

8.2 AUTOCONHECIMENTO E ESPIRITUALIDADE EM VIVÊNCIAS SIMBÓLICAS NAS ÁREAS DE EDUCAÇÃO E SAÚDE

*Simone Andrioli Andrade*¹
*Elenice Giosa*²

Pesquisadora Responsável: Elenice Giosa.

Estudante: Simone Moura Andrioli de Castro Andrade.

Orientador: Ruy Cesar do Espírito Santo.

Instituição Responsável: Grupo Interespe.

Área Temática: Educação.

O desenvolvimento da pesquisa- Fase I.

Retomando objetivos: o objetivo principal da pesquisa é investigar formas de despertar a consciência para o autoconhecimento e a potencialidade espiritual a partir da educação interdisciplinar nas áreas da educação e saúde. Essa proposta de pesquisa é qualitativa do tipo pesquisa-ação intervenção com base na investigação interdisciplinar e com aporte da pedagogia simbólica junguiana. Em função da formação e prática das pesquisadoras, optou-se por utilizar vivências simbólicas como um dos principais recursos metodológicos. Assim, procura-se evidenciar os impactos da vivência simbólica no desenvolvimento do autoconhecimento e espiritualidade. Esse processo, que diz respeito à tendência instintiva que o ser humano possui para desenvolver plenamente suas potencialidades inatas, numa direção de busca de crescimento e completude, dá-se em torno do *self* e em função dele. Portanto, consideramos esse processo importante para ser desenvolvido nas áreas da educação em saúde.

Relato da primeira fase da pesquisa: a primeira fase da pesquisa, considerada como piloto, foi realizada em três eventos, como se segue abaixo, promovidos pelo grupo Interespe relacionados à educação. Os recursos metodológicos utilizados foram: questionários e vivências simbólicas. No último evento, o

¹ **Simone Moura Andrioli de Castro Andrade:** doutoranda em Educação: Currículo- PUC/SP. Especializada em bases da Medicina Integrativa pelo Einstein. Possui Certificação Internacional de Coaching Mentoring & Holomentoring pelo instituto Holos. Especialista em psicoterapia de orientação Junguiana coligada às técnicas corporais no Instituto Sedes Sapientes. Graduada em Psicologia - PUC/SP. Desenvolve trabalho como orientadora profissional, em clínica, escolas, com atendimento individual ou em grupo. Psicoterapeuta de jovens, adultos e orientação de pais. Cocriadora do projeto: "Projeto terapêutico de orientação profissional". Coordenou o Projeto social Integração Real durante cinco anos. Psicoterapeuta da Regressão pelo CDEC, Terapeuta da Consciência Multidimensional - Centro de Estudos e Pesquisas da Consciência. Pesquisadora do GEPI, Membro da Aliança pela Infância e INTERESPE. **Contato:** simone50@terra.com.br

² **Elenice Giosa:** Doutora em Psicologia Escolar e do Desenvolvimento Humano - USP. Mestre em Linguística Aplicada ao Ensino de Línguas - PUC/SP. Graduada em Letras: Tradutor e Intérprete. Docente em curso de graduação. Pesquisadora do GEPI e INTERESPE. **Contato:** elenicegiosa@gmail.com

questionário foi modificado em função da necessidade de ampliação de alguns dados. No primeiro evento o público alvo foi de educadores, nos últimos dois, os participantes foram além da educação e da área da saúde.

Os eventos foram realizados em três momentos:

- ENCONTRO INTERESPE no GEPI 2016: Grupos de Pesquisa Interdisciplinaridade e Espiritualidade na Educação – PUC/SP.
- ENCONTRO INTERESPE no FALA SAMPA 2016: Grupos de Pesquisa Interdisciplinaridade e Espiritualidade na Educação – PUC/SP.
- ENCONTRO INTERESPE COM ALUNOS DE GRADUAÇÃO DA ANHEMBI- MORUMBI.

A vivência simbólica proposta nesta primeira fase diz respeito à sensibilização a partir da 'escuta sensível' de uma poesia relacionada ao tema da pesquisa: "Cuidar do Corpo" de Ruy Espírito Santo e uma técnica expressiva solicitada aos participantes que tanto poderia ser um desenho como uma poesia.

Após a vivência, foi solicitado que respondessem às seguintes perguntas no questionário realizado. Existe alguma relação de autocuidado e espiritualidade para você? Qual? Escolha uma palavra que resuma seu aprendizado com a vivência.

Instrumentos de Pesquisa:

Atividade realizada nos dois primeiros eventos:

- I. Instrução: Após a escuta atenta da poesia "Cuidar do Corpo" de Ruy Espírito Santo, faça uma imagem ou poesia que represente o que vivenciou (use o verso da folha para sua imagem ou poesia).
- II. Existe alguma relação de autocuidado e espiritualidade para você? Qual?
- III. Escolha uma palavra que resuma seu aprendizado com a vivência.

