



# APRENDIZAGEM PARA CORAÇÕES E MENTES

**Por que é importante aprender com o coração e com a mente?**  
**Dia 01**

**Gaia<sup>+</sup>**



**SEE** Educating the  
Heart & Mind  
**LEARNING**



**Lista de presença**



# Checagem

Qual sua intenção de estar aqui?

Rodrigo Ruschel

Flávia Lima

Sayuri Morinaga

Valentin Conde

Eduardo Pacífico





# Conhecendo a nossa comunidade

## Duas verdades e uma “mentirinha”

- Pense em duas afirmações verdadeiras sobre você (ex. já fiz dança de salão, gosto de jiló)
- Agora pense em uma afirmação falsa sobre você
- O jogo acontece em ordem alfabética
- Fale as três afirmações (2 verdadeiras e 1 falsa) na ordem que quiser
- Os outros jogadores devem tentar adivinhar qual é a afirmação falsa

# O que é inegociável para nós?

- Esteja presente (como no presencial)
- Pontualidade
- Câmeras ligadas\*
- Microfones desligados\*
- Falas sucintas (até um minuto)
- Levantar a mão para pedir a palavra (ferramenta do Zoom)
- Respeito à diversidade
- Preenchimento da avaliação pré e pós encontro no Forms (valendo presença)
- Ficaremos na sala por 10 minutos após o término do encontro para tirar dúvidas.

\*Salvo exceções

# Trabalhos em grupo

- Atribuição aleatória por encontro (duplas/trios/quartetos/etc)
- Sempre há uma tarefa
- Todos devem ter espaço para falar
- Fiquem atentos com o tempo
- Estejam preparados para compartilhar na volta (nem todos falarão)



**Por que uma aprendizagem  
para corações e mentes?**



# Uma ética para chamar de nossa...

Um jovem estadunidense foi para um pequeno povoado da África do Sul como voluntário em um programa para ajudar os países do chamado “Terceiro Mundo”. Ele se dispôs a dar aulas de ginástica. Certo dia levou uma caixa de guloseimas e convidou seus jovens alunos a disputar uma corrida. Assinalou uma árvore que estava a pouco mais de cem metros e disse: “Estão vendo aquela árvore ali? Vou contar ‘um, dois, três’ e vocês começarão a correr na direção dela. Quem chegar primeiro ganhará os doces. Dito e feito. Os jovens se alinharam e finalizada a contagem deram-se as mãos e correram juntos: queriam dividir o prêmio. Sua felicidade era a felicidade de todos”

Extraído e adaptado do livro *O espírito da política* de Raimon Panikkar

Que valores vocês acham que estiveram presentes na cultura na qual eles cresceram?



# Ubuntu: Eu sou porque nós somos

Como podemos “ubuntar” juntos em nossos ambientes de convívio?

Criar um espaço seguro e que favorece a gentileza.



# Conectando com a Compaixão...

1. Busque por um objeto que represente Compaixão para você. Você também pode resgatar uma memória positiva relacionada à Compaixão.



# Conectando com a Compaixão...

1. Busque por um objeto que represente Compaixão para você. Você também pode resgatar uma memória positiva relacionada à Compaixão.
2. Por que esse é um objeto ou uma memória de Compaixão para você?
3. Quais sensações e sentimentos surgem quando você se conecta com esse objeto/memória de compaixão?





# ***Teko Porã***

Termo guarani

“belo caminho”

“bem viver”

Oportunidade para construir  
coletivamente novas formas de vida



**Intervalo Relâmpago!**  
Bora dar uma esticada?



APRENDIZAGEM PARA  
CORAÇÕES E MENTES



SEE Educating the  
Heart & Mind  
LEARNING

Programa de aprendizagem **social, emocional e ética** para a **educação básica** com o objetivo de fortalecer a compaixão, a autoconsciência e o engajamento social de crianças, adolescentes, jovens e adultos.



