

Julia de Souza Barros Alencar

“A ansiedade e o medo envenenam o corpo e o espírito”

George Bernard Shaw

Quando a produtividade é tóxica



Em um cenário no qual tudo se adaptou (o que não significa que seja algo bom) devido ao mais novo inimigo mortal e invisível (o coronavírus) que trouxe para nossa sociedade uma nova concepção do medo, a educação não ficou para trás com uma construção para os tempos de pandemia: o ensino remoto e as aulas através das telas.

Quando a vida era aparentemente normal, numa situação em que podíamos resolver os problemas pessoalmente e lidar com a dor, a tristeza, o desespero, o desânimo e todas as coisas que trazem cansaço e frustração na vida acadêmica, especificamente falando (porque podem ser levados em consideração todos os motivos possíveis, desde trabalho até todos os tipos de relacionamentos) tudo era mais “fácil”. Por quê? Bom, porque recorrer a escapes que as relações humanas nos proporcionam ajuda e muito a passar por situações de extrema angústia e de dificuldades.

Nesses tempos, é difícil recorrer a esses escapes que nos dão pequenas alegrias. Eles nos ajudam a olhar o cotidiano por outra perspectiva, porque quando você está 100% do seu tempo no mesmo ambiente, vivendo praticamente a mesma rotina todos os dias, tudo se torna enfadonho. Além da ansiedade bater a sua porta com mais força e

frequência. Nesse momento vem um pensamento à mente: “por que não ser mais produtivo?” e então, começa uma exploração de um novo conceito de produtividade: a produtividade da vida acadêmica dentro da quarentena.

Montar um planejamento e conseguir com êxito cumprir todas as tarefas delimitadas para aquele dia não tem preço. Mas, e quando isso não acontece? Gera um sentimento de cobrança e frustração, a ponto de fazer pensar “por que estou fazendo isso?”, “por que estou fazendo isso assim?” ou “por que não estou fazendo isso de outro jeito?” o que acaba fazendo parte de ser um aluno na quarentena. Além de todas as coisas físicas que nos limitam (como por exemplo, não ter acesso à internet, não ter computador ou não ter um lugar adequado para estudar), a ansiedade aumenta e ficamos mais sensíveis, irritadiços e impacientes (devido ao isolamento e à pressão de ter uma rotina), o que faz com que o resultado do processo seja completamente diferente do esperado e desejado.



Ser produtivo não deveria ser visto como uma competição de quem faz mais ou de quem faz melhor, mas uma caminhada em que cada um como indivíduo compreende de forma saudável o que deve fazer como fazer e até onde ir. Todos os dias somos bombardeados com mais matérias, mais trabalhos, textos e vídeos (além de todas as obrigações e pressões familiares e sociais impostas). “Vencer na vida” não deveria ser um jogo onde aquele que aos olhos de uma maioria não se enquadra é descartado, mas sim de fato ter sua caminhada respeitosa e respeitada. Os seus amigos da faculdade não são melhores que você porque têm menos matérias acumuladas ou porque escrevem melhor. Cada um sempre tem seus talentos e cada um está passando por algo diferente nesse tempo de isolamento.

É extremamente necessário que a ação de “produzir” não massacre todos os outros interesses de alguém só porque ele (ou ela) acredita que só irá se concentrar totalmente evitando e se privando de tudo que não condiz com aquilo. É o famoso “trabalhe enquanto eles dormem”, mas ninguém conta que quando escolhemos esse tipo de abordagem, perdemos não só o nosso sono, mas a nossa sanidade. Não quero incentivar a procrastinação, porque por mais convidativa que ela seja, a mesma trás sensações piores que a “super-produtividade”, mas quero que fique claro que ser um aluno que durante a vida “normal” já se cobrava excessivamente e encontrava alento nas relações amorosas entre os amigos, a família, num amor romântico, nas pequenas coisas da vida, em ajudar as pessoas e principalmente em si mesmo, nas suas escolhas, estar sem esse calor faz falta e faz mudar o modo como você lida com as coisas. Tudo pode se tornar leve ou pesado demais e nenhuma dessas opções é saudável.

Ser um “aluno modelo” nunca foi algo completamente saudável, devido às pressões daqueles ao nosso redor e àquelas que vêm de dentro. Assim, é saudável almejar que os estudos, mesmo que em meio à pandemia seja algo que dominamos e não uma obrigação que nos domina.

Referências:

GARCIA, Max. **Você sabe o que é produtividade tóxica?** Minas Gerais, 2020. <https://designcomcafe.com.br/produtividade-toxica/>

SHAW, Bernard George. Escritor irlandês.

Sobre o autor:

Julia Alencar, 21 anos, graduanda em Pedagogia. Mora na Pavuna, zona norte do Rio de Janeiro. Apaixonada por filmes, séries, livros e animes está em constante construção (e desconstrução) para se tornar não só uma profissional que agrega valor na vida das pessoas mas, em especial, um ser humano que luta por respeito e igualdade.