

Filosofia, literatura e meditação para crianças: uma proposta voltada para o desenvolvimento da consciência crítica e do gerenciamento emocional

Philosophy, literature and meditation for children: a proposal focused on the development of critical consciousness and emotional management

Eugênia Ribeiro Teles

Universidade Estadual da Paraíba, João Pessoa, PB, Brasil

Gilmara Coutinho Pereira

Universidade Estadual da Paraíba, João Pessoa, PB, Brasil

Resumo

Este trabalho busca argumentar em favor de um programa interdisciplinar, que pode ser denominado de “Oficinas de Filosofia, Literatura e Meditação para crianças”, como um componente complementar na formação educacional das crianças. Com efeito, a adesão a esse componente propende a uma tentativa de melhorar a formação educacional, abrangendo tanto o âmbito intelectual quanto o emocional dos discentes. Sabendo-se que a Filosofia é uma área de conhecimento que se faz essencial para o desenvolvimento do pensamento crítico e sabendo-se que a Literatura, filosófica ou não, é uma das vias que nos aporta as novas possibilidades reflexivas, então a junção dessas duas disciplinas oferece um terreno fértilíssimo de desenvolvimento intelectual. Mas, diante das nuances que permeiam a formação do ser humano, não se pode atribuir menor atenção ao desenvolvimento emocional. Dessa forma, ressalta-se a importância da utilização da meditação para que se possa desenvolver algumas competências tais como: o aumento da atenção e da consciência atenta, a capacidade de compreender e gerenciar as emoções, desenvolvimento das competências relacionais, entre outras. Diante disso, pretende-se argumentar que essas oficinas têm muito a contribuir para o aprimoramento humano em sua formação educacional.

Palavras-chaves: criatividade; crítica filosófica; educação; inteligência emocional.

Abstract

The purpose of this paper is to argue for a multidisciplinary program, which can be called “Philosophy, Literature and Meditation Workshops for Children” as a complementary component in the educational training of children. In fact, adherence to this component is an attempt to improve the educational attainment, encompassing both the intellectual and emotional domains. It is known that Philosophy is an area of knowledge that becomes essential for the development of critical thinking. It is also known that Literature, philosophical or not, is what brings us to new reflective possibilities, so the junction of these two disciplines can offer a very fertile ground for intellectual development. However, facing the nuances that pervade the construction of the human being it cannot be given less attention to the emotional development. In this way, there are evidence about the importance of the use of meditation to develop some competences such as attention and awareness, ability to understand and manage emotions, development of relational skills, among others. Given this, it is intended to argue that these workshops have much to contribute to human improvement in their educational training.

Keywords: creativity; philosophical criticism; education; emotional intelligence.

Informações do artigo

Submetido em 10/01/2024

Aprovado em 06/09/2024

Publicado em 15/09/2024



<https://doi.org/10.25247/P1982-999X.2024.v24n3.p152-171>



Esta obra está licenciada sob uma licença [Creative Commons CC BY 4.0](https://creativecommons.org/licenses/by/4.0/)

Como ser citado (modelo ABNT)

TELES, Eugênia Ribeiro; PEREIRA, Gilmara Coutinho. Filosofia, literatura e meditação para crianças: uma proposta voltada para o desenvolvimento da consciência crítica e do gerenciamento emocional. *Ágora Filosófica*, Recife, v. 24, n. 3, p. 152-171, set./dez. 2024.

1 INTRODUÇÃO

Diversos são os desafios da educação no Brasil. Um desses é que a educação, conforme é praticada, ainda não prioriza verdadeiramente o ensinar a pensar como parte indispensável e essencial do processo ensino-aprendizagem. Trata-se, em geral, de uma educação que não estimula as crianças a desenvolverem um pensamento autônomo, criativo e muito menos a desenvolverem uma capacidade crítico-analítica. Normalmente, quando falamos no processo educativo de nossas escolas (privadas ou públicas) na perspectiva tradicional, vem à mente uma sala de aula com as carteiras dispostas em um plano cartesiano, um professor posicionado na frente tentando atrair para ele a atenção dos alunos, os quais estão dispostos a receberem passivamente os conteúdos. Nesse sentido ele, o professor, é o detentor do conhecimento que será passado para o aluno. Por outro lado, o aluno recebe o conhecimento como se fosse a verdade inquestionável, e guarda-o para recontá-lo nas avaliações a que será submetido. Essas avaliações possuem a finalidade de mensurar a capacidade do aluno de compreensão e armazenamento do conhecimento passado, mas não abre espaço para a argumentação e o questionamento dos conteúdos. Compreende-se, dentro dessa lógica explicadora¹ do ensino tradicional, que há uma hierarquia de inteligência – segundo Rancière, em *O mestre ignorante*, existe uma inteligência inferior, a do aluno, e uma superior, a do professor. Nessa perspectiva:

O procedimento próprio do explicador consiste nesse duplo gesto inaugural: por um lado, ele decreta o começo absoluto – somente agora tem início o ato de aprender; por outro lado, ele cobre todas as coisas a serem aprendidas desse véu de ignorância que ele próprio se encarrega de retirar (Rancière, 2015, p. 24).

Dessa forma, como bem coloca Paulo Freire, a tônica da educação é a narração, ou seja, um constante contar e recontar das coisas (Freire, 1996, p. 57). Se o educador é aquele que sabe e os alunos são os que estão ali para aprender, cabe ao educador passar o conhecimento, deixando de existir assim, um processo de construção do conhecimento. Dessa forma, nessa experiência educativa predomina o que Freire chama de educação bancária, ou seja: “quanto mais se exercitem os

¹ Essa lógica explicadora também pode ser chamada, Segundo Rancière (2015, p. 31), de “princípio do embrutecimento”: “Há embrutecimento quando uma inteligência é subordinada a outra inteligência”.

educandos no arquivamento dos depósitos que lhes são feitos, tanto menos desenvolverão em si a consciência crítica de que resultaria a sua inserção no mundo, como transformadores dele, como sujeitos” (Freire, 1996, p. 58).

Apesar de reconhecermos as limitações que a educação em geral apresenta e concordarmos com muitas das colocações de Paulo Freire, nosso objetivo aqui não é de propor mais uma teoria da educação, mas sugerirmos práticas que possam melhorar o modo de educar as crianças, até porque: “A informação pode ser transmitida, as doutrinas podem ser inculcadas, os sentimentos podem ser compartilhados – mas os significados têm de ser descobertos. Não podemos ‘dar’ os significados às outras pessoas” (Lipman, Sharp, Oscanyan, 2014, p. 24).

