qual a dimensão que esse tema ganha a partir da sua experiência de isolamento social na pandemia de COVID19?", os alunos responderam:

"Pelo fato de estarmos mais em casa e menos ocupados e sem assunto para jogar fora com os amigos e tudo mais, nossa mente fica mais sozinha e trabalha muito mais, se questiona muito mais, o que gera um desconforto muitas vezes."

“A dimensão desse tema aumentou em todo o mundo, pois a saúde mental das pessoas na pandemia foi bastante afetada. A saúde mental das pessoas está muito comprometida, muito devido às redes sociais e as constantes informações anunciadas pela mídia.”

“Bom eu e a minha família não somos muito de redes sociais, mas nós usamos muito a internet seja pra jogar, ver filmes ou estudos, mas acima de tudo eu procuro sempre ficar perto da família.”

Um senso comum entre as respostas parece ter sido a constatação da importância do tema da saúde mental, principalmente neste último ano de pandemia, e de que, as redes sociais não são muito benéficas neste caso, já que podem contribuir para agravar a situação por meio de notícias alarmantes.

Na segunda pergunta, “Como os brinquedos da sua caixa de brinquedos poderiam contribuir para essa sua reflexão?”, os alunos refletiram que:

“Esses ‘brinquedos’ na verdade são como uma terapia para mim, muitas vezes eles me fazem ficar ocupado e preocupado com outras coisas e acabo não ‘pensando a toa’.”

“Os meus brinquedos me ajudam a desopilar do mundo e das notícias. Ao brincar com meus brinquedos os problemas são esquecidos por um curto período de tempo e isso faz a minha saúde mental melhorar. Levando em conta meus colegas e amigos, na minha visão, a minha saúde mental está muito boa.”

“Para me fazer feliz, me deixar tranquilo, me deixar sempre perto da família, e sempre me fazendo sentir incrivelmente bem.”

Nessas respostas, percebemos o quanto os nossos “brinquedos” são importantes no enfrentamento de situações tão adversas como as trazidas pela pandemia de COVID-19, assim como, o apoio de amigos e da família.

Já na terceira e última pergunta, que também continha uma proposta de diálogo performático, “Que resposta poderíamos dar a esses dois textos em forma de carta, poesia, fotografia, música, vídeo, etc? Escolha um destes formatos ou

outros que você considere melhor para dialogar com os dois textos.”, os alunos trouxeram as seguintes reflexões:

“Eu acho que não existe uma resposta para esses dois textos, mas tem como explicá-los melhor, divulgá-los melhor. Se foi essa a proposta dessa pergunta eu acho que um vídeo ou uma música sobre esses dois textos daria mais ênfase para os mesmos.”

“Os textos mostrados são em relação à saúde mental da população mundial, mas nesse caso vou me referir ao Brasil. No momento atual o Brasil é um dos principais países que a pandemia mais afetou. O povo brasileiro está apavorado e não sabe muito bem como lidar com a situação, todos estão cansados já e a saúde mental está quase acabando. Crianças e adolescentes são os mais afetados, pois necessitam de um convívio social para formar suas personalidade e se formarem como pessoas íntegras.”

“Precisamos das ferramentas: home office, trabalho, estudo, protocolos de segurança. Precisamos da caixa de brinquedos: lazer, preguiça, jogos, brincar, brincadeiras, leitura. O equilíbrio entre a caixa de ferramentas e a caixa de brinquedos pode nos fazer feliz em tempos difíceis como a pandemia.”

Nesta última questão, os alunos não compreenderam que eles é quem poderiam responder às questões por meio de carta, poesia, fotografia, música, vídeo, etc., tanto é que um dos alunos demonstrou essa dúvida em sua resposta. Acredito que isso se deva, principalmente, pela construção do meu enunciado já que não enfatizei de que eles é quem poderiam usar desses outros recursos para a construção das suas respostas. Porém, atentando às características do Ensino Remoto Emergencial, obviamente considerarei todas as respostas válidas. Enquanto um dos alunos demonstrou um certo domínio sobre a realidade brasileira na pandemia de COVID-19, preocupando-se com o desenvolvimento social de sua faixa etária; o outro trouxe as questões levantadas no material didático anterior para dialogar com essas novas questões, valorizando algo muito importante em todas as ocasiões: o ócio.

