



ESCOLA
CANADENSE
BILINGÜE

Tecnologia no ambiente escolar

Políticas e Guidelines

The best of
Canadian education
for a global future.



Ficha Técnica

Autores: Leo Fraiman

Corpo científico envolvido: Cristiano Nabuco de Abreu, Ivete Fancio, Silvana Pepe

Edição e Revisão: Mariana Gonçalo e Thais Carvalho

Ficha Maple Bear

Diretora Acadêmica: Antonieta Megale

Sumário

1. Considerações Iniciais	07
1.1 Manifesto sobre o uso consciente e saudável das tecnologias no ambiente escolar	07
1.2 Tendências e competências para a vida no futuro	12
1.3 O valor da unidade institucional entre as Escolas Maple Bear para o andamento e o rendimento escolar e seus impactos na saúde mental dos envolvidos	17
2. Relações entre família e escola	21
2.1 Considerações sobre a importância da aliança família-escola	21
2.2 Clareza na construção do contrato de direitos e deveres na relação entre família e escola	25
3. Na prática	37
4. Referências Bibliográficas	47





Projeto: Ateliê Urbano | Fotografia: Jean Dallazem

01



Considerações iniciais

1.1 Manifesto sobre o uso consciente e saudável das tecnologias no ambiente escolar.

A partir dos anos 2000, temos vivido cada dia mais imersos em soluções tecnológicas que nos fascinam, nos facilitam a vida e nos surpreendem. Ao mesmo tempo, porém, esta exposição massiva e sem precedentes na história tem gerado uma série de consequências que hoje estamos, aos poucos, nos dando conta.

No ambiente escolar, para nossas crianças e adolescentes em pleno desenvolvimento, a conta está chegando: dos problemas emocionais e comportamentais aos abalos no rendimento escolar, é cada dia mais evidente que precisamos de saberes que possam nortear decisões sábias quanto ao uso consciente e adequado da tecnologia.

Este é o propósito deste guia, iluminar condições, refletir sobre escolhas e apontar caminhos para que a saúde física e mental de nossos alunos seja bem cuidada, condição sine qua non para seu pleno desenvolvimento cognitivo, social, acadêmico e profissional. Como aponta Michel Desmurget (2021), o uso atual das tecnologias não está elevado ou exagerado, está muito além disso. O pesquisador francês, que é especializado em neurociência cognitiva, nos lembra, em sua obra “A fábrica de cretinos digitais”, que estamos diante de um quadro bastante grave no que diz respeito ao uso excessivo de telas e tecnologias nos mais diversos contextos de nossas vidas.

Paradoxalmente, observamos um aumento significativo no investimento em tecnologias educacionais, porém, muitas vezes esse investimento ocorre de forma frenética e cega, ignorando evidências claras de que os sistemas educacionais mais bem-sucedidos são aqueles que priorizam a formação e capacitação dos professores, bem como a integração com as novas Tecnologias da Informação e da Comunicação.

É fácil perceber como muitas pessoas, de modo geral, estão ficando cada vez mais distraídas e sem foco, conforme aponta o psicólogo Daniel Goleman (2014) em seu livro “Foco”. Seja porque não leem mensagens de forma completa, por causa da interrupção constante, seja pelo fato de que não escutam direito aquilo que estamos falando, ou até porque fazem diversas coisas ao mesmo tempo sem prestar de fato atenção naquilo que é importante ou essencial. Vivemos uma epidemia de distração.

A jornalista Catherine Price (2018), em seu livro “Celular: como dar um tempo”, nos mostra que muitas das pessoas que mais se consideram multitarefa costumam ser as que menos conseguem desempenho realmente satisfatório em atividades diversas e concomitantes, ou seja, é um autoengano. A confusão é simples de entender: podemos sim fazer muitas coisas ao mesmo tempo, mas prestar atenção, só se consegue em poucas delas. Michel Desmurget (2021) mostra em seu livro estudos claros a esse respeito. Podemos ser, em raros casos, multitarefa (em geral pouco eficazes), porém, não somos multifocais, não conseguimos prestar atenção a várias coisas ao mesmo tempo.

Buscar conhecimentos como estes pode facilitar bastante a decisão de um educador, por exemplo, por deixar ou não que seus alunos portem o celular em suas mesas de estudo, pode também ajudar um familiar que insista que seu filho leve o tablet na saída pedagógica para que mantenha contato, simplesmente por não saber que isso prejudicará não somente a socialização do filho, como seu aproveitamento da experiência.

Na Maple Bear, os estudantes utilizam a tecnologia em sala de aula sempre com a orientação dos professores e demais adultos responsáveis. Ou seja, o (a) professor (a) lança mão de projetores e telas para apresentar vídeos ou imagens que ilustrem o tema de estudo e que possam ampliar o campo de visão dos alunos, referente ao que está sendo apresentado. Este momento de modelagem compõe uma parte inicial da aula, que em seguida, é direcionada para a exploração e investigação do tema em questão, de maneira ativa por parte dos alunos. Nesta etapa de aula, de exploração, (a) o professor (a) disponibiliza para os estudantes recursos que vão além dos dispositivos eletrônicos, como livros, textos impressos, exploração e manuseio de materiais concretos e ainda ferramentas para observação como lupas, para os alunos menores ou blocos de notas, para alunos já alfabetizados.

Ou seja, a tecnologia compõe apenas um momento da aula, e está integrada às demais ferramentas de trabalho dentro de sala, até o final do Year 9, período em que os alunos ainda estão adquirindo e dominando suas habilidades de gestão de tempo, foco e autocontrole.

As telas realmente prendem a atenção, e ao mesmo tempo, quanto mais se fica diante delas, realizando diferentes atividades simultaneamente, maior a tendência a desenvolver desatenção, distração e outros comportamentos prejudiciais ao aprendizado.

A presença das telas é praticamente onipresente e fácil de ser percebida nos jantares, nas salas de espera, portadas por motoboys, ciclistas, na relação entre familiares, nas situações profissionais, nas relações de amizade e até mesmo em situações corriqueiras. Nos primeiros minutos elas nos distraem, nos encantam até, mas logo depois, acabam por eliciar uma atenção chamada de "exógena difusa", que para ser entendida, basta pensarmos em como nossos olhos saltam sem direção e de forma completamente caótica quando jogamos um videogame, ou quando lemos algo nas redes sociais. Nosso olho simplesmente salta de um lado para o outro, de cima para baixo sem parar. Isso acaba como que esculpindo a atenção, a ponto de encontrarmos cada dia mais adultos que relatam ter grave dificuldade de ler uma página de livro, do começo ao fim, sem se perder. A atenção usada numa leitura de livro é chamada de "endógena focada", que é muito mais cansativa, afinal, quando lemos, nosso cérebro recruta neurônios para a intelecção e para a formação das imagens que nos permitirão entender o que foi lido. É uma forma de atenção mais eficaz do ponto de vista da fixação e do aprendizado.

Ao treinar sistematicamente, por horas a fio este tipo de atenção difusa, acabamos por esculpir nossas conexões cerebrais, ainda que achemos que estamos diante de um passatempo, que é algo inofensivo e nos regozijamos em crenças tais como: "É assim mesmo", "Hoje em dia tá todo mundo assim", "Afinal, somos nativos digitais, não?". Tudo isso implica, muitas vezes, em retrabalho, em chateações, em falta de empatia e em situações indesejáveis.

Como vimos, somado a estas crenças há uma visão, ou melhor, há uma ilusão generalizada de sermos todos multitarefas, ou seja, pessoas acham que conseguem fazer várias coisas ao mesmo tempo. É até possível realizarmos várias tarefas, mas o mesmo não se dá com o foco e há estudos que indicam que não somos multifocais. O que isso

significa? Só conseguimos focar em uma coisa por vez. Podemos até fazer diversas coisas ao mesmo tempo, porém, com uma qualidade e engajamento prejudicados, além de estresse e irritabilidade elevados.

Muitas famílias atualmente não sabem disso e até insistem que as escolas adotem meios digitais com a ilusão de preparar os filhos para o futuro. Sim, os meios digitais podem fazer parte do ambiente escolar, mas a utilização destes recursos não deve ser livre, e sim monitorada e moderada. E não são raros os casos de conflitos entre familiares e educadores quando estes insistem que se tenha leitura no papel, que as crianças escrevam suas lições de casa. Sem noções claras do ponto de vista das evidências, podemos cair nas armadilhas do modismo ou do achismo.

