



ANPEd - Associação Nacional de Pós-Graduação e Pesquisa em Educação

15937 - Resumo Expandido - Trabalho - XXVII Encontro de Pesquisa Educacional do Nordeste – Reunião Científica Regional – ANPEd Nordeste (2024)

ISSN: 2595-7945

GT20 - Psicologia da Educação

UMA VERTENTE TRANSFORMATIVA DA ATENÇÃO PLENA NA EDUCAÇÃO BRASILEIRA DESDE A PERSPECTIVA CRÍTICA E DECOLONIAL

Ygor Sarkis Carleial Teixeira - UFPE - Universidade Federal de Pernambuco

Aurino Lima Ferreira - UFPE - Universidade Federal de Pernambuco

Agência e/ou Instituição Financiadora: FACEPE

UMA VERTENTE TRANSFORMATIVA DA ATENÇÃO PLENA NA EDUCAÇÃO BRASILEIRA DESDE A PERSPECTIVA CRÍTICA E DECOLONIAL

1 INTRODUÇÃO

Quando você escuta falar em *atenção plena* (tradução de *mindfulness*) quais imagens vêm à sua mente? Surgem conceitos como responsabilidade relacional, ação compassiva, transformação político-ambiental e justiça social? Ou, talvez mais provavelmente, você imagine um indivíduo meditando de olhos fechados, concentrado, passivo e envolvido em práticas terapêuticas de meditação e relaxamento. Muitos podem também lembrar da definição mais difundida: “Trata-se de prestar atenção de um modo específico: com propósito, no momento presente e sem julgamentos” (KABAT-ZINN, 2020, p. 20).

Pudemos constatar, por meio de experiências diretas, que ainda há uma compreensão limitada quanto ao significado e ao potencial de contribuição da atenção plena. Durante visitas voluntárias a três escolas públicas recifenses no período pandêmico, deparamo-nos com um amplo desconhecimento nesta área por parte de professores e gestores escolares. Foi preciso, para que houvesse um melhor entendimento, explicar que se tratava de uma terapia complementar de saúde, voltada para a melhoria da concentração e gestão do estresse e da ansiedade.

É compreensível que contextualizar a prática desta forma - em termos instrumentais e terapêuticos - seja mais familiar e atraente. Afinal, quadros de ansiedade, depressão, ideação suicida e outros sofrimentos psíquicos são cada vez mais comuns entre crianças e adolescentes no Brasil (CAVAZOTTO; DA SILVA, 2022). A população docente também

enfrenta altos índices de esgotamento físico e mental (GONÇALVES, 2023). Além disso, a eficácia da atenção plena como uma terapia complementar de saúde, que visa gerenciar esse sofrimento psíquico, vem sendo amplamente reforçada por um número crescente de publicações científicas (OMS, 2020).

Adicionalmente, uma revisão abrangente da literatura científica realizada em 2021 pelo Gabinete Internacional de Educação (IBE), pertencente à Organização das Nações Unidas para a Educação, a Ciência e a Cultura (UNESCO), revela que a prática da atenção plena pode ir além (MISCHENKO, 2021). Esta análise destaca evidências que corroboram sua eficácia não só na promoção de bem-estar e regulação emocional, mas também na motivação de comportamentos pró-sociais. Esses incluem condutas éticas e cooperativas, atitudes empáticas e solidárias, e a diminuição de preconceitos entre grupos. De acordo com a UNESCO (2016, p. 24), a atenção plena pode desenvolver “habilidades, valores e atitudes necessários para cuidar dos outros e do meio ambiente e para participar da vida cívica”.

Os resultados destes estudos são animadores, mas será que eles capturam toda a amplitude, complexidade e profundidade que a atenção plena pode oferecer para uma educação engajada com os desafios da contemporaneidade? Quais são exatamente as “habilidades” e “valores” que precisaríamos desenvolver para uma reconexão com o “meio ambiente”, para um cuidado *humanizado* nas relações e para uma participação na “vida cívica”? Será que um dos problemas centrais do século XXI não reside, justamente, na ausência de uma crítica radical aos valores e habilidades que predominaram no século passado? E mais, não seria a visão de *natureza, humanidade, desenvolvimento e civilização* promovida por organizações como a UNESCO parte crucial dos desafios que enfrentamos? Pensadores de diversas origens culturais têm levantado essas questões. No Brasil, o líder indígena Ailton Krenak destaca-se entre eles, oferecendo uma crítica incisiva:

Pensem nas nossas instituições mais consolidadas, como universidades ou organismos multilaterais que surgiram no século XX: Banco Mundial, Organização dos Estados Americanos (OEA), Organização das Nações Unidas (ONU), Organização das Nações Unidas para a Educação, a Ciência e a Cultura (UNESCO). Quando quisemos criar uma reserva da biosfera em uma região do Brasil, foi necessário justificar para a UNESCO por que era importante que o planeta não fosse devorado pela mineração. Para essa instituição, parece bastar manter alguns lugares como amostras grátis da Terra (KRENAK, 2020a, p.12).

Embora a UNESCO ressalte as potencialidades da atenção plena para promover bem-estar individual e comportamentos pró-sociais dentro dos limites de uma sociedade capitalista e desenvolvimentista, existe um vasto campo ainda inexplorado que desafia esses limites. Libertando-se das amarras da cosmovisão da *civilização moderna/colonial*, a prática tem o potencial de questionar e transformar os valores e as estruturas sociais que perpetuam a desigualdade e a desconexão. Neste artigo, assumimos uma atenção plena transformativa que aguça a consciência sobre injustiças e fortalece o senso de comunidade. Essa forma de conceber a atenção plena coaduna-se com a perspectiva filosófica transformativa desta

pesquisa pelo seu caráter “político, orientado para justiça e mudança” (CRESWELL; CRESWELL, 2021, p. 29).

Por meio desta epistemologia crítica e decolonial, propomos uma reconfiguração da atenção plena, para que ela se torne um veículo de conscientização crítica, relacionalidade radical e transformação social. Esta proposta transformativa não se limita a ser uma prática para melhorar o bem-estar de grupos privilegiados, mas se expande para abordar as condições sociais, culturais, ambientais e políticas que ameaçam o *bem viver* de todos os seres - humanos e extra-humanos.

Argumentamos que o movimento contemporâneo de atenção plena, que inicialmente pretendia representar uma revolução global, foi *capturado* pelo que Krenak (2020b) descreve como o *grande poder de cooptação do capitalismo*. Embora proponha mudanças sistêmicas, ele o faz “sem que a máquina de fazer coisas precise ser desligada” (KRENAK, 2020b, p. 61). A atenção plena se propagou rapidamente na educação, principalmente na América do Norte e na Europa, reforçando um currículo que promove competências individualistas e instrumentais, valorizadas pelas sociedades neoliberais (ERGAS; HADAR, 2019; FORBES, 2019; SOUZA, 2020). Nosso pressuposto é que sua expansão no contexto educacional brasileiro segue a mesma tendência e que não há experiências de implementação desta prática a partir de uma perspectiva crítica e decolonial que se oponha às ideologias neoliberais e coloniais.

Dentre as diversas formas de conceituar o neoliberalismo (ANDRADE, 2019), valorizamos aquela que o descreve como uma nova racionalidade social, cultural e política que visa perpetuar o sistema capitalista, mesmo diante das múltiplas crises e desigualdades que ele engendra (DARDOT; LAVAL, 2016). Esta nova razão mundial produz um conjunto de discursos, práticas, instituições e dispositivos que legitimam certos modos de viver e de se relacionar “segundo o princípio universal da concorrência” (DARDOT; LAVAL, 2016, p. 17).

Em seu último artigo publicado na revista *Educación, Política y Sociedad* (LAVAL; MONARCA; JUANA, 2023), o doutor em sociologia Christian Laval reforçou sua preocupação com o avanço das intervenções neoliberais na educação, especialmente em países recentemente presididos por governantes de extrema direita, como o Brasil. De modo semelhante, no livro *Reforma Empresarial da Educação* (2018), o reconhecido analista de políticas públicas educacionais Luiz Carlos de Freitas alerta para este avanço neoliberal em estados brasileiros administrados por forças de extrema direita e o identifica como um “equivalente educacional do neocolonialismo” (DE FREITAS, 2018, p. 117).

