

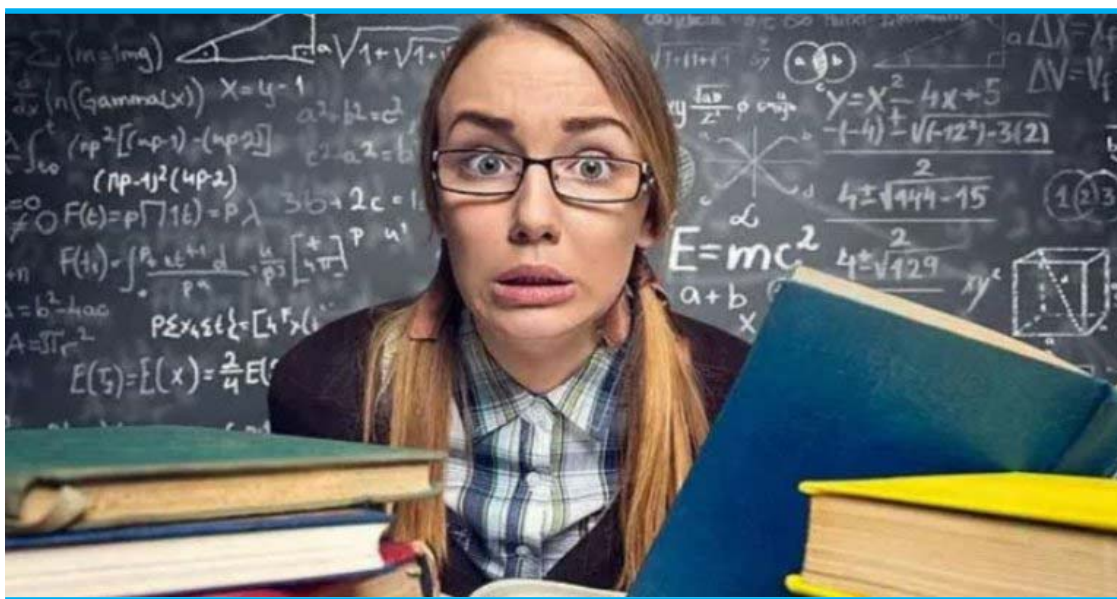
## Hipnose ajuda a reduzir o estresse do pré-vestibular

Quando o final do ensino médio se aproxima, o próximo passo importante que o jovem deve tomar é prestar o vestibular, e a ansiedade pode ser um dos maiores fatores negativos existente entre o candidato e o cartão de respostas. O stress do pré-vestibular pode gerar problemas como insônia, cansaço, perda de memória, distúrbios de humor e se agravar até uma doença crônica ou um ciclo de irritação e desgaste mental.

Se preparar para o vestibular hoje em dia, é o que mais demanda tempo dos estudantes, que por muitas vezes precisam realizar dupla ou tripla jornada entre escola, pré-vestibular e trabalho, sem contar na vida social que por inúmeras vezes é abdicada.

Segundo estudo realizado pelo Fórum Nacional de Pró-reitores de Assuntos Comunitários e Estudantis (Fonaprace), em conjunto com a Associação Nacional dos Dirigentes das Instituições Federais

**A HIPNOSE TEM A CAPACIDADE DE LIBERAR OS BLOQUEIOS E DEIXAR A PESSOA MENOS TENSA.**



de Ensino Superior (Andifes), 42% dos estudantes das universidades públicas do país relatam que antes e durante o curso, a dificuldade financeira atrapalha o desempenho acadêmico causando estresse e má concentração.

Para amenizar os possíveis problemas causados pela tensão do pré vestibular, os estudantes começaram a buscar por métodos alternativos de ajuda, como a ioga e a hipnose, que os ajudam na respiração, con-

centração, foco e principalmente no controle de si mesmo em situações que exigem muito do psicológico.

Nós, seres humanos utilizamos apenas 5% do nosso consciente e 95% do inconsciente, local esse onde

apenas a hipnose tem a capacidade de alcançar para que a raiz dos problemas sejam descobertos, liberando os bloqueios por eles causados e deixando a pessoa menos tensa.