Nosso cérebro simplesmente não está preparado para este uso abusivo. Como aponta Michel Desmurget (2021), há algum tempo os filhos têm apresentado QI menor do que os pais ou ascendentes. Isso impacta enormemente nosso rendimento nas atividades cotidianas e triviais, bem como também no andamento e no desempenho escolar de crianças e adolescentes. Nesse sentido, é necessário identificar os hábitos e atitudes dos adultos, sejam eles familiares ou educadores, em relação ao uso das tecnologias para que se possa perceber quais são as nossas crenças e atitudes que se mostram prejudiciais e quais podem fazer parte do dia a dia sem prejuízos e/ou com benefícios. Usar de forma saudável as tecnologias têm um grande impacto na felicidade e na sensação de bem-estar dos indivíduos.

No ambiente escolar, tem sido um grande desafio compreender as potencialidades e as implicações do uso das tecnologias e como orientar alunos, famílias e a comunidade escolar em relação a esta temática e suas melhores práticas.

É chegada a hora de reconhecermos que saber usar as novas tecnologias não é sobre usar cada vez mais, ou menos, e sim, usar com sabedoria, seja quanto à medida, seja quanto à intencionalidade do uso, na sala de aula e na sala de casa.

É uma visão reducionista pensar, por exemplo, que quanto mais um filho jogar videogames, mais ele estará preparado para os novos tempos, e que quanto mais acesso a vídeos curtos, mais motivados os alunos estarão para aprender.

No intuito de agradar, reduzir conflitos, ou para se mostrarem modernos, atuais, diferenciados, muitas instituições de ensino e familiares oferecem às cegas, sem critério, o acesso a um uso indiscriminado de telas e tecnologias que têm gerado inúmeros problemas sérios para o desenvolvimento de crianças e adolescentes. A isso voltaremos mais adiante, com dados consistentes.

Se queremos formar cidadãos dos novos tempos precisamos usar o que hoje a ciência nos oferece como dados e fatos e orientar o uso das tecnologias nos contextos de ensino-aprendizado com parcimônia, consciência e determinação em preservar a saúde de toda comunidade escolar, tanto física como mental.

A seguir, apresentamos excertos de documentos significativos publicados pela Unesco sobre esse assunto, os quais reforçam as reflexões apresentadas neste guia e destacam a importância de debates e medidas destinadas a proteger nossas crianças e estudantes.

Os benefícios potenciais da tecnologia digital para o direito à educação são enormes, como melhorar o acesso e aumentar a qualidade, aplicar metodologias de aprendizagem inclusiva, aumentar as experiências de aprendizagem dos alunos, desenvolver projetos virtuais de aprendizagem para a interação de alunos de vários países e a abertura de oportunidades de aprendizagem ao longo da vida para todos através da educação formal e não formal. No entanto, esses benefícios não são garantidos de forma simples e direta e dependem do contexto e das políticas aplicadas.

[...]

No mundo cada vez mais digitalizado de hoje, o que conta do ponto de vista do direito à educação não é tanto a adoção de máquinas e programas para “entregar” educação, mas a busca por uma educação digital abrangente que dote as pessoas com as habilidades digitais necessárias para participar ativa e livremente em todas as dimensões da vida humana (civil, cultural, econômica, política e social) e se tornar cidadãos ativos.

[...]

A UNESCO definiu a cidadania digital como sendo capaz de encontrar, acessar, usar e criar informações de forma eficaz;

interagir com outros usuários e conteúdos de forma ativa, crítica, sensível e ética, e navegar no ambiente online e nas tecnologias de informação e comunicação com segurança e responsabilidade, conhecendo seus próprios direitos.¹

(Conselho de Derechos Humanos - A/HRC/50/32: Impacto da digitalização da educação no direito à educação. Abril de 2022, pg. 9. Disponível em: <https://www.ohchr.org/en/documents/thematic-reports/ahrc5032-impact-digitalizationeducation-right-education>)

A própria Base Nacional Comum Curricular (BNCC) propõe como uma das dez competências gerais que devem ser desenvolvidas na Educação Básica, “compreender, utilizar e criar tecnologias digitais de informação e comunicação de forma crítica, significativa, reflexiva e ética nas diversas práticas sociais (incluindo as escolares) para se comunicar, acessar e disseminar informações, produzir conhecimentos, resolver problemas e exercer protagonismo e autoria na vida pessoal e coletiva.”²

Somos todos educadores. Tanto a família como a escola têm uma missão em comum. Por isso, é necessário envidar esforços para unir nossas consciências e alinhar nossas atitudes a fim de que, como adultos conscientes de nosso papel formativo, possamos construir uma cultura em que as competências socioemocionais de nossas crianças e adolescentes, bem como sua saúde mental, sejam asseguradas e preservadas, e com isso, os resultados no andamento e rendimento acadêmico sejam favorecidos.

1.2 Tendências e competências para a vida no futuro.

Quais são as tendências para o futuro? Quais são as competências essenciais que serão necessárias? Como tomar boas decisões diante de tantas incertezas?

Essas questões estão cada vez mais presentes em nossas vidas e não possuem respostas prontas ou únicas. Pesquisadores, filósofos, psicólogos, historiadores, sociólogos, economistas, escritores e profissionais das mais diversas áreas do conhecimento já se debruçaram

1. UNESCO BANGKOK. A Policy Review: Building Digital Citizenship in Asia-Pacific through Safe, Effective and Responsible Use of ICT. Paris: UNESCO, 2016. 15 p.

2. BRASIL. Ministério da Educação. Base Nacional Comum Curricular. Brasília, 2017.

e continuam se dedicando a estudos que visam oferecer caminhos que apaziguem as dúvidas e dilemas existenciais.

As referências educacionais do passado, já não mais nos servem hoje de forma absoluta ou podem não servir amanhã, pois com o dinamismo do mundo atual, as soluções encontradas podem ser facilmente superadas por novas realidades de forma cada vez mais acelerada.

Se por um lado, dispomos de muito mais informações, pesquisas e dados sobre diversos assuntos, por outro, nos sentimos sem parâmetros e respostas para nossas vidas. É possível encontrarmos, então, uma direção confiável para nossas ações cotidianas no que diz respeito à educação de crianças e jovens para os novos tempos?

Valores, propósito e sentido de vida se tornam temáticas essenciais em uma realidade em que os avanços da inteligência artificial, *machine learning* e das tecnologias de informação já existem. Um dos grandes desafios será conservar nossa humanidade e não nos perdermos em meio a algoritmos e recursos tecnológicos que nos tragam respostas prontas, sob o risco de perdemos nossa Humanidade, caindo no perigo da violência, da ironia, do descaso e do pessimismo, como aponta Rutger Bregman em sua obra “Humanidade – uma história otimista do Homem” (2021).

O jornalista Franklin Foer tem um livro bastante inquietante a este respeito e em seu próprio título já anuncia um dos nossos maiores perigos na atualidade. Em “O mundo que não pensa – A humanidade diante do perigo real da extinção do Homo Sapiens” (2019), ele nos alerta para uma ameaça real de nossas individualidades, de nossa privacidade e de nossa capacidade de pensar de forma autônoma, podendo levar-nos à conformidade.

Yuval Noah Harari, um grande historiador de nosso tempo, autor de *best-sellers* como “Sapiens – uma breve história da humanidade” (2020), e “Homo deus” (2016), nos faz o mesmo alerta: segundo ele, uma das grandes ameaças atuais é o “hackeamento” cerebral, ou seja, deixarmos de pensar, sentir, escolher nosso destino.

Se não temos respostas prontas e nem definitivas, podemos, por outro lado, buscar conhecimentos e indicadores que nos auxiliem a traçar um cenário futuro para nossos alunos de forma protagonista, humanizadora

e humanizada. Isso se traduz em políticas e práticas pedagógicas que nos direcionem e nos permitam construir, pelo menos em parte, o que queremos dentro de nossas escolas e na relação com as famílias, bem como o que iremos oferecer como legado institucional para a sociedade.

Considerando estudos e pesquisas sobre o futuro do trabalho e das profissões, podemos mapear algumas tendências, que serão discutidas a seguir, sem a pretensão de esgotar o assunto, muito ao contrário. O intuito é apontar algumas tendências e refletirmos sobre como podemos pensar sobre elas a fim de orientar as novas gerações com lucidez e compromisso com uma formação integral e integrada.

