



Práticas de Invenção de Si na Formação em Educação Física: reflexões sobre auto-observação

Alves, F. S.;

Universidade Estadual Paulista, Rio Claro – São Paulo, Brasil

Resumo

Este estudo traz resultados preliminares de uma pesquisa trienal que tem como objetivo compreender práticas de invenção de si no contexto da formação em Educação Física. Para tanto, vivenciamos conceitos e experiências com essas práticas na disciplina de graduação “Práticas Corporais e Autoconhecimento”, dos cursos de Educação Física da Unesp, Campus de Rio Claro, durante os anos de 2013 a 2016, buscando pelos movimentos que permitem pensar a formação como “treino de si sobre si mesmo”, isto é, como prática de invenção de si. Verificou-se que a atenção ao clima da experiência coletiva é essencial para que a invenção de si se evidencie dentro e fora do espaço da sala de aula, pois se não há afetividade e plena confiança entre os alunos e entre a relação professor-alunos, o trabalho de sensibilização corporal é afetado drasticamente. Consequentemente, o aluno tem dificuldade de experimentar a formação como exercício artístico, isto é, como prática de invenção de si.

Abstract

This study presents a preliminary result of a triennial research that aims to understand self-invention practices in the Physical Education undergraduation. To do so, we experience concepts and experiences with these practices during a discipline called "Bodies Practices and Self Knowledge" in the Physical Education undergraduation, Unesp, Campus of Rio Claro, during the years of 2013 to 2016, searching for movements that allow to think about the formation as "self-training on self," that is, as a self-invention practice. We have verified that the attention of the quality of collective experience is essential to evidence the self-invention into and outside the classroom. The body sensibilization decrease drastically if there is not affectivity and full confidence between the students and between the teacher and their students. Consequently, the student has difficulty to experience the formation as an artistic exercise, that is, as a self-invention practice.

Introdução

Práticas de invenção de si são movimentos por meio dos quais lapidamos nossos modos de ser e agir. Como são práticas que demandam labor e cultivo, figuram como “treinos de si sobre si mesmo”, que mobilizam os processos formativos, reservando-lhes uma dimensão estética e existencial. Pensar a formação acadêmica à luz das práticas de invenção de si implica em pensa-la como exercício de elaboração da estética do viver (KASTRUP, 2007, FOUCAULT, 2006, ALVES 2011a).

Para sustentar este olhar sobre a formação, tomamos os estudos de Foucault sobre a cultura filosófica na antiguidade clássica. Segundo este autor, “nenhuma

técnica, nenhuma habilidade profissional pode ser adquirida sem exercício” (2006, p. 146). Entender a formação a partir desta leitura implica em pensá-la como exercício de si sobre si, isto é, como “*treino de si por si mesmo*”, o que a transforma em uma prática estética, em meio a qual se instá-la o campo de constituição/invenção do sujeito. Assim, em exercício, a formação evidencia os modos através dos quais os alunos tomam para si certas técnicas, conhecimentos e habilidades, e fazem destas apropriações uma arte do viver – algo que a cultura filosófica de outrora denominava “*technê tou biou*” (2006, p. 146).

Como a disciplina de “Práticas Corporais e Autoconhecimento”, dos cursos de graduação em Educação Física da Unesp, Campus de Rio Claro, ajuda o aluno a ajustar a formação nestes termos? Que movimentos, nela forjados, vão além do enquadre disciplinar que institui, alcançando não só a formação em Educação Física, mas também a vida deste futuro profissional? Para responder estas questões, colocamos em foco seus conteúdos, a saber, as práticas corporais, assim, atentos à experiência de movimento e à potência de invenção (mobilização) que introduzem, buscamos compreender seus efeitos na edificação da formação, entendida como arte do viver.

Método

Trata-se de uma pesquisa-intervenção de natureza qualitativa. Os conteúdos e práticas da disciplina de “Práticas Corporais e Autoconhecimento” foram os focos principais desta pesquisa. Durante essa disciplina foram ministradas práticas de sensibilização corporal, criação, expressão e harmonização coletivas, por meio das quais o professor instigou os alunos a pensar sobre os efeitos dessas práticas na constituição de seus modos de ser e agir. Assim, entre a prática, o estudo dos textos-chave recomendados para leitura, a reflexão dialógica em sala de aula e a experiência da “escrita de si” (ALVES, 2011b), os alunos experimentaram movimentos do pensamento sobre essas práticas corporais, por meio dos quais a formação foi sendo mobilizada como exercício de invenção (e progressiva intensificação) de si. Esses movimentos do pensamento foram registrados em diários dos alunos e diários do professor.

O material didático produzido foi posteriormente aproveitado como material de pesquisa após encerrado o processo avaliativo do aluno na disciplina e depois do devido consentimento dos alunos nesta investigação. Convém salientar, que os diários aproveitados nesta pesquisa foram apenas aqueles dos alunos que assinaram o Termo de Consentimento Livre Esclarecido aprovado pelo Comitê de Ética em Pesquisa em Seres Humanos do

Instituto de Biociências da Unesp (CEP/IB-Unesp-RC), sendo que os diários dos demais alunos que não assinaram o termo de consentimento foram desconsiderados (Dados do CEP – CAAE: 20936413.2.0000.5465; parecer de aprovação N°. 485.968; data da aprovação do protocolo: 11 de Dezembro de 2013).