Nesse intento, desejamos argumentar que o acréscimo de práticas baseadas em oficinas de filosofia, literatura e meditação podem contribuir de forma efetiva no melhoramento dos paradigmas educativos vigentes. Essas melhorias repercutem no desenvolvimento de uma consciência crítica, do pensamento criativo, no estímulo e o apreço pela leitura, bem como uma educação também voltada para a dimensão emocional; afinal, o ser humano não é apenas intelecto. Nessa perspectiva, a meditação pode ajudar aos educandos a desenvolverem a atenção plena e lidarem de forma construtiva com suas emoções. A partir disso, pretendemos defender a ideia de que esses três domínios de estudos (Filosofia, Literatura e Meditação), ao fazerem parte de forma sistemática e planejada da prática educativa das crianças, podem contribuir para suas formações como seres humanos mais conscientes, críticos, atentos, menos estressados e mais felizes.

Partindo desse pressuposto, precisamos clarificar que a junção da filosofia com a meditação para as crianças é uma proposta que vem sendo desenvolvida em alguns países como Canadá, França, Estados Unidos, Portugal, entre outros. Essas atividades enquadram-se como atividades complementares que visam desenvolver e aprimorar a capacidade de bem pensar das crianças e dos adolescentes. Suas bases são primordialmente a reflexão e a criticidade, bem como o desenvolvimento das habilidades de melhor concentração e de um melhor gerenciamento das emoções para serem aproveitadas de forma mais construtiva. A essa junção, achamos de suma importância acrescentarmos a literatura, uma vez que ela é a base através da qual podemos construir as discussões e reflexões filosóficas.

A literatura infanto-juvenil geralmente apresenta conteúdos com intuito de passar uma mensagem, ou de propiciar algum aprendizado. Em uma perspectiva

ingênua, podemos dizer que naturalmente os livros causam influências nos seus leitores. Então, uma pergunta assaz pertinente é até que ponto as crianças e adolescentes tendem a acreditar no que está escrito nos livros por falta de uma postura crítica-reflexiva? No ano de 2017, um parecer técnico da Secretaria de Educação Básica (SEB), levou o MEC a recolher 93 mil exemplares do livro paradidático *Enquanto o sono não vem*, distribuídos pelo Programa de Alfabetização na Idade Certa (Pnaic)². Nesse livro, existe um conto que conta a história de um rei que queria se casar com a própria filha. Como a filha não aceitou a proposta do pai, ela foi trancafiada na torre do castelo. Em um primeiro momento, podemos pensar que esse conto estimula a prática do abuso, do incesto e da pedofilia, nos remetendo a uma situação de escândalo e indignação. Foi o que aconteceu. Muitos professores protestaram quanto ao uso desse livro; em algumas cidades chegou a ser recolhido das escolas. Essa situação nos incita uma questão: o problema está realmente no conteúdo do livro ou na forma como ele pode ser trabalhado? Se partimos do pressuposto de que nossas crianças e adolescentes não possuem bem desenvolvidas suas capacidades críticas, o uso desse livro pode realmente engendrar muitos problemas para o público que o recebe de forma acrítica.

Mas, por outro lado, se a capacidade crítica do público que lerá esse livro estiver bem desenvolvida, ele terá discernimento para compreender que não é o fato de uma história ter sido narrada em um texto que a torna verdadeira, correta e aceitável. Além disso, esse conto poderia ser trabalhado evidenciando-se o absurdo da situação, pois a conscientização das crianças ajudaria na prevenção de possíveis abusos aos quais muitas crianças se deparam no seio da própria família. Ao nosso ver, é mister para a formação das crianças e adolescentes o desenvolvimento dessa postura crítica não apenas diante da literatura, mas em relação aos vários âmbitos da vida, por isso, uma possibilidade para que possamos desenvolver essa habilidade crítica é através da filosofia.

A ideia de filosofia para as crianças surgiu na década de 60 do século passado com o filósofo e educador estadunidense Matthew Lipman, que criou o programa “Filosofia para Crianças: educação para o pensar”, o qual foi aos poucos se constituindo como um novo paradigma de educação. Para ele, é primordial que a

² Com base em parecer técnico, MEC recolhe das escolas o livro 'Enquanto o sono não vem'. 08 jun. 2017. Disponível em: <<http://portal.mec.gov.br/ultimas-noticias/211-218175739/50011-mec-recolhe-das-escolas-o-livro-enquanto-o-sono-nao-vem>>. Acessado em: 05 de janeiro de 2023.

criança aprenda a pensar, a refletir e a investigar, e não apenas a memorizar os conteúdos. Ele desenvolveu essas ideias baseado em dois grandes pensadores: Dewey e Vygotsky. Sua motivação maior em contribuir para que as crianças desenvolvessem a habilidade de bem raciocinar ocorreu quando ao lecionar na *Columbia University*, ele observou que seus alunos tinham dificuldade em raciocinar bem (Dinis, 2011, p. 01). Assim, Lipman procurou desenvolver a habilidade do raciocínio nos seus discentes através do ensino dos fundamentos da lógica.

A perspectiva de que as crianças têm a capacidade de pensar abstratamente desde cedo, contribuiu para sua convicção de que incluir alguns métodos filosóficos, como as noções básicas da lógica (coerência e consistência) que são fundamentais para o pensamento correto, na educação infantil, ajudaria a melhorar a habilidade das crianças raciocinarem, tornando-se adultos sem essa dificuldade. As crianças “[...] querem é participar da investigação e partilhar da experiência de descobrir como as coisas funcionam” (Lipman, 1990, p. 108). Logo, o método introduzido por Lipman nas classes de filosofia para crianças foi a maiêutica socrática, a qual, em poucas palavras, significa “dar à luz”, ou seja, trazer à luz o conhecimento que está dentro de cada ser. Mesmo as crianças, que são jovens e estão trilhando seus caminhos na busca dos conhecimentos, já possuem essa capacidade de encontrarem dentro de si mesmas a construção de repostas coerentes e consistentes para muitas indagações. Assim se depreende que: “[...] filosofia não é uma questão de idade, mas de habilidade em refletir escrupulosa e corajosamente sobre o que se considera importante” (Lipman, 1990, p. 31).