- *Cuidados com higiene e saúde física.* Após a pandemia, os cuidados com a nossa higiene tenderão a se manter em alta, gerando produtos e serviços que vão desde frascos divertidos e brindes para álcool em gel, até suplementos e vitaminas que nos prometem uma vida melhor, com mais força e vitalidade. A saúde e a qualidade de vida serão cada vez mais buscadas em produtos e serviços.
- *Bairrismo, nacionalismo, vida em “bolhas” ou nichos.* Com o fenômeno das redes sociais, tendemos a criar bolhas narcísicas que confirmam nossas crenças, valores e atitudes, tanto é que já se observa no mundo atual uma redução da empatia e um aumento de comportamento antissocial entre jovens. Sara Konrath, pesquisadora da Universidade de Michigan, faz este alerta a partir dos dados de suas pesquisas. Se por um lado, há uma perversa tendência a nos fecharmos ao novo e/ou ao outro, há sim ganhos em formar redes de relacionamentos mais poderosas com nossos vizinhos, seja para emprestarmos nossos aspiradores de pó, para pedir a indicação de um passeador de cachorros ou um psicólogo para algum familiar. Também veio a tendência, que muitos sentem hoje, de preferir o comércio local e uma menor circulação de carro pelas congestionadas vias de tráfego das grandes cidades.
- Busca por *autoconhecimento e equilíbrio emocional.* É fácil perceber hoje uma maior busca por livros, cursos, podcasts e influenciadores das mais diversas formações que nos tragam saberes, inspirações e referências para nos tornarmos mais belos, mais saudáveis, mais ricos, mais felizes. Nos últimos anos, cresceu a procura por terapias e entre elas, especialmente a psicoterapia.

Se no passado era quase uma vergonha precisar ir a um analista para cuidar de nossas emoções, hoje isso mudou bastante. Atletas, artistas e empresários mostram com mais facilidade suas vulnerabilidades, e com isso, os demais se sentem mais autorizados a buscar por autocuidados.

- *Empoderamento infantil e juvenil.* Enquanto no passado a infância era tratada de uma forma muito diferente, e os filhos (especialmente na entrada da adolescência) vestiam roupas parecidas com as de seus pais, sendo tidos até como uma “espécie de mini adultos”, hoje vivemos um verdadeiro frenesi com relação ao valor e à importância das crianças e adolescentes.

Eles passaram a ser vistos como fonte poderosa de receitas e as empresas investiram pesado numa valorização de sua opinião. Se por um lado tivemos avanços relevantes tais como o ECA – Estatuto da Criança e do Adolescente, bem como novas leis e cuidados para crianças e jovens em situação de vulnerabilidade, temos, por outro lado, visto um aumento da superproteção, do mimo, de uma busca de privilégios e vantagens para essas mesmas crianças e jovens por parte de seus cuidadores. Além disso, é fácil de ver um grave abandono de muitas crianças e adolescentes às telas por parte de algumas famílias, tornando-os frágeis sob o ponto de vista físico e mental.

- *Complexidade, vida em paradoxo, angústia.* A história é sempre feita de rupturas, saltos, inovações que mudam o curso dos acontecimentos. O ditado que diz que a única constante no universo é a mudança, se aplica bem para entender que nossas vidas já não seguem, e seguirão cada vez menos, narrativas estáveis e seguras nas quais possamos nos apoiar para construir nossas escolhas e decisões mais cruciais. Se há décadas muitas pessoas organizavam suas vidas de fora para dentro (o Estado, a sociedade, a família, nos diziam como viver, conviver e trabalhar), hoje temos um cardápio muito atraente de escolhas e possibilidades feitas sob medida, que no lugar de nos fazerem mais felizes, têm gerado mais infelicidade. Além disso, observamos um aumento generalizado das nossas opções, como nos aponta o psicólogo de Harvard Barry Schwartz em sua obra “O paradoxo da escolha” (2014). Outro psicólogo e professor, Tal Ben-Shahar, em seu livro “Seja mais feliz” (2018), demonstra que hoje em dia o desejo de fama e ganho material, cada vez mais presente nas novas gerações, têm colaborado com o declínio da sensação de satisfação com a vida, apesar de termos muito mais acesso a bens ou serviços do que no passado. Além disso tudo, como nos comparamos cada vez mais nas

redes sociais, nossa sensação é de que estamos sempre devendo a um ideal ou ao outro, o que tem inclusive um termo, o chamado **FOMO** - *Fear of Missing Out*.³

- *A ditadura do “leve”.* Com uma vida cada vez mais apressada, vivemos no que o filósofo sul-coreano Byun- Chul Han chama de “Sociedade do Cansaço” (2019), um de seus livros mais famosos. Justamente pelo afã de ficar por dentro de tudo e não perdermos tempo, caímos facilmente no perigo da superficialidade. Livros, revistas e demais publicações têm oferecido cada vez mais recursos imagéticos, ilustrações e vídeos no lugar de leitura. Esta tendência pode contribuir, junto a outra, que é a busca pelo “fun”, por meio de uma cultura do “leve”, a uma superficialidade cada dia maior em nossas vidas. O jornalista Nicholas Carr, em sua obra “O que a internet está fazendo com os nossos cérebros – a geração superficial” já nos alertava sobre isso em 2011. Carr aponta algo importante quando diz que:

“Os computadores, como assinalou Joseph Weizenbaum, seguem regras; eles não fazem julgamentos. Em lugar da subjetividade, eles nos dão fórmulas. A história apenas revelou o quão profético Weizenbaum havia sido quando, décadas atrás, alertou-nos que, à medida que nos tornássemos mais acostumados e mais dependentes de nossos computadores, seríamos tentados a confiar a eles “tarefas que exigem sabedoria”. E, uma vez que fizéssemos isso, não haveria como voltar atrás [...]”

Seria muito triste, particularmente no que se refere ao cultivo das mentes de nossos filhos, se aceitássemos sem questionar a ideia de que “elementos humanos” são ultrapassados e dispensáveis...” (Carr, 2011, p.303)

- *Envelhecimento da população.* Nossa longevidade se expande a olhos vivos em diversas partes do mundo. Viveremos cada vez mais. Esta tendência poderia ser celebrada fortemente não fossem suas consequências diversas para as quais não temos nem respostas, nem políticas públicas adequadas. Quem irá sustentar estas populações?

3. FOMO, sigla em inglês para “Fear of Missing Out”, refere-se ao medo de perder algo ou ficar de fora de uma experiência, evento ou oportunidade considerados valiosos ou significativos. Essa ansiedade é frequentemente associada ao uso das redes sociais e à constante exposição a informações sobre atividades ou acontecimentos nos quais a pessoa não está envolvida, gerando um sentimento de inadequação ou insatisfação por não estar presente ou participar desses momentos.

Como viverão seus dias, sendo que o mercado de trabalho deverá (ou tenderia) a absorver os mais novos? Qual será o sentido de suas vidas diante de uma realidade em que novas tecnologias tenderão a estar mais e mais presentes e frequentemente os idosos são os últimos a dominá-las? Como lidar, seja do ponto de vista da saúde física, como mental, de bilhões de idosos num mundo em que apresenta cada vez mais escassez de recursos naturais? Sem preparo adequado, sem a formação de uma consciência de que o elemento humano, o acolhimento, a empatia e a compaixão são aspectos cruciais de nosso tecido social e de nossa felicidade, facilmente poderemos ver no idoso um problema e não uma parte essencial de nosso mundo, de nossas histórias, de nosso compromisso com o que há de mais precioso em nós: a capacidade de amar e cuidarmos uns dos outros.

Diante de tudo o que foi exposto, fica evidente que as competências socioemocionais serão cada vez mais necessárias, justamente para preservar nossa humanidade, e por que não dizer, o destino da própria Humanidade.

É notável que as famílias também deverão fazer parte da formação destas mesmas competências, sob o risco de tanto o andamento, como o rendimento escolar, ficarem a desejar, uma vez que é a partir da parceria efetiva entre a família e a escola que se desenvolvem ambos os fatores.

Como então envolver as famílias para que se mantenham como parceiras desta missão que nos une e beneficia mutuamente? Este é o tema discutido a seguir.

1.3 O valor da unidade institucional entre as Escolas Maple Bear para o andamento e o rendimento escolar e seus impactos na saúde mental dos envolvidos.

Escola e família são como as margens de um rio: vão direcionar o fluxo de desenvolvimento das crianças e jovens. Se estas duas margens se afastam, o rio diminui de fluxo, fica raso ou até mesmo seca, os alunos se sentem desprotegidos, desmotivados, sem rumo. Se elas colidem, eles se sentem perdidos ou sufocados.

Alinhar valores e olhares é essencial para a sustentabilidade e longevidade de qualquer organização, ainda mais as que operam em duas frentes complementares como a escola e a família.