Apesar do seu potencial transformador, o cultivo da atenção plena no Ocidente continua a se desenvolver principalmente a partir de uma lógica terapêutica, associada a uma ideologia individualista e patologizante, fundamentada nas razões da sociedade neoliberal. A atenção plena é difundida de forma simplista como uma técnica ou prática atencional voltada para o autocuidado ou aperfeiçoamento individual, sem engajamento crítico nos processos de

transformação do contexto socioeconômico e cultural (MORAES, 2019; SOUZA, 2020; RETIRADO PARA SUBMISSÃO).

Essa postura de “neutralidade” distancia o movimento de atenção plena da luta de todos os grupos invisibilizados e oprimidos, pois o que eles têm em comum é a busca por novas razões para o mundo que desafiem o neoliberalismo (ESCOBAR, 2018). O pensador decolonial Arturo Escobar enfatiza que “a crise contemporânea é uma crise de um determinado modelo civilizatório, ou modelo civilizacional, o da modernidade capitalista ocidental patriarcal” (ESCOBAR, 2018, p. x). Em seu livro *On Decoloniality*, Walter D. Mignolo e Catherine Walsh, figuras proeminentes nos estudos decoloniais, definem de forma concisa a luta decolonial:

É uma forma de luta e sobrevivência, uma resposta e prática epistemológica e existencial – principalmente por parte de sujeitos colonizados e racializados – contra a matriz colonial de poder em todas as suas dimensões. A decolonialidade denota maneiras de pensar, conhecer, ser e fazer que começaram com, mas também precedem, a empresa e a invasão colonial. Implica o reconhecimento e a desconstrução das estruturas hierárquicas de raça, gênero, heteropatriarcado e classe que continuam a controlar a vida, o conhecimento, a espiritualidade e o pensamento, estruturas que estão claramente entrelaçadas e constituem o capitalismo global e a modernidade ocidental (MIGNOLO; WALSH, 2018, p. 15).

De acordo com Oren Ergas, principal pesquisador da articulação da atenção plena no campo educacional internacional, a modalidade mais comum de inserção da atenção plena na educação do Reino Unido foi a partir do seu enquadramento em termos de natureza secular, psicológica, individualista e terapêutica. Os programas e práticas foram implementados a partir de “intervenções de curto prazo com efeitos específicos mensuráveis”, tais como “bem-estar, saúde física e mental” e o aprimoramento das funções cognitivas (ERGAS; HADAR, 2019, p. 345). Essa modalidade usual de implementação foi chamada de “*Mindfulness in Education*”.

Um levantamento preliminar da literatura sobre a implementação da atenção plena na educação brasileira, realizado em 2020 por Renata Cueto de Souza, revelou um cenário bastante semelhante ao descrito pelos pesquisadores Ergas e Hadar no Reino Unido, com uma concentração na vertente de “*Mindfulness in Education*”. A pesquisa, no entanto, serviu mais como um ponto de partida para contextualizar e justificar a necessidade de estudos adicionais do que para oferecer uma análise detalhada e abrangente dos dados coletados.

Em sua conclusão, Souza (2020) destaca a necessidade de estudos de base sociológica que investiguem os motivos por trás desta tendência a uma vertente acrítica e o que ela pode revelar sobre as concepções nacionais de educação. Apesar de haver uma discussão substancial na literatura sobre as influências neoliberais e coloniais na educação brasileira, falta ainda uma análise aprofundada de como a atenção plena pode servir como uma forma resistir a essas ideologias neste campo.

Diante do cenário descrito e das lacunas identificadas na literatura, torna-se evidente a importância de aprofundar a investigação sobre a implementação da atenção plena na educação brasileira. Assim, esta pesquisa qualitativa e exploratória (CRESWELL; CRESWELL, 2021) busca investigar a questão: como uma atenção plena transformativa pode contribuir com a resistência ao avanço das ideologias neoliberais na educação brasileira, sob uma perspectiva crítica e decolonial? Com esse questionamento em mente, o objetivo deste artigo é apresentar uma breve revisão sistemática das pesquisas que examinam a atenção plena no campo da educação, especificamente aquelas que adotam abordagens críticas e decoloniais.