A luz que o programa de Lipman traz ao ensino de filosofia para as crianças nos mostra que, sem uma formação inicial que considere o potencial delas de pensar criticamente, elaborar argumentos, desenvolver conceitos e refletir sobre os já existentes, não teremos a formação de pessoas emancipadas intelectualmente. Ou seja, admitir esses potenciais nas crianças é uma condição necessária para a formação de adultos bem desenvolvidos e maduros intelectual, moral e emocionalmente. Até porque, segundo Lipman: “[...] o comportamento filosófico de uma pessoa vai diminuindo com a idade” (Lipman, Sharp, Oscanyan, 2014, p. 95). E não vemos razões para discordância, até porque, quem mais do que uma criança é capaz de se emocionar com tanta espontaneidade diante daquilo que a cerca, sem impor condições, sem maiores expectativas: “As crianças ficam admiradas diante do

mundo. É uma veneração tão profunda que se ocorrer a um adulto, poderíamos chamá-la religiosa” (Lipman, 1990, p. 121).

No programa de Lipman, a rigidez dos textos filosóficos, com seus vocabulários predominantemente compreensíveis apenas pelos leitores especialistas e os livros didáticos mais ambientados para um público adolescente, dão lugar aos romances filosóficos: “Um trabalho de ficção constituído, tanto quanto possível, de diálogos de modo a eliminar a repreensível voz de um narrador adulto atrás dos bastidores” (Lipman, 1990, p. 22). Alguns exemplos das novelas escritas por Lipman são: *Issao e Guga* (para crianças de 8 a 9 anos), *Pimpa* (para crianças de 9 a 10 anos) e *A Descoberta de Ari dos Telles* (para crianças de 11 a 13 anos), todas voltadas para as habilidades básicas do pensamento, o raciocínio, a comunicação, a expressão e o aprender a pensar³. Essas novelas funcionam como “literatura de transição”, que não dispensa o uso, mais adiante, dos textos originais dos filósofos, pois não desconsidera a capacidade de leitura e interpretação destes por parte das crianças.

Muitas escolas no mundo todo, depois de Lipman, oferecem aulas de filosofia para crianças desde as classes maternas. Entretanto, a junção dessa atividade filosófica com a prática da meditação é algo consideravelmente recente. Apesar de a meditação ser uma prática oriental anciã, foi trazida para o ocidente no final da década de 60 e início da década 70 do século passado. Originalmente, a meditação dentro da tradição budista é utilizada desde há mais de 20 séculos como método de liberação interior e se constitui, falando de forma bem simplificada, em duas etapas: a primeira denomina-se *samatha* – a qual consiste em obter uma calma interior em se liberando o fluxo incessante de pensamentos. A segunda é denominada de *vipassana* – que visa liberar o espírito, desenvolver a compaixão através de intenções e de exercícios de visualização, por exemplo. Esses dois estágios eram utilizados como uma prática espiritual, no entanto, quando trazida para o ocidente a prática tornou-se laica, sendo aplicada em escolas, hospitais e ao público em geral que busca uma vida mais equilibrada. Assim sendo, despertou o interesse de vários pesquisadores como médicos, psicólogos e neurocientistas, que começaram a investigar até que ponto essa prática pode realmente ser benéfica.

³ Lipman não foi o único a se ocupar com a escrita de novelas para crianças. Oscar Brenifier (doutor em filosofia e educador, nascido na Argélia, em 1954) é autor de *Nina e a felicidade*, *Nina e a verdade* e *Nina e o amor*; uma série de novelas ilustradas voltadas para a apresentação de temas filosóficos pertinentes também ao universo infantil.

Os pioneiros da laicização da meditação budista no ocidente foram o médico e professor de medicina Jon Kabat-Zinn e o filósofo, neurocientista e biólogo chileno Francisco Varela. Ambos entraram em contato com mestres zen tibetanos nos anos de 1970 e compreenderam a importância de uma prática meditativa não religiosa para os indivíduos modernos, os quais possuem dificuldades em gerenciar os estresses ligados à vida moderna e ao fluxo incessante de pensamentos e emoções. Francisco Varela é também pioneiro nas pesquisas sobre os cérebros das pessoas que praticam a meditação. Ele morreu em 2001, mas seus trabalhos continuam sendo seguidos e desenvolvidos por muitos pesquisadores através do mundo (Lenoir, 2016, p. 24). Jon Kabat-Zinn interessou-se pelos efeitos positivos da meditação (pacificação da mente através da atenção ou consciência corpórea) sobre o estresse e a ansiedade. Dessa forma, ele rebatizou a meditação de *mindfulness* (termo que pode ser traduzido para o português como atenção ou consciência plena). A ideia principal subjacente a esse termo é a atenção plena, ou estar presente aqui e agora, consciente da respiração, das sensações corpóreas e do meio no qual estamos inseridos. Por isso, a meditação *mindfulness* pode ser compreendida como um exercício da atenção.

Como bem sabemos, estamos vivendo em um momento do desenvolvimento da humanidade repleto de informações, avanços tecnológicos, descobertas em diversas áreas do conhecimento. Nos últimos anos, houve um progresso tecnológico e científico de proporções gigantescas, que nos ajuda a ver e a compreender o mundo de forma diferente, exigindo uma reformulação de vários paradigmas em diversos domínios. Um exemplo desse avanço se dá nas neurociências, hoje já é possível mapear e observar diferentes áreas do cérebro e acompanhar seu desenvolvimento nas crianças, por exemplo. Com isso, temos a possibilidade de buscarmos alternativas que melhor contribuem para o desenvolvimento do ser humano. Ademais, hoje em dia, possuindo maior acesso aos conhecimentos e saberes de outras culturas, nos possibilita a importação de experiências e vivências que ajudam e agregam valores de suma importância na formação e desenvolvimento da pessoa humana na acepção mais elevada do ser.

