

GOOD VIBES

Carlos Eduardo Ferreira da Silva

Juliana Babuja

Modalidade: RELATO DE EXPERIÊNCIA

Dedicatória

Dedico esse trabalho a minha Esposa
Juliana Babuja, obrigado por todo
o apoio e incentivo em todos os
campos da minha vida.
Te Amo

Resumo

Ao fazer uma pesquisa rápida no Google, com o tema “saúde mental dos alunos pós pandemia”, usando o filtro “noticias” encontramos 49.400 resultados, e quando colocamos no filtro “vídeos”, são 574.000, olhando as páginas das buscas verificamos reportagens, lives e webinar discutindo esse tema, mas, o que realmente vem sendo realizado?

Foi necessário eu receber um “chacoalhão” dos meus alunos para perceber que eles não correspondiam às expectativas, não por causa das minhas explicações ou falta de empenho deles, mas sim, por não estarem bem, cada turma tem uma característica que a torna diferente das outras, trabalho com eles desde o sexto ano, hoje estão no oitavo, e sempre escrevem recados nas provas, dessa vez, o que me chamou a atenção foram falas como “eu não sou inteligente, sou o suficiente”, “sou uma vergonha”, entre outros, foi nesse momento que comecei a pensar, talvez o problema não seja as minhas aulas, talvez o problema não seja a dedicação deles, mas, o psicológico dos alunos.

Palavras-chave: Good. Vibes. Aluno. Saúde. Mental.

De acordo com um estudo da USP, crianças e adolescentes estão apresentando sinais de ansiedade e depressão decorrentes do isolamento domiciliar, principalmente pela mudança de rotina com o ensino remoto e a falta do convívio social proporcionado pelo ambiente escolar.

O retorno às aulas presenciais nos primeiros meses desse ano apresentou um grande desafio a todos os profissionais da área da educação: primeiramente, recuperar o conteúdo que os alunos não conseguiram absorver nas aulas remotas por conta das adaptações e das mudanças que precisaram ser muito rápidas, a sala de aula acabou sofrendo um desnivelamento, os alunos que já tinham dificuldade, acabaram sendo mais exigidos e sem o contato com o professor perderam mais conteúdo, outros alunos tiveram problemas com aparelhos e conexões, pois muitas vezes dependiam dos responsáveis para ter um aparelho compatível e uma velocidade de internet aceitável para acompanhar as aulas, como esse cenário se arrastou por muito tempo, alguns jovens começaram a apresentar desinteresse, chegou a um ponto onde o conteúdo que ele tinha não acompanhava mais o que o professor exigia e por consequência abandonaram as aulas, se tornando os “alunos fantasmas” que apareciam todos os dias conectados, mas não estavam presentes na aula, o segundo desafio foi os problemas psicossociais que atingiu grande parte dos alunos. A pandemia impôs a todos nós quase dois anos de afastamento, em alguns momentos total e em outros parcial do ambiente escolar, não conseguíamos nos organizar e nem nos planejar, pois toda semana recebíamos uma novidade sobre a COVID, previsões de retornos que acabaram não sendo concretizadas, em um momento era flexibilizado e em outro mais restritivo, dentro desse período, alunos e professores precisaram se adaptar de maneira rápida as práticas remotas que foram basicamente efetuadas por meio de computadores, smartphones e tablets em outros momentos no modelo semipresenciais.

Todos os alunos sempre fazem algo na avaliação, em algumas oportunidades coloco desenhos, pois acredito que avaliação não é castigo, mas um instrumento diferente para ensinar e fixar o conteúdo, provas eles terão na vida como concursos e vestibulares, no ensino fundamental preciso construir uma base sólida, para que no ensino médio inicie essa preparação. Na avaliação mensal alguns alunos do oitavo ano escreveram frases negativas como “sou da vergonha”, “a tal aluna ruim”, “eu odeio ser burra” inicialmente para cada fala negativa eu circulei e escrevi palavras de incentivo, acolhendo o jovem. Porém, isso me incomodou, eles são muito jovens para ter esse sentimento, ou carregar o peso do “não consigo”. Comecei a pesquisar sobre o tema, e comecei observar que em vários locais do país a saúde mental dos

alunos começava a ser discutido, lendo vários textos e reportagens foram propostos os projetos “Primeiro EU depois a Matemática” no Colégio Dom Bosco Vila Matilde e no Colégio Forth o projeto “Good Vibes”.

- **TEMA**

Primeiro EU depois a Matemática

- **OBJETIVOS**

Todas as classes tem características distintas, e o 8º ano gosta de escrever “recadinhos” em suas avaliações como boa correção, gosto muito da aula, etc. Na última atividade escreveram mensagens de tristeza, e desapontamento, por conta disso será trabalhada a autoestima e o emocional de todos eles.