EMORY  
UNIVERSITY



Center for Contemplative Science  
and Compassion-Based Ethics

DOMÍNIOS

DIMENSÕES

CONSCIÊNCIA

COMPAIXÃO

ENGAJAMENTO

PESSOAL



Atenção e  
Autoconsciência



Autocompaixão



Autorregulação

SOCIAL



Consciência  
Interpessoal



Compaixão  
pelos Outros



Habilidades de  
Relacionamento

SISTÊMICO



Compreendendo a  
Interdependência



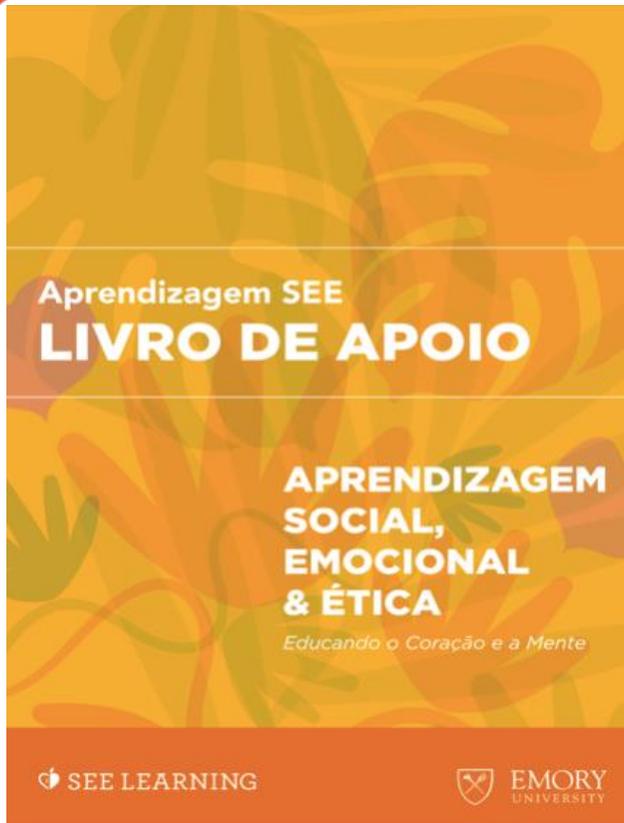
Reconhecendo  
a Humanidade  
Compartilhada



Engajamento  
Local e Global

# Componentes e Objetivos

Livro de apoio – pg. 25



Livro de Apoio com matriz conceitual,  
base teórica e guia de implementação

Material completo para  
docentes



Onde acessar nossos materiais?