Nesse contexto, a meditação se constitui como uma ajuda na diminuição do estresse, da ansiedade e aumento da concentração e da atenção. Junto a isso, a filosofia se constitui como uma experiência de diálogos filosóficos com as crianças a partir de suas ideias e concepções e não a partir de uma transmissão de ideias e valores já formados, como encontramos na educação bancária. Como propôs o

filósofo Michel de Montaigne, deveríamos proporcionar aos jovens “uma cabeça bem-feita” e não uma “cabeça bem cheia”. Partindo dessa premissa, a atividade de filosofar com as crianças pressupõe a prática do raciocínio na construção dos conceitos, por isso não se trata de uma transmissão de conhecimento, nem repassar as respostas prontas, mas sobretudo, a prática da investigação e da construção do conhecimento. Aprender a pensar é algo de suma importância em qualquer área da nossa vida e a única forma de se aprender a pensar é através da reflexão; é somente através dos questionamentos que podemos ter a perspectiva de quão claros estão nossos pensamentos.

Assim, baseado em evidências encontradas em pesquisas e nos testemunhos de pais e professores ligados aos alunos que praticam a filosofia e a meditação da atenção⁴, acreditamos que esse programa educativo tem muito a contribuir para o aprendizado das crianças e adolescentes e para o aprimoramento da educação como um todo. Portanto, muitas são as razões que nos instigam a enveredar nesse campo riquíssimo e desafiador do processo de desenvolvimento emocional e intelectual na infância. Por isso, vejamos os benefícios em se adotar as oficinas de Filosofia, Literatura e Meditação.

2 POR QUE ADOTAR UM PROGRAMA DE FILOSOFIA, LITERATURA E MEDITAÇÃO PARA CRIANÇAS?

Nos últimos dez anos, as pesquisas relacionadas às emoções e ao desenvolvimento do cérebro infantil vêm demonstrando a relevância das emoções no desenvolvimento cognitivo (Goleman, 2011) no raciocínio moral (Horne e Powell, 2016), nas tomadas de decisão (Lerner, Li, Valdesolo e Kassam, 2014), entre outros. Nessa mesma veia investigativa sobre as emoções, a neuropediatra e pesquisadora Catherine Gueguen, no seu livro *Pour une enfance heureuse – Repenser l'éducation à la lumière des dernières découvertes sur le cerveau*, responde à questão central sobre “o que pode favorecer um bom desenvolvimento do ser humano?”:

Elas [as pesquisas] provam que uma relação empática, amável, é decisiva para permitir que o cérebro evolua de maneira otimizada, para desenvolver plenamente suas capacidades intelectuais e afetivas. O cérebro das crianças e dos adolescentes são muito vulneráveis: todas

⁴ Cf. Lenoir, 2016 e Snel, 2003.

as experiências têm um grande impacto sobre sua estruturação. As relações com os pais e com as pessoas moldam a inteligência cognitiva e relacional da criança, e determinam seu comportamento afetivo, sua capacidade de superar o estresse, a viver suas emoções. Toda forma de abuso, de violência mesmo que aparentemente inofensiva, perturbará o bom desenvolvimento do seu cérebro, e da sua afetividade, às vezes, com danos irreversíveis (Gueguen, 2014, prefácio).

Diante dessas descobertas e questionando como podemos contribuir de forma efetiva para o bom desenvolvimento da criança (levando-se em consideração suas aptidões cognitivas e emocionais), acreditamos que repensar a educação passa pela perspectiva da relação raciocínio/emoção. Não podemos esquecer que até hoje a educação prioriza o desenvolvimento cognitivo das crianças, não dando atenção especial ao desenvolvimento emocional. Entretanto, vale ressaltar que o emocional está intimamente ligado ao cognitivo, por isso, defendemos que em se buscando o equilíbrio e a cooperação entre o intelecto e o emocional, ou seja, trabalhando essas duas inteligências constitui-se uma etapa fundamental para o desenvolvimento pessoal. A consequência natural desse processo é a possibilidade de termos crianças e jovens mais saudáveis emocionalmente e com maior capacidade de lidar com as intempéries da vida. Dessa forma, eles podem se constituir em seres humanos capazes de sentir empatia pelos outros e compreenderem suas próprias emoções, bem como as emoções dos outros. A aquisição dessas competências ajuda aos jovens a saberem fazer suas escolhas na vida, poderem amar, terem um senso moral e ético bem desenvolvidos. Do lado intelectual, o desenvolvimento das capacidades reflexivas, argumentativas, bem como a habilidade de raciocinar de forma clara e coerente.

Assim, diante da constatação de que as crianças e adolescentes atualmente:

- Sofrem cada vez mais de ansiedade (Kartika *et al.*, 2023);
- Geralmente apresentam dificuldades de concentração (Pacheco; Andreis, 2018);
- Estão cada vez mais condicionados aos aparelhos eletrônicos, carecendo de mais reflexão e olhar crítico, demonstrando dificuldades em encontrar alternativas interessantes e prazerosas distintas do mundo virtual (De Paiva; Costa, 2015);
- Possuem dificuldades em lidar com o tédio e o não fazer nada (Kunsch, 2014);

- Muito frequentemente apresentam dificuldade em expressar seus pensamentos de forma clara por sentirem-se tímidos ou por não conseguirem articular de forma objetiva o que estão pensando ou sentindo (Schultz *et al.*, 2001);
- Muitas vezes apresentam dificuldades em ouvir com atenção e respeito as opiniões dos outros, principalmente quando as opiniões são divergentes das suas (Suárez-Garcia *et al.*, 2020);
- Estão ficando mais agressivas com os colegas e professores, muitas das vezes externando isso por meio de ações violentas.⁵

As constatações acima, entre outras, são elementos que demonstram a necessidade de repensar a educação buscando elementos que contribuam para o desenvolvimento das crianças, de modo a se tornarem jovens e adultos conscientes, críticos, reflexivos, com suas condutas embasadas na justiça, no respeito, na moral, na ética e na saúde emocional. Esses valores são essenciais para as nossas relações interpessoais, seja na escola, seja na família, ou na sociedade em geral; pois as nossas relações são algo fundamental no desenvolvimento do nosso potencial, valorizando dessa forma, as habilidades para o convívio com os outros, respeitando e apreciando a alteridade. Essas relações passam inevitavelmente pela comunicação; a forma como nos comunicamos, a clareza com que nos expressamos é imprescindível, porque quando nos comunicamos de um jeito vago e impreciso deixamos que os outros entendam o que quiserem, podendo criar assim diversos mal-entendidos. Então, diante do exposto, é preciso que bem compreendamos duas questões fundamentais: Por que praticarmos a meditação da atenção com as crianças e para quê filosofar com as crianças? Procuraremos clarificar essas questões a seguir.

