

O jogo das estátuas e a discriminação de estados psíquicos: um caso integrado de educação para a saúde e os currículos escolares

Actualmente os programas de promoção da saúde tentam melhorar o impacto das intervenções através do uso de diversos níveis. Assim, para além do trabalho directo com os alunos, a formação a professores, a encarregados de educação e a diversos outros actores da escola, o currículo escolar fornece um contexto privilegiado de actuação. Trata-se de cruzar os diversos determinantes da saúde com conteúdos curriculares que possam ser trabalhados de uma outra forma. A alimentação saudável, a prevenção de consumos de álcool, drogas e tabaco, o exercício físico, entre muitos outros determinantes, cruzam-se com a normal actividade docente.

Trataremos hoje de um aspecto de um determinante bastante importante, diversas vezes ignorado: a saúde mental. Dispensamo-nos de realçar a sua pertinência, adiantaremos apenas que desempenha um papel crucial na prevenção do desenvolvimento de patologias depressivas ou mesmo de distúrbios alimentares? para apenas citar dois casos de "adoeceres" em franco desenvolvimento nas sociedades ocidentais. Seria necessário estudar os currículos e eleger pontos de interface entre a actividade docente e aspectos importantes no funcionamento deste determinante.

Detectámos no currículo do terceiro ano do Estudo do Meio a importância de estimular a discriminação e o reconhecimento de estados psíquicos. De facto, faz parte da inteligência emocional de qualquer indivíduo o saber ler os sinais das emoções nas outras pessoas e, sobretudo em si mesmo. Utilizamos o jogo da estátua para trabalhar este tema. Mas em que consiste este jogo? O dinamizador pede aos alunos que andem pela sala, à voz de "estátua" devem imobilizar-se até ordem em contrário.

Na nossa adaptação as estátuas deviam ser de alegria, tristeza, aborrecimento, raiva, simpatia, entre muitas outras. Os alunos imobilizavam-se na posição que quisessem, tentando expressar com o seu próprio corpo as diversas emoções e sentimentos. Teriam de socorrer-se não só da posição corporal, mas também da das expressões faciais. A actividade foi atractiva para os diversos grupos de alunos com quem trabalhámos.

De seguida, o dinamizador pode pedir que se eleja a estátua que se gosta mais e a que se gosta menos.

Suponhamos que a maioria dizia que a estátua favorita era a da alegria. Então vamos fazê-la outra vez! Os alunos voltam a deambular pela sala e à voz de "alegria" cada um deles se imobiliza na posição que escolher. Nomeia-se um voluntário: vamos observar as estátuas! Como é que elas estão: encolhidas ou não? Que expressões os colegas usam? O que se envolve na expressão das emoções: o corpo? A tonicidade dos músculos? As expressões? A boca? Os olhos? O procedimento pode ser repetido as vezes que forem necessárias em relação às emoções que se julguem pertinentes. Os alunos ficam imobilizados nas estátuas e um voluntário vem descrevê-las... Pode-se até sistematizar essas observações no quadro.

Finalmente, depois de toda a turma ter chegado a acordo sobre as diversas emoções e as estratégias a que todos nos socorremos para expressar emoções, o dinamizador pode levantar a questão inversa: as estátuas eram todas iguais ou todas diferentes? Claro que os alunos se imobilizaram em posições diferentes e, apesar de muitos deles usarem estratégias semelhantes, as estátuas são múltiplas porque as emoções surgem em cada um e não há um ser humano igual a outro.

A actividade aqui proposta foi inserida num programa mais vasto e dirigida por uma equipa de saúde escolar. No entanto, nada impede que este jogo seja uma forma de dar a aula e constituir-se como ponto charneira de outras actividades de exploração da área do determinante da saúde mental. Foi também por isso que ao longo do texto usámos o termo de dinamizador em vez do de professor ou de psicólogo.

Rui Tinoco