- **DISCUSSÃO**

Após essas atividades, espero que o aluno tenha mais confiança e em si mesmo, para assim voltar a ter foco em seus estudos e retornar a ter um ótimo rendimento escolar.

- **DURAÇÃO**

Três aulas, podendo ser estendida para mais uma, dependendo do rendimento, dúvidas e discussão com os alunos.

- **RECURSOS**

Computador, projetor multimídia, sistema de som e home theater.

- **METODOLOGIA**

Parte 1: “Rótulos”

Atividade aplicada no Power Point apresentando personalidades históricas como Martin Lutherking, Nelson Mandela, Jesus Cristo, entre outros, que foram em suas épocas rotulados de uma maneira, mas a história mostrou ser completamente outra.

Parte 2: Exibição do filme **Invictus**

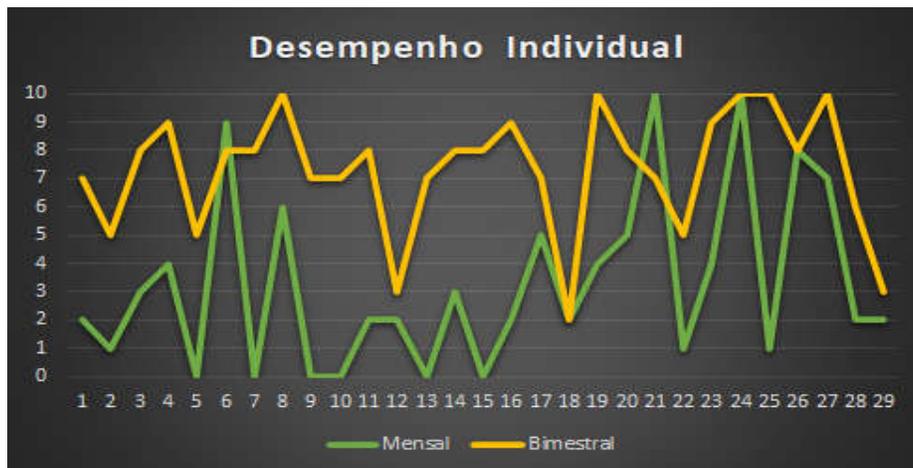
Após o fim do apartheid, o recém-eleito presidente Nelson Mandela lidera uma África do Sul que continua racial e economicamente dividida. Ele acredita que pode unificar a nação através da linguagem universal do esporte. Para isso, Mandela junta forças com François Pienaar, capitão do time de

rúgbi, promovendo a união dos sul-africanos em favor do time do país na Copa Mundial de Rúgbi de 1995.

Parte 3: Exibição do vídeo (Momento Corrida) e discussão sobre o filme, e como podemos melhorar, não apenas como alunos, mas como seres humanos.

- **CONCLUSÃO DO PROJETO**

Ao observar os gráficos podemos ver a melhora significativa no rendimento dos alunos, primeiramente verificamos o desempenho individual, onde a parte de baixo representa o número do aluno na chamada e a barra lateral representa a nota, a linha verde são as notas mensais, e a linha amarela as nota bimestrais que ocorreram logo após a aplicação do projeto.



No segundo gráfico verificamos na primeira coluna a média que a turma conseguiu na mensal, e na segunda a média conquistada na bimestral.



Usarei o exemplo do futebol pois faz parte da realidade de muitos brasileiros, está sendo muito discutido o rendimento do atleta junto com a sua saúde mental, e como a sua vida pessoal interfere em sua performance dentro de campo, exemplos que podemos citar é o Luan, jogador do Corinthians (até agosto de 2022 quando foi emprestado ao Santos), campeão olímpico com a seleção Brasileira, dois jogos pela seleção principal, eleito o melhor jogador da copa libertadores, não consegue jogar bem no clube paulista, segundo o próprio atleta sente “vergonha” quando joga mal ou quando o Corinthians perde, o treinador atual do Corinthians o português Vitor Pereira falou em entrevista que quando fala ao atleta que será relacionado, ele diz que sente algum desconforto e vai para o departamento médico, assim, acaba ficando fora da partida, por mais que o próprio jogador tenha afirmado que não sofre de depressão, é impossível deixar de notar a sua queda de rendimento e não ligar todos esses fatos a seu psicológico. Do mesmo jeito um aluno, as vezes ele desconhece que precisa ser ouvido ou que está com algum problema, mas tudo isso pode afetar o seu rendimento em sala de aula. Podemos verificar agora o conteúdo das avaliações, mesmo com mais tópicos para estudar, depois da aplicação do projeto, o rendimento como visto nos gráficos foi bem melhor.