3 POR QUE PRATICAR A MEDITAÇÃO DA ATENÇÃO COM AS CRIANÇAS?

Como já mencionado anteriormente, a meditação da atenção (tradução que demos para o português do termo *mindfulness*) significa nada mais do que a prática de estar consciente no momento presente. Estar plenamente consciente de cada

⁵ O caso noticiado mais recente foi em uma escola no Estado de São Paulo, que resultou em 5 vítimas, sendo uma delas, uma professora de 71 anos, fatal. Infelizmente, não se trata de um episódio isolado, ainda são lembrados com clareza os massacres de Realengo (2011) e de Suzano (2019), só para mencionar outros que ganharam repercussão nacional. Cf. <https://g1.globo.com/educacao/noticia/2023/03/27/brasil-tem-historico-de-alto-indice-de-violencia-escolar-veja-dados-sobre-agressao-contra-professores.ghtml>. Acesso em: 5 jan. 2024.

momento em que nos encontramos e de cada tarefa que estamos executando. A falta de concentração nas atividades que estamos executando se dá devido à dificuldade que todos nós, independente da nossa faixa etária, temos de permanecer no momento presente conscientes do que estamos fazendo, conscientes das nossas reações corpóreas e do mundo à nossa volta. Segundo alguns estudos, a capacidade de concentração das crianças não ultrapassa a marca dos 8 segundos (Lenoir, 2016, p. 28), ou seja, elas só conseguem ficar plenamente conscientes do que se passa em um intervalo de tempo muito curto, de forma que logo dispersam a atenção com outros pensamentos ou outras distrações. A meditação enquanto prática da atenção funciona como um mecanismo que tem apresentado resultados muito proveitosos no sentido de aumentar o nível e duração da concentração nas crianças.

Há alguns anos, a pesquisadora e professora neozelandesa Eline Snel desenvolveu nos Países Baixos um método de meditação para crianças que vem sendo empregado com excelentes resultados. As crianças participavam de sessões semanais de trintas minutos, mas faziam dez minutos de meditação todos os dias antes das aulas. Com algum tempo de prática, os professores e os alunos perceberam as mudanças que estavam acontecendo, como por exemplo, uma atmosfera mais calma, as crianças mais amigáveis na sala de aula, mais concentração por parte dos alunos, mais gentileza entre elas, crianças mais seguras de si mesmas e uma menor propensão a julgarem os outros (Snel, 2013, p. 22). Além disso, existem estudos que revelam que a meditação da atenção funciona como uma ferramenta efetiva na ajuda a crianças hiperativas e com déficit de atenção (Lo *et al.*, 2017).

Dessa forma, podemos elencar alguns benefícios decorrentes da meditação da atenção nas crianças (Leland, 20215; Roeser, 2016; Parker *et al.*, 2014):

- Aprender a ter foco, concentração e a estar atento, elementos que contribuem para a capacidade de aprender e melhorar a performance nas atividades e exames na escola.
- Redução da ansiedade.
- Melhora o sono e, conseqüentemente, o bem-estar em geral.
- Aumenta a autoconfiança e a gentileza em relação a si mesmo e aos outros.

- Cria uma autoconsciência e compressão sobre o que causa os estresses e preocupações e ajuda a desenvolver uma maneira de lidar com essas situações.
- Melhora a regulação emocional, ou seja, melhora a forma de compreender e lidar com as emoções.
- Melhora as relações interpessoais.⁶

Esses são apenas alguns benefícios decorrentes da prática da meditação. Como podemos perceber, o ser humano é um sistema complexo em constante desenvolvimento, por isso não devemos pensar na educação como um aspecto isolado, ou seja, deficiências ou dificuldades em outros aspectos humanos podem comprometer o processo de aprendizagem. Assim sendo, uma vez que, através da meditação, as crianças aprendem a ouvir, a respeitar a posição e opinião dos outros, aprendem a compreender e a se relacionar com as suas emoções, elas estarão aptas para construir suas próprias opiniões, criando-se assim, uma atmosfera propícia para o desenvolvimento cognitivo através da leitura e reflexões ocasionados pela prática da filosofia.

4 PARA QUÊ PRATICAR A FILOSOFIA COM AS CRIANÇAS?

Conforme mencionamos anteriormente, Matthew Lipman, filósofo e educador estadunidense foi o idealizador e fundador do projeto “Filosofia para crianças: educação para o pensar”. Lipman e Sharp, sua colaboradora, fundaram em 1974 o IAPC (sigla, em inglês, para Instituto para o Desenvolvimento de Filosofia para Crianças). Esse instituto promove e ajuda a implantação do método em centros regionais de mais de 30 países, entre eles: França, Inglaterra, Alemanha, Rússia, Islândia, Portugal, Espanha, Austrália, Egito, Canadá, México, Chile, Argentina, Brasil, Colômbia, Guatemala, Nigéria, Zimbábue, Israel, Jordânia, Taiwan e Coreia do Sul.

Apesar da filosofia ser uma prática milenar, somente no século passado foi desenvolvida uma área que se dedica a filosofar com as crianças. Assim, podemos nos perguntar por que devemos filosofar com as crianças? A atividade de filosofar se dá através do diálogo e da reflexão: a filosofia ajuda a tecer uma teia de comunicação

⁶ Dados extraídos do *Bright Sparks Coaching*, site de suporte e cursos sobre a meditação da atenção. Disponível em: <http://www.brightsparkscoaching.ie/mindfulness-for-schools/students/>. Acesso em: 29 dez. 2023.

empática dentro da sala de aula, levando as crianças a viverem experiências muito significativas do ponto de vista cognitivo, social e afetivo. Segundo Lipman:

A maioria das crianças, independente da formação que tenha, entra no sistema educacional atenta e ávida por aprender, curiosa e confiante. Mas muitas delas acham o processo sem sentido na medida em que percorrem o sistema e, quando isto acontece, tornam-se progressivamente mais apáticas e sem esperança (1990, p. 66).

A prática do diálogo filosófico melhora as competências verbais e argumentativas das crianças, também ajuda no processo de aprender a ouvir, ou seja, ouvir com atenção as outras pessoas. Ajuda a criança a desenvolver a capacidade de explicar com clareza as suas ideias, a aceitar as críticas dos outros, bem como a aprender a criticar as ideias dos outros com respeito.

