

Atividade 23 – Hábitos de pensamento

Habilidades priorizadas:

- Analisar sistematicamente as informações em uma situação de resolução de problemas e reconhecer ações ineficazes;
- Reconhecer que, em algumas situações, agir repetidamente da mesma maneira não leva à solução do problema;
- Identificar e utilizar possíveis ações alternativas, mesmo quando já existe uma solução aparente;
- Analisar e avaliar ações quanto à sua eficácia de forma crítica e sistemática.

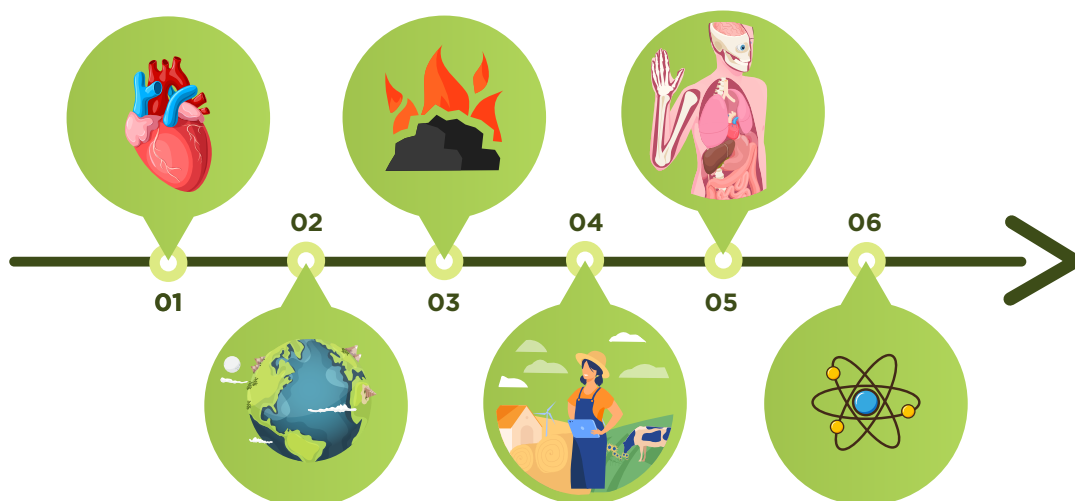
1. CONTEXTUALIZAÇÃO: “MUDANDO CONCEPÇÕES”

Nesta atividade, continuaremos refletindo sobre os temas “hábitos de pensamento e seguindo padrões” e como eles podem dificultar a resolução de problemas. Neste sentido, vamos apresentar e explorar uma ferramenta que auxilia na identificação e eliminação desses “hábitos” ineficazes, o que demanda e desenvolve a resiliência e a autoconfiança. Para isso, você vai mergulhar em uma linha do tempo e será convidado a analisar algumas concepções ao longo da história, através de uma revisão histórica.

CONCEPÇÕES CIENTÍFICAS AO LONGO DA HISTÓRIA

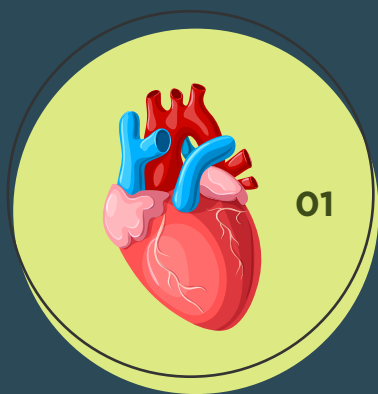
Ao longo da história, algumas concepções científicas foram criadas e, em alguns casos, acabaram se mostrando equivocadas no transcorrer dos anos e estudos. Através destas concepções, acabou-se “prendendo” a concepções equivocadas que se impedem de conseguir resolver problemas e desafios ao longo da vida. Você já estudou e se lembra de alguma destas concepções e criações que se tornaram equivocadas ao longo da história?