<https://www.fiquebem.org.br/seelearningmateriais>



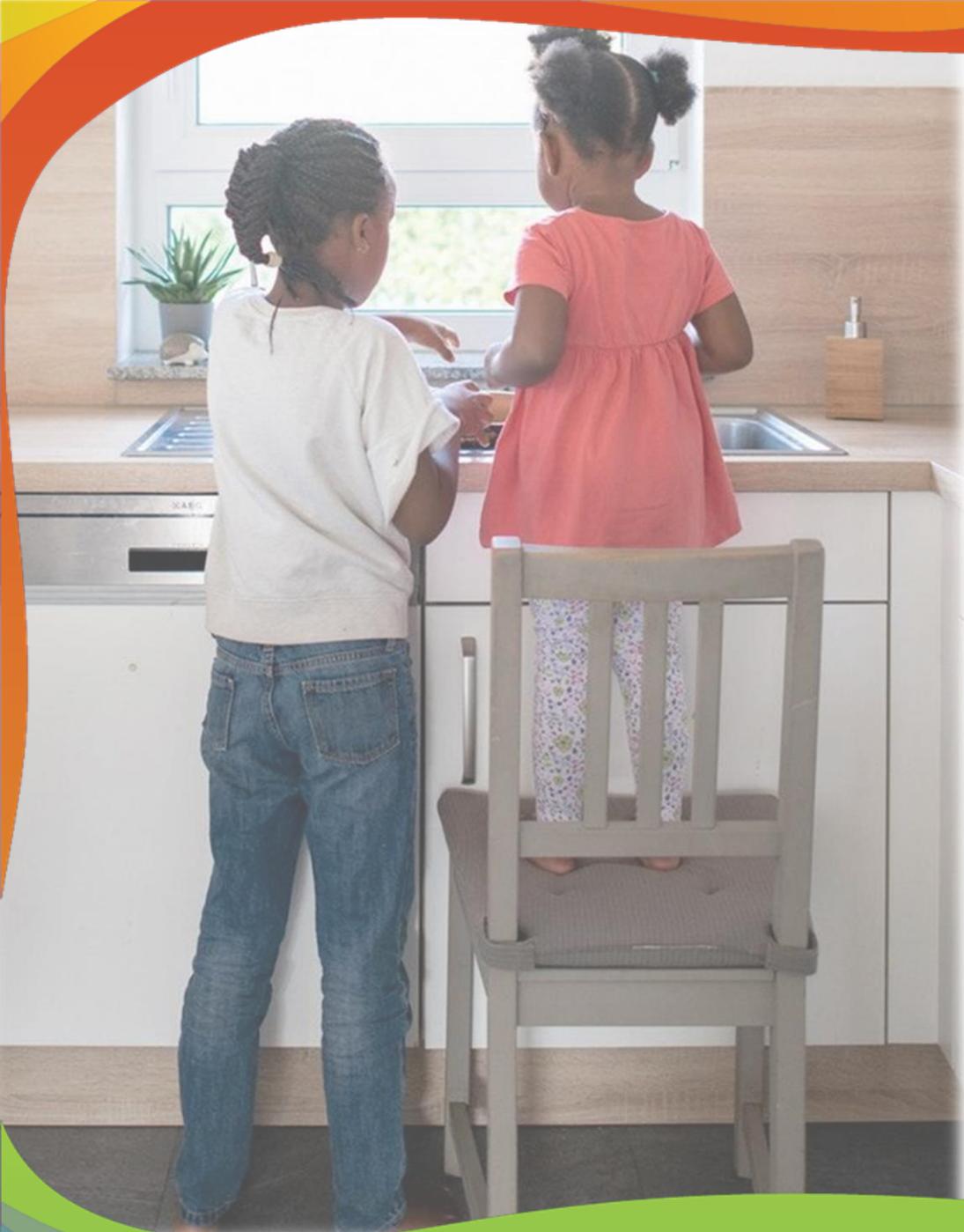
# Lista de presença

Responder os questionários  
pré e pós-encontro

# Aprendendo pelo afeto

Aprendizagem **Socioemocional**

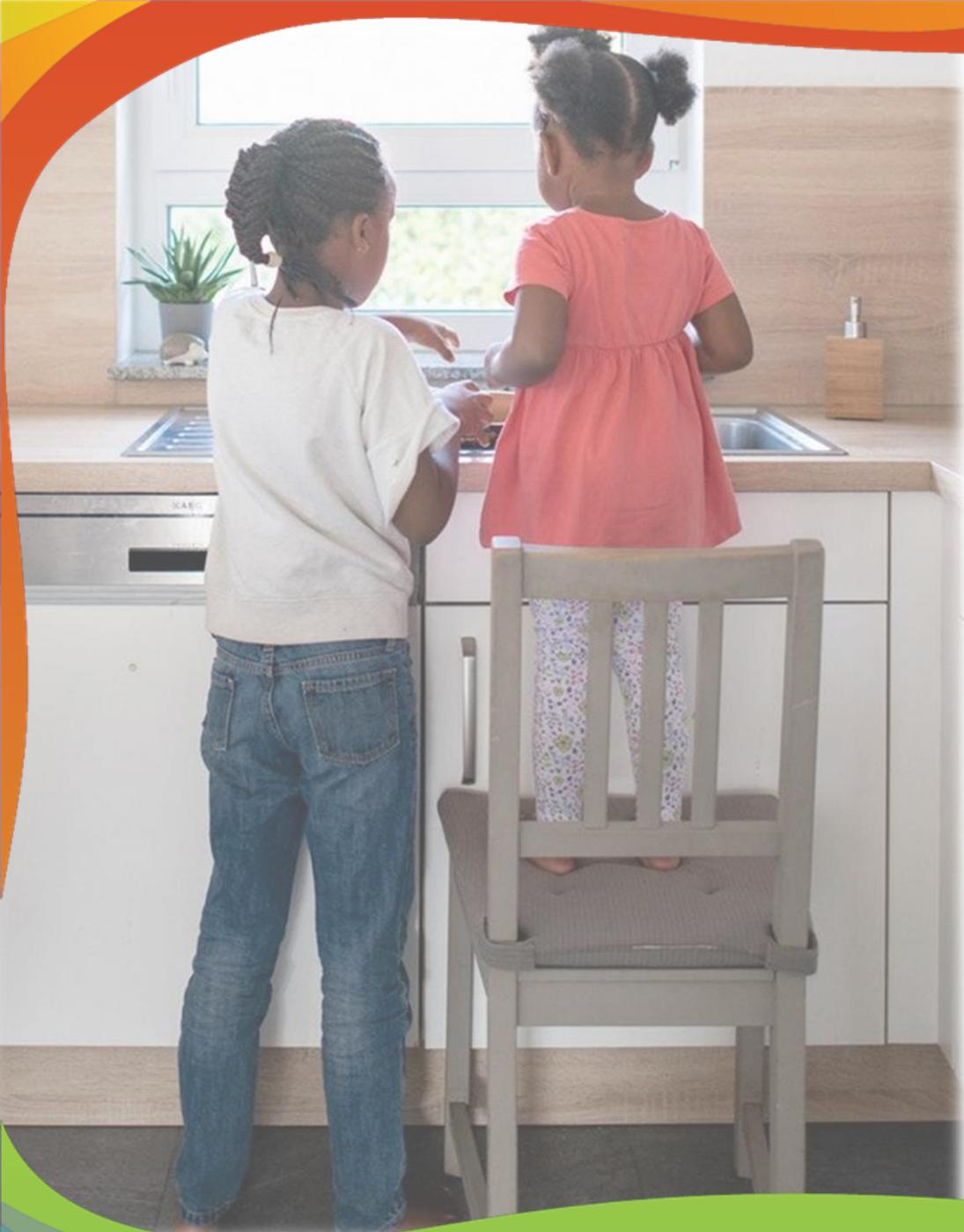




# Aprendendo pelo afeto

## Aprendizagem

Envolve processo coletivo e com protagonismo no ato de aprender



# Aprendendo pelo afeto

## Aprendizagem

Envolve processo coletivo e com protagonismo no ato de aprender

## Social

Cuidado com contexto onde se aprende



# Aprendendo pelo afeto

## Aprendizagem

Envolve processo coletivo e com protagonismo no ato de aprender

## Social

Cuidado com contexto onde se aprende

## Emocional

Cuidado com a condição do sujeito que aprende



# Aprendendo pelo afeto

A harmonia/coerência entre  
as dimensões

**Social & Emocional**

deve gerar uma

**Ética  
Universal**



# Uma ideia nativa!

“É preciso ousar, no sentido pleno desta palavra, para falar em amor sem temer ser chamado de piegas, de meloso, de a-científico, senão de anti-científico. É preciso ousar para dizer, cientificamente e não bla-bla-blantemente, que estudamos, aprendemos, ensinamos, conhecemos com o nosso corpo inteiro. Com os sentimentos, com as emoções, com os desejos, com os medos, com as dúvidas, com a paixão e também com a razão crítica. Jamais com esta apenas. É preciso ousar para jamais dicotomizar o cognitivo do emocional”.

Paulo Freire, em *Professora, sim; tia, não – cartas a quem ousa ensinar* de 1997



# Práticas de autocuidado

Vamos conversar sobre nossas novas  
rotinas de autocuidado?







**BEM-ESTAR** – a base de toda prática de autocuidado



**FOCO** – manter a atenção no objeto escolhido

**BEM-ESTAR** – a base de toda prática de autocuidado



**CLARÃO** – enxergar com nitidez e coragem

**FOCO** – manter a atenção no objeto escolhido

**BEM-ESTAR** – a base de toda prática de autocuidado

# Práticas de autocuidado

Bora fazer?