A Terapeuta especialista em Hipnose Condicionativa, Leides Maria, atua na área a mais de 13 anos e afirma que a hipnose é capaz de fazer com que utilizemos do inconsciente como um grande aliado a nosso favor. Atualmente a terapeuta trabalha diretamente com jovens em fase de vestibular, auxiliando através da hipnose, a diminuição do estresse e da ansiedade, a melhora na concentração e até mesmo evita o bloqueio de memória tão conhecido como “branco”.

Para auxiliar nesses momentos em que a ansiedade é considerada o principal vilão, Leides Maria pretende organizar quatro sessões coletivas em horários diversos, para os pré-vestibulandos de Curitiba.

## Brasileiros têm apenas 7,5 anos de estudo, diz Unesco

**PAÍSES EMERGENTES COMO ÁFRICA DO SUL OU CHILE APRESENTAM NÚMEROS POR VOLTA DE 10 ANOS.**

É seguro dizer que o aumento na escolaridade desempenhou importante papel no desenvolvimento de países que hoje têm alta renda média. Parece ser consenso entre pesquisadores que há correlação positiva entre escolaridade e produtividade, esta última sendo fator determinante para a geração de riqueza de um país – em outras palavras, quem estuda mais produz mais em menos tempo.

Nos últimos anos, vem também ganhando terreno uma pauta importante da justiça social: a igualdade de gênero, e uma de suas faces é sem dúvida o acesso de meninas à escola. Os dados da UNESCO, presentes no infográfico, mostram os países cujos cidadãos frequentam a escola por mais anos e, também, os países em que há maior percentual de crianças e adolescentes fora da escola.

Todos os dados são segmentados por gênero e o Brasil figura em todas as comparações. Impressiona que, enquanto países desenvolvidos

como Alemanha e Estados Unidos têm média de anos de estudo de 13 ou 14 anos, no Brasil esse número é pouco maior que 7.

Países emergentes como África do Sul ou Chile apresentam números por volta de 10, ou seja, por volta de 50% maior que a média nacional. Na China, as pessoas estudam por volta de 12 anos.

Por outro lado, o percentual de crianças e adolescentes fora da escola no Brasil (8%) é relativamente baixo e próximo ao de países em desenvolvimento. Além disso, o país está à frente da maioria dos demais com relação ao acesso de meninas à escola.

É de se esperar portanto que, com o tempo, nos aproximemos desses países no que se refere à quantidade de anos que um indivíduo estuda e que isso traga melhoras na produtividade desde que acompanhe também uma melhora da qualidade desses anos. Convém lembrar que as fontes



desses dados são, principalmente, censos dos países ou pesquisas em domicílio. É natural, dessa forma, que possa haver diferenças metodológicas entre as pesquisas. Os dados acima mencionados foram coletados até 2015.

O Ministério da Educação (MEC) divulgou no final de janeiro os dados do censo escolar 2017,

que aponta a taxa de mais de 19% de reprovação e abandono da escola no 6º ano do ensino fundamental, disparando para 28% no 1º ano do ensino médio. A falta de estrutura também reflete na diminuição de matrículas de estudantes entre 6 e 14 anos: redução de pelo menos 1,8 milhão.





# Quando começar a dar mesada ao seu filho?

## DAR OU NÃO MESADA? A PARTIR DE QUE IDADE? COMO ESTABELECE O VALOR?

Ao contrário do que muita gente pensa, a mesada não é um incentivo ao consumismo; na verdade, é uma importante ferramenta para educar financeiramente crianças e jovens.

A data de adoção de cada tipo de mesada depende do interesse e do entendimento que a criança está demonstrando ter em relação ao uso do dinheiro.

Por volta dos sete ou oito anos é um bom momento, pois ela já possui vontades e sabe que para ter um produto ou serviço é necessário "trocar-lo" por dinheiro e possuem entendimento suficiente para começar a aprender a administrar esse recurso.

Esse assunto deve ser tratado de forma leve e lúdica, sem imposições ou ameaças, para não exigirmos mais das crianças do que elas estão assimilando. Cada criança e jovem tem um comporta-

mento particular, portanto é importante lidar com seu filho da forma mais adequada.