A partir da imagem e exploração a seguir, você conhecerá algumas delas:



AS CONCEPÇÕES CIENTÍFICAS E SUA LINHA DO TEMPO

A linha do tempo anterior demonstra algumas concepções científicas ao longo dos séculos e a seta branca representa a sua linha do tempo. Cada um dos itens alinhados à flecha representa uma concepção que se tornou popular em determinado momento da história, mas que posteriormente ficou provado que se tratava de ideias equivocadas. **Estas seis concepções científicas estão explicitadas e listadas abaixo:**



ATÉ O SÉCULO XIII, AS PESSOAS ACREDITAVAM QUE O ÓRGÃO CENTRAL DA CIRCULAÇÃO ERA O FÍGADO E NÃO O CORAÇÃO?

Desde o século II, quando o médico e filósofo romano Galeno fez descobertas importantes para a medicina da época (como distinguir veias de artérias), até meados do século XIII, quando o médico árabe Ibn Al-Nafis descobriu a circulação pulmonar, os estudiosos acreditavam que o fígado era o órgão central da circulação sanguínea. Atualmente, através dos estudos científicos, sabemos que esta função é desempenhada pelo coração e não pelo fígado.

ATÉ O SÉCULO XVI, AS PESSOAS PENSAVAM QUE A TERRA ERA O CENTRO DO UNIVERSO E QUE TODOS OS PLANETAS GIRAVAM EM TORNO DELA?

Entre os séculos II e XVI, as pessoas acreditavam na concepção de Ptolomeu, que dizia que a Terra era o centro do universo e todos os corpos celestes giravam em torno dela. A partir do século XVI, Nicolau Copérnico provou que essa concepção estava errada, apresentando a teoria do Heliocentrismo, que coloca o Sol como o centro do Sistema Solar.



ENTRE OS SÉCULOS XVII E XVIII, AS PESSOAS ACREDITAVAM QUE OS OBJETOS QUE PEGAVAM FOGO CONTINHAM A SUBSTÂNCIA CHAMADA "FLOGISTO" (DO GREGO "INFLAMÁVEL")?

No decorrer dos séculos XVII e XVIII, os estudiosos consideravam que os objetos que pegavam fogo continham uma substância chamada "flogisto" (do grego, "inflamável"). Esta concepção prevaleceu entre 1667 e 1753. O médico, alquimista e precursor da química, Johann Joachim Becher, propôs no ano de 1667 que fosse adicionado um novo elemento à lista dos elementos "terra", "água", "ar" e "fogo". Ele chamou este elemento de "flogisto" e afirmou que os objetos combustíveis eram ricos em "flogisto". Hoje sabe-se que o fogo é resultado de um processo exotérmico (com liberação de energia) de oxidação.





NO SÉCULO XIX, AS PESSOAS PENSAVAM QUE O CULTIVO AGRÍCOLA PROVOCAVA AUMENTO NA PRECIPITAÇÃO DA CHUVA?

“A chuva segue o arado” é o nome de uma teoria climatológica criada no final do século XIX. Esta teoria trazia a concepção de que o aumento da povoação e do cultivo agrícola em uma área árida traria mais chuva para a região. Atualmente, sabemos que as alterações climáticas, incluindo o regime de chuvas, são resultados de uma grande complexidade de fatores globais, como por exemplo: temperatura, umidade, pressão atmosférica, radiação solar, relevo, tipo de solo, latitude, altitude etc. A ação do homem no planeta interfere em vários desses fatores.

ATÉ MEADOS DO SÉCULO XIX, ACREDITAVA-SE QUE O CORPO HUMANO CONTINHA QUATRO FLUIDOS (SANGUE, BÍLIS AMARELA, BÍLIS NEGRA E FLEUMA).