Para que se tenha um senso de cooperação, parceria e cumplicidade, não significa que estas duas instâncias, tão diferentes em seu cotidiano, devem concordar em todos os aspectos, mas sim, que todos os esforços sejam feitos para criar e sustentar um senso de apoio mútuo em relação aos pilares da educação que se busca.

É essencial um alinhamento, nos mais diversos aspectos do cotidiano, da sala de aula e da sala de casa. Para que se construa uma educação integral, capaz de preparar as novas gerações para um mundo cada vez mais veloz, tecnológico, complexo e exigente, precisamos ser um modelo de ação integrado entre seus diversos agentes.



02



Relações entre família e escola

2.1 Considerações sobre a importância da aliança família-escola.

Todos sabemos que na relação entre famílias e escola podem ocorrer ‘nós’, gargalos, discórdias e antagonismos. Nossa convite é para que estendamos nossas mãos e deixemos nossos corações e mentes abertos para superar os antagonismos com protagonismo, construindo novos laços, novas pontes e novas possibilidades.

Para nos tornarmos agentes ativos e proativos da história que construiremos com as famílias, precisamos, antes de tudo, de uma boa dose de empatia para que, a partir dela, formemos e mantenhamos relações sadias e construtivas com elas. Assim deixamos de lado as idealizações da família irreal, que não temos (nem nunca teremos) e poderemos nos relacionar bem com a família real que se apresenta diante de nós.

O que é ser um familiar hoje em dia? Pelo menos quatro características se fazem notar bem claramente.

- Uma **reificação das crianças e adolescentes**, que passaram a se tornar o “totem narcísico” de muitas famílias. Isso é hoje associado a um desejo cada vez mais presente de ser o melhor amigo dos filhos, de fazer os filhos felizes e não deixar as crianças ou adolescentes tristes. Pedidos descabidos dos familiares aos educadores revelam uma crença de que sofrer, se frustrar, esperar, são indesejáveis e intoleráveis. De onde vem isso? Existe hoje uma grande busca narcísica em muitas famílias que, cada vez mais conectadas nas redes sociais, tendem a se apoiar na ideia de que expor conquistas, fotos das crianças e jovens em momentos de sucesso, beleza, poderiam contribuir para que se sentissem especiais, porém, o efeito acaba sendo o oposto ao desejado. A psicóloga Carol Dweck nos ensina, em seu livro “Mindset: A nova psicologia do sucesso” (2017), que é preciso desenvolver o elogio inteligente, ou seja, valorizar comportamentos e atitudes que estejam alinhados a valores e competências socioemocionais.

• **Consumismo.** Vivemos a todo tempo uma enxurrada de propagandas e motivações para um consumismo, dentro de uma economia que prega um imediatismo, num ciclo que se retroalimenta. Se antes precisávamos ir até uma loja, hoje são elas que nos alcançam em nossos celulares e redes sociais e nos oferecem sedutoramente as mais diversas opções de produtos e serviços. Os pais e mães de hoje, muito frequentemente, se colocam dentro de um papel de clientes-que-tem-sempre-a-razão, segundo seus próprios critérios. Eles dizem querer uma educação baseada em valores, que almejam a formação de bons seres humanos, mas não raro, cobram um dia a dia na escola sem frustração, sem esforço. Assim, a conta não fecha.

• **Comparação social e mídias violentas.** Um outro fator que molda o pensar, o sentir e o agir de familiares e sua relação com a escola é a lente da realidade a que esta mesma família tem acesso em seu dia a dia, que é também paradoxal. Nas redes sociais observa-se uma enorme comparação, cada um mostrando seu- filho-mais-perfeito-do-que-os-outros e de outro, uma abundância de notícias que retratam as mais diversas formas de violência, descaso, cinismo e abandono. Séries de televisão, programas em rede nacional, os jogos mais consumidos, muito disso tem como cenário central esses mesmos temas, gerando medo, vertigem e esgotamento dos pais e mães. Ansiosos, tristes, desamparados, culpados e preocupados, temos o pano de fundo perfeito para o protocolo da negação em relação ao uso indiscriminado, abusivo e insalubre das tecnologias, que tem gerado efeitos altamente preocupantes em nossas crianças e adolescentes. Quando um professor, isoladamente, tenta falar com uma mãe a este respeito, quando um psicólogo, isoladamente, faz um alerta, o que em geral se tem, quando o assunto são as onipresentes novas tecnologias, é um sistema que opera da seguinte forma, segundo Desmurge:

Primeiro se nega (os perigos do uso excessivo de tecnologias); mais tarde, quando continuar com esta estratégia já é verdadeiramente difícil, se minimizam os dados, se lança uma voz de alerta contra a culpabilização que se está fazendo dos usuários, se apela para a liberdade dos consumidores, se apela ao senso comum, se denuncia o caráter exagerado, alarmista, reacionário, moralizante ou totalitário das campanhas e sobretudo se lançam dúvidas sobre a validade, honestidade ou coerência dos resultados apresentados (para um uso mais consciente e sadio) (Desmurge, 2020, p.23, tradução nossa).

• **Efeito manada.** Dentro deste mundo tão acelerado, apressado, cada dia mais superficial e com poucas referências, abrem-se as portas para as opiniões oriundas do senso comum, as quais nos levam a desenvolver uma mentalidade que culmina em falas como “Todo mundo faz”, “É difícil fazer diferente”, “Eu sou o cliente e quero do meu jeito”, entre outras. O efeito manada, a tendência a fazer o que todo mundo faz é inerente à condição humana, ela nos alivia o peso de fazer escolhas, debater com os filhos, pensar por nós mesmos.

Por todos esses motivos, precisamos rever, repensar, recriar nossas estratégias de relacionamento com os familiares, saindo, nós também, da ilusão de querermos o melhor das famílias que nos procuram em nossas escolas, para aprendermos a nos relacionar dentro de um prisma que comprehende e busca o melhor, dentro do que é possível, com pais e mães reais que aqui estão nos escolhendo para participar da vida de seus filhos.

Isso significa vencer a ilusão de que aquilo que é óbvio para os educadores deveria ser óbvio para os familiares. Nada mais é óbvio e ululante, verdades simples e preciosas precisam ser retomadas com vistas ao bom desenvolvimento de crianças e adolescentes.

Uma boa dose de compreensão da realidade das famílias pode ser a base para a transformação do relacionamento com elas, para melhor. A partir disso, encontra-se espaço para a empatia, para a compaixão e para a cooperação.

Lidar de forma humanizada e criativa com as famílias reais da atualidade nos permite entrar em seu contexto com uma atitude de abertura para formar e manter um bom relacionamento: humanizado e humanizador, que se traduz em:

1. Amorosidade. Mostrar que realmente se importa com os alunos/ filhos, ressaltando a importância da parceria com os familiares. “Que bom podermos conversar sobre seu filho”; “Nós temos muito carinho pelo João e ambos queremos que ele supere este momento que está vivendo...”.

2. Mostrar apreço pela oportunidade de conversar. “Obrigado por ter vindo nos visitar”, “Que bom que conseguimos este momento para trocar ideias sobre _____”.

3. Começar uma reunião com os familiares ressaltando aspectos positivos dos filhos. "Veja que interessante, esta semana sua filha mostrou uma atitude muito especial na aula de artes, quando ela _____".

4. Comentar sobre o seu propósito e o quanto se importa com sua missão profissional. "Sou Carlos, professor de _____ e este ano, em especial, nosso foco se destina a _____".

5. Perguntar sobre o dia a dia da família, com vistas a entender como estão percebendo a criança, como anda o clima da casa, os relacionamentos e interações do aluno fora do contexto escolar. "Aproveitando que estamos juntos neste momento, gostaria de ouvir como está o dia a dia de vocês, como tem sentido o humor e a disposição do Lucas com relação aos estudos, e se há alguma novidade importante que esteja acontecendo na família de vocês que seja relevante para compreender o momento dele".

6. Evidenciar avanços que o aluno obteve, ou contextos em que competências socioemocionais ou outras foram apresentadas. "Este mês, temos nos dedicado ao projeto _____, que procura contribuir com o desenvolvimento das competências da empatia e do trabalho em equipe, e neste quesito, a Sophia mostrou um avanço muito bom em relação ao que ela mostrava no passado, pois está menos _____ e nós ficamos felizes com isso".