Conteúdo Mensal

- Equações do primeiro grau com uma incógnita
- Equação linear do primeiro grau no plano cartesiano

Conteúdo Bimestral

- Elementos Primitivos da Geometria
- Retas determinadas por pontos
- Retas Coplanares
- Posição Relativa de duas retas no plano (paralelas, concorrentes e perpendiculares)
- Semirreta e Segmento de Reta
- Segmentos consecutivos e segmentos colineares

- **TEMA**

Good Vibes

- **OBJETIVOS**

Quando elevamos nossos pensamentos e ações, desenvolvemos uma atitude mental e comportamental positiva, deixando que aqueles que estão ao

nosso redor possam se inspirar por essas boas vibrações, dessa maneira melhorando o desenvolvimento do aluno.

Os alunos good vibes não prorrogam suas atividades e tomam atitudes sempre que possível, dessa maneira acabam produzindo com maior eficácia e alcançam uma maior produtividade, sempre fazendo reflexões e assumindo as suas responsabilidades, identificando e observando seus defeitos, erros e falhas. Com essa postura ele continua amadurecendo e evoluindo, sem repetir os mesmos vícios e tropeços.

- **DISCUSSÃO**

Good vibes em tradução livre significa boas vibrações. É uma expressão original do inglês muito popular no Brasil.

Quando usamos este termo queremos expressar sentimentos bons e agradáveis que podemos encontrar em um ambiente ou podemos passar de um indivíduo para a outro.

- **DURAÇÃO**

Um bimestre, as atividades foram divididas nas disciplinas de história, biologia, filosofia e sociologia.

- **RECURSOS**

Equipamentos eletrônicos com acesso à internet e matérias de papelaria (papel para desenho, cartolina, folhas A4, canetinhas e lápis de cor).

- **METODOLOGIA**

Parte I: Personalidades que te inspiram!

- 6º ano: Personalidades do Esporte.
- 7º ano: Personalidades da TV, Cinema e Música.
- 8º ano: Personalidades históricas.
- 9º ano: Personalidades relacionadas a ciências e biologia.
- 1º Ensino Médio: Filósofos e sociólogos.
- 2º e 3º Ensino Médio: Personalidades que concorreram/ receberam Prêmio Nobel.

O trabalho deverá ser realizado em forma de pesquisa. Relatando o motivo da escolha da personalidade e como ela te inspira. O nome da personalidade escolhida deverá ser apresentado ao professor orientador da sala. O mesmo desenvolverá e avaliará o trabalho. O aluno fica responsável em produzir um mini cartaz do tema proposto que contenha uma imagem, pequena descrição da personalidade e uma frase de impacto.

Muitos alunos conseguem se expressar por meio da arte, lá eles colocam seus sentimentos nas folhas e por meio das qualidades que cada personagem. Como na vida, na escola as emoções desempenham um papel essencial nas vivências e desenvolvimento do cidadão, com essa proposta buscamos formar não apenas acadêmicos, mas sim seres pensantes, íntegros, criativos, amorosos e livres. Apenas quando estamos bem com nós mesmos conseguimos aprimorar nossos conhecimentos e potencializar a aprendizagem, nossa preocupação não pode ser preparar o aluno para a próxima prova, mas formar pessoas com possibilidades de viver uma vida de maneira plena e feliz.

Considerações Finais

Ao passar dos anos a escola passa por mudanças, mas será que todas essas mudanças são positivas? Depois da pandemia muitos colégios acrescentaram recursos digitais em sua estrutura, inicialmente para comportar as aulas remotas, e depois as aulas híbridas, e nesse ano ficando como legado para as aulas presenciais, mas como é possível, agora que temos mais recursos o rendimento cair? Por mais que falem que os alunos não acompanharam os conteúdos na pandemia, foi o período que eu mais trabalhei, então o problema são eles que não levaram a sério? Mas mesmo agora no retorno as aulas presenciais, por que eles não conseguem acompanhar? Quando nos tornamos professores, muitos de nós acabamos esquecendo como é ser aluno, ou até mesmo um adolescente, eles recebem cobrança na escola com trabalhos, exercícios, apostilas, avaliações, recebem cobranças em casa. Como foi aula? O que está aprendendo? O que vai ser quando crescer? Que faculdade vai estudar? Espero que você nos de orgulho igual seu irmão. E também cobrança dos colegas. Que roupa você vai usar? Você não vai falar com aquele menino? Se você voltar a falar com ela, não fale mais comigo? Todo mundo vai na festa apenas a sua mãe não deixa. Se esse cenário é difícil para nós que somos homens e mulheres prontos, vividos e formados, imagina para um adolescente? O mundo voltou mais intenso e muitas vezes acabamos esquecendo de acolher, perguntar o que a pessoa gosta de fazer, se a pessoa está bem, se ela está precisando de algo, uma pessoa que não tem o seu momento, as vezes não pode chorar por que foi ensinado que homem não chora, ou que não pode pedir ajuda pois seus pais conseguiram tudo sozinhos pois trabalham desde os catorze anos, quem cuida desse adolescente? Que não pode nem conversar, pois seus responsáveis estão muito ocupados checando suas redes sociais ou respondendo mensagens de texto no grupo do trabalho, e sim, chegou uma nova atribuição para nós professores, acolher e cuidar do emocional dos alunos.