“Humorismo” ou “Humoralismo” foi uma teoria sobre a constituição e funcionamento do corpo humano adotada pelos antigos médicos e filósofos gregos e romanos. Esta teoria afirmava que o corpo humano continha quatro substâncias básicas, chamadas de “os quatro humores”: bÍlis negra, bÍlis amarela, sangue e fleuma. O excesso ou a deficiência dessas substâncias influenciariam diretamente a saúde e o temperamento das pessoas. Segundo esta teoria, uma pessoa saudável teria um equilíbrio adequado da quantidade destes quatro fluidos em seu corpo, e o excesso ou a deficiência de um ou mais deles poderia acarretar em doenças. Esta teoria foi abandonada em meados do século XIX.



ATÉ MEADOS DO SÉCULO XX, AS PESSOAS ACREDITAVAM QUE O ÁTOMO ERA A MENOR PARTÍCULA EXISTENTE.

Desde 450 a.C até meados do século XX, os estudiosos e cientistas acreditavam na concepção de que o átomo era a menor partícula existente. No século XX, descobriu-se que o átomo é composto por outras partículas menores ainda: os prótons, nêutrons e elétrons. Com o avanço das pesquisas científicas, novas partículas subatômicas vêm sendo descobertas, como, por exemplo, os bósons e quarks.



ALGUMAS CONCEPÇÕES MAIS RECENTES

A imagem a seguir apresenta algumas concepções sobre tecnologia, computadores e internet, que foram desenvolvidas nas últimas décadas, ou seja, mais recentemente, contudo hoje em dia já sabemos que estão equivocadas e ultrapassadas.



Enfim, observamos através de todos estes exemplos supracitados as concepções científicas do passado que se mostraram equivocadas ao longo dos séculos, inclusive concepções mais recentes, como as apresentadas acima, sobre computadores e o espaço virtual. Com isso, perceber que algumas de nossas concepções estão equivocadas e tentar mudá-las contribui para nos tornarmos mais resilientes.

AGORA É COM VOCÊ

A stylized illustration of a notepad with a black cover and green rings on the left side. A yellow pencil is positioned diagonally across the bottom right corner of the notepad. Several paper clips in orange and grey are scattered around the notepad. The notepad has three checkboxes in the top right corner and three bullet points of text.

- Defina o conceito de “concepção equivocada” através dos exemplos elencados anteriormente.
- Você considera que ser capaz de identificar concepções equivocadas e tentar mudá-las é uma expressão de resiliência e autoconfiança? Justifique a sua resposta.
- Apresente e descreva um exemplo pessoal de alguma concepção que você já teve sobre algo e que, mais tarde, percebeu que estava equivocado e tentou mudá-la.

2. JOGO: APRENDENDO E APLICANDO A ESTRATÉGIA “QUEBRANDO PADRÕES” NO JOGO PING WINS

Ping Wins é um jogo que ressalta o aspecto estimulante de resolução de problemas no processo de aprendizagem. Ao jogá-lo, é possível notar um “desequilíbrio”, em que é necessário construir novas estruturas internas para resolver um problema que os esquemas atuais não são suficientes. Isso promove acomodações que ampliam o repertório de esquemas que contribuem no processo de aprendizagem.

QUE TAL ESTUDAR UMA ESTRATÉGIA?

No jogo Ping Wins, é comum nos percebermos “presos” a padrões de pensamentos que nos levam a tentar os mesmos movimentos repetidamente, mesmo quando eles não nos ajudam a solucionar o problema. A Estratégia “Quebrando Padrões” poderá ajudá-lo quando sentir que já tentou todos os caminhos, mas ainda não conseguiu encontrar a solução do desafio proposto. O segredo, em muitos dos desafios, é identificar movimentos que você ainda não tentou.

Para isso, a estratégia possui três etapas essenciais:

1. Definir a necessidade;
2. Rever as ações que já foram tentadas;
3. Tentar algo novo

Hoje você irá aprender uma nova estratégia! Esta estratégia poderá ajudá-lo quando sentir que está “emperrado” em movimentos que não levam à solução.