Na prática da filosofia com as crianças, procuramos criar o espaço para o pensamento livre e autônomo que cada criança deve desenvolver por si mesma em contato com as ideias dos outros e suas próprias ideias. De acordo com o filósofo português Tomás Carneiro, autor de vários projetos de filosofia com as crianças em Porto, Portugal:

o diálogo livre, tranquilo e responsável com os nossos semelhantes é a forma mais natural de aprender a pensar. Num diálogo aprendemos a pensar em cooperação com os outros, ouvindo os outros, esforçando-nos por compreender o que dizem e porque o dizem, aceitando as suas críticas às nossas ideias e aceitando também mudar de ideias quando nos corrigem e nos mostram que não temos razão. Essas atitudes (humildade, empatia, interesse pelo outro, responsabilidade etc.) são atitudes filosóficas, mas também atitudes cívicas, sociais e humanas de inquestionável valor para qualquer pessoa e é preocupante constatar que essas atitudes são muito raras (Carneiro, 2012).

Com o intuito de criar essas atitudes filosóficas, as crianças são convidadas a expressarem suas ideias, mas também a ouvir as ideias dos outros, a reconhecer e aceitar as diferenças de forma respeitosa, reconhecendo seu lugar no mundo, mas percebendo que o outro também possui um lugar no mundo. Trabalhamos nesse sentido a questão da identidade e da alteridade, das semelhanças e das diferenças. Então, podemos dizer que a prática da filosofia, literatura e meditação com as crianças possuem objetivos bem definidos. A falta de noção sobre o futuro que as crianças têm implica em que elas gostariam de contar com “meios educacionais repletos de

significado: histórias, jogos, discussões, relações pessoais confiáveis [...]” (Lipman, Sharp, Oscanyan, 2014, p. 28). Vejamos a seguir quais os objetivos propostos pela prática que parte da interface entre filosofia, literatura e meditação para crianças aqui apresentada.

5 O QUE SE QUER COM A PRÁTICA DA FILOSOFIA, LITERATURA E MEDITAÇÃO COM E PARA AS CRIANÇAS?

Poderíamos dizer que a junção da filosofia, literatura e meditação como uma atividade regular na prática educativa, ou seja, que acontece como qualquer outro componente curricular, tem como objetivos principais que as crianças desenvolvam e pratiquem diversas competências intelectuais e emocionais tais como:

- Maior habilidade com o raciocínio lógico;
- A capacidade de formular e expressar as questões de forma clara e pertinente;
- Conseguir desenvolver o pensamento autônomo e criativo;
- A capacidade de ler e analisar criticamente o lido;
- Desenvolver as capacidades argumentativas;
- Aumentar a capacidade de aprofundar intelectualmente as suas experiências;
- Ter a competência de discutir com os outros, expondo suas ideias e argumentos;
- Compreender a importância de ouvir e ser ouvido;
- Aprender a ter paciência, dedicar-se à compreensão dos problemas quando se deparam com eles, de forma a não se precipitarem a tirar conclusões irrefletidas;
- Controlar a ansiedade;
- Aumento da atenção e concentração, contribuindo dessa forma, para um melhoramento da capacidade cognitiva em todas as disciplinas;
- Compreender a importância da leitura;
- Desenvolver a capacidade de ouvir com respeito as ideias do outro, mesmo quando são divergentes das suas. Ou seja, desenvolver a habilidade de compreender e ser compreendido.

Conforme pudemos observar até aqui, são inúmeras as evidências dos benefícios que as oficinas de Filosofia, literatura e meditação trazem. Esse último item, está relacionado à habilidade relacional, ou seja, a habilidade de se relacionar com o outro de forma positiva e construtiva. Assim sendo, pesquisas quantitativas vêm sendo desenvolvidas com a finalidade de comprovar a eficácia do método de Lipman para a construção dessas relações. Por exemplo, uma pesquisa realizada por Hedayat e Ghaedi (2009) mostrou que o método da comunidade de investigação⁷ tem um efeito positivo no melhoramento das relações interpessoais entre as crianças.

Para investigar os efeitos do método lipmaniano sobre as habilidades das crianças em suas relações interpessoais, foi realizado um experimento com estudantes do ensino fundamental, mais especificamente dos terceiros, quartos e quintos anos de escolas em Teerã, Irã. Ao todo, foram cento e noventa estudantes selecionados e divididos em dois grupos, um grupo experimental e outro, de controle. O experimento foi realizado em doze sessões de noventa minutos cada, a fim de testar a hipótese de que “o método da comunidade de investigação tem um efeito positivo no desenvolvimento de habilidades de relacionamento interpessoal”. As habilidades foram medidas nos dois grupos antes e depois das sessões, através do questionário de Ardly e Asher (1996 *apud* Hedayat; Ghaedi, 2009), que é uma escala usada para a avaliação das habilidades e padrões de resolução de problemas sociais.

Os resultados mostraram que os valores obtidos nos testes antes e depois das oficinas de filosofia, tanto no grupo experimental quanto no de controle, indicaram que as médias nas pontuações do teste realizado após as oficinas cresceram no grupo experimental e se mantiveram constantes no grupo de controle. Além disso, também foi investigada a permanência dos efeitos no grupo experimental, ou seja, por quanto tempo os efeitos oriundos da comunidade investigativa relacionados às habilidades relacionais e constatou-se que quatro meses depois os alunos ainda apresentam essas habilidades.

A importância de pesquisas como essa supracitada, se dá à medida que vemos as teorias educacionais serem aplicadas com resultados práticos e significativos no

⁷ O que Lipman chama de “Comunidade de Investigação” é o método pedagógico que acontece com a participação ativa das crianças e do professor (facilitador) do diálogo filosófico sobre os problemas que estiverem sendo investigados naquela aula. A base da comunidade de investigação é o diálogo filosófico orientado pelo professor para o desenvolvimento do pensar bem que engloba o pensar crítico, criativo, ético e político. A finalidade dessa comunidade de investigação é levar as crianças a prática da filosofia para que elas desenvolvam atitudes democráticas, tornando-se pessoas críticas, reflexivas e participantes do processo deliberativo de forma consciente.

desenvolvimento dos estudantes. No que concerne às “Oficinas de Filosofia, Meditação e Literatura” propostas aqui, elas têm muito a contribuir para o melhoramento da educação brasileira, especialmente das escolas públicas, visto que é a possibilidade de formarmos pessoas verdadeiramente emancipadas intelectualmente, capazes de pensar por si mesmas, ou seja, um pensamento baseado na autoridade interna de cada um. Além do que, os alunos terão a oportunidade e os meios para desenvolverem outras habilidades emocionais e sociais. Nesse sentido, a figura do professor é de suma importância, não mais como é concebido tradicionalmente de depositar o conhecimento na cabeça do estudante, mas de construir e desenvolver esse conhecimento junto com o estudante, como veremos a seguir.