O valor depende do que os pais observam ser o consumo rotineiro da criança, observando sempre se os seus hábitos são saudáveis e de que forma ela gasta o dinheiro que recebe. O ideal é que metade do valor corresponda ao

que criança gaste no mês e explicar que a outra metade vocês irão investir nos sonhos de curto prazo (que será realizado em até um mês), médio prazo (em até seis meses) e longo prazo (até um ano), que ela mesma vai definir.

Além de oferecer noções de responsabilidade, a mesada também pode – e deve – ser associada a questões como sustentabilidade, meio ambiente, consumo consciente e outros temas que auxiliam na boa formação do indivíduo, auxiliando, assim, na formação de uma sociedade mais consciente financeiramente no futuro.

Reinaldo Domingos - doutor em educação financeira, presidente da Associação Brasileira de Educadores Financeiros (Abefin) e da DSOP Educação Financeira e autor do best-seller Terapia Financeira.



# O que podemos aprender com a China?

Quando me perguntam se é possível aplicar na educação brasileira práticas bem-sucedidas de países com melhores resultados educacionais que o Brasil, costumo responder - para surpresa do interlocutor - com uma afirmação e uma negativa.

Essa conjunção de 'sim e não' é a resposta mais honesta porque, em primeiro lugar, é preciso entender que a cultura de alguns países que lideram o ranking do Pisa - o teste de qualidade educacional mais relevante da atualidade em todo o mundo - é muito diferente da nossa.

E a educação de um país é reflexo de sua cultura, sua história e, principalmente, suas expectativas quanto ao futuro. Quando avançamos um pouco mais nessa reflexão, vemos que os países asiáticos estão entre as principais nações quando se trata de resultados nessa área.

Apesar disso, mesmo não sendo possível copiar o modelo educacional, podemos sim, adaptar algumas práticas, testar em pequena escala e, se bem-sucedidas, implantar de maneira mais ampla. Eu tive a oportunidade de conhecer alguns dos sistemas de ensino de países com resultados acima da média mundial. E por tudo o que vi, acredito que a China vai dominar o mundo.

Por quê? Basicamente, porque eles conseguem ser felizes na escola, além de estudar. Se não bastasse, veem sentido no estudo para a melhoria do seu país: querem aprender para, uma vez aprendido, fazer melhor. E isso é algo que a China está

sabendo colocar em prática muito bem: aprender com os demais para, depois, assumir a liderança. Os chineses olham para fora, aprenderam, e hoje estão fazendo melhor muitas coisas.

A China não se constrange por copiar para

**A educação de um país é reflexo de sua cultura, sua história e suas expectativas quanto ao futuro.**

melhorar o que deu certo fora de suas fronteiras. Essa atitude de se colocar como aprendiz é algo que a China executa com excelência. Basta ver a determinação com que os jovens chineses enfrentam a maratona de estudos pré-universitários. Jovens de 15 e 16 anos, em sua grande maioria, priorizam nessa etapa da vida: se preparar para o temível Gao Kao, o exame que define o acesso às melhores faculdades.

Essa expectativa é compartilhada por toda a família e levada tão a sério que é

muito comum ver pais e avós trabalhando arduamente para oferecer a filhos e netos as melhores condições de estudo possíveis. Esse é considerado o momento mais importante da vida de um chinês. Não é à toa que as principais universidades americanas - como Stanford e Massachusetts Institute of Technology - estabelecem limite de vagas para os chineses, sob pena de comprometer as vagas dos americanos.

O espírito cívico na China também merece destaque. Percebe-se no povo, de forma muito acentuada, uma sensação de pertencimento ao seu país, uma vontade de ajudar a mudar e melhorar a sua pátria. Vemos pelo mundo a fora - inclusive no Brasil - que os estudantes que vão para outros países nem sempre voltam ao término dos estudos.

A maior parte dos estudantes chineses vão, aprendem, e voltam, para converter esse aprendizado em favor do seu país. Se queremos aprender algo com a China, podemos começar por aí: desenvolver um gosto pelo Brasil que nos faça sentir responsáveis pelas soluções dos principais desafios do nosso país que habilitam a retomada do crescimento sustentável e da dignidade do seu povo.