7. Demonstrar empatia sobre uma situação relatada, não apontando o dedo para os familiares ou colocando a criança como um "problema" a ser resolvido. "Todos nós enfrentamos, em certo momento da vida, alguma dificuldade, e temos sentido que atualmente a Marina tem estado com muita energia e parece ter uma certa dificuldade de lidar com isso, especialmente quando é contrariada. Ela mordeu os colegas de sala em alguns momentos. Parece que ela ainda não está encontrando outras saídas para lidar com as frustrações, com a espera, com o fato de ter que dividir suas coisas e espaços. Todos queremos ajudá-la a encontrar recursos melhores do que morder ou machucar os coleguinhas dela. Você têm alguma ideia disso?", "O que já tentaram neste sentido?".

8. Diante da necessidade de um acompanhamento extra-escolar, tal como fonoaudiólogos, psicólogos ou outros profissionais, **orientar os pais a buscarem esse auxílio**, ou fornecer materiais de estudo e

consulta para os familiares saberem como e onde encontrar ajuda. "Nós selecionamos algumas leituras, eis também algumas dicas e fontes de consulta, para auxiliá-lo na busca de um profissional adequado".

9. Terminar a conversa com propostas claras dos próximos passos, com dicas escritas e/ou compartilhadas.

Esses aspectos podem colaborar para nossas relações com as famílias, adaptando-as de acordo com o estilo de cada profissional, bem como as situações vividas. Elas seguem princípios de comunicação assertiva, de carisma e visam a boa manutenção de vínculos com base em reafirmar a importância de todos conviverem de forma pacífica, harmoniosa e sadia, e a confiança no poder do diálogo e da parceria.

A relação com as famílias é menos sobre o que queremos delas e mais sobre o que elas esperam e precisam de nós, dentro de uma inversão paradoxal logoterápica, ou seja, o sentido que daremos às relações que estabelecemos com as famílias depende essencialmente da nossa atitude diante dela.

2.2 Clareza na construção do contrato de direitos e deveres na relação entre família e escola.

Como vimos até agora, quando há confiança entre a família e a escola, podem existir diferenças, mas elas são conversadas, debatidas, negociadas entre os adultos. Há um arranjo que harmoniza olhares e atitudes fazendo com que as coisas andem como devem ser.

Assim, é válido dedicarmos esforços para que os adultos (família e escola) construam e honrem um contrato claro de direitos e deveres de ambos os lados que resulte em um clima de paz e tranquilidade para todos. Quando faltam essas duas condições, aumentam as chances de confrontos, e assim, o cérebro humano não funciona bem.

À medida que ambas as partes estejam conscientes de seu papel e de sua importância, propomos que o contrato entre família e escola seja lido a cada rematrícula e esteja à vista na recepção da instituição. De tempos em tempos, ele pode ser relembrado, reafirmado, reforçando assim, a missão mútua de formar os melhores seres humanos para o mundo, colaborando com a formação de uma cidadania engajada com o bem comum e valores humanos universais.

Uma relação saudável e funcional tem estas duas dimensões:

- **A importância** (cada parte se sente vista, notada, considerada, importada para dentro da outra).
- **A confiança** (que se traduz por um fio condutor que permite a ambas estarem sob a mesma missão, submetendo-se consciente e responsável ao bem comum e aos valores, regras, sistemas acordados e combinados).

Dentro deste espírito, manter um acordo de direitos e deveres aclarado pode favorecer enormemente as relações, justamente porque em vez de colocar nas costas de cada professor certas decisões sobre como viver e conviver no ambiente escolar, no lugar de sermos reféns da opinião ou do desejo de cada criança ou familiar, assumimos todos um *modus operandi* e um *modus vivendi* que conduzem nossas relações e nos dão clareza e segurança e com isso, ganhamos serenidade e assertividade em nossas ações.

No livro “A síndrome do Imperador” (2019), lembramos que, ao escolher a instituição onde os filhos irão estudar, a família precisa ter clareza de seus direitos e deveres para que os combinados, uma vez evidenciados, possam ser melhor incorporados e compartilhados na prática diária.

O quadro a seguir apresenta uma proposta para aclarar e alinhar direitos e deveres das famílias e das escolas. Utilize estas diretrizes para compor o **contrato entre família e escola** de sua unidade e trazer clareza para o seu público sobre como sua escola se compromete e cuida desta relação de parceria.

DIREITO DAS FAMÍLIAS

- Ter acesso ao modelo educacional da instituição em linguagem clara e acessível.
- Receber orientação pelos canais de comunicação oficiais da escola sobre assuntos diversos, tais como administrativos, educacionais, relacionados à saúde, segurança e outros.
- Ser ouvido quando oferecer sugestões de melhorias em processos educacionais ou pedagógicos.

- Ter conhecimento de quais conteúdos estão sendo ensinados aos seus filhos e ser informado sobre como pode acompanhar seu aprendizado ou favorecer o desempenho dos filhos.
- Conhecer o calendário de atividades dos filhos e ocasiões em que sua presença será requerida, seja em situações on-line ou presenciais.
- Receber retorno sobre solicitações ou sugestões.
- Ter respeitados seus valores e crenças culturais e religiosas.
- Ter a garantia de que a escola conta com profissionais preparados para sua missão profissional.
- Verem atendidas necessidades educacionais específicas do filho, dentro dos parâmetros da lei.
- Receber por escrito o tempo estimado de desenvolvimento das tarefas de casa e demais trabalhos para verificar o uso sadio de tecnologias por parte dos filhos, caso estas necessitem uso de dispositivos eletrônicos.
- Ter um bom equilíbrio entre atividades escolares on-line e em papel, preservando a saúde mental dos filhos e suas necessidades de cuidados para um bom desenvolvimento.

DEVERES DAS FAMÍLIAS

- Mostrar interesse pelo andamento e rendimento escolar dos filhos.
- Ter pelo menos um horário semanal para conversar com os filhos sobre como eles estão se sentindo com relação a si mesmos, à vida, em seu cotidiano familiar, como estão os seus relacionamentos na escola, o que estão aprendendo, suas conquistas, avanços e necessidades.
- Respeitar a filosofia, o método, as regras e os valores da escola.
- Analisar e debater com o filho sobre necessidades de mudanças de comportamento e atitudes com relação a si mesmo, colegas, à escola ou outros temas que sejam informados pelo corpo escolar.
- Organizar a vida da família de modo a favorecer a realização das tarefas escolares.
- Debater com o filho sobre o valor de aprender, incentivando a gratidão pela oportunidade de estudar e o gosto por evoluir como pessoa, como aluno, como cidadão e como futuro profissional.

- Transmitir, praticar e reforçar valores éticos e morais e estimular que os filhos se comportem de forma digna e respeitosa em todas as ocasiões e com todas as pessoas.
- Estar atento aos comunicados e solicitações emitidos pela escola e manter atualizados seus cadastros nos canais de comunicação oficiais.
- Dedicar esforços para a formação de uma flexibilidade cognitiva e uma mentalidade proativa, de processo: “Filho, você ainda não conseguiu, mas tem capacidade!”, “Na próxima vez, você pode tentar algo novo, que tal?”, “O que ainda não foi feito com relação a isso?”, “O que podemos aprender com isso?”, “Que lições podemos levar desta situação?”, “Como podemos lhe ajudar com esta situação?”, “Que mudanças você pretende fazer no modo, no horário ou no jeito que fez esta lição para obter melhores resultados no futuro?”.
- Analisar as rotinas escolares e extracurriculares do filho evitando excessos que sobrecarregam a agenda dele, bem como períodos de abandono.
- Informar à escola sobre qualquer situação que o filho ou a família esteja passando que possam interferir no andamento ou rendimento escolar.
- Seguir as orientações da escola quanto ao uso consciente e saudável das tecnologias, dentro e fora da escola.

Nas próximas páginas, você terá acesso a dois formulários que foram elaborados para o trabalho de conscientização com as famílias sobre o uso saudável de telas. Após o preenchimento dos formulários, deve-se calcular um resultado por meio da soma dos pontos alcançados pela família. Cada pontuação, ou resultado, se encaixa dentro de um dos diferentes perfis apresentados ao final do formulário preenchido, os quais objetivam sinalizar e sugerir um possível caminho de reflexão a ser seguido.

