

MOVIMENTALIZANDO O AMOR – A PRÁTICA DA EMPATIA



A sociedade contemporânea vem apresentando rápidas mudanças de comportamento, sendo facilmente observada a deterioração dos relacionamentos pessoais. Os excessivos compromissos, a superficialidade nas relações as quais afastam os contatos mais diretos levando à indiferença que corrói as relações tornando-as menos equilibradas e humanas.



A sociedade moderna dita padrões considerando-os superiores e ideais, levando ao julgamento àqueles que não se enquadram no que é socialmente determinado. Dessa forma, o indivíduo torna-se cada vez mais carentes de emoções verdadeiras, apresentam visão superficial dos fatos dificultando suas relações pessoais gerando doenças que poderiam ser evitadas num ambiente mais saudável.

Sendo assim, é imprescindível que a escola também oportunize o desenvolvimento da inteligência socioemocional através de atividades que promovam maior capacidade de compreensão, de auto conhecimento, de auto aceitação e prática da empatia!

Nos estudos da neurociência contemporânea, a empatia é considerada uma inteligência emocional e pode ser dividida em dois tipos: **a cognitiva** que é a capacidade de compreender as perspectivas psicológicas do outro; **e a afetiva** que é a habilidade de experimentar os sentimentos alheios a partir da observação.

Sem esse sentimento, sobra intolerância, violência, bullying, crimes de ódio... Portanto, é preciso ter empatia para entender que não existem verdades absolutas e sim diferentes pontos de vista. Anita Nowak, da Universidade McGill de Montreal afirma que tal sentimento é a chave para a sobrevivência da raça humana:

“ Como seres humanos somos cheios de falhas, nossa tendência é empatizar com pessoas parecidas conosco. Assim, desconhecidos em outras situações inspirariam menos empatia. É algo que deve ser superado se quisermos nos libertar da mentalidade “nós contra eles”, muito presente na sociedade hoje. Esse tipo de pensamento está por trás de cada grande guerra e cada pequena disputa. Se aprendemos a empatizar melhor uns com os outros, alcançaríamos a paz”

É nesta perspectiva que o Colégio PLANTE segue com seu projeto “Movimentalizando” – através da prática da empatia, buscando desenvolver em nossos alunos a manutenção desta emoção fundamental às relações interpessoais. Então nosso tema bimestral: **MOVIMENTALIZANDO O AMOR ... PRATICANDO A EMPATIA estará em foco!**

As turmas continuarão trabalhando nos grupos formados no 1º BIMESTRE em nossa gincana cultural, fortalecendo a habilidade em se relacionar com as mais diversas personalidades. Serão realizados, ainda, palestras e debates aprofundando o tema que deverá ser levado à luz do conhecimento de todos com a parceria de amigos.

Para que todos possam, de acordo com suas habilidades, compreender e desenvolver tal sentimento, as equipes deverão realizar as atividades descritas abaixo e apresentá-las na culminância do projeto bimestral que acontecerá no dia 19 de Junho a partir de uma mostra de vídeos. Atente-se... **cada equipe deverá preparar atividades que destacamos abaixo:**

- **Vídeo 1** – cada equipe dará continuidade na instituição adotada no 1º bimestre, devendo haver uma vivência no local, proporcionando a todos a troca de experiências e compartilhamento de emoções. Esta vivência deverá ser filmada para realização de um documentário, que será exibido na culminância do projeto.
- **Vídeo 2** – Entrevista com famílias: a equipe deverá eleger uma família que possui em seu meio um membro que necessite de cuidados especiais (idosos, enfermos, pessoas com necessidades especiais...) para realização de uma entrevista abordando as habilidades precisas para este tipo de cuidado.
- **Vídeo 3** – Entrevista com ex-aluno: deverá ser entrevistado um aluno formado pelo colégio para apresentação de sua vivência no PLANTE e seu preparo para o exercício de sua cidadania e sua prática profissional promovendo a empatia com os atuais estudantes do colégio.
- **Oficina de artes** – deverá ser confeccionado um presente da equipe para os membros da instituição escolhida. A orientação para confecção do mesmo será realizada pela professora de artes Andrea em oficinas previamente informadas pela coordenação.
- **Mural e relatório** – cada equipe deverá preparar um mural contendo fotos, vivências oferecidas pelo colégio, textos explicativos a respeito da temática e trabalho realizado. Será considerada a estética do mural, sua profundidade no tema e criatividade. Além disso, deverá ser realizado um relatório por equipe sobre as atividades realizadas.

Todos os alunos deverão se encaixar em uma das atividades solicitadas. Para isso, os professores orientadores direcionarão os trabalhos. Lembramos que, além da oportunidade em vivenciar estas práticas que acreditamos mudar nossas relações sociais, o projeto compõe 40 pontos da média bimestral, portanto é fundamental a participação de todos os estudantes.

Atenciosamente,

Coordenação.