No terceiro e último material didático, o objetivo era abordar o nosso presente momento de ensino remoto e isolamento social, trabalhando agora a partir de três imagens que, de alguma forma, estavam falando sobre a ideia de futuro:

- 1) Um grafite do artista de rua britânico Banksy que dizia em inglês “Follow Your Dreams” com uma tarja em vermelho por cima da frase escrito em inglês “Cancelled”, ou seja, em uma interpretação livre, seguir os nossos sonhos está cancelado;
- 2) Uma tirinha da Mafalda do cartunista argentino Quino em que a personagem avisa a um caranguejo que anda para trás que “O futuro é para a frente!”. Depois de tanto insistir e chamar o caranguejo de “Reacionário!”, Mafalda diz: “Que mania de andar para trás! Que bicho mais sem futuro!/ Você é um bicho estúpido, sem futuro!/ Ou será que o futuro é tão ruim que ele está voltando?”.
- 3) Um meme viral retirado da rede social Twitter que diz: “estudando como se ainda houvesse um país”.

Então, trouxe a seguinte provocação:

Considerando a pandemia de COVID-19 e pensando que este é o seu primeiro ano no Ensino Médio, como estes textos-imagens dialogam com este seu momento?

As duas respostas dos alunos que recebi a tempo de transcrevê-las foram:

“Considerando as imagens e a tirinha que foram dadas para análise podemos observar que muitas pessoas não observam futuro no nosso país e até no mundo. Com tudo isso que estamos vivendo, pandemia, mortes e etc. Não posso falar que está pior para mim do que para os outros, até porque não sei a situação de cada um, mas na minha visão a pandemia está sendo horrível, pois acabou com um início de ensino médio, está estragando o futuro de muitas pessoas, amigos estão sendo prejudicados por causa do ensino médio e que iriam fazer vestibular e ENEM este ano. Futuros estão sendo perdidos. Muitos já perderam a esperança no mundo e deixaram de sonhar.”

“Com essa situação e sendo meu primeiro ano no ensino médio, fico bastante desanimado sabendo que não vai ser a mesma coisa dos outros anos, está sendo totalmente diferente do que eu sempre imaginei, aula online, pandemia e etc. Espero que isso passe logo para eu aproveitar o segundo e terceiro ano do ensino médio.”

Nas respostas acima percebemos o desânimo dos alunos em relação ao início dessa nova etapa em suas vidas que é o Ensino Médio, por não estar sendo do jeito que eles imaginavam que poderia ser ou pelas mudanças impostas pelo Ensino Remoto Emergencial. De fato, a educação nessas condições tem se mostrado um desafio, tanto para os alunos quanto para os professores, e o que dizer dos estagiários?

Nessas circunstâncias, minha estratégia foi estar aberto ao encontro e a construção de relações, seja na aula síncrona ou assíncrona, procurando estabelecer vínculos por meio do diálogo e da escuta, assim como, de aceitar as interferências e percalços da desigualdade tecnológica que é algo bastante gritante nesta modalidade de ensino. Isso, realmente, exige muita habilidade socioemocional! E, às vezes, apesar de todas essas dificuldades, sinto que tudo o que os alunos querem é serem vistos e ouvidos, alguém que os apoie e os incentive a se expressarem no mundo e, para isso, ainda bem que temos a aula de teatro. Pois, eu acredito é nesse processo de educação.

CONCLUSÃO

Então...

Nós chegamos ao fim.

Como foi essa experiência para você?

Tudo bem, eu posso começar enquanto você pensa aí!

A primeira coisa a dizer é que sinto que esse trabalho é muito eu, sabe?

Um retrato muito íntimo de como eu escrevo, como eu leio, como eu penso, como eu sinto, como eu vejo as coisas da vida agora, neste momento, e o mais interessante é que tudo isso pode vir a mudar e se transformar em muitas outras coisas diferentes a partir das minhas próximas experiências de vida.

Eu também posso dizer que finalizo com a sensação de dever cumprido.

Obviamente, não me refiro somente à conclusão do TCC, mas também à pesquisa desenvolvida com os alunos durante o meu estágio docente. Minha alegria é poder dizer que fiz o que gostaria de ter feito durante as minhas aulas de estágio e pude experimentar ser o professor que gostaria de ser: a leitura da *Pedagogia da Autonomia* de Paulo Freire vai fazendo cada vez mais sentido em mim.

Eu compreendo que este trabalho é só uma parte muito pequena de toda uma vivência que é tão difícil exprimir em palavras, mas foi muito importante para mim buscar algumas respostas para os meus anseios, encontrar acolhida e força nas reflexões dos alunos e, principalmente, diminuir os meus estigmas sobre a saúde mental de acordo com a minha vivência na pandemia de COVID-19.

Provavelmente, eu deveria falar alguma coisa a mais sobre os alunos, a criação do material didático, a minha experiência com o estágio... Mas sabe quando você fala e pensa demais e aí você já não sabe mais de nada? Esse sou eu agora! Na verdade, sinto que não quero concluir nada... Porém, se tivermos mesmo que concluir alguma coisa, acho que poderíamos o fazer com uma última poesia, né?

