



# uma andorinha só não faz verão

*Exercitar a empatia e a cooperação é muito importante  
para criar seres humanos conscientes do seu papel na  
sociedade e profissionais mais capacitados*

**EMPATIA E COOPERAÇÃO**



EDUCAÇÃO

# uma andorinha só não faz verão

## empatia e cooperação

*Exercitar a empatia e a cooperação é muito importante para criar seres humanos conscientes do seu papel na sociedade e profissionais mais capacitados*

*“A cooperação é a convicção de que ninguém pode chegar à meta se não chegarem todos”  
Virginia Burden*

Empatia: por que todo mundo parece estar falando disso?	3
“A vida não é competição, é colaboração”	3
Como trabalhar a empatia e a cooperação no ambiente escolar?	4
A empatia e a cooperação no meio profissional	6
Dicas práticas de como desenvolver a empatia	6
Por que o método VOA está de olho nisso?	6
Para finalizar...	7

Hoje a nossa conversa é sobre mais um tema das **Perguntas do Zeca**, nosso assistente virtual. Ele interage com os professores para incentivar e facilitar a coleta de informações socioemocionais dos alunos, e o foco desta semana é **Empatia e Cooperação**.

### **Empatia: por que todo mundo parece estar falando disso?**

Parece que empatia virou uma das palavras da moda e de repente falam sobre isso por todos os cantos, mas de uma forma superficial. Não torça o nariz, porque sim, hoje vamos conversar sobre ela - mas vamos mais além. Vamos falar sobre porque ela é tão necessária e sobre como ela pode levar nossas crianças e jovens a serem adultos mais conscientes e melhores profissionais.

**Empatia e Cooperação**, em conjunto, formam uma das competências exigidas pela **BNCC**, que diz o seguinte em seu documento:

*“Exercitar a empatia, o diálogo, a resolução de conflitos e a cooperação, fazendo-se respeitar e promovendo o respeito ao outro e aos direitos humanos, com acolhimento e valorização da diversidade de indivíduos e de grupos sociais, seus saberes, identidades, culturas e potencialidades, sem preconceitos de qualquer natureza.”*

A empatia é a capacidade de se colocar no lugar de outra pessoa, para entender a situação de uma maneira mais ampla e tentar acessar as percepções e sentimentos do outro do ponto de vista dele. É uma habilidade fundamental para cargos de liderança e de criação, aprimora as habilidades de comunicação e melhora a vida em sociedade, porque pessoas que sabem se colocar no lugar das outras tomam mais cuidado com os impactos de suas atitudes em diversos âmbitos.

### **“A vida não é competição, é colaboração”**

Essa é mais uma frase de Virginia Burden, estudiosa dessa temática e autora do livro *O Processo da Intuição*. É importante termos essa máxima em mente, porque muito do caminho dos jovens no aprendizado vem focado na competição: as escolas brasileiras pautam toda a vida escolar do aluno no vestibular. Será mesmo uma boa solução educarmos para competir?

Quando educamos para competir, muito deixamos a desejar em relação a ensinar as pessoas a formarem uma sociedade mais consciente e mais justa, bem como ambientes de trabalho saudáveis e colaborativos. Ensinar os alunos a entenderem uns aos outros, a trabalharem juntos e a se respeitarem impacta muito positivamente o próprio ambiente escolar e, certamente, traz inúmeros ganhos futuros para todos.

A neuropedagoga **Bianca Melo** nos falou um pouco sobre isso:

*“Estimular a cooperação em sala de aula é uma forma de apoiar o desenvolvimento de competências socioemocionais nas crianças. Por muitas vezes a escola pode ser um ambiente competitivo, e por essa razão é fundamental inserir também oportunidades em que todos possam trabalhar de forma conjunta, sem competição, mas sim com a colaboração. Os benefícios são diversos: os alunos ficam mais motivados a participar das atividades, pois aqueles que compreendem melhor algum conceito podem auxiliar seus próprios colegas e aqueles que precisam de ajuda compreendem que não há vergonha nisso. Outro benefício tem a ver com a empatia, que desenvolvemos ao ver algo de nós mesmos no outro. No ambiente escolar, o primeiro passo para isso é auxiliar as crianças a perceberem que todos possuem seus pontos fortes e fracos, e que tudo isso se complementa quando trabalhamos juntos”*