2 METODOLOGIA E OS RESULTADOS PARCIAIS

Para alcançar o objetivo referido, analisamos o universo de trabalhos acadêmicos relacionados ao fenômeno. A pesquisa começou em 30/04/2024, utilizando como descritores principais 'Mindfulness' e "Atenção Plena" (com aspas). Cada um desses termos foi associado, individualmente, aos descritores 'educação', 'ensino' e 'escola'. Após a seleção dos descritores, delimitamos a base de dados utilizando os repositórios mais usuais no campo da educação (MEDEIROS; FORTUNATO; ARAÚJO, 2023): a Biblioteca Digital Brasileira de Teses e Dissertações (BDTD) e os catálogos da SciELO e do Portal de Periódicos da Coordenação de Aperfeiçoamento de Pessoal de Nível Superior (CAPES).

As combinações de termos foram inseridas sem delimitação de data e com o filtro de idioma português, gerando um total de 441 resultados. Excluímos as repetições e os trabalhos que não articulavam diretamente a atenção plena com o campo educacional brasileiro, resultando em 63 pesquisas. Foi sobre essas que nos debruçamos para uma análise temática mais profunda (MINAYO, 2014) a partir de uma perspectiva crítica e decolonial (OCAÑA, 2022).

Até o momento, cinco grandes blocos de resultados podem ser apontados com base nas pesquisas dos repositórios mapeados: 1) *Atenção plena e colonialidade*: não existem programas de ensino de atenção plena na educação brasileira que adotem uma abordagem decolonial ou discutam a temática colonial e neoliberal. Esta constatação reforça as conclusões de pesquisas anteriores, como a de Souza (2020), realizada antes da pandemia, que também identificaram uma tendência predominantemente acrítica; 2) *Atenção plena descontextualizada*: as implementações de atenção plena não consideram a complexidade do contexto cultural e social específico das populações que fazem parte das comunidades educacionais onde essas iniciativas são aplicadas; 3) *Atenção plena e racismo multidimensional*: não há recomendações de práticas que abordem explicitamente questões interseccionais de raça, gênero, classe, etnia e outras formas de opressão; 4) *Atenção plena e antirracismo*: faltam estudos que explorem como a atenção plena pode ser uma ferramenta para enfrentar o racismo, o sexismo, o preconceito contra indígenas e outras formas de discriminação; 5) *Atenção plena decolonial*: a atenção plena também não é utilizada para

promover discernimento crítico em relação a narrativas internas e culturais, de modo a desafiar as ideias coloniais e neoliberais internalizadas que perpetuam injustiças socioambientais e as dualidades humano-natureza, indivíduo-comunidade, entre outras.

3 CONSIDERAÇÕES FINAIS

Os resultados parciais desta pesquisa indicam que, embora a prática da atenção plena seja amplamente difundida em contextos terapêuticos e instrumentais, há uma carência significativa de abordagens que desafiem as estruturas neoliberais e coloniais presentes no sistema educacional. Os dados mapeados mostram que não há programas de ensino de atenção plena na educação brasileira que adotem uma abordagem decolonial, o que reforça a necessidade de práticas que considerem a complexidade do contexto cultural e social das comunidades educacionais. Além disso, a pesquisa evidenciou a ausência de recomendações explícitas que abordem questões interseccionais de raça, gênero, classe e etnia.

Ao promover uma atenção plena transformativa, este estudo defende uma prática que vai além do bem-estar individual, direcionando-se para a construção de relações comunitárias e ecológicas mais justas e solidárias. Através de uma abordagem crítica e decolonial, é possível contribuir no enfrentamento das injustiças sociais e ambientais, reforçando a importância da inseparabilidade entre seres humanos e a natureza. A adoção dessa perspectiva não apenas enriquece a prática da atenção plena, mas também contribui para a formação de sujeitos mais conscientes e engajados, capazes de enfrentar os desafios contemporâneos do campo educacional com empatia e solidariedade.

PALAVRAS-CHAVE: Atenção Plena, Educação, Decolonialidade

REFERÊNCIAS:

ANDRADE, D. P. O que é o neoliberalismo? A renovação do debate nas ciências sociais. **Sociedade e Estado**, Brasília, v. 34, p. 211-239, 2019.

CAVAZOTTO, A. M.; SILVA, C. M. Ansiedade e o uso de fármacos psicotrópicos em crianças e adolescentes: revisão da literatura. **Revista Ibero-Americana de Humanidades, Ciências e Educação**, v. 8, n. 9, p. 1118-1132, 2022.