PEF – PERFIL DE ENGAJAMENTO FAMILIAR QUANTO AO USO SAUDÁVEL E CONSCIENTE DAS TECNOLOGIAS

ETAPA 1 – CONSCIÊNCIA

Convidamos você a responder o questionário abaixo para fazer uma reflexão guiada sobre seu grau de consciência, comportamento e atitudes mediante ao uso saudável de tecnologias

Assinale suas respostas, com a maior sinceridade possível, a partir da escala abaixo:

0 = nunca 1 = raramente 2 = poucas vezes 3 = a maior parte do tempo 4 = sempre

Diretriz	Quanto me Identifico
1. Tenho consciência dos efeitos nocivos do uso excessivo de telas para o desenvolvimento de meu filho, considerando a faixa etária em que ele se encontra.	
2. Reconheço que um uso abusivo de telas e tecnologias pode prejudicar o sono e a disposição para aprender.	
3. Entendo que um uso abusivo de telas e tecnologias pode atrapalhar o foco e a atenção do meu filho.	
4. Sei que o aprendizado e a memória de meu filho poderão ser prejudicados pelo uso inadequado de telas e tecnologias.	
5. Consigo entender como um uso indevido de telas e tecnologias pode interferir no aumento da violência e na irritabilidade de meu filho.	
6. Entendo que um uso inadequado de telas e tecnologias pode afetar negativamente o desenvolvimento da linguagem do meu filho.	
7. Percebo que tanto a obesidade quanto a saúde física de meu filho podem ser afetadas se ele fizer uso insalubre de telas e tecnologias.	

8. Reconheço que a inteligência emocional de meu filho poderá ser prejudicada se ele fizer um uso indiscriminado de telas e tecnologias.	
9. Sei que um uso inadequado de telas poderá prejudicar o rendimento escolar de meu filho.	
10. Consigo entender que o controle de impulsos de meu filho pode ser reduzido pelo uso excessivo ou inadequado de telas.	
11. Entendo que a felicidade, o bem-estar, e a autoestima de meu filho podem ser negativamente afetados pelo uso excessivo de tecnologias.	
12. Entendo que, como adulto, sou o modelo no qual meu filho se inspira e procuro também rever meu uso de telas e tecnologia para ser uma pessoa com atitudes inspiradoras a ele.	

Instruções: após o preenchimento do formulário, você deve somar os números de suas respostas e verificar a qual perfil listado abaixo você se assemelha.

33 a 48 – Parabéns, você está no caminho certo! Com este nível de consciência você terá grandes chances de formar filhos mais serenos, saudáveis e responsáveis quanto ao uso da tecnologia. Cuidados essenciais por parte dos familiares impactam no andamento e rendimento escolar, além da saúde mental e física que são beneficiadas.

16 a 32 – Vale a pena refletir sobre algumas das suas respostas. Você já andou um bom caminho no desenvolvimento de uma consciência e responsabilidade quanto ao uso da tecnologia, mas considere refletir sobre a possibilidade de analisar se alguns dos seus hábitos e atitudes poderiam ser modificados para cuidar da saúde física e mental de seus filhos, bem como favorecer o andamento e rendimento escolar deles.

0 a 15 – Que bom que você está aqui e é possível rever e aprender questões importantes da tecnologia. Parece que ainda há um bom

caminho a ser percorrido para realmente construir uma consciência que favoreça o desenvolvimento integral e integrado dos seus filhos. Sempre é tempo de revermos e repensarmos alguns hábitos e atitudes, ainda mais que os questionamentos em relação ao uso das tecnologias é muito recente.

ETAPA 2 – COMPORTAMENTOS, ATITUDES E ESTILO DE VIDA

Assinale suas respostas, com a maior sinceridade possível, a partir da escala abaixo:

0 = nunca 1 = raramente 2 = poucas vezes 3 = a maior parte do tempo 4 = sempre

Diretriz	Quanto pratico estas atitudes
1. Insisto para que sejam desabilitadas as notificações das telas (celulares, computadores, laptops ou tablets) com as quais meu filho faz suas atividades escolares.	
2. Baseado em leituras realizadas por iniciativa própria, tenho conhecimento quanto ao tempo de uso de telas recomendado por dia, a depender da faixa etária.	
3. Definimos nossos valores mais relevantes, traduzimos para a prática e procuramos envolver nossos filhos no cultivo destes valores.	
4. Cultivo a prática de não termos telas digitais nos quartos.	
5. Fazemos refeições sem telas.	
6. Crio momentos semanais sem telas.	
7. Passeamos sem telas, pelo menos a maior parte do tempo.	
8. Temos um costume de não usar telas pelas manhãs, antes de ir para a escola.	

9. Não usamos telas à noite, logo antes de deitar. Desligamos tudo pelo menos 1h30min antes de ir para a cama. Procuramos preservar o tempo adequado de sono.	
10. Verifico os conteúdos inadequados que potencialmente existem em perfis seguidos e nas mídias sociais que meu filho utiliza em busca de propagandas ou menções inadequadas a temas como violência, tabaco, conteúdos sexuais e outros que merecem minha atenção.	
11. Temos nossos momentos de leitura de livros e revistas em papel.	
12. Reduzo ao máximo a exposição de meu filho nas telas de minha própria rede social.	
13. Fazemos pequenas pausas durante o dia, sem tela.	
14. Temos um quadro com os combinados da família sobre uso das tecnologias.	
15. Temos momentos em que ficamos em paz com o silêncio, o tédio, o “fazer nada”.	
16. Cultivamos o “Deep learning” (aprendizagem profunda), ocasiões em que lemos algo por um bom tempo, aprendemos algum assunto de interesse com foco total, escutamos uma música de qualidade com presença efetiva ou contemplamos a natureza.	
17. Procuramos, de tempos em tempos, estar o mais perto possível da natureza, especialmente nos finais de semana ou feriados.	
18. Faço uma curadoria de quem eu mesmo sigo nas minhas redes sociais. De vez em quando me pergunto: por que seguir esta pessoa? Qual o valor que ela agrupa para minha vida? O que ela traz de bom para minha vida, carreira ou outro aspecto? Insisto em reflexões assim com meu filho.	
19. Temos uma caixa de <i>detox</i> (de desintoxicação) da tecnologia, ou algum outro sistema para criar momentos de presença em nossa convivência.	
20. Debato com meu filho sobre meus propósitos pessoais e profissionais.	

21. Mantemos o hábito de fazer uma coisa por vez, com foco total.	
22. Praticamos alguma atividade de meditação ou mindfulness (atenção plena) para relaxamento ou aumento da concentração e do foco.	
23. Oriento que meu filho estude com postura ereta, boa iluminação e sem distratores.	
24. De tempos em tempos, temos conversas profundas e abertas nas quais debatemos nosso relacionamento. Falamos sobre temas tais como: o que há de melhor no nosso relacionamento? O que está funcionando em termos de posturas, hábitos e rotinas? Que programas ou situações queremos viver mais, menos ou de forma diferente para ficarmos ainda melhores entre nós?	
25. Temos algum momento em que expressamos abertamente a gratidão, seja de um de nós em relação aos outros, seja com relação a outras pessoas, ou à vida.	
26. De tempos em tempos, verifico se o tempo estipulado para uso de telas está sendo cumprido e debato ajustes que se façam necessários neste sentido.	
27. Exijo que meu filho assista às aulas ou participe de atividades educacionais on-line com a tela ligada, com vídeo aberto.	
28. Meu filho faz atividades físicas, pelo menos 3 vezes na semana.	

Instruções: após o preenchimento do formulário, você deve somar os números de suas respostas e verificar a qual perfil listado abaixo você se assemelha.

85 a 112 – Parabéns, você está no caminho certo! Com este nível de conhecimentos você tem grandes chances de formar filhos mais serenos, saudáveis e responsáveis quanto ao uso da tecnologia. Cuidados essenciais por parte dos familiares impactam no andamento e rendimento escolar, além da saúde mental e física que são

beneficiadas. Você já andou muito na construção de um cotidiano positivo neste sentido.

56 a 84 – Você está no caminho certo. Que bom perceber que muitos dos seus comportamentos, atitudes e estilo de vida já estão de acordo com uma forma de se relacionar com a tecnologia que se mostra mais sadia e responsável. Continue assim e lembre que ainda há uma boa jornada pela frente, com muitos aprendizados.

28 a 55 – Você já andou um bocado, certamente, mas ainda há algumas questões que merecem mais da sua atenção no que diz respeito ao uso consciente e saudável das tecnologias. Seu estudo sobre o tema pode contribuir para aprimorar o cotidiano de seus filhos para que seus comportamentos, atitudes e estilo de vida sejam mais sadios e responsáveis.

0 a 27 – Ainda há um bom caminho a ser trilhado. Sugerimos que considere a possibilidade de ajustar seus comportamentos, atitudes e estilo de vida com relação ao uso saudável e consciente da tecnologia em sua vida familiar. Há cuidados que seus filhos merecem e esperamos que, como escola, possamos lhe inspirar para buscar novas informações sobre o tema.