Acedriana Vicente Sandi

Diretora pedagógica da Editora Positivo.



Fundado em 1934

Diretor Responsável: Eduardo Carvalhaes Nobre  
(Registro DR-MT/SRTE/MG - Nº 11.411)

Propriedade de O Debate Ltda - CNPJ: 19.403.088/0001-10  
Redação - Av. Amazonas, 2234 - Santo Agostinho - 30180-003  
Belo Horizonte/MG - (31) 3337-8008

Edição 2665 - Março de 2018

Paulo Pinheiro Chagas (1934-1953)

Oswaldo Nobre (1953-2007)

Diretoria Executiva

Luisa Maria Maia Nobre - Redação

Eduardo Carvalhaes Nobre - Mídias Digitais

Site: www.odebate.com.br

Gerente: Sandra Regina Valentim Maia

Projeto Gráfico: Carlos Alexandre Domingues

Órgão de Utilidade Pública pela Lei 1.950,  
da Câmara Municipal de Belo Horizonte

Os artigos e colunas assinados não expressam necessariamente a opinião do jornal.





# Dicas para controlar acesso de crianças à internet

**PROFESSORES DA FGV ALERTAM QUE PAIS DEVEM ACOMPANHAR E EDUCAR O ACESSO DE CRIANÇAS À INTERNET.**



70% das crianças e adolescentes entre 7 e 17 anos afirmam ter encontrado pornografia acidentalmente na internet enquanto navegavam por outros motivos. O dado é da pesquisa produzida pela organização inglesa GuardChild.

Para evitar que casos como esses aconteçam na sua família e com amigos, o coordenador do MBA em

Marketing Digital André Miceli e a professora Regina Lima, pesquisadora do tema, ambos da Fundação Getúlio Vargas (FGV) dão dicas de como controlar e proteger os seus filhos.

“É necessário ter limites claros na quantidade de tempo conectado. Além disso, toda família deve implementar a Política de Porta Aberta, em

que os pais devem sempre interagir com seus filhos durante o tempo no computador. Verifique os games que eles estão jogando ou o que eles estão procurando. Deixe-os saber que você está interessado e prestando atenção. Quando possível, especialmente com crianças mais novas, sente-se com elas, assista e interaja”, diz André Miceli.

A pesquisadora da FGV Regina Lima afirma ainda ser muito importante, para quem cuida de uma criança, que esteja atento, além da interação nas redes sociais, ao vício no uso. Segundo ela, as crianças com pouca idade que receberam tablets ou outros dispositivos estão desenvolvendo uma relação nada saudável com a tecnologia.

“Em muitos casos, elas ficam menos interessadas em atividades como esportes e leitura, além estarem mais propensas a insônia e irritabilidade. A pesquisa de imagens cerebrais mostra que esses dispositivos afetam o córtex frontal do cérebro da mesma forma que uma droga. Na verdade, o uso de tecnologia é tão excitante que eleva os níveis de dopamina tanto quanto o sexo”, alerta a especialista.

Miceli explica que temos que educar as próximas gerações sobre como usar a internet. Para o professor da FGV, temos que garantir que cada criança possa encontrar uma maneira própria e saudável de se relacionar com a tecnologia. “A educação é a ferramenta mais importante nesse processo. O interessante é que, se por um lado a tecnologia pode atrapalhar as crianças, por outro, pode ser uma aliada dos pais”, diz o especialista.

## Dados atualizados do censo educação trazem preocupação

**“PRECISAMOS CHAMAR A ATENÇÃO DOS NOSSOS JOVENS PARA A IMPORTÂNCIA DA EDUCAÇÃO”, AFIRMA EDUCADORA.**



Divulgado em janeiro de 2018 pelo Ministério da Educação (MEC), o Censo Escolar da Educação Básica apresentou alguns dados preocupantes sobre a educação brasileira. Segundo o estudo, houve uma queda no número de matriculados no ensino médio, fora isso, hoje muitos jovens são considerados inativos, ou seja, não trabalham e nem estudam. Uma infor-

mação assustadora que precisa ser estudada e muito bem trabalhada.