Muitas vezes procuramos o aluno perfeito, será que ele sempre tira dez? Ou é comporta e extremamente educado? E o professor perfeito, existe? É aquele que consegue ter a maior taxa de aprovação nos maiores vestibulares do país e nos concursos públicos mais concorridos? Talvez não exista o aluno perfeito e muito menos o professor perfeito, nossos defeitos e características nos tornam seres humanos únicos, cada sala de aula precisa de um planejamento diferente, mesmo que trabalhe a mesma disciplina em séries iguais, os alunos são diferentes, suas qualidades e até defeitos mudam, ter dificuldades em conteúdos parecidos é normal, mas a didática que deve ser usada precisa mudar em cada uma das classes, o nosso grande desafio acaba

sendo inicialmente conhecer a turma, os alunos e se adaptar da melhor maneira para que eles comecem a trabalhar juntos, com amor e prazer buscando conhecimento, e com equilíbrio emocional alcançar a aprendizagem cognitiva, que pode levar eles ao sucesso nos concursos mais concorridos nos vestibulares mais disputados, e mais importante formar grandes cidadãos pensantes que vão ter sucesso em sua vida.

Referências Bibliográficas

POLANCZYK, Guilherme V. **O custo da pandemia sobre a saúde mental de crianças e adolescentes**. [S. l.], 11 maio 2020. Disponível em: <https://jornal.usp.br/artigos/o-custo-da-pandemia-sobre-a-saude-mental-de-criancas-e-adolescentes/>. Acesso em: 29 jul. 2022.

PIMENTA, Paula. **Educação busca superar estragos da pandemia**. [S. l.], 8 abr. 2022. Disponível em: <https://www12.senado.leg.br/noticias/infomaterias/2022/03/educacao-busca-superar-estragos-da-pandemia>. Acesso em: 29 jul. 2022.

NASCIMENTO, Rakeche. **Mandela Day: Conheça alguns filmes que retratam a história do líder africano**. [S. l.], 18 jul. 2020. Disponível em: <https://mundonegro.inf.br/mandela-day-conheca-alguns-filmes-que-retratam-a-historia-do-lider-africano/#:~:text=Ele%20acredita%20que%20pode%20unificar,Mundial%20de%20R%C3%BAgbi%20de%201995>. Acesso em: 29 jul. 2022.

SHIOZAWA, Elen Kiy. **Aluno perfeito e professor perfeito**. [S. l.], 2022. Disponível em: <https://brainacademy.net.br/2019/10/24/aluno-perfeito-professor-perfeito/>. Acesso em: 29 jul. 2022.

ALVES, Rubem. **O aluno perfeito**. [S. l.], 23 jan. 2007. Disponível em: <https://www1.folha.uol.com.br/fsp/cotidian/ff2301200704.htm#:~:text=Paulo%20%2D%20Rubem%20Alves%3A%20O%20aluno,perfeito%20%2D%2023%2F01%2F2007&text=ERA%20UMA%20vez%20um%20jovem,meses%20de%20gravidez%2C%20ele%20nasceu>. Acesso em: 29 jul. 2022.

Luan, Meia-atacante do Corinthians. [S. l.], 23 jan. 2007. Disponível em: <https://www.meutimao.com.br/jogador-do-corinthians/luan>. Acesso em: 29 jul. 2022.

FONSECA, Ludinel. **Vitor Pereira fala sobre Luan na coletiva**. [S. l.], 5 jun. 2022. Disponível em: <https://identidadecorinthiana.com/vitor-pereira-fala-sobre-luan-na-coletiva/>. Acesso em: 29 jul. 2022.

MUNHOZ, Mayara. **Luan está com depressão? Entenda boato que gerou até campanha de apoio da torcida do Corinthians**. [S. l.], 5 out. 2020. Disponível em: <https://www.meutimao.com.br/noticias-do-corinthians/359035/luan-esta-com-depressao-entenda-boato-que-gerou-ate-campanha-de-apoio-da-torcida-do-corinthians>. Acesso em: 29 jul. 2022.

ROMÃO, Bruno. **Em baixa, Luan recusou ajuda importante no Corinthians: “Disse que não ia”**. [S. l.], 15 jun. 2022. Disponível em:

<https://www.torcedores.com/noticias/2022/06/luan-corinthians-recusou-ajuda-importante>. Acesso em: 29 jul. 2022.

NEVES, Márcia de Lima Carneiro. **Afetividade e expressão artística na escola : como os arte-educadores encaram o papel da arte**. Porto Alegre: [s. n.], 2009.