

O CORPO NA APRENDIZAGEM

Temos assistido a uma grande evolução tecnológica nos últimos anos com vantagens indiscutíveis no acesso globalizado à informação, na comunicação à distância e na simplificação de tarefas e atividades, tornando-as possíveis ou mais rápidas. Esta evolução tem seguido no sentido de facilitar a vida diária de todos, promovendo a igualdade de direitos e oportunidades.

A adaptação a estas mudanças tem provocado alterações significativas na organização da sociedade, na gestão do tempo pessoal, familiar e laboral e, sobretudo, na forma como comunicamos e nos relacionamos com o outro e com o mundo.

Submetemos as crianças cada vez mais cedo a este mundo dos écrans (televisão, computador, *tablet*, internet, jogos digitais), por permitirem controlar mais facilmente o seu comportamento, nomeadamente mantendo-as sentadas, quietas, a comer, a esperar ou até a descansar. É comum observarmos crianças a fazer birras, inquietas, agitadas e que, perante determinado vídeo, jogo ou programa, acalmam e resolvem o conflito, descansando obviamente o adulto. Se é verdade que assim ganhamos na rapidez com que resolvemos questões pontuais, também é verdade que perdemos no desenvolvimento da capacidade de a criança auto-regular o seu comportamento, porque para isso é necessário aprender a esperar, a observar e apreciar o que a rodeia, a descobrir novas formas de se expressar, a relacionar-se com o outro, a identificar e regular o que sente, o que gosta, o que quer, crescendo e consolidando a sua autonomia. A melhor forma de ajudar a criança neste processo será sempre com a implicação do corpo e da relação, com a contenção do colo, do toque, da melodia da voz e da palavra.

Passamos demasiadas horas em frente aos écrans, em atividades que têm tanto de “viciante” como de sedentário e até de individualismo. Atividades que estão sempre disponíveis, que para as realizar basta carregar no “on”, atividades em que o corpo não é exercitado. Onde fica a energia de um corpo que se quer dinâmico e ativo? Só um corpo ativo consegue acalmar, sentar e focar a sua atenção para ver e ouvir o professor. As atividades de ecrã, embora possam implicar o outro, e até gerar aproximações, fazem-no de forma virtual e não física, em que é indiferente que o outro esteja ao nosso lado ou que esteja a vários quilómetros de distância. Quando se vive neste individualismo, e até alheamento, perdemos o toque, o abraço, o olhar, o piscar de olho, o viver em conjunto, a cumplicidade, a empatia, a capacidade de “ler” as expressões faciais e a postura dos outros, tão necessárias para o desenvolvimento de competências sociais, imprescindíveis para o sucesso pessoal e profissional.

Perante as exigências laborais na nossa sociedade, que deixam pouca disponibilidade para a vida em família, e a fragilidade das redes de suporte na comunidade, as crianças passam cada vez mais tempo na escola em atividades estruturadas, reduzindo no tempo para a brincadeira livre, para a exploração da natureza e da cidade, o que limita o sentimento de pertença a uma

comunidade e cultura. Se uma criança vive a sua cidade apenas deslocando-se de carro, dificilmente se sentirá parte dela e o seu domínio do espaço será decerto limitado.

Na intervenção psicomotora acreditamos na importância que o corpo tem para a aprendizagem. Somos um todo. Somos um corpo que age, pensa e sente e é através deste que aprendemos e apreendemos todo o conhecimento. É viver, experimentar, errar e tentar de novo que nos permite passar do concreto para o teórico, do real para o simbólico.

Para aprender é tão importante a memorização como a criatividade, a resolução de problemas, o sentido crítico, a capacidade de expressão e comunicação e a capacidade reflexiva.

O conhecimento de si próprio, dos seus limites e das suas capacidades e o desenvolvimento de competências cooperativas e de resolução de conflitos são a base para a auto-confiança na relação com o outro, necessária para a conquista da aprendizagem.

A aprendizagem implica o desenvolvimento da autonomia e do sentido de responsabilidade, que só será possível se o adulto acreditar e confiar na criança, respeitando o seu ritmo de desenvolvimento e dando-lhe liberdade para crescer.

Na psicomotricidade olhamos a criança desta forma, como um todo, corpo e pensamento, entre os contextos familiar, social, educativo e de saúde. A intervenção é reeducativa e terapêutica e é dirigida a crianças cujo desenvolvimento e/ou a aprendizagem estão, de alguma forma, comprometidas. Pode ocorrer em grupo ou em apoio individual, consoante a problemática. Quando existe uma perturbação específica ou preocupações com o desenvolvimento ou aprendizagem é importante que procure a ajuda de um técnico especializado.

Assim, educar é procurar equilíbrios entre o sonho e a realidade, entre a teoria e a prática, entre a liberdade e a proteção. Também nesta questão, entre o viver virtual e o viver real, há um equilíbrio a encontrar, no sentido de um desenvolvimento pessoal e social saudável. Cabe tudo no nosso mundo, o importante é fazer escolhas conscientes e ir desenhando um caminho.

