

O ensaio reflexivo

Um ensaio reflexivo não é um redação convencional. Não se trata de contar uma história ou relatar fatos cronologicamente ou, ainda, não se trata de convencer alguém do seu ponto de vista sobre um determinado assunto. Também está muito distante de ser um texto acadêmico ou científico. É um texto intimista sobre as impressões, suas expectativas e frustrações, mudanças e reflexões pessoais que um fato, conhecimento ou vivência causou em sua personalidade, no seu modo de lidar com uma determinada situação. Este texto deve conter um registro de suas descobertas e sentimentos do início ao fim da experiência. Um ensaio reflexivo, deve conter os elementos essenciais para recriar essa experiência, o conhecimento ou a vivência “disparadores” e deve descrever o significado que tal experiência passou a ter para você. Além disso, esse ensaio deve ser concluído com o que você aprendeu dessa experiência.

Algumas dicas para escrever seu ensaio reflexivo:

1. Conheça o assunto. É o ponto crítico para escrever um ensaio reflexivo. É essencial ter uma visão geral sobre o assunto e compreender o correto significado do título de seu ensaio. Se for necessário, consulte um dicionário para um completo entendimento. Esse ensaio baseia-se na leitura de um livro, na experiência das entrevistas, em sua experiência pessoal com dor ou ainda em suas memórias de diferentes contextos relacionados a dor. Uma busca na internet sobre o assunto, fora da base de dados de artigos científicos, é também recomendada como fonte de inspiração.

Ao longo do processo, tome nota de algumas idéias ou de conteúdos que gostaria que estivesse em seu texto.

2. Gaste um tempo maior sobre o seu texto. Após completar o texto ou parte dele ou ainda se o andamento não estiver satisfazendo-o, é recomendado deixá-lo de lado, arejar e, então, retomá-lo. Sente-se novamente, com a mente mais fresca e leia o que tem escrito caso precise finalizar ou simplesmente abra um novo parágrafo se estiver “empacado” e só depois volte para conectar o texto. Quando o texto anterior não está te ajudando a continuar, pode ser que você realmente não o queira mais. No entanto, ao reler o que já está escrito, pode ter a sensação errônea de que não deve desperdiçar o trabalho já feito. Não tema perder o que já foi escrito. Também, não entregue o texto sem ter lido do começo ao fim, procurando por erros de ortografia, de gramática ou erros conceituais. A medida dessas correções e quanto for necessário para você acreditar que está perfeito.

3. Organize seu ensaio. Um ensaio reflexivo não tem um número máximo de páginas ou palavras. Mesmo o número mínimo é difícil de precisar porque o conteúdo deve conter o que a sua reflexão alcançou para o tema. No entanto, alguns pontos são esperados. O texto deve conter uma introdução, ou seja, o significado geral da experiência seguida de seu ponto de vista pessoal. Ou ainda, faça a primeira sentença ser intrigante o suficiente para despertar o interesse do leitor ao restante do texto. A seguir, apresente alguns exemplos sobre o que está tentando explicar e que tiveram um papel importante ou significativo para sua reflexão, seu

Os tópicos apresentados para conduzir a sua reflexão ou aprendizado podem ter emergido de um capítulo ou passagem do livro, do relato de um paciente ou profissional de saúde, de algum fato ou acontecimento de sua vida pessoal ou de alguém próximo.

aprendizado e o(s) porquê(s). Não exagere nos detalhes que não sejam relevantes para conduzir o leitor a sua reflexão. Por exemplo, se vai escrever como uma entrevista te impressionou, não descreva em detalhes um ambiente se isso não contribuiu para o seu entendimento daquilo que o paciente te disse. A relevância desse contexto no mundo, os pontos fracos e fortes ou positivos e negativos, ou seja, como sua reflexão se encaixa no mundo ao seu redor e no contexto de sua vida pessoal e profissional. Organize suas idéias e pensamentos cuidadosamente para não

haver contradições. Isso é muito comum até no discurso falado quando os argumentos e reflexões não estão bem claros para nós mesmos. Por fim, o texto deve conter um fechamento ou uma conclusão que não necessariamente deve ser um ponto de vista fechado e estanque. Na conclusão é possível apresentar um pequeno resumo do que foi dito anteriormente. Só os pontos mais relevantes! Porém considere: pode ser que a experiência tenha causado uma perturbação pessoal que ainda não se consolidou numa reflexão conclusiva e definitiva. Você não precisa necessariamente estar certo de tudo que viveu e aprendeu.

4. Com o raschunho em mãos e após as edições, correções, substituições ou acréscimos que julgar necessário. Deixe alguém ler seu texto. Peça que essa pessoa faça correções e críticas sobre seu material. Aproveite as críticas considerando que não há reflexão certa ou errada. O que pode estar certo ou errado é a gramática, a ortografia, alguns conceitos. No entanto, o que você pensou e refletiu sobre o tema é totalmente pessoal e não deve ser “corrigido” sob o ponto de vista de outra pessoa. Só o seu próprio julgamento interessa.

5. Encerre a formatação e entregue seu ensaio, pelo carregamento de arquivos no moodle.

O QUE VOCÊ DEVE EVITAR ENQUANTO ESCREVE UM ENSAIO REFLEXIVO

I. Uma narrativa seca sem análise aprofundada

II. Um número exagerado de repetições

III. Voz passiva. É melhor escrever “Eu li o livro” ao invés de “O livro foi lido”

IV. Linguagem resbuscada ou complicada. Não faça sentenças longas ou a leitura ficará difícil

V. Plágio. Se você desejar muito incluir as idéias de alguma outra pessoa faça isso como citação literal do original (entre aspas). Lembre-se, esse texto é um material em que o seu pensamento e reflexões são a essência