Então, eu lembrei de um poema justamente pensando em como poderia finalizar este meu trabalho de conclusão de curso. E a ironia é a de que ele foi escrito por mim, no meu primeiro semestre na UFRGS, como resposta a um trabalho de uma disciplina chamada Psicologia da Educação I: O Jogo, ministrada pela professora Tânia Fortuna, da Faculdade de Educação da UFRGS. O nome do poema é *Lá vai o menino*, e diz assim:

Lá vai o menino ser criança
Deixando-se levar pelo vento
Como um pássaro aprendendo a voar.

Lá vai o menino ser criança
Deixando-se levar pela imaginação
Explorando a magia de representar.

Lá vai o menino ser criança
Ser aquilo que não pode ser
Descobrir a importância do brincar.

Lá vai o menino ser criança
Fugir da realidade em novos mundos
Fazer de conta que tudo pode ser o que quiser.

Lá vai o menino ser criança
Ele não se preocupa com o futuro
E se joga em voo livre sem olhar para trás.

Lá vai o menino ser criança
Criança que ele sempre foi e vai ser
Porque ele descobre o sentido da vida no teatro.

REFERÊNCIAS

- ALVES, Rubem. **Educação dos sentidos e mais....** Campinas, SP: Verus, 2014.
- BANDEIRA, Denise. **Materiais didáticos.** Curitiba, PR: IESDE, 2009.
- BARROS, Manoel de. **Poesia completa.** São Paulo: Leya, 2010.
- BASE NACIONAL COMUM CURRICULAR. Disponível em: <http://basenacionalcomum.mec.gov.br/>. Acesso em: 24/05/21.
- BOAL, Augusto. **O arco-íris do desejo: o método Boal de teatro e terapia.** Rio de Janeiro: Civilização Brasileira, 1996.
- CANVA. Disponível em: <https://www.canva.com/>. Acesso em: 24/05/21.
- COLÉGIO DE APLICAÇÃO DA UFRGS. Disponível em: <https://www.ufrgs.br/colegiodeaplicacao/>. Acesso em: 24/05/21.
- DUARTE JR., Francisco. **O sentido dos sentidos: a educação (do) sensível.** Curitiba, PR: Criar Edições, 2003.
- ESTANISLAU, Gustavo; BRESSAN, Rodrigo. **Saúde mental na escola: o que os educadores devem saber.** Porto Alegre, RS: Artmed, 2014.
- FREIRE, Paulo. **Pedagogia da autonomia: saberes necessários à prática educativa.** São Paulo: Paz e Terra, 1996.
- FUNDAÇÃO IBERÊ CAMARGO. **Educativo.** Disponível em: http://iberecamargo.org.br/material_didatico/. Acesso em: 24/05/21.
- FUNDAÇÃO OSWALDO CRUZ. **Saúde mental e atenção psicossocial na pandemia de COVID-19.** Disponível em: <https://www.fiocruzbrasil.fiocruz.br/wp-content/uploads/2020/04/Sa%C3%BAdede-Mental-e-Aten%C3%A7%C3%A3o-Psicossocial-na-Pandemia-Covid-19-recomenda%C3%A7%C3%B5es-gerais.pdf>. Acesso em: 24/05/21.
- HAN, Byung-Chul. **Sociedade do cansaço.** Petrópolis, RJ: Vozes, 2015.
- MEIRELES, Cecília. **Ou isto ou aquilo.** São Paulo: Global Editora, 2014.
- ORGANIZAÇÃO MUNDIAL DA SAÚDE. Disponível em: <https://www.who.int/eportuguese/countries/bra/pt/>. Acesso em: 24/05/21.
- PESSOA, Fernando. **Poemas completos de Alberto Caeiro.** São Paulo: Ática, 2013.
- SCHWARCZ, Lilia Moritz. **Quando acaba o século XX.** São Paulo: Companhia das Letras, 2020.

UNESCO. **Educação para o século XXI.** Disponível em:
<https://unescoportugal.mne.gov.pt/pt/temas/educacao-para-o-seculo-xxi>. Acesso em:
24/05/21.

ANEXO A - AULA 1

Teatro

TURMA: 1º ANO
ESTAGIÁRIO: LUCAS MACIASEKI
PROFESSORA: LISINEI RODRIGUES



COLÉGIO DE APLICAÇÃO
UFRGS

O corpo carrega duas caixas. Na mão da destreza e do trabalho, ele leva uma caixa de ferramentas. E na mão esquerda, mão do coração, ele leva uma **caixa de brinquedos**. [...] Essa caixa está cheia de coisas que não servem para nada. Inúteis. Lá estão um livro de poemas da Cecília Meireles, a "Valsinha" do Chico, um cheiro de jasmim, um quadro do Monet, um vento no rosto, uma sonata de Mozart, o riso de uma criança, um saco de bolas de gude... Coisas inúteis. E, no entanto, elas nos fazem sorrir. (ALVES, Rubem. Educação dos sentidos e mais... 2014, p. 9-12).