03



Na prática

Na prática, não há ainda um consenso científico definitivo sobre o uso adequado de telas no ambiente escolar. O que sabemos hoje é que o brasileiro passa em média 9 horas e 32 minutos por dia diante de telas (Proxyrack, 2023). Existem duas referências norteadoras nas quais nos baseamos para apontar caminhos que nos deem alguma clareza e segurança de como equacionar a relação das novas tecnologias no ambiente escolar. Elas são elencadas abaixo e como é possível perceber, há dissonâncias entre as duas e também, um outro fator limitador, é o dado de que essas orientações foram criadas no momento pré pandêmico e não feitas exclusivamente para ambientes escolares. Definir o uso adequado/satisfatório, o manejo saudável ou insalubre da tecnologia deve levar em conta os dados existentes na academia e também o posicionamento institucional de cada escola. A Rede Maple Bear, assume então, a partir dos dados que se tem hoje sobre saúde integral, um posicionamento descrito a seguir. Estes tempos de tela seriam destinados aos cuidados com familiares, sendo que em relação ao uso das tecnologias nos ambientes escolares, segue o racional da planilha que está mais adiante.

A Sociedade Brasileira de Pediatria (SBP) traz em seu Manual de Orientação #MENOS TELAS #MAIS SAÚDE, recomendações sobre o tempo de uso de tela, dentre outras ações:

- Evitar a exposição de crianças menores de 2 anos às telas, sem necessidade (nem passivamente!).
- Crianças com idades entre 2 e 5 anos, limitar o tempo de telas ao máximo de 1 hora/dia, sempre com supervisão de pais/cuidadores/responsáveis.
- Crianças com idades entre 6 e 10 anos, limitar o tempo de telas ao máximo de 1-2 horas/dia, sempre com supervisão de pais/responsáveis.
- Adolescentes com idades entre 11 e 18 anos, limitar o tempo de telas e jogos de videogames a 2-3 horas/dia, e nunca deixar “virar a noite” jogando.
- Para todas as idades: nada de telas durante as refeições e desconectar 1-2 horas antes de dormir.

O pesquisador Michel Desmurget (2021), a partir da literatura científica, coloca que a idade é fator importante para se definir o tempo de uso por dia:

- Antes de 6 anos = 0 tempo de tela
- Entre 7 e 12 anos = até 30 minutos diários
- Dos 13 aos 18 anos = até 60 minutos diários

Ao entendermos que o processo educacional perpassa um desenvolvimento baseado em trocas humanas no qual a criança e o jovem se desenvolvem em um ambiente cercado de aprendizados sociais, cognitivos e linguísticos constantes, recomendamos, de acordo com nossas pesquisas, que as atividades encaminhadas em meios digitais tenham uma participação restrita ao máximo de 50% do tempo de aula até o final do Year 9. É importante que as atividades estruturadas para um contato “olho no olho”, “mão na massa”, ou por meio de metodologias ativas tenham preponderância e sejam as principais táticas pedagógicas utilizadas pelos professores em sala de aula.

Visando um sistema prático, que preserve a saúde física e mental de nossas crianças e adolescentes, e ao mesmo tempo permita clareza e unidade de propósitos e atitudes quanto ao uso das tecnologias no ambiente escolar, propomos um sistema chamado de 3S. Ele se baseia na seguinte premissa: uma análise crítica do uso das TIC's deve ser feita considerando os elementos de Saúde, Segurança e Serenidade.

De acordo com referências propostas pela UNESCO, Fórum Econômico Mundial e ONU, a Maple Bear pretende, ao longo do seu programa educacional, desenvolver as seguintes habilidades de aprendizagem e hábitos do trabalho:

- Iniciativa e organização
- Colaboração
- Criatividade e imaginação
- Resolução de problemas
- Responsabilidade social e emocional
- Habilidades de inovação e tecnologia
- Cidadania global

Como sabemos, para que ocorra uma efetiva internalização e uma consequente construção vital destas habilidades e hábitos, é importante utilizarmos valores norteadores como uma bússola moral que nos guie, indicando usos conscientes, responsáveis e saudáveis da tecnologia. Para isso, utilizaremos um esquema visual explicitando a conexão entre atitudes dos alunos e valores da Maple Bear.

Se algo afeta a saúde física e/ou mental, se uma ação ameaça a segurança dos estudantes e nos tira a serenidade na educação, isso passa a ser entendido como um farol vermelho, ou seja, contraindicado.

Se um comportamento é desejável ou benéfico, ele passa a ter a categoria verde.

Quando depender apenas do contexto ou da situação educacional, sem uma referência clara, atribuímos o farol amarelo.

As referências usadas para tais itens levam em conta critérios científicos (dados estatísticos relevantes que defendem determinado ponto de vista), acadêmicos (conhecimentos profundos de determinada área que aponta certa direção) e valorativos (ligados aos valores institucionais da rede).

VALORES:

1. Autoconhecimento

2. Empatia

3. Excelência

4. Autonomia

5. Comprometimento

6. Criatividade

7. Pensamento crítico

8. Cooperação

9. Responsabilidade

10. Curiosidade

11. Confiança

12. Flexibilidade

Atitude	Sugestões/Considerações	Valores Institucionais
<ul style="list-style-type: none"> • Assistir aula com celular na mão 	<p>Se não for extremamente essencial ou que agregue valor ao conteúdo e às interações entre os alunos, é dispensável e pode se tornar uma fonte de distração, principalmente quando não monitorado de forma adequada. Além disso, existem outras ferramentas como tablets e computadores que podem ser utilizados.</p>	<p>Podem ser prejudicados os valores:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Empatia - Excelência - Comprometimento - Pensamento crítico - Responsabilidade
<ul style="list-style-type: none"> • Usar telas no refeitório 	<p>Hoje se sabe que há uma conexão entre a mente e o corpo, são uma unidade completamente interligada. O momento de uma refeição oportuniza a socialização: esperar sua vez, mostrar cortesia, praticar hábitos de higiene, cuidados com o ambiente e com os demais. Também é uma hora para praticarmos a presença, um elemento que favorece nossa fisiologia e até a absorção dos alimentos. A partir de uma alimentação consciente e atenta evita-se a carência de nutrientes importantes (comer aquilo que não precisamos de maneira acelerada ou superficial) e mesmo a obesidade, que pode ser potencialmente decorrente do hábito de não prestar atenção àquilo que se está ingerindo.</p>	<p>Podem ser prejudicados os valores:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Empatia - Curiosidade - Cooperação
<ul style="list-style-type: none"> • Assistir aula on-line com câmera fechada 	<p>Não deve ser permitido, isso é ruim para quem está apresentando/falando, gera menos conexão visual entre o grupo e cria o <i>phubbing</i> – ato de esnobar (<i>snubbing</i>) –, tornar o outro desimportante por meio de phone.</p>	<p>Podem ser prejudicados os valores:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Empatia - Excelência - Comprometimento - Cooperação - Pensamento crítico - Responsabilidade - Curiosidade - Confiança

<ul style="list-style-type: none"> Entregar trabalhos digitalizados sem fonte, ou que denotem o uso de inteligência artificial, como por exemplo, chat GPT, sem sinalização 	<p>Como parte do desenvolvimento integral e integrado de nossos educandos, precisamos reforçar sempre o respeito às fontes de informações, evitando tanto a superficialidade como o desprezo àqueles que construíram conhecimentos dos quais nos utilizamos. Ademais, simplesmente copiar um conteúdo sem construir análises críticas sobre o mesmo, é perder a chance de um aprendizado profundo (<i>deep learning</i>), o que desconecta o aluno de seu pleno desenvolvimento e até da felicidade de aprender e evoluir.</p>	<p>Podem ser prejudicados os valores:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Excelência - Autonomia - Comprometimento - Pensamento crítico - Responsabilidade - Confiança
<ul style="list-style-type: none"> Usar o celular durante os intervalos de cada aula nos anos iniciais (Year 1 ao Year 5) 	<p>O momento em si é utilizado para a preparação rápida da aula seguinte, sendo assim, a utilização de celular nesse momento leva à dissipação do foco e aumenta a distração com o contexto social presente. A sugestão é que durante o período escolar, os alunos deixem os aparelhos celulares em uma caixa detox ou dentro de suas mochilas e o professor oriente quando e como utilizá-los para uma finalidade pedagógica, que ele entenda como necessária.</p>	<p>Podem ser prejudicados os valores:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Autoconhecimento - Empatia - Cooperação - Curiosidade - Confiança - Flexibilidade

