

## Ansiedade e impaciência: cânceres sociais na Educação e Relações Humanas

ANTONIO MENDES DA SILVA FILHO\*

*“We are what we repeatedly do. Excellence then, is not an act, but a habit.”*

Aristóteles

Os hábitos dizem muito da natureza humana e podem ajudar ou dificultar a formação humana. Aristóteles nos ensina a entender a natureza humana quando diz que “somos aquilo que fazemos repetidamente”. Hábitos consistem de padrões comportamentais realizados costumeiramente, frutos da frequente repetição de atos. Portanto, hábitos constituem traços que seres

humanos podem desenvolver ao longo da vida. Os hábitos ajudam a compreender a natureza humana, pois eles os acompanham ao longo da vida como virtudes ou defeitos. Mas, a virtude torna-se em vício se mal aplicada. Este artigo explora e discute hábitos, cânceres sociais, que têm afetado a educação e relações humanas. [1], [2], [3] e [4].<sup>1</sup>



### Educação e hábito humanos

A educação não é um objetivo, mas um processo, o qual é construída ao longo da existência da pessoa. Observa-se, contudo, que a educação dos jovens, pertencentes ao ensino fundamental e médio e, principalmente, a educação superior encontra-se num estado de deterioração. Por que?

Uns podem dizer que é culpa dos educadores enquanto outros diriam isso decorre da ousadia, falta de medo e até falta de limite dos jovens e crianças. O que se tem observado em escolas e IES (Instituições de Ensino Superior), como universidades e faculdades, é que alunos costumam reclamar das aulas, chamando-as desinteressantes e

tediosas. Serão as aulas tão desinteressantes assim?

Por outro lado, pessoas encarregadas de pensar e sistematizar a educação lotadas nas secretarias municipais e estaduais de educação, bem como no próprio ministério, além de dirigentes de IES's defendem que a solução vem com o uso da tecnologia como forma de atrair a atenção e interesse dos jovens, resolvendo assim o problema. Será que entregar um tablet ou notebook ou qualquer outro gadget a um jovem é a solução do problema?

Não considero a tecnologia como a solução do problema. A tecnologia ajuda, mas ela é nada mais do que uma ferramenta que auxilia na construção do conhecimento e da educação.

Educar não é prover nem sugerir links, group name (nomes de grupo), hashtags em determinadas aplicações, nem ser 'seguido' pelos alunos. Educação é um processo e, portanto, requer tempo, requer treinamento, dedicação, atenção e interesse, tanto do educador quanto do aluno. Por um lado, o professor ou educador deve ter o cuidado e interesse nos alunos e o aluno o interesse e atenção no momento da educação (ensino).

Entretanto, há mais de década, observa-se que o ritmo frenético no qual as pessoas vivem tem afetado seu cotidiano nesse mundo moderno. Elas vivem cada vez mais sobrecarregadas de informações oferecidas aos sentidos das mais variadas formas, além de terem pensamento acelerado, resultando em ansiedade. Trata-se de uma espécie de desequilíbrio comportamental que tem afetado as pessoas individualmente e coletivamente. Para melhor entender a impaciência, ansiedade e desequilíbrio no comportamento humano no mundo

moderno, faça um teste, buscando responder as seguintes questões:

- Você espera sem reclamar ou sem usar smartphone em fila de banco?
- Você espera sem buzinar ou sem usar smartphone em um engarrafamento?
- Você permanece com atenção ou sem usar smartphone em sala de aula?
- Você permanece concentrado ou sem usar smartphone em reunião?

A maioria das questões têm resposta não das pessoas. Com os jovens, não é muito diferente, e pode-se afirmar que até se acentua. Os jovens buscam ansiosamente novos e mais estímulos para excitar suas emoções. E, quando não conseguem, o que fazem? Eles ficam irritados, inquietos, agitados. Eles podem não perceber, mas estão 'drogados', estão viciados. E, já que a dose de estímulos não é mais suficiente, já não mais lhe satisfazem, eles precisam aumentar a dose, i.e., mais e/ou novos estímulos.

Qual o resultado de tudo isso para os (jovens) alunos?

Isso acarreta em dificuldades no aprendizado e concentração, resultando por um lado desinteresse e por outro a ansiedade de superar aquele momento. O que se pode observar nos alunos e jovens em geral é inquietude e agitação. Esses dois traços comportamentais fazem parte do que é denominado por psicólogos e psiquiatras como SPA (Síndrome do Pensamento Acelerado).

Dentro desse contexto, poucos educadores (e professores) estão preparados para lidar com esses problemas. Eles, os educadores, têm conhecimento da área e disciplinas

deles. Mas, é preciso saber como educar a emoção. As pessoas, via de regra, não têm paciência de esperar, de treinar, de dedicar longo período de tempo a uma atividade. Aprender a tocar piano é lindo, mas é uma atividade que requer dedicação, concentração, interesse e longo período de estudo. O violão que é instrumento mais fácil de se aprender a tocar requer menos tempo, mas nem por isso, aprende-se num passe de mágica. E, o que se observa são pessoas inquietas, insatisfeitas quando não frustradas diante das dificuldades encontradas, como se não fossem para ter qualquer dificuldade. As pessoas e, principalmente, os jovens têm dificuldades em expressar suas frustrações.

É preciso educar a emoção e desacelerar. Perceba que desaceleração, atenção imersiva são ingredientes importantes para reduzir a distração a sobrecarga de estímulos e inclinação para ansiedade. Note que a desaceleração constitui uma ferramenta importante em ajudar o ser humano a lidar com ansiedade e a domar a impaciência. Para tanto, faz-se necessário disposição, compromisso e interesse no bem-estar humano. Perceba que nenhuma tarefa ou empreendimento é fácil nessa jornada chamada vida. Isso vale para todas as pessoas e, mais ainda, para os jovens. Há problemas, dificuldades e decepções ao longo da jornada, o que é natural. Aqueles que desejam seguir adiante (na vida ou em qualquer empreendimento) precisam aprender a superar essas vicissitudes e continuar a caminhar. Os problemas e dificuldades ensinam e servem para transformar as pessoas, assim como o fogo purifica o ouro.



\* **ANTONIO MENDES DA SILVA FILHO** é Doutor em Computação (UFPE).

<sup>1</sup> [1] *Intelecto Humano: Liderança Requer Compromisso e Compleição*, disponível em <http://www.periodicos.uem.br/ojs/index.php/EspacoAcademico/article/view/13040/6859>

[2] *Por que projetos falham?*, disponível em <http://periodicos.uem.br/ojs/index.php/EspacoAcademico/article/view/24092/13130>

[3] *Criatividade em ação: dados, determinação e desejo na tomada de decisão e solução de problemas*, disponível em <http://www.espacoacademico.com.br/081/81amsf.htm>

[4] *O valor da criatividade no ambiente corporativo*, disponível em <http://www.espacoacademico.com.br/051/51silvafilho.htm>