Para compreender melhor como usar a Estratégia “Quebrando Padrões”, **assista o vídeo:**



ATIVIDADE: AGORA VAMOS EXERCITAR A ESTRATÉGIA APREENDIDA!

1. Responda a atividade presente entre as páginas 46 e 47 do seu Livro do Aluno.
2. Você planejou seus movimentos da mesma maneira que antes? O que mudou?
3. Como você está planejando usar os ursos para que todos trabalhem como uma equipe?
4. Que perguntas podem ajudá-lo a compreender melhor o desafio?
5. O que vocês já tentaram? É possível criar uma estratégia diferente?
6. Vocês já repetiram os mesmos movimentos mais de uma vez? Que outros movimentos vocês poderiam tentar?
7. Vocês já definiram a sua necessidade? Qual é ela?
8. Analise a imagem a seguir e responda: de que forma você consegue colocar em prática a estratégia “Quebrando Padrões” no desafio apresentado e não chegar a um “beco sem saída”? Descreva cada opção de jogada e movimento realizado.



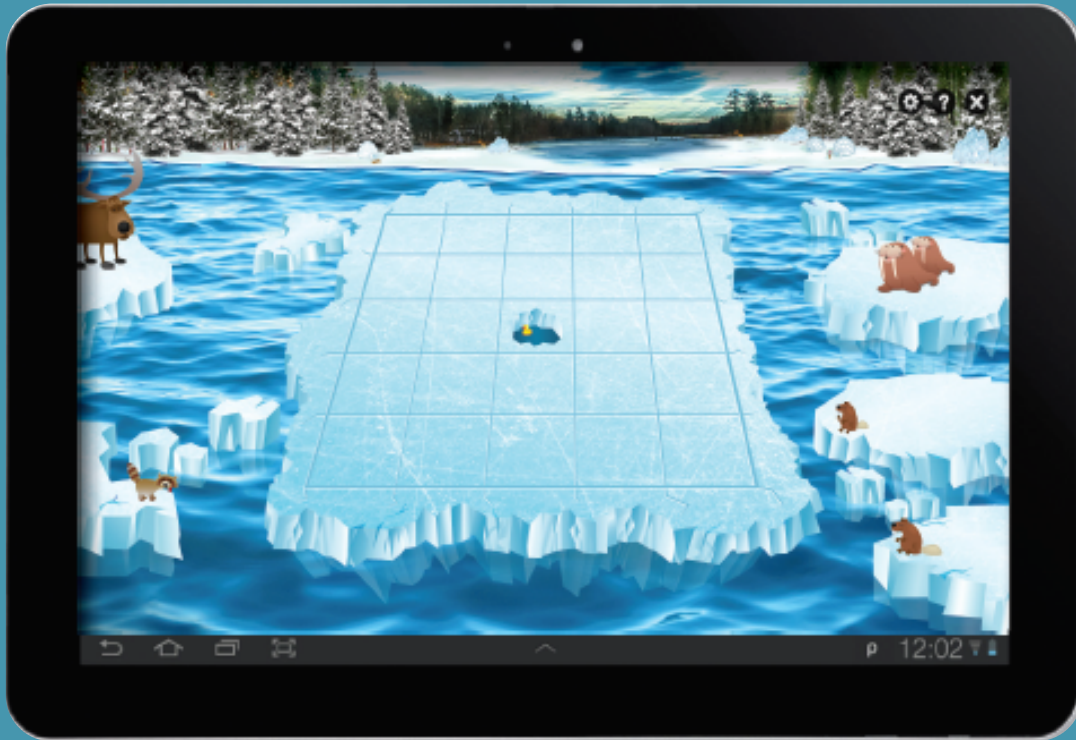
É HORA DE JOGAR!

Agora que aprendemos e exercitamos a Estratégia “Quebrando Padrões”, vamos voltar a jogar Ping Wins?

