

Resumo dos Exercícios entregues pelos alunos sobre os Seminários dos Capítulos 4

Os seminários foram importantes porque mostraram o interesse pelo tema e a capacidade de encontrar a relevância da sua pesquisa bibliográfica. Assim, o grau de interesse e de relevância varia de apresentador para apresentador e de aluno para aluno (o que é natural).

Aproveitamos para chamar a atenção de alguns aspectos que se destacaram na percepção dos alunos em relação aos seminários apresentados.

Relevantes:

“As bases neuropsicológicas da emoção”

Porque: “extremamente importante no aprimoramento do sistema educacional atual, aplicando novas estratégias de aprendizado em escolas e faculdades”; “a emoção facilita o aprendizado e aumenta a concentração, já a ansiedade e o estresse prejudicam o processo de aprendizagem”; “é de extrema relevância ter conhecimento de como a emoção afeta positivamente na aprendizagem, e como a ansiedade e o estresse têm efeitos negativos no processo”; “percebi que os aspectos tratados estão presentes na minha realidade e me identifiquei com vários pontos abordados”; “ele consegue demonstrar como as emoções influenciam o nosso aprendizado com exemplos claros”; “trouxe muita contextualização e conteúdo que reforçam alguns conceitos e que também nosso aprendizado sobre emoção”.

“Memória, humor e emoção”

Porque: “pude entender melhor como as emoções afetam efetivamente as memórias”; “a relação entre emoção e memória é muito relevante para qualquer tipo de estudo, mostrando como o emocional afeta em diversos aspectos, pois fortes emoções alteram o processamento de memórias”; “constrói uma abordagem interessante e complementar as ideias exploradas no capítulo”; “expor a relação que as emoções podem ter com os processos de recordação e reconhecimento”; “eu mesma tomei notas teóricas para transformar a prática de meus estudos”; “foi mostrado como grandes emoções podem afetar a memória, e elas podem se tornar benéfica ou maléfica a memória apenas baseado na intensidade dessa emoção, como é citado pelo exemplo do estresse”.

Interessantes:

“The extended iSelf: The Impact of iPhone separation on cognition”.

Porque: “o nosso gatilho da emoção em relação ao celular se classifica como apego. E, por isso, temos reações psicofisiológicas quando ficamos distante dele”; “saber um pouco mais do impacto em que a separação de um aparelho celular causa em nossos sentidos e que somos afetados com frequência”; “traz a realidade sobre os efeitos que não percebemos enquanto usamos um celular”; “traz diversas sensações, como a de “sengurança pessoal”, por conter diversos dados”; “é a realidade da maioria que está presa a essa era digital: a necessidade por estar sempre conectado às informações rápidas interfere na emoção do ser humano”; “assunto muito atual e importante na sociedade: a importância dos celulares”; “acho muito interessante saber mais sobre os impactos que isso traz em nossa vida, muitas vezes de forma negativas, afinal não suportamos ficar sem”; “é intrigante e tem muito haver com a atualidade”; “agregou definições relevantes nesses assuntos contemporâneos”.

“Memória, humor e emoção”

Porque: “soube detectar os temas do artigo e fazer referência com o livro de forma clara e excepcional, trazendo os conceitos de forma correta e coesa”; “é interessante perceber como o artigo coloca a recordação em diferentes situações, principalmente relacionadas ao humor e à emoção”; “as memórias mais evidentes que temos são de momentos extremos, ou de muita alegria e felicidade, ou de muita tristeza e decepção”; “chamou minha atenção a relação da pobreza e fragmentação da memória diante de episódios traumáticos e de profundo estresse”; “relaciona os três fatores, concluindo que o humor e emoção interferem na memória”;

“todos nós temos aquele episódio que sentimos vergonha até hoje e gostei de entender a ampliação que ela fez sobre isso, principalmente a sua relação com a psicoterapia”.