Labirintos do Comportamento

CASO PRÁTICO

"Fico presa num erro e não consigo avançar"

Análise aprofundada segundo uma abordagem Colaborativa de Resolução de Problemas

SITUAÇÃO

Situação: A Sofia (9 anos), ao cometer um erro num cálculo de Matemática ou ao rasgar ligeiramente a folha enquanto apaga com a borracha, para completamente de trabalhar. Fica a rasurar o erro até furar o papel, recusa-se a passar para o exercício seguinte e entra num estado de paralisação e choro silencioso.

O que realmente está a acontecer?

01	**Do ponto de vista da Professora**

A atitude da Sofia revela perfeccionismo exagerado, teimosia, "drama" ou falta de resiliência. Esta leitura é compreensível, pois o erro é insignificante no contexto global da tarefa e a insistência em corrigir o pormenor atrasa todo o seu trabalho na aula.

O2	**Numa dimensão neurológica**

Existe uma fragilidade no mecanismo de **Alternância Cognitiva (Set-Shifting)** e no **Processamento de Erro**. O cérebro da Sofia deteta a falha (ativação excessiva do córtex cingulado anterior), mas não consegue largar o foco do estímulo com falha para redirecionar a atenção para a solução ou para o passo seguinte. O sistema cognitivo "travou" literalmente naquele ponto.

O3	**Do ponto de vista da Sofia**

Para a Sofia, o erro não é uma etapa normal da aprendizagem. É percebido como uma falha quase catastrófica no seu sistema de controlo. Entra num ciclo de *"ruminação cognitiva"* em que o erro ocupa 100% do seu foco. O silêncio e a fixação não são obstinação, são o resultado do seu cérebro ter ficado neurocognitivamente "encravado" naquele ponto específico.

!

Nota teórica: *Olhar para* a paralisação como "fazer tempestade num copo d'água" é uma das interpretações mais comuns. Segundo Greene (2008), quando assumimos que a criança está a ser "dramática", respondemos com minimização (*"isso não é nada, continua"*) ou pressão (*"se não avanças ficas sem recreio"*), o que aumenta a ansiedade e o bloqueio. A chave é perguntar: *"Porque é que o cérebro dela não consegue avançar este erro?"* em vez de *"Porque é que ela está a fazer um drama por uma rasura?"*

ANÁLISE PELA ABORDAGEM COLABORATIVA

A flexibilidade cognitiva e a capacidade de monitorizar e ajustar o próprio desempenho são componentes das funções executivas. Quando estas competências ainda estão em desenvolvimento, a criança pode ter dificuldade em abandonar uma estratégia que falhou e experimentar uma alternativa (Best & Miller, 2010).

O Modelo Colaborativo à lupa

Segundo a abordagem colaborativa, e considerando o caso específico da Sofia, ela não avança após um erro, porque lhe falta uma competência neurocognitiva para redirecionar o foco e gerir o impacto emocional da falha.

No caso da Sofia, a competência em falta depende de:

	FUNÇÃO EXECUTIVA	O QUE SIGNIFICA PARA O RODRIGO?
01	**Alternância Cognitiva (Set-Shifting)**	Capacidade de "desfocar" a atenção do erro e mudar voluntariamente o foco para o passo seguinte.
02	**Flexibilidade Emocional**	Tolerar o desconforto de uma página imperfeita ou de um cálculo errado sem entrar em sobrecarga de ansiedade.
03	**Acesso a estratégias de recuperação**	Ativar planos alternativos (ex.: riscar de forma simples, usar fita corretora ou pedir uma folha rascunho) sem colapsar.
04	**Tolerância à frustração**	Aceitar o erro como parte natural do processo de resolução de problemas e não como uma falha pessoal.

Nota teórica: O modelo distingue entre problemas de competência (o aluno não tem a capacidade neurocognitiva para abandonar a falha no momento) e de desempenho (o aluno consegue avançar, mas prefere não o fazer). O bloqueio por hiperfoco no erro é uma clara fragilidade de competência em funções executivas.