De acordo com a psicopedagoga especialista em gestão escolar, Ana Regina Caminha Braga, os dados do censo são bem claros. “Se juntarmos Ensino Fundamental e Médio, o Brasil perdeu mais de 2 milhões de matrículas. E se falarmos em distorção de série, tivemos um cresci-

mento de 28% de 2015 pra cá. São problemas sérios, que devem ser levados em consideração pelos nossos governantes”, comenta.

Para Ana Regina, quanto a evasão escolar, devemos levar em conta não só a diversidade cultural brasileira, como as oportunidades oferecidas a esses jovens, que na grande maioria das vezes, desde muito cedo precisam auxiliar na renda familiar, deixando a educação de lado e dando prioridade ao sustento da casa. Além disso, a grande maioria dos jovens têm condições precárias para estudo o que acaba desmotivando.

“Nós devemos nos colocar no lugar do jovem que precisa acordar 4 ou 5 horas da manhã para ir à escola com transportes inadequados, muitas vezes sem refeição, sem ter dormido dignamente. Só dá tempo de chegar na sala de aula e encontrar uma apostila e o professor lá na frente passando os conteúdos. Será que isso motiva o aluno a ficar no ambiente ou ele começa a pensar que trabalhar seria muito mais

eficaz para o seu sustento? Precisamos mudar tudo isso”, complementa a especialista.

O incentivo por parte dos órgãos responsáveis é fundamental para a mudança desses dados. Ainda segundo a especialista, projetos voltados para a formação acadêmica junto a práticas e vivências de mundo que possam prepará-los para o mercado de trabalho como profissionais e pessoas éticas, com responsabilidade, conhecimento e integridade como ser humano são fundamentais.

“Além do conhecimento específico das disciplinas, é preciso valorizar os aspectos do cidadão fora dos muros escolares, na sociedade em que eles precisam ser inseridos. Atrair e motivar os jovens dentro das escolas deve partir de projetos, movimentos e socialização com a realidade de formação para o futuro no mercado de trabalho com um objetivo claro e próximo dos passos a serem dados logo na sequência do Ensino Médio”, completa Ana Regina.





# A importância do esporte para o desenvolvimento infantil

**A** ideia de que a prática esportiva é boa para a saúde e essencial para o desenvolvimento físico de crianças e adolescentes, já está mais do que consolidada em nossa sociedade. No entanto, os ganhos para quem se dedica ao esporte não se restringem apenas ao corpo, mas também se aplicam à mente.

Segundo Lais Yuri, psicóloga do Instituto Tênis, instituição sem fins lucrativos que tem como objetivo apoiar o desenvolvimento do tênis nacional, o contato, desde cedo, com os valores incutidos na prática esportiva é fundamental para o processo de construção do caráter já na infância. “O esporte ajuda em vários aspectos da vida, como estipular e alcançar objetivos, enfrentar e superar adversidades, ter foco, entre outras capacidades”, explica.

“Realizando uma atividade esportiva com constância, o indivíduo tem a oportunidade de trabalhar a tríade: performance, carreira e vida

## OS BENEFÍCIOS QUE A PRÁTICA ESPORTIVA PROPORCIONA PARA A CARREIRA E A VIDA FUTURA DOS JOVENS.



pessoal. Muitos dos profissionais bem-sucedidos no Brasil e no mundo tiveram essa bagagem quando crianças. Não se trata apenas de condicionamento físico e da manutenção da saúde, e sim

do desenvolvimento de habilidades, como resiliência, concentração, disciplina e senso de competitividade ética”, afirma a psicóloga.

No Instituto Tênis, Lais acompanha treinos e tornei-

os de 40 jovens atletas de alto rendimento, realizando, ainda, atendimentos individuais e em grupos. “A frequência e o tipo de acompanhamento é definido de acordo com o momento da temporada ou a te-

mática que será abordada com os tenistas. Em algumas situações, a presença de todos será mais efetiva. Em outras, é preciso conversar individualmente”, explica.