No terceiro evento a atividade proposta foi a mesma e o questionário foi ampliado:

Questionário e Vivência simbólica:

Identificação Sexo:____ Grau de Instrução: _____ Idade:_____

- I. Qual é a importância do autoconhecimento na minha vida pessoal e profissional _____
- II. De 0 a 10, avalie seu grau de satisfação com o seu autoconhecimento (___)

- III. De 0 a 10, qual é a importância da espiritualidade para o meu autoconhecimento? (_____)
- IV. Instrução: Após a escuta atenta da poesia de Ruy Espírito Santo, faça uma imagem ou poesia que represente o que vivenciou (use o verso da folha para sua imagem ou poesia).
- V. Escolha uma palavra que resuma seu aprendizado com a vivência e a escuta sensível do seu dia de hoje _____

POESIA: Cuidar do Corpo de Ruy Cesar do Espírito Santo.

Respirar...

Relaxar...

Movimentar-se

Assim a cada dia além de alimentar-se

Saudavelmente

Sem excessos

Na hora certa...

Saber crescentemente do "Artista Interior" que o habita...

Que desenha com suas mãos

Que gera um poema com seu "cérebro" ...

Que olha para a beleza presente...

Saber mais que o "Artista" também "ouve" a música

Também "abraça" o Outro

Também "dança" com seu corpo

Também deixa fluir as lágrimas de emoção...

Este "Artista" também sabe da importância de uma "dor"...

Da lição a ser aprendida com uma "doença"...

Do "acordar" profundo com um "acidente"...

É preciso, então, "ouvir" este "seu Artista Interior" ...

Ao "ouvir" o Artista

Surge o entendimento

O significado de qualquer acontecimento

E a "cura" do corpo, com a "volta do sentido"..

Curar é antes de mais nada o Encontro com o Artista

A ligação do "ego com o self"

O processo de individuação

Que trará a Harmonia e o Equilíbrio....

Alguns Resultados Introdutórios: nesta fase da pesquisa participaram 48 sujeitos, do sexo feminino e masculino, com idades e classe sociais variadas.

Nos dois primeiros eventos, a partir dos dois primeiros questionários respondidos, totalizaram 24 sujeitos, todos responderam que acreditam que existe alguma relação de autocuidado com espiritualidade. Como relação obtivemos respostas, tais como: harmonia, equilíbrio, amor, cuidado, autoconhecer -se, respeito, perseverança, caminho, paz, saúde, virtudes, conscientização, inteireza. Amor e cuidado foram as palavras que mais se repetiram.

Obtivemos palavras como respostas que resumem a vivência: respiração, paz, centro, criação, transformação, ser, acreditar, sensibilidade, perseverança,

encontro com a consciência, ampliação, ambiental, conexão, intuição, reconexão, reencontro, fé, amar, amor, conhecimento, cuidado, criatividade, satisfação, desaprendizado, sinais, sensibilização, sintonia, intensidade, tirar de dentro, esperança, compartilhar, expandir, guiança, desenvolvedora, eternidade, cuidar, liberdade, criar. Amor e criar foram as palavras que se repetiram.

Em relação à autoavaliação sobre o grau de satisfação com o seu autoconhecimento obtivemos 87,5% das respostas avaliando com as notas entre 5 e 8 e 8.3% com notas 9 e 10 e 4,2% com nota 3.

Em relação a importância da espiritualidade para o autoconhecimento, 93% responderam com notas que variam entre 7 a 10 e 7% abaixo.

Algumas repostas que se destacaram para a importância do autoconhecimento na minha vida pessoal e profissional: “É essencial a base da minha vida estruturação e busca por aprimoramento pelo ser vivente”; “Quem não se conhece, não vive plenamente”; “Na descoberta dos reais potenciais individuais, para melhor desenvolvimento das habilidades”; “É de total importância já que o autoconhecimento nos auxilia a fazer o que quero// preciso e não o que alguma situação a pessoa me exige”; “Creio que o autoconhecimento é indispensável para ser bom profissional, curador e pessoa.”; “Nenhuma busca faz real sentido sem que nela seja possível ver um pouco de si e um pouco daquilo que precisa ser encontrado para si”; “Extremamente importante, engrenagem para a vida”; “Para que eu possa saber lidar com conflitos internos e externos”; “O autoconhecimento é a base que nutre todos os outros aspectos da vida”;

“ O autoconhecimento me permite separar o que é meu e o que é do outro”;

“O autoconhecimento é essencial para a auto aceitação e amor próprio e conseqüentemente amar ao próximo. Evolução”; “O autoconhecimento é luz que dissipa a escuridão conectando-se com minha essência encontro meu caminho”; “É extremamente importante nos conhecermos para podermos ajudar e conhecer o outro”; “Me despertar para poder ajudar a despertar o outro”; “Como Terapeuta somente a partir do autoconhecimento poderei conhecer o outro da minha essência, me auxilia a compreender motivos da minhas ações”; “Alcançar maturidade”.