6 O PAPEL DO PROFESSOR NAS OFICINAS

Como pudemos perceber, essa proposta de complementação educacional apresenta uma perspectiva muito prática, na qual a filosofia apresenta-se como um método investigativo e crítico. A meditação ajuda no desenvolvimento da atenção plena e do desenvolvimento emocional e a literatura contribui como prática de leitura e insumo para as discussões filosóficas. Dessa forma, as oficinas podem acontecer uma vez por semana, no mínimo, pois a regularidade é importante para o desenvolvimento e evolução do trabalho com as crianças. Nesse sentido, como o professor não se propõe a passar os conceitos prontos para que sejam armazenados, qual seria, então, o papel do professor?

O Professor, nas oficinas, assumiria o papel de facilitador ou de mediador, cuja função é de coordenar ou de assegurar as condições necessárias para que a investigação prossiga de maneira apropriada chegando aos resultados almejados. Ou mesmo um intercessor, como diz Deleuze⁸, alguém que não transmite conhecimento, mas estimula a criação conceitual, que mostra caminhos e explora as ideias em germe. Para tal, os professores precisam desenvolver um amor pela filosofia: “somente assim amarão redescobri-la a cada vez que a ensinam” (Lipman, 1990, p.

⁸ “O essencial são os intercessores. A criação são os intercessores. Sem eles, não há obra. [...] Eu preciso de meus intercessores para me exprimir, e eles jamais se exprimiriam sem mim: sempre se trabalha em vários, mesmo quando isso não se vê. E mais ainda quando é visível” (Deleuze *apud* Gallo, 2012, p. 119).

45). O envolvimento do professor com sua atividade – isso deve ser uma aula de filosofia, atividade do pensamento – é fundamental para que os alunos também se envolvam, se sintam parte, protagonistas do processo de aprender a pensar, não meros coadjuvantes.

Uma oficina de Filosofia, Literatura e Meditação com as crianças requer a habilidade de impedir que o diálogo se torne uma conversa inconsequente em que cada um expressa não importa o quê. O papel do mediador não é o de transmitir opiniões próprias e seus valores, nem tampouco fornecer as respostas, mas conduzir para que a turma construa, socraticamente, num exercício maiêutico, suas opiniões e seus valores de forma coerente e embasadas em razões e justificativas. Assim sendo, cada criança será estimulada a dizer por que defende cada ideia e cada opinião. O intuito de se fazer essas oficinas com as crianças é estimulá-las a pensar realmente por elas próprias, a encontrarem suas próprias respostas e analisá-las se são plausíveis e coerentes. É, dessa forma, permitir que elas criem autonomia nos seus pensares e desenvolvam a capacidade de defender suas ideias sempre embasadas em razões e justificativas. É pensar criativamente! Nessa perspectiva, temos a possibilidade de descobrir os tesouros inimagináveis que se escondem dentro das cabecinhas das crianças, ajudando-as a desenvolverem ao máximo suas potencialidades e contribuindo para que se formem indivíduos pensantes e não apenas reprodutores de pensamentos.

7 CONSIDERAÇÕES FINAIS

No decorrer desse trabalho, tentamos elucidar algumas razões que nos levam a pensar na possibilidade de uma melhoria nas condições de ensino-aprendizagem atuais através da implementação das oficinas de Filosofia, Literatura e Meditação. Para que elas se efetivem, é preciso que o educador saia da postura de detentor do conhecimento e das respostas e os educandos, da postura passiva de absorver o conhecimento e as respostas prontas; dessa forma, abrimos novas perspectivas na prática educativa. Assim, na senda de pensar uma educação voltada para o pensamento crítico e a formação humana, vemos como contribuintes essenciais a filosofia, a literatura e a meditação. Fazer filosofia, praticar a leitura crítica e a meditação com as crianças é [o professor] aceitar o desafio de deixar de ser o sujeito do processo educativo e deixar que elas, as crianças, comecem a existir como

sujeitos. É saber calar nossa ânsia de transmitir os conhecimentos e as “verdades” para deixar o conhecimento aflorar em cada criança. É semear e deixar que do solo fértil de cada cabeça possa nascer, florir e frutificar a árvore do conhecimento. É, antes de tudo, ajudar aos alunos a desenvolverem a capacidade de pensar por si mesmos. É acreditar que através dos valores que podem ser conscientemente construídos com as crianças, existe a possibilidade de transformação do ser humano em uma versão melhor de si mesmo e, conseqüentemente, a possibilidade de contribuirmos para um planeta mais justo, mais humano, em que o bem, a empatia, o respeito e o amor possam prevalecer. É acima de tudo, fomentar uma educação democrática, na qual todos teriam a oportunidade de se tornarem autônomos e emancipados, pois o mundo em constante transformação requer um novo tipo de homem consciente e bem-preparado para resolver seus próprios problemas.

REFERÊNCIAS

BRENIFIER, Oscar. **The practice of philosophy with children**. 2015.

CARNEIRO, Thomas. **Filosofia com crianças**. Disponível em: <https://filosofiacritica.wordpress.com/o-que-e-a-filosofia-com-criancas/>. Acesso em: 4 fev. 2018.

COSERU, Christian. Mind in Indian Buddhist Philosophy, **The stanford encyclopedia of philosophy**. Spring 2017 Edition. Edward N. Zalta (ed.). Disponível em: <https://plato.stanford.edu/archives/spr2017/entries/mind-indian-buddhism/>. Acesso em: 27 dez. 2023.

DE PAIVA, Natália Moraes Nolêto; COSTA, J. A influência da tecnologia na infância: desenvolvimento ou ameaça. **Psicologia. pt**, v. 1, p. 1-13, 2015.