### Como trabalhar a empatia e a cooperação no ambiente escolar?

A professora **Francine Ramos** nos falou sobre como o exemplo prático funciona muito melhor que a teoria:

*“Sempre parece muito mais fácil dar ordens para as crianças do que ser o próprio exemplo de comportamento, mas quem disse que o caminho fácil é o efetivo? Eu poderia chegar na sala de aula e simplesmente mandá-los se reunirem em grupos para executarem o trabalho, mas o que eles vêem em nós faz muito mais diferença em suas construções de mundo. É importante buscar o sentido da cooperação, e mostrar o quanto ela modifica a qualidade do ambiente que compartilhamos. Eu, por exemplo, dou aula para uma turma de 5º ano, que já tem vários professores. A saída de um professor para a entrada do outro pode ser um ótimo exemplo de momento de cooperação. Qual é a minha postura quando eu chego a uma sala de aula e o professor precisa de mais um tempinho para finalizar? Qual a minha postura quando eu saio de uma sala de aula que receberá um colega? O que eu posso fazer para ajudar minha equipe, como podemos conectar nossas matérias e unir nossos esforços para mostrar para os alunos que cada partícula faz parte de um todo? Eles precisam enxergar a engrenagem humana da escola funcionando como um organismo vivo, que depende da cooperação e da disposição de cada pessoa que está ali dentro. É bacana também propor reflexões e*

*demonstrar como é bom quando alguém demonstra empatia e cooperação com eles, e como é importante que eles retribuam - não porque isso é uma regra, mas terem percebido que aquilo faz sentido, que aquilo faz bem a eles. Para mim, trabalhar com crianças e jovens é propor reflexões, e não partir de imposições.”*

A professora **Vanise Luz**, por sua vez, tem a experiência de dar aula para crianças dos anos iniciais da educação infantil, e comenta que, quanto menores elas são, mais os professores funcionam como espelho. Nessa fase da educação infantil, inclusive, é muito comum que os alunos digam quererem ser professores quando crescerem, tamanho o exemplo desse profissional. Quando é a primeira vez que as crianças entram na escola, o professor precisa ter uma atenção muito grande em empatizar com o aluno e mostrar isso para ele, mostrar que está ali por ele, que ele pode criar confiança. Muitas vezes, esse profissional é o primeiro elo do aluno com o mundo, se ele estiver saindo do conforto de casa e das suas relações familiares para encarar pela primeira vez um outro tipo de convívio social. É depois que ele cria confiança no professor que ele começa a se dispor, então, a praticar a sua própria empatia, entendendo as novas regras a serem seguidas, a respeitar as novas autoridades e a conviver em paz com seus pares. Tudo tem base na empatia de mão dupla.

A professora **Letícia Pilger** dá aulas de redação para ensino médio, cursinho pré vestibular e curso preparatório para concurso da polícia militar. Ela também traz reflexões interessantes acerca de como o cultivo da empatia no ambiente escolar faz toda a diferença no trabalho dos alunos:

*“O que eu percebo durante as aulas, em relação à empatia é um aluno respeitar o conhecimento do outro, pensando por exemplo quando eu proponho a atividade de reescrever redações. Quando os alunos sabem que a redação foi feita por outro aluno, e não que eu peguei um texto qualquer, eles trabalham na tarefa com outros olhos; tentam se colocar no lugar da pessoa para não fazer críticas muito grosseiras. Eu também acho interessante que eles vêem a questão da empatia na hora da redação em relação ao tema. Eu trabalho muito com texto dissertativo, e eles sempre tem que pensar no outro enquanto argumento, pois as questões são sempre sociais. A colaboração também é essencial na minha aula, porque eu planejo a minha aula com base em incluí-los, pedindo suas opiniões. Apresentar uma aula polifônica mostra para eles que eu empatizo, que eu me importo com o que eles pensam. É muito mais interessante propor uma cadeia de reflexões e argumentos acerca de um tema do que simplesmente jogar o meu conhecimento e a minha opinião em cima deles. É incrível ver como essa empatia gera pluralidade: se eu não faço isso, todas as redações saem iguais, porque eles usam como base apenas o que eu falei. Se eu mostro que me importo com as opiniões*