<ul style="list-style-type: none"> • Portar celular ao visitar algum lugar fora da escola 	<p>O ideal é que aproveitem o estudo do meio para se conectar com o ‘meio’, com o local onde estão, se conhecerem e descobrirem o que o ambiente e a experiência proporcionam e apresentam de novidade. Ao estarmos presentes, nosso aprendizado de conteúdos cognitivos e a socialização são favorecidos. Portar telas nesses momentos pode ser um elemento não apenas distrator, mas de empobrecimento de nossa experiência.</p>	<p>Podem ser prejudicados os valores:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Empatia - Excelência - Comprometimento - Pensamento crítico - Cooperação - Curiosidade - Responsabilidade
<ul style="list-style-type: none"> • Usar celular no intervalo 	<p>Recomendamos que as escolas adotem uma política <i>tech free</i> (sem tela e tecnologia) para favorecer o descanso cerebral, a interação social, a presença autêntica, indicando que o uso, quando estritamente necessário (caso de saúde em família ou preocupação fora do contexto escolar), seja autorizado pela direção ou equipe de apoio. A sugestão é que durante o período escolar, os alunos deixem os aparelhos celulares em uma caixa detox ou em suas mochilas e o professor os oriente quando e como utilizá-los para uma finalidade pedagógica, que ele entenda como necessária.</p>	<p>Podem ser prejudicados os valores:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Autoconhecimento - Empatia - Comprometimento - Criatividade - Cooperação - Curiosidade - Confiança - Flexibilidade

<ul style="list-style-type: none"> • Usar indevidamente o celular em sala de aula 	<p>Recomendamos que os professores perguntam ao aluno quais são os combinados sobre o uso de tecnologia, despertando sua responsabilidade; Um segundo passo seria relembrar ao aluno os combinados;</p> <p>Caso o comportamento inadequado persista, a orientação para o professor é retirar o celular do aluno e devolver apenas no final do período escolar, na sala da orientação educacional.</p>	<p>Podem ser prejudicados os valores:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Autoconhecimento - Empatia - Excelência - Comprometimento - Pensamento crítico - Cooperação - Responsabilidade
<ul style="list-style-type: none"> • Usar telas, por parte do professor, para fins não pedagógicos 	<p>Sendo o professor autoridade e modelo de comportamento dos alunos, recomendamos que o uso de telas seja feito única e exclusivamente com finalidade pedagógica: como projetar alguma imagem ou gerar interatividade. O uso de redes sociais pessoais, bem como troca de mensagens pessoais, é contra indicado. Utilizar da tecnologia pode ser um recurso, mas nunca deve substituir a interação e a construção coletiva do conhecimento. Sempre que houver algum recurso tático, corporal ou que desperte emoções, este deve ter prevalência sobre as telas.</p>	<p>Podem ser prejudicados os valores:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Autoconhecimento - Empatia - Excelência - Autonomia - Comprometimento - Pensamento crítico - Cooperação - Responsabilidade - Curiosidade - Confiança

<ul style="list-style-type: none"> Ter uma caixa de detox (de desintoxicação) em cada sala de aula 	<p>Orientar os alunos sobre qual é o momento de usar e interagir com o celular e quais momentos isso não se aplica é um aprendizado importante, bem como o de se concentrar na aula e saber lidar com a possível frustração de não ter o celular à mão no tempo todo. Com vistas a privilegiar a paz e a serenidade no ambiente escolar, resguardar a autoridade do professor e evitar distratores desnecessários, sugerimos que cada sala tenha sua caixa detox, minimizando achismos, palpítismos ou individualismos no ambiente escolar. Há uma unidade institucional que, sendo preservada, favorece a tomada de decisões.</p>	<p>Podem ser prejudicados os valores:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Autoconhecimento - Autonomia - Empatia - Comprometimento - Criatividade - Cooperação - Curiosidade - Confiança - Flexibilidade
<ul style="list-style-type: none"> Escrever a lição de casa à mão (Ainda há espaço para a escrita à mão?) 	<p>Sem dúvida, há espaço para a escrita à mão e para o uso de recursos tecnológicos em harmonia, um complementando o outro. Pesquisas podem ser realizadas usando como apoio recursos tecnológicos, porém, priorize entregas feitas à mão, redigidas, desenhadas ou que envolvam o empenho do aluno em manifestar sua opinião, análises críticas ou outras formas de expressão que denotem construção de conhecimento.</p>	<p>Podem ser favorecidos os valores:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Autoconhecimento - Excelência - Autonomia - Pensamento crítico - Curiosidade - Comprometimento - Responsabilidade
<ul style="list-style-type: none"> Usar o celular no fim do período escolar, enquanto espera os pais ou responsáveis. 	<p>Neste momento, após o término das aulas, o celular pode ser liberado para que o aluno possa se comunicar com familiares e responsáveis, organizando suas atividades extra-escolares, transporte e outras temáticas.</p>	<p>Podem ser favorecidos os valores:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Flexibilidade - Responsabilidade - Autonomia



04



#1 NEW YORK TIME

EN

ing is so ferociously
, you don't dare
ple

fully drawn survival
The Wall Street Journal

for the tale it tells

Referências Bibliográficas

BRASIL. Ministério da Educação. Base Nacional Comum Curricular. Brasília, 2017.

BEN-SHAHAR, Tal. **Seja mais feliz:** aprenda a ver alegria nas pequenas coisas para uma satisfação permanente. Academia, 2018.

BREGMAN, Rutger. **Humanidade:** Uma história otimista do homem. São Paulo: Editora Crítica, 2021.

CARR, Nicholas. **Geração superficial:** o que a internet está fazendo com nossos cérebros. Editora Agir, 2019.

Consejo de Derechos Humanos - A/HRC/50/32: Impacto da digitalização da educação no direito à educação. Abril de 2022, pg. 9. Disponível em: <https://www.ohchr.org/en/documents/thematic-reports/ahrc5032-impact-digitalizationeducation-right-education>

DESMURGET, Michel. **La fábrica de cretinos digitales:** los peligros de las pantallas para nuestros hijos. Barcelona: Ediciones Península, 2020.

DESMURGET, Michel. **A fábrica de cretinos digitais:** os perigos das telas para nossas crianças. São Paulo: Vestígio, 2021.

DWECK, Carol. **Mindset:** A nova psicologia do sucesso. Rio de Janeiro: Editora Objetiva, 2017.

FOER, Franklin. **O mundo que não pensa:** a humanidade diante do perigo real da extinção do homo sapiens. São Paulo: Leya, 2019.

FRAIMAN, Leo. **A Síndrome do Imperador** – Pais empoderados educam melhor. Belo Horizonte: Editora Autêntica, 2019.

GOLEMAN, Daniel. **Foco** – a atenção e seu papel fundamental para o sucesso. Rio de Janeiro: Objetiva, 2014.

HAN, Byung-Chul. **Sociedade do cansaço**. Rio de Janeiro: Vozes, 2019.

HARARI, Yuval Noah. **21 lições para o século 21**. São Paulo: Companhia das Letras, 2018.

HARARI, Yuval Noah. **Homo Deus**: uma breve história do amanhã. São Paulo: Companhia das Letras, 2016.

HARARI, Yuval Noah. **Sapiens** – uma breve história da humanidade. São Paulo: Companhia das Letras, 2020.

Manual de Orientação #MENOS TELAS #MAIS SAÚDE – **Grupo de Trabalho Saúde na Era Digital (2019–2021) • Sociedade Brasileira de Pediatria**. Disponível em: https://www.sbp.com.br/fileadmin/user_upload/_22246c-ManOrient_-_MenosTelasMaisSaude.pdf

MCGONIGAL, Kelly. **Os desafios à força de vontade**: Como o autocontrole funciona, por que ele é importante e como aumentar o seu. Editora Fontanar, 2014.

PRICE, Katherine. **Celular: como dar um tempo**. O plano de 30 dias para acabar com a ansiedade e retomar a sua vida. São Paulo: Fontanar, 2018.

PROXYRACK, 2023. Estudo com 44 países que usou como base dados do Data Reportal – o Relatório Global Global Digital 2023, produzido em parceria pela Meltwater e a We Are Social. Disponível em: <https://www.proxyrack.com/screen-time-report/>

SCHWARTZ, Barry. **O paradoxo da escolha**: por que menos é mais. São Paulo: A Girafa, 2004.

UNESCO Bangkok, **A Policy Review: Building Digital Citizenship in Asia-Pacific through Safe, Effective and Responsible Use of ICT** (Par.s, UNESCO, 2016).

Maple Bear

Ensino Bilíngue e Duplo Diploma.
Aprendizado para toda vida.



The best of Canadian education for a global future.

maplebear.com.br