ESTRATÉGIA COLABORATIVA

Estratégia colaborativa: Numa conversa individual tranquila, a Professora pergunta: *"O que te podia ajudar quando cometes um engano na folha e a tua cabeça fica presa nesse ponto sem conseguir passar à frente?"*

A Sofia responde: *"Se eu puder pôr um 'Post-it de pausa' por cima do erro e continuar a escrever na linha de baixo sem ter de apagar tudo."* Acordo simples, eficaz e co-construído.

Quais são as três estratégias de resolução de problemas possíveis e como se aplicam aqui?

Os adultos, frequentemente, organizam as respostas em três estratégias disponíveis na nossa cultura educativa:

Imposição do adulto	A professora tira-lhe a borracha da mão, rasga a folha para ela começar de novo ou exige, com um tom severo que ela ignore o erro e avance. Aumenta, drasticamente, o nível de ansiedade e o sentimento de incompetência da Sofia. ***Resultado:* escalada do choro, encerramento total da comunicação e aumento da aversão à tarefa.**
Remover a exigência temporariamente	A professora faz o exercício por ela, passa-a à frente sem exigir a conclusão do trabalho ou diz-lhe para ir desenhar e para não chorar. Elimina a tensão momentânea, mas não desenvolve o mecanismo de "desbloqueio" cognitivo para os erros futuros. ***Resultado:* dependência do adulto, estagnação do desenvolvimento executivo e evitamento permanente da frustração.**
Resolução colaborativa ✓ RECOMENDADO	A professora conversa com a Sofia num momento neutro: *"Tenho reparado que, quando uma conta não sai bem ou a folha rasga, a tua cabeça fica ali 'presa' e fica muito difícil continuar. O que se passa? Como podemos ajudar o teu cérebro a fazer 'reset' e passar ao próximo exercício?"* A solução cria uma ponte de transição visual e tátil para ultrapassar do erro. ***Resultado:* identificada a competência a desenvolver, redução da paralisia cognitiva e ganho gradual de resiliência.**

Nota prática: O "desbloqueio" do cérebro requer, frequentemente, uma ação física externa (como colocar um papel por cima do erro ou mudar de cor de caneta) que ajude visualmente a quebrar o circuito fechado do cérebro no erro.

CO-CONSTRUÇÃO DA SOLUÇÃO

01	**Conversa inicial (no final da aula)**	Num momento calmo, a professora inicia a conversa sem tom de crítica: *"Reparei que quando alguma coisa sai errada na folha, fica muito complicado para ti continuar o trabalho. Podes ajudar-me aperceber o que sentes nessa altura?".* Ouvir sem julgar nem minimizar.
02	**Identificar os gatilhos específicos**	Fazer uma lista, com a ajuda da Sofia, dos cenários que desencadeiam a paralisação (*rasuras na folha, cálculos errados no meio da página, medo de não ter uma folha limpa*). O padrão revela a fragilidade na alternância cognitiva.
03	**Co construir apoios visuais e sinais combinados**	Criar a **"Técnica da Janela / Post-it".** Quando cometer um erro que a bloqueie, a Sofia pode colar um pequeno marcador colorido sobre o engano (ocultando-o da sua vista) e continuar imediatamente no espaço seguinte.
04	**Criar rotinas previstas para a necessidade**	Acordar que, ao sentir o cérebro "preso", a Sofia pode fazer um sinal silencioso e virar a folha ao contrário durante 30 segundos enquanto bebe um gole de água para dar o sinal de "reset" ao cérebro.
05	**Articular com a família a revisão quinzenal do plano**	Articular com os encarregados de educação para utilizar o mesmo método do "Post-it de pausa" nos trabalhos de casa. **Reunião breve de balanço:** *«O que ajudou a abandonar o erro esta semana?»* A Sofia avalia a sua capacidade de avançar.

Um erro não precisa de ser um ponto final. Com as ferramentas certas, ele pode tornar-se apenas uma pausa no caminho.