CRESWELL, J. W.; CRESWELL, J. D. **Projeto de pesquisa: Métodos qualitativo, quantitativo e misto**. 5. ed. Porto Alegre: Penso Editora, 2021.

DARDOT, P.; LAVAL, C. **A nova razão do mundo: ensaios sobre a sociedade neoliberal**. 1. ed. São Paulo: Boitempo, 2016.

DE FREITAS, L. C. **A reforma empresarial da educação: nova direita, velhas ideias**. 1. ed. São Paulo: Expressão popular, 2018.

ESCOBAR, A. **Designs for the Pluriverse: Radical Interdependence, Autonomy, and the Making of Worlds**. 1. ed. Durham: Duke University Press, 2018.

ERGAS, O; HADAR, L. Mindfulness in and as education: A map of a developing academic discourse from 2002 to 2017. **Review of Education**, Nova Jersey, v. 7, n. 3, p. 757-797, 2019.

- FORBES, D. **Mindfulness and its discontents: Education, self, and social transformation**. 1. ed. Nova Scotia: Fernwood Publishing, 2019.
- GONÇALVES, R dos S. **A síndrome de burnout em professores: sua relação com a satisfação no trabalho, fatores sociodemográficos e organizacionais**. 2023. 78 f. Dissertação (Mestrado Interdisciplinar em Ciências da Saúde). Universidade Federal de São Paulo, Santos, 2023.
- KABAT-ZINN, J. **Aonde quer que você vá, é você que está lá**. 1. ed. Rio de Janeiro: Sextante, 2020.
- KRENAK, A. **Ideias para adiar o fim do mundo**. 2. ed. São Paulo: Companhia das Letras, 2020a.
- KRENAK, A. **A vida não é útil**. 1. ed. São Paulo: Companhia das Letras, 2020b.
- LAVAL, C. **A escola não é uma empresa: o neoliberalismo em ataque ao ensino público**. 1. ed. São Paulo: Boitempo, 2019.
- LAVAL, C.; JUANA, S.; MONARCA, H. Educación, neoliberalismo y extrema derecha. **Revista Educación, Política Y Sociedad**, Madri, v.8, n. 2, p. 4-10, 2023.
- MEDEIROS, E. A. D; FORTUNATO, I; ARAÚJO, O. H. A. As pesquisas do tipo “estado da arte” em educação: sinalizações teórico-metodológicas. **Revista Internacional de Formação de Professores (RIFP)**, Itapetininga, v. 8, p. e023002, 2023.
- MIGNOLO, W. D.; WALSH, C. E. **On Decoloniality: Concepts, Analytics, Praxis**. 1. ed. Durham: Duke University Press, 2018.
- MINAYO, M. C. de S. **O desafio do conhecimento: metodologia de pesquisa qualitativa em saúde**. 14. ed. São Paulo: Hucitec, 2014.
- MISCHENKO, P. P. **Mindfulness-based social emotional learning in a hybrid education environment**. Paris: UNESCO, 2021. Disponível em: <https://unesdoc.unesco.org/ark:/48223/pf0000379403>. Acesso em: 10 jul. 2024.
- MORAES, M. R. C. O desencantamento da meditação: da união mística ao fitness cerebral. **Religião & Sociedade**, Rio de Janeiro, v. 39, p. 224-248, 2019.
- OCAÑA, A. O. Decolonizar las ciencias sociales: altersofía y hacer decolonial. **Utopía y Praxis Latinoamericana**, Maracaibo, v. 27, n. 98, 2022.
- OMS; BIREME OPAS. **Efetividade Clínica da Prática da Meditação**. Portal Regional da Biblioteca Virtual em Saúde (BVS), 2020. Disponível em: <https://pesquisa.bvsalud.org/portal/resource/pt/lis-47570>. Acesso em: 19 jul. 2024.
- RETIRADO PARA SUBMISSÃO
- UNESCO. **Educação para a cidadania global: tópicos e objetivos de aprendizagem**. Brasília: UNESCO, 2016. Disponível em: <https://unesdoc.unesco.org/ark:/48223/pf0000244826>. Acesso em: 01 jun. 2024.