Jogando no portal: Entre na nossa arena (arenas.mindlab.net) e jogue Ping Wins (apresentado com a temática de futebol) utilizando o e-mail e a senha que você cadastrou. Quem ainda não tem cadastro, basta seguir as orientações presentes nas atividades anteriores (atividade 14).



Jogando fora do portal: Utilizei os desafios disponibilizados na atividade passada ou crie o seu próprio desafio seguindo as **orientações a seguir:**



CRIE UM NOVO DESAFIO!

Use quantos ursos você precisar... Mas só um pinguim!
Apresente esse desafio a um de seus amigos e confira se ele consegue quebrar seus próprios hábitos!



3. APLICAÇÃO NA VIDA: É POSSÍVEL ENCONTRAR OUTRA SOLUÇÃO?

Como foi utilizar a **estratégia “Quebrando Padrões”** no jogo Ping Wins? A nova ferramenta te ajudou a não ficar “preso” a concepções equivocadas em um determinado desafio? Nas situações em que você ficou “emperrado” e não conseguia encontrar uma solução, é importante lembrar que para cada situação de jogo há uma solução e, portanto, deve haver movimentos que você ainda não tentou.

Agora, você fará a **atividade/desafio “Corrida no metrô”** em que **precisará trabalhar a habilidade de identificar soluções diferentes para o mesmo problema.**

REGRAS E ESTRATÉGIAS PARA VOCÊ RESOLVER O DESAFIO:

- Você pode imprimir ou desenhar as 13 peças que estão na parte final do desafio (final desta atividade).
- Você terá que organizar as 13 peças dentro do tabuleiro/quebra-cabeça para formar um mapa de metrô.
- Você terá que organizar as mesmas peças de **duas maneiras diferentes** para que consigam visitar 14 lugares famosos da cidade de Paris. Ou seja, um mapa leva a 7 lugares diferentes.
- **Leia atentamente as dicas presentes nas imagens a seguir.**
- A solução, exploração e reflexão sobre a atividade “Corrida no Metrô” estarão na próxima atividade.
- Você pode fazer a atividade de forma on-line, através do link disponibilizado a seguir.
- Para realizar o desafio, lembre-se da importância de identificar aquilo que estamos fazendo de errado para que possamos evitar ficarmos “presos” a padrões de pensamento ineficazes e buscar por outras soluções para o mesmo problema. **A atividade tem extrema relação com o tema geral do curso, “Autoconfiança e Resiliência”.**