Fizemos uso de princípios da pesquisa qualitativa para organizar o material coletado e delimitar, mais precisamente, que movimentos da invenção de si são esses vivenciados em aula. Verificou-se três diferentes movimentos de invenção de si: a auto-observação, a expressividade e a lapidação/invenção de si. O primeiro movimento – o da auto-observação – ocupa as análises e reflexões deste presente trabalho.

Resultados e Discussão

A auto-observação mobiliza a progressiva e laboriosa conversão do olhar, que permite o ajuste da percepção atenta a si mesmo. De acordo com Shusterman, este ajuste nos coloca às voltas com a “*autopercepção somática refletida*” (2012, p. 35), na qual nosso domínio perceptivo e experiencial resgata a relação primordial e elementar com o corpo, ampliando e aprimorando nossas relações com o mundo exterior e aprimorando a qualidade de nossos relacionamentos.

Para ajustar o foco da auto-observação é preciso cultivar o silêncio. Não aquele injustificado e imposto por comandos disciplinares externos, mas aquele que instala uma atitude receptiva, sem a qual não se concentra o olhar sobre as próprias potencialidades corporais (ALVES, 2008). Do silêncio a atenção se ocupa com a respiração e no encontro com este movimento primordial se desdobra os caminhos da autoexploração da estrutura corporal (SCHNEIDER, LARKIN, et. al, 1998).

No desbravar da autoexploração, a visibilidade imersa em si mesmo se depara com uma série de desequilíbrios corporais como, por exemplo, a hegemonia da visão sobre os outros sentidos, as incorreções posturais decorrentes da desarmonia entre os níveis de tensão e relaxamento ósseo e muscular, dentre outros processos. A consciência destes desequilíbrios corporais abre caminhos para os exercícios da dissolução, em meio aos quais se investe na promoção de níveis perceptivos mais afinados com os diferentes canais sensíveis que mediam nossas experiências com o mundo.

Os exercícios da dissolução, no entanto, não funcionam apenas na promoção da reeducação postural. Além da função terapêutica os exercícios da dissolução também comportam uma função estética existencial. A dissolução, diríamos, é a liga que permite que o aluno se envolva com as técnicas, habilidades e conhecimentos que deseja movimentar. O exercício da dissolução, portanto, é o que impede que o foco da auto-observação se feche sobre si mesmo e aliene o sujeito das relações que traça com o mundo à sua volta.

Conclusões

O mapeamento da auto-observação nas práticas corporais vivenciadas durante a disciplina de “Práticas Corporais e Autoconhecimento” não foi uma tarefa simples e gratuita de ser executada, pois demandou atenção às qualidades relacionais em sala de aula.

Observou-se que no contexto da formação em Educação Física, a conversão do olhar requer uma série de permissões e disposições que envolvem não só a relação do aluno com seu próprio corpo, mas também a relação dele com o espaço e com os outros integrantes da classe. A necessidade de qualificação desses níveis relacionais, através de práticas que trabalham contato, confiança e harmonização coletiva, foi decisiva na potencialização e qualificação da auto-observação.

Enfim verificou-se que a atenção ao clima da experiência coletiva é essencial para que a auto-observação se constitua de fato como movimento do aluno sobre si mesmo que extrapola o espaço da sala de aula, afetando sua vida como um todo, pois se não há afetividade e plena confiança entre os alunos e entre a relação professor-alunos, o trabalho de sensibilização corporal é minimizado, podendo gerar desde desinteresse do aluno pelas atividades ministradas, até situações de atrito entre os pares que os distanciam de uma relação mais sensível com seus próprios corpos e com os outros.

Assim, se não há preocupação com o clima afetivo da aula, o movimento da auto-observação se atenua, tornando rarefeito o movimento do pensamento sobre as práticas vivenciadas em aula e sobre seus efeitos na formação e na vida. Consequentemente, o aluno terá dificuldades em experimentar sua formação como exercício, isto é, como “treino de si sobre si mesmo” e prática de invenção de si.

Referências

- Alves, F. S. O despertar da consciência corporal: um desafio para o futuro profissional de Educação Física. In: *Revista Motriz*. Rio Claro, v.14 n.3, p.361-370, jul./set. 2008.
- Alves, F. S. *O corpo em movimento na capoeira*. São Paulo. Tese de doutoramento: EEFÉ – USP, 2011a.
- Alves, F. S. A “escrita de si” na formação em Educação Física. In: *Revista Movimento*. Vol. 14, n. 2, 2011b, pp.239-258
- Foucault, M. *Ditos e escritos - Vol. V - Ética, Sexualidade, Política*. 2ª ed. Rio de Janeiro: Forense Universitária, 2006.
- Schneider, M., Larkin, M., et. al, *Manual de autocura: método self-healing*. São Paulo: Triom, 1998.
- Schusterman, R. *Consciência Corporal*. São Paulo: Realizações Editora, 2012.
- Kastrup, V. *A invenção de si e do mundo: uma introdução do tempo e do coletivo no estudo da cognição*. Belo Horizonte: Autêntica, 2007.

Nota sobre o autor

Flávio Soares Alves é docente do Departamento de Educação Física da Unesp, Instituto de Biociências, Campus de Rio Claro. Esse trabalho é derivado de sua pesquisa trienal (2013-16) “Práticas Corporais e Invenção de Si na Formação em Educação Física”.

Contato

E-mail: flavio_alves@rc.unesp.br

Agradecimentos

Depto. Educação Física da Unesp, Instituto de Biociências, Campus de Rio Claro.