DINIS, Carlos M.S.J. **O que é a filosofia para crianças**: programa de Matthew Lipman. Dissertação de Mestrado. Covilhã. 2011. Disponível em: https://ubibliorum.ubi.pt/bitstream/10400.6/1319/1/Disserta%C3%A7%C3%A3o_Carlos%20Dinis.pdf. Acesso em: 15 mar. 2023.

FREIRE, Paulo. **Pedagogia do oprimido**. São Paulo: Paz e Terra. 1996.

FREIRE, Paulo. **Educação como prática da liberdade**. 19. ed. Rio de Janeiro: Paz e Terra, 1989.

GALLO, Silvio. **Metodologia do ensino de filosofia**: Uma didática para o ensino médio. Campinas: Papyrus, 2012.

GOLEMAN, Daniel. **Inteligência emocional**. Tradução: Marcos Santarrita. Rio de Janeiro: Objetiva, 2011.

GUEGUEN, C. **Pour une enfance heureuse**. Robert Laffont: 2014.

HEDAYATI, Mehrnoosh, GHAEDI, Yahya. Effects of the philosophy for children program through the community of inquiry method on the improvement of interpersonal relationship skills in primary school students. **Childhood & Philosophy [enlinea]**. 2009, 5(9), 199-217ISSN: 2525-5061. Disponível em: <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=512051710004>. Acesso em: 15 maio 2023.

HORNE, Z., POWELL, D., **How Large Is the Role of Emotion in Judgments of Moral Dilemmas?** PLoS ONE 11(7): e0154780. 2016. Disponível em: <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0154780>. Acesso em: 4 dez. 2023.

KARTIKA, Imelda Rahmayunia *et al.* Meditative Therapy in Reducing Anxiety as a Complementary Therapy: a Trend and Knowledge on Adolescent. **INDONESIAN NURSING JOURNAL OF EDUCATION AND CLINIC (INJEC)**, v. 8, n. 1, 2023.

KUNSCH, Clarice Krohling. Excesso de atividades, consumo e superproteção: possíveis fatores de tédio em crianças. **Veras**, v. 4, n. 1, p. 99-115, 2014.

LELAND, Matt. Mindfulness and student success. **Journal of Adult Education**, v. 44, n. 1, p. 19-24, 2015.

LENOIR, François. **Philosopher et Méditer avec les enfants**. Albin Michel: 2016.

LIPMAN, Mathew. **A filosofia vai à escola**. Tradução: Maria Elice de Brzezinski Prestes e Lucia Maria Silva Kremer. São Paulo: Summus, 1990.

LIPMAN, Mathew. **O Pensar na educação**. Petrópolis: Vozes, 1995.

LIPMAN, Mathew, SHARP, Ann Margareth, OSCANYAN, Frederick S. **Filosofia na sala de aula**. Tradução e adaptação de Ana Luiza Fernandes Falcone. 2. ed. São Paulo: Nova Alexandria, 2014.

LO, H. H. M. *et al.* The Effect of a Family-Based Mindfulness Intervention on Children with Attention Deficit and Hyperactivity Symptoms and Their Parents: Design and Rationale for a Randomized, Controlled Clinical Trial (Study Protocol). **BMC Psychiatry** 16 (2016): 65. *PMC*. Web. 26 June 2017.

PACHECO, Marina Buzin; ANDREIS, Greice da Silva Lorenzetti. Causas das dificuldades de aprendizagem em Matemática: percepção de professores e estudantes do 3º ano do Ensino Médio. **Revista Principia**, João Pessoa, v. 38, p. 105-119, 2018.

PARKER, Alison E. *et al.* The impact of mindfulness education on elementary school students: Evaluation of the Master Mind program. **Advances in School Mental Health Promotion**, v. 7, n. 3, p. 184-204, 2014.

PRITCHARD, M. Philosophy for Children. **The Stanford Encyclopedia of Philosophy**. Spring 2017 Edition. Edward N. Zalta (ed.). Disponível em: <<https://plato.stanford.edu/archives/spr2017/entries/children/>>. Acesso em: 28 dez. 2023.

RANCIÈRE, Jacques. **O mestre ignorante**: cinco lições sobre a emancipação intelectual. Tradução: Lílian do Valle. 3. ed. 4. reimp. Belo Horizonte: Autêntica, 2015.

ROESER, Robert W. Mindfulness in students' motivation and learning in school. **Handbook on motivation at school**, p. 385-407, 2016.

SCHULTZ, David et al. Emotion knowledge in economically disadvantaged children: Self-regulatory antecedents and relations to social difficulties and withdrawal. **Development and psychopathology**, v. 13, n. 1, p. 53-67, 2001.

SNEL, E. **Sitting still like a frog**: mindfulness exercises for kids (and their parents). Boston: Shambala Publication, 2013.

SUÁREZ-GARCÍA, Zara et al. The effect of a mindfulness-based intervention on attention, self-control, and aggressiveness in primary school pupils. **International Journal of Environmental Research and Public Health**, v. 17, n. 7, p. 2447, 2020.

DADOS DAS AUTORAS

Eugênia Ribeiro Teles

Graduada em Filosofia pela Universidade Federal do Ceará (Campus Cariri). Mestrado pela Universidade Federal da Paraíba (UFPB). Doutorado em Filosofia pelo PIDFIL/UFRN-UFPB-UFPE. Pós-doutorado pela Universidade Estadual da Paraíba (PPGLI-UEPB). Professora de Filosofia na Universidade Estadual da Paraíba (UEPB). Desenvolve pesquisas nas áreas de Ética, Filosofia da Educação e Filosofia da Linguagem.

ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-1134-7603>

E-mail: eugeniateles@servidor.uepb.edu.br

Gilmara Coutinho Pereira

Graduada em Filosofia pela Universidade Federal do Rio Grande do Norte (UFRN). (2009). Mestrado em Filosofia pela Universidade Estadual da Paraíba (UFPB). Doutorado em Filosofia pelo PIDFIL/UFRN-UFPB-UFPE. Professora de Filosofia da Universidade Estadual da Paraíba (UEPB). Desenvolve pesquisas nas áreas de Ética, Ensino de Filosofia e Filosofia Moderna.

ORCID: <https://orcid.org/0009-0001-1219-2586>

E-mail: gilmaracoutinho@servidor.uepb.edu.br