ATIVIDADE CORRIDA DO METRÔ



mlbr.com.br/corrída

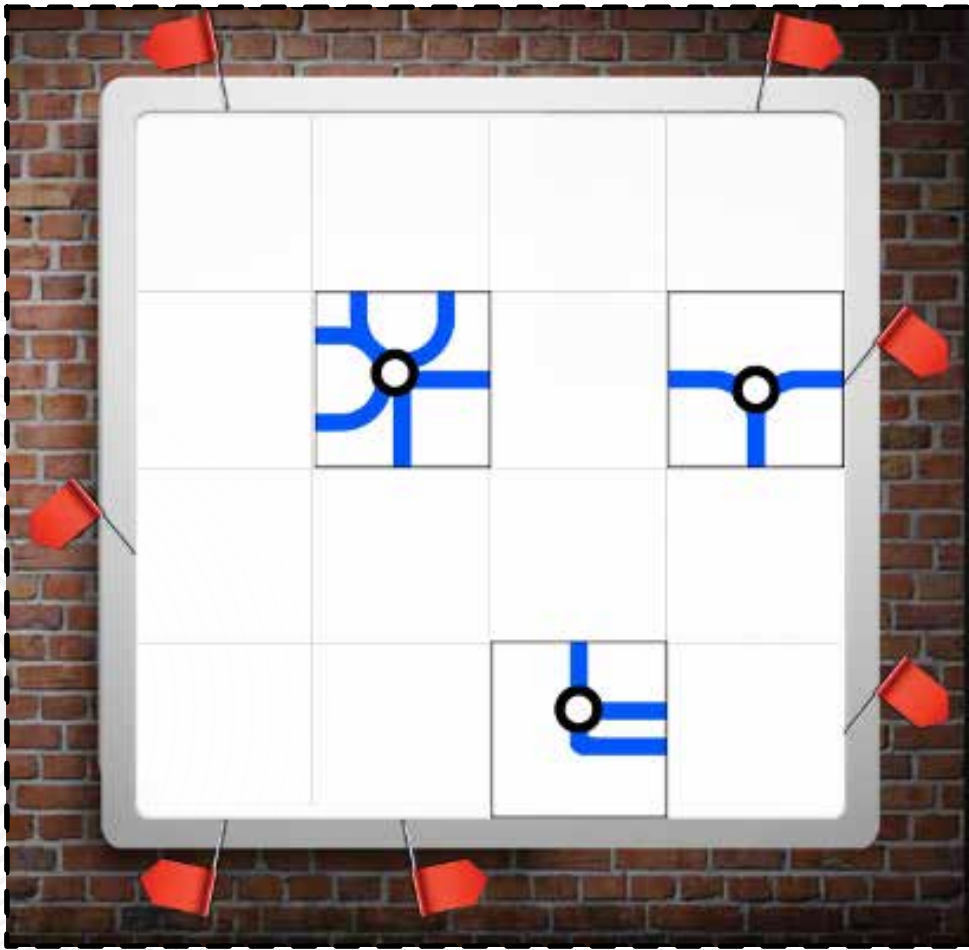
QUEBRA-CABEÇA



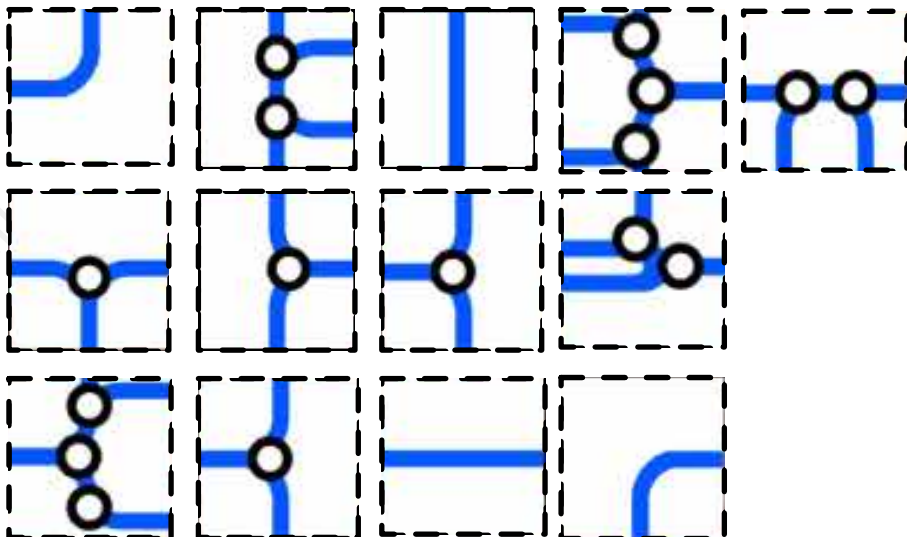
INSTRUÇÕES



TABULEIRO



PEÇAS



COMPARTILHE CONOSCO SUAS ATIVIDADES EM FAMÍLIA!

POSTE EM SUAS REDES SOCIAIS COM #MLEMFAMÍLIA OU NOS MANDE WHATSAPP.
MLBR.COM.BR / WHATS (11 96447-0332) E NÓS REPOSTAREMOS NOS CANAIS OFICIAIS DA MIND LAB!