*deles, e incentivo, os trabalhos são totalmente diferentes. Não é impressionante o tanto de coisa que passa pela empatia?"*

### **A empatia e a cooperação no meio profissional**

Seja numa grande corporação ou em um espaço de trabalho compartilhado, é de extrema importância que as pessoas saibam se ouvir e se respeitar. Não, não é piegas: não estamos falando que você precisa gostar de todo mundo que está a sua volta, mas estar sempre disposto a ouvir e a fazer a sua parte para propor um ambiente mais agradável vai refletir em todos à sua volta e nos resultados do trabalho.

Para ser um grande líder você deve trabalhar focando na empatia e na cooperação, pois um verdadeiro líder está sempre atento a todos que estão a sua volta e procura exercer o seu trabalho com cuidado e consideração pelo outro.

Pensando mais amplamente, também é através da empatia e da cooperação que podem surgir grandes projetos, negócios e empresas. Percebendo o outro, suas formas de viver e suas necessidades pode-se sempre encontrar alguma brecha de mercado que ainda não foi preenchida. Grandes invenções vêm de necessidades coletivas, e para entendê-las é preciso olhar para o outro.

### **Dicas práticas de como desenvolver a empatia**

- Lembre-se de que as pessoas são diferentes e que a sua verdade nem sempre é a verdade do outro
- Experimente, em grupo, as principais vantagens que vêm dessas diferenças
- Desenvolva inteligência emocional para entender os seus próprios sentimentos e desejos, e, assim, expanda isso para quem está ao seu redor
- Pergunte para outras pessoas como elas se sentem
- Pratique a escuta ativa
- Lembre-se de que tudo isso deve ser feito, inclusive e talvez até principalmente, com quem te irrita

### **Por que o método VOA está de olho nisso?**

A **colaboração** ganha uma nova perspectiva dentro do contexto das tecnologias digitais que permitem o compartilhamento de informações em tempo real. Com efeito, essa competência

merece destaque nessa nova era, conectando pessoas, compartilhando informações de forma rápida e simples através de aplicativos de celular, a qualquer hora, a todo momento, de qualquer lugar, na palma da mão.

Com relação à habilidade de relacionar-se interpessoalmente, o sujeito que conseguir desenvolver **Empatia e Cooperação**, estabelecendo vínculos saudáveis em sua vida escolar estará mais bem preparado para relações interpessoais na vida adulta.

Na hora de avaliar seus alunos, repare se eles são:

- **Empáticos:** têm atitudes empáticas em sala de aula, mostrando que sabem se colocar no lugar do outro através de ações simples como respeitar a vez do colega, respeitar a fala dos outros, respeitar o material alheio, os bens comuns, etc.
- **Generosos:** merecem destaque positivo em cooperação, oferecendo ajuda aos colegas, dando apoio emocional, compartilhando seu material e seu conhecimento, esclarecendo dúvidas, etc.
- **Antipáticos:** se mostram indiferentes aos colegas ou desmerecem sistematicamente a opinião e a necessidade dos outros.

Através dessas opções sugeridas pelo **Zeca** nesta semana, é possível traçar um bom panorama da sua sala de aula, entender como esses alunos estão se encaixando nesses quesitos e procurar estimular da melhor forma os que ainda precisam desenvolver melhor essa habilidade específica.

### Para finalizar...

Não é por acaso que projetos de economia colaborativa vêm se destacando na nossa sociedade: precisamos entender, de uma vez por todas, que ou chegamos juntos ao futuro ou não teremos um futuro aonde chegar. É com empatia e cooperação que conseguiremos nos unir para galgar um mundo melhor, de pessoas conscientes trabalhando juntas por suas causas, seja no âmbito pessoal ou profissional.

A cada aspecto diferente que conversamos aqui nas **Perguntas do Zeca** entendemos mais ainda sobre a importância do desenvolvimento global dos jovens e de uma educação que foque amplamente nas habilidades socioemocionais. Vamos aprender sobre isso juntos?