Na pré-temporada, por exemplo, a frequência das sessões é intensificada. “Com uma mente bem trabalhada, os jovens conseguem se dedicar mais aos treinos, o que, conseqüentemente, se reverterá em resultados melhores nas competições. Da mesma forma, estarão mais preparados para lidar com as situações estressantes que ocorrem não somente nas quadras, mas em suas vidas”, complementa.

Antes de formar um atleta profissional, o foco do Instituto Tênis é entregar pessoas melhores à sociedade. “Embora estejamos em busca do próximo tenista número 1 do mundo, sabemos que os jovens aqui treinados terão condições de se destacar em diversas frentes, não somente na esportiva”, conclui a psicóloga.

## Mais uma universidade de Portugal vai aceitar o Enem

NOTAS DO ENEM JÁ SÃO ACEITAS PARA SELEÇÃO EM 29 UNIVERSIDADES PORTUGUESAS.

O Instituto Nacional de Estudos e Pesquisas Educacionais Anísio Teixeira (Inep) assinou um acordo interinstitucional com a Universidade Fernando Pessoa (UFP), que passa a aceitar os resultados do Exame Nacional do Ensino Médio (Enem) na seleção de estudantes brasileiros. Com isso, passa para 29 o número de instituições portuguesas que aceitam o resultado do Enem para ingresso de brasileiros.

As instituições portuguesas que usam os resultados do Enem têm liberdade para definir qual a nota de corte e os processos financeiros e acadêmicos para

o acesso dos estudantes brasileiros aos cursos ofertados. O acordo favorece, principalmente, a comunicação entre as universidades e o Inep para conferência dos resultados dos participantes que pretendem utilizar as notas do Enem na obtenção de uma vaga.

A revalidação de diplomas e o exercício profissional no Brasil dos estudantes que cursarem o ensino superior em Portugal estão sujeitos à legislação brasileira aplicável à matéria.

O Inep já concluiu 29 convênios interinstitucionais com as seguintes instituições portuguesas:

Instituto Politécnico de Guarda  
Universidade de Lisboa  
Universidade do Porto  
Universidade da Madeira  
Instituto Politécnico de Viseu  
Instituto Politécnico de Santarém  
Universidade dos Açores  
Universidade da Beira Interior  
Universidade do Minho  
Cooperativa de Ensino Superior Politécnico e Universitário  
Universidade Lusófona de Humanidades e Tecnologias  
Instituto Politécnico de Setúbal  
Instituto Politécnico de Bragança  
Instituto Politécnico de Castelo Branco  
Universidade Lusófona do Porto  
Universidade Portucalense  
Instituto Universitário da Maia (Ismai)  
Instituto Politécnico da Maia (Ipmaia)  
Universidade Católica Portuguesa  
Universidade Fernando Pessoa - UFP



Universidade de Coimbra  
Universidade de Algarve  
Instituto Politécnico de Leiria  
Instituto Politécnico de Beja  
Instituto Politécnico do Porto  
Instituto Politécnico de Portalegre  
Instituto Politécnico do Cávado e do Ave  
Instituto Politécnico de Coimbra  
Universidade de Aveiro

## A missão do ensino católico e sua viabilidade como negócio

VI ENCONTRO DE ESCOLAS CATÓLICAS REÚNE EM CURITIBA GESTORES DE 136 INSTITUIÇÕES DE TODO O BRASIL.

Cenários e perspectivas da educação sob o ponto de vista religioso serão debatidos em Curitiba (PR), num evento que vai reunir 136 escolas católicas de todo o país, de 04 a 06 de abril.

Entre os temas abordados, a atenção estará voltada para os desafios do dia a dia de uma instituição de ensino confessional. A programação traz palestras sobre gestão, como conciliar a missão religiosa e educadora com a viabilidade do negócio e a atuação das escolas católicas num mundo pluralista.

O objetivo do encontro é orientar sobre os cenários econômicos, políticos e socioculturais. O evento, em sua sexta edição, é promovido pela Editora Positivo e dirigido a gestores de instituições conveniadas ao Sistema Positivo de Ensino que respondem por um universo de 61 mil alunos.