De acordo com o conceito de **caixa de brinquedos** de Rubem Alves, reflita sobre o que você tem guardado na sua caixa de brinquedos (desenhos, filmes, jogos, livros, fotografias, poesias, músicas, diários, lembranças, trabalhos manuais, rabiscos, recortes, séries, vídeos, podcasts, etc.) durante a pandemia de COVID-19.



Agora, pensando na sua **caixa de brinquedos**, responda:

- 1)** O quê esses brinquedos dizem sobre você?
- 2)** Como você se sente quando "brinca" com eles?
- 3)** Quais momentos você procura esses brinquedos?
- 4)** Qual é o papel dos seus brinquedos na sua experiência com o isolamento social durante a pandemia de COVID19?
- 5)** Quais relações (positivas e/ou negativas) você percebe entre a sua caixa de brinquedos, o isolamento social e a sua saúde mental?

P.S.: Sinta-se à vontade para responder as questões da forma como você considerar o melhor: por áudio, por desenho, por escrito, por fotografia, por vídeo, etc. :)

ANEXO B - AULA 2

Teatro

TURMA: 1º ANO
ESTAGIÁRIO: LUCAS MACIASEKI
PROFESSORA: LISINEI RODRIGUES



COLÉGIO DE APLICAÇÃO
UFRGS

TEXTO I

A maior parte das pessoas, quando ouve falar em “saúde mental”, pensa em “doença mental”. Mas a saúde mental implica muito mais que a ausência de doenças mentais. Pessoas mentalmente saudáveis compreendem que ninguém é perfeito, que todos possuem limites e que não se pode ser tudo para todos. Elas vivenciam diariamente uma série de emoções como alegria, amor, satisfação, tristeza, raiva e frustração. São capazes de enfrentar os desafios e as mudanças da vida cotidiana com equilíbrio e sabem procurar ajuda quando têm dificuldade em lidar com conflitos, perturbações, traumas ou transições importantes nos diferentes ciclos da vida. A saúde mental de uma pessoa está relacionada à forma como ela reage às exigências da vida e ao modo como harmoniza seus desejos, capacidades, ambições, ideias e emoções. Todas as pessoas podem apresentar sinais de sofrimento psíquico em alguma fase da vida. Disponível em: <http://www.saude.pr.gov.br>. Acesso em: 27 jul. 2020 (adaptado).



TEXTO II

[...]

Achar que a manifestação de um transtorno mental é "frescura" está relacionado a um ideal de felicidade que não é igual para todo mundo. A tentativa de se encaixar nesse modelo cria distância dos sentimentos reais, e quem os demonstra é rotulado, o que progressivamente dificulta a interação social. É aqui que redes sociais de enorme popularidade mostram uma face cruel, desempenhando um papel de validação da vida perfeita e criando um ambiente em que tudo deve ser mostrado em seu melhor ângulo. Fora dos holofotes da internet, porém, transtornos mentais mostram-se mais presentes do que se imagina. Disponível: <http://www.abrata.org.br>. Acesso em: 27 jul. 2020 (adaptado).



Esses dois fragmentos de texto foram retirados da proposta de redação do ENEM 2020: *O estigma associado às doenças mentais na sociedade brasileira*. De acordo com os dois textos, reflita:

1) Qual a dimensão que esse tema ganha a partir da sua experiência de isolamento social na pandemia de COVID19?

2) Como os brinquedos da sua **caixa de brinquedos** poderiam contribuir para essa sua reflexão?

3) Que resposta poderíamos dar a esses dois textos em forma de carta, poesia, fotografia, música, vídeo, etc? Escolha um destes formatos ou outros que você considere melhor para dialogar com os dois textos.

P.S.: De alguma forma, essas questões dão continuidade ao que foi visto na aula passada. Sinta-se à vontade para dar seguimento ao que já foi construído por você lá ou não. :)

ANEXO C - AULA 3

Teatro

TURMA: 1º ANO
ESTAGIÁRIO: LUCAS MACIASEKI
PROFESSORA: LISINEI RODRIGUES



COLÉGIO DE APLICAÇÃO
UFRGS



Grafite de Banksy



Tirinha da Mafalda de Quino



elfa
@iherege



**estudando como se ainda
houvesse um país**

8:48 AM · 22 de mar de 2021 · Twitter Web App

Considerando a pandemia de COVID-19 e pensando que este é o seu primeiro ano no Ensino Médio, como estes textos-imagens dialogam com este seu momento?

P.S.: Sinta-se à vontade para responder essa questão da forma como você considerar o melhor: por áudio, por desenho, por fotografia, por escrito, por vídeo, etc. :)