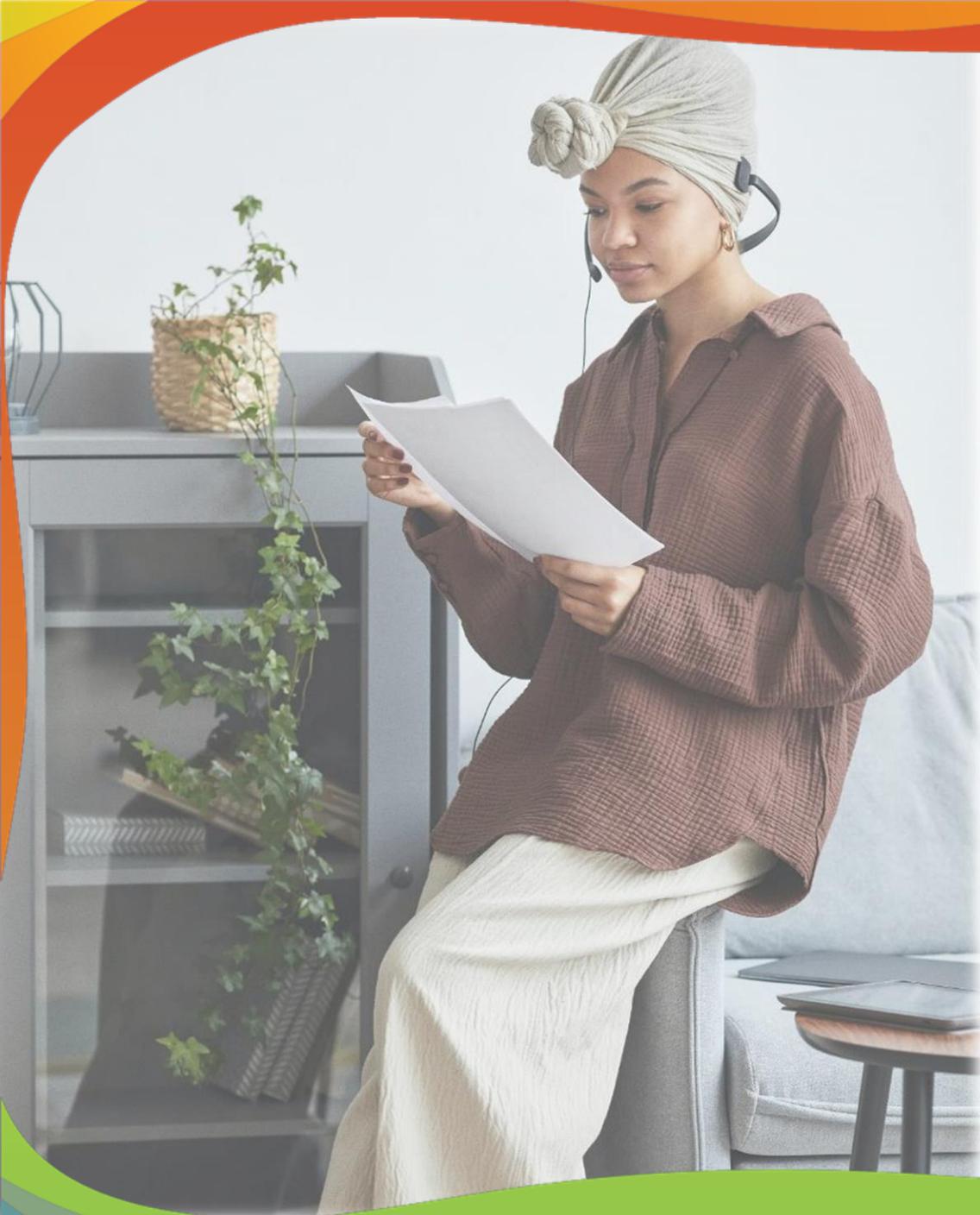


# Materiais assíncronos

1. Prática de Autocuidado (3x semana ou +)
2. Desafio da semana (avisaremos!)
3. PDF
4. Vídeo

Em ordem de prioridade





# Veja no PDF

Aprofundando  
Competências socioemocionais  
+  
Competências cognitivas



# Vídeo



Apenas respire  
por Julie e Josh Salzman

# Reflexão

E aí, conseguimos  
ampliar a pergunta?

Por que é importante aprender  
com o coração e com a mente?



“A utopia está lá no horizonte. Me aproximo dois passos, ela se afasta dois passos. Caminho dez passos e o horizonte corre dez passos. Por mais que eu caminhe, jamais alcançarei. Para que serve a utopia? Serve para isso: para que eu não deixe de caminhar.”

*Fernando Birri, citado por Eduardo Galeano in ‘Las palabras andantes?’ de Eduardo Galeano. publicado por Siglo XXI, 1994.*

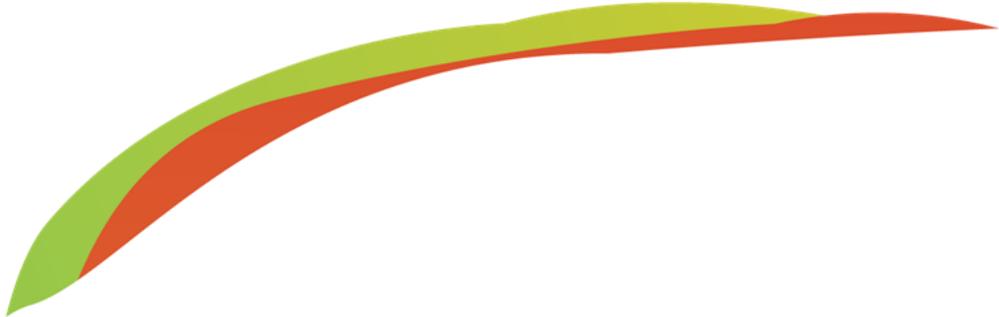




# Fechamento

Dedicando nosso encontro de hoje...





# Questionário pós-encontro





**Grupo de Whatsapp**





# APRENDIZAGEM PARA CORAÇÕES E MENTES



## Até o próximo encontro!

Realização:



[gaiamais.org](http://gaiamais.org)

[@gaia\\_mais](https://www.instagram.com/gaia_mais) 

[@ong.gaiamais](https://www.facebook.com/ong.gaiamais) 

Apoio:



Center for Contemplative Science  
and Compassion-Based Ethics

EMORY UNIVERSITY

[compassion.emory.edu](http://compassion.emory.edu)

[@emorycompassion](https://www.facebook.com/emorycompassion) 