Para a pergunta sobre a relação de autocuidado e espiritualidade: “O autocuidado equilibra e eleva”. “Cuidar de si! Se autoconhecer nosso corpo habita nosso espírito”; “A relação acontece na harmonização das ações internas e externas”; “O autocuidado está relacionado intrinsecamente com a espiritualidade; Preciso me cuidar para assim cuidar da alma/ espírito e acima de tudo cuidar do outro com amor”; “Sim, uma relação direta de respeito, amor e perseverança. ”! “O exercício de buscar a totalidade de cada um de nós. ”; “É algo como caminho como a luz como destino”; “Sim, o Autocuidado advém de uma conscientização da espiritualidade inerente da espiritualidade, se há não o desenvolver da espiritualidade, não há autocuidado, mas este também pode levar/ ajudar a conscientização gradual da espiritualidade.”; “O autocuidado exige que você olhe para si mesmo, se compreenda na completude e para mim, a espiritualidade é esse caminho de autoconhecimento, reconexão consigo, com o outro, com Deus, e conseqüentemente, o autocuidado acontece de forma

natural”; “Sim. Amar a si é também amar a Deus e ao outro ser que está próximo a você”; “A espiritualidade é base para autocuidado, espiritualidade é igual a qualidades espirituais, virtudes, sem elas não consigo autocuidar-me; “Para cuidar do outro temos que estar bem, inteiros e completos”; “Sim. A espiritualidade representa um cuidado com mais profundo do ser”.

Algumas imagens e poesias que surgiram após a escuta sensível (figura 21 e 22):



Figura 21: imagens e poesia realizadas pelos participantes do encontro do INTERESPE no GEPI 2016: Grupos de Pesquisa Interdisciplinaridade e Espiritualidade na Educação – PUC/SP.



Figura 22: imagens dos desenhos e poesias realizadas no Encontro do INTERESPE com alunos de graduação da Anhembí-Morumbi.

Discussão de Resultados: a partir do levantamento introdutório de resultados, é possível tecer algumas considerações sobre formas de despertar a consciência para o autoconhecimento e a potencialidade espiritual a partir da educação interdisciplinar nas áreas da educação e saúde, que é o objetivo principal da pesquisa. Segundo o levantamento de respostas, foi apontado que existe uma correlação de dependência entre autocuidado e espiritualidade, como se um dependesse do outro para se desenvolver. As formas de despertar para o autoconhecimento e autocuidado parecem apontar para conscientização sobre o desenvolvimento das virtudes humanas. Amorosidade e cuidado parecem ser importantes elementos para o processo de conscientização. Foi interessante perceber que muitas das respostas para as palavras que resumiram a vivência foram semelhantes às respostas obtidas como relações entre autocuidado e espiritualidade. Assim, pode-se refletir que propiciar um espaço de escuta sensível a partir de outras linguagens, ou seja, utilizar técnicas expressivas, tais como: ouvir uma poesia, fazer um desenho, que são simples recursos que podem ser utilizados em qualquer sala de aula, possibilitam mobilizar aspectos que talvez sejam importantes para o despertar do autoconhecimento e espiritualidade. Esse fato nos leva ao desejo de investigar outras linguagens simbólicas nas próximas fases da pesquisa. Nesta amostra obtivemos repostas com um alto índice para o nível de satisfação relacionado ao autoconhecimento, bem como, à correlação da importância da espiritualidade para este processo, o que pode talvez indicar que são pessoas mais conscientes em relação à essa necessidade na sua vida pessoal e profissional. Esse é outro elemento que pretendemos investigar com mais profundidade na nossa pesquisa.

Próximos Passos: neste relatório foi realizado um levantamento introdutório de resultados, bem como, algumas considerações com o intuito de aprimorarmos a metodologia para as próximas fases da pesquisa. Assim, nas próximas fases de pesquisa, programaremos outros eventos, para que na medida do possível, possamos utilizar outras linguagens como recursos de vivência simbólica. Outra modificação percebida como necessária, diz respeito à mudança de uma questão do questionário e ampliação de público alvo para que possamos atingir o nosso objetivo de pesquisa mais diretamente, assim, mudaremos uma das questões do questionário: “ Você relaciona autocuidado e espiritualidade a um processo de conscientização para o autoconhecimento? De que forma?

Novo Questionário e Vivência simbólica:

Identificação Sexo: ____ Grau de Instrução: _____ Idade:

- I. Qual é a importância do autoconhecimento na minha vida pessoal e profissional? _____
- II. Você relaciona autocuidado e espiritualidade a um processo de conscientização para o autoconhecimento? De que forma? _____
- III. De 0 a 10, avalie seu grau de satisfação com o seu autoconhecimento (.....)

- IV. De 0 a 10, qual é a importância da espiritualidade para o meu autoconhecimento? (____)
- V. Instrução: Após a escuta atenta da fábula do Cuidado, faça uma imagem ou poesia que represente o que vivenciou (use o verso da folha para sua imagem ou poesia).
- VI. Escolha uma palavra que resuma seu aprendizado com a vivência e a escuta sensível do seu dia de hoje.