

LEITURA EM TEMPOS DE HIPERCONNECTIVIDADE

READING IN HYPERCONNECTIVITY TIMES

*Daiane Martins Batista¹
Guilherme Augusto de Carvalho²*

Resumo: O caminho do saber é construído por meio da proximidade com bons autores e pela prática de leitura e estudos. Ter consolidada uma rotina é um primeiro passo para que uma pessoa consiga ter um bom repertório profissional e pessoal. Contudo as novas tecnologias, que propõe muitas ótimas ferramentas, em alguns momentos, são as causadoras de desafios e empecilhos no caminho do estudante, os quais, dependendo do contexto, atrapalham alguém que está caminhando em direção ao saber. O primeiro objetivo deste artigo é discorrer sobre o impacto que a hiperconectividade causa em um leitor, pontuando desta forma, as consequências que este ambiente provoca em alguém que lê. O segundo objetivo, é propor saídas para que o leitor possa buscar construir um ambiente profícuo de leitura, sem renunciar às ótimas ferramentas tecnológicas disponíveis. Aprender a usar tais recursos ao invés de eliminá-los, é um ponto de partida inteligente para quem entende o quanto tais instrumentos são úteis, mas isso está diretamente relacionado a forma de usá-los. O artigo foi elaborado a partir de uma pesquisa bibliográfica, consultando livros e artigos sobre a temática. A tecnologia foi uma das grandes ferramentas que surgiram para dar acesso ao conhecimento a todos que procuram. Contudo, aprender a administrar os excessos de estímulos, que prejudicam tal prática, é uma atitude importante, para que esta grande ferramenta, não se torne uma âncora para o desenvolvimento pessoal.

Palavras-chave: Leitura. Hiperconectividade. Tecnologias. Disciplina. Foco. Educação.

Abstract: The path of knowledge is built through proximity to good authors and the practice of reading and studying. Having a consolidated routine is a first step for a person to have a good professional and personal repertoire. However, the new technologies, which propose many great tools, at times, are the cause of challenges and obstacles in the student's path, which, depending on the context, hinder someone who is walking towards knowledge. The first objective of this article is to discuss the impact that hyperconnectivity causes on a reader, thus punctuating the consequences that this environment causes in someone who reads. The second objective is to propose ways out so that the reader can seek to build a fruitful reading environment, without giving up the great technological tools available. Learning to use such resources rather than eliminating them is a smart starting point for anyone who understands how useful such instruments are, but this is directly related to how to use them. The article was elaborated from a bibliographical research, consulting books and articles on the subject. Technology was one of the great tools that emerged to give access to knowledge to all who seek it. However, learning to manage the excesses of stimuli, which harm such a practice, is an important attitude, so that this great tool does not become an anchor for personal development.

Keywords: Reading. Hyperconnectivity. Technology. Discipline. Focus. Education.

¹ Centro Universitário Internacional UNINTER. E-mail: daianemartinsbatista78@gmail.com.

² Centro Universitário Internacional UNINTER. E-mail: guilhermehaw@gmail.com.

Introdução

Vivemos em um tempo em que se tornou imprescindível repensar os diversos processos educacionais, entre eles, a necessidade de foco e disciplina para alcançar êxito na leitura. Afinal, fala-se que na era digital as pessoas leem o tempo todo, mas essa afirmação é questionável, já que o que realmente acontece é que estamos expostos a muitas informações o tempo todo, o que é bem diferente do que se considera uma boa leitura, focada em objetivos específicos.

Esse cenário foi fortalecido pela propagação de inúmeros dispositivos móveis com internet, os quais tornam-se cada vez mais acessíveis a boa parte da população, facilitando o acesso a informações globalizadas, entretanto, dificultando a realização de quaisquer atividades sem a interrupção de mensagens e notificações. Até mesmo quando estamos trabalhando em nossos computadores de mesa, notebook, o WhatsApp Web está ligado e a cada minuto somos interrompidos.

Tendo em vista a realidade vivida em nossos dias, os quais são denominados como pertencentes à era digital, o propósito deste trabalho é justamente apresentar esse cenário, além das consequências negativas e positivas da hiperconectividade e propor soluções para quem vive tal realidade.

1. A importância do foco para leitura

Estudar é um importante caminho para quem busca se desenvolver e crescer, cultivar tal hábito é imprescindível caso alguém tenha o intuito de aprender. O desafio, em nossos dias, é conseguir separar um tempo de qualidade, em meio aos nossos dias de hiperconectividade.

Em princípio, por mais que alguém consiga desenvolver várias atividades ao mesmo tempo, não é possível ter foco em mais de um objeto simultaneamente. Ao fazer isso, um estudante compromete a eficiência da sua compreensão durante o tempo de estudos e leitura, por isso que, buscar ter um ambiente propício para tal prática, sem distrações e com um foco único, é o caminho para o sucesso nesta atividade (BASTOS et al, 2014, p. 25). Um desafio que tem se tornado grande em nossos dias, afinal, estamos na era digital e precisamos lidar com duas grandes problemáticas, que é o fracasso das escolas no que se refere ao ensino da leitura e ainda o uso massivo da internet pela população, o que gera a falta de foco. Segundo Souza (2020, p.8):

A relação entre essas duas variáveis é motivada pela interpretação - um tanto alarmante e nada consensual - de autores como Carr (2011), segundo os quais a brevidade e a superficialidade adequadas à natureza da vida digital e dos dispositivos eletrônicos recentes teriam como correlato cognitivo a diminuição da capacidade de concentração e retenção de informações mais extensas e mais profundas, naturais em ambientes da vida real da era pré-digital, como a leitura e a interpretação de artigos, livros científicos e romances.

Por certo, a tecnologia só tem a acrescentar em nossa vida, o acesso à informação, a conteúdos e aulas online promovem a acessibilidade. O desafio é conseguirmos bloquear os estímulos e aprendermos a usar a tecnologia a nosso favor. Maryanne Wolf acrescenta um ponto importante sobre a leitura e a falta de foco: “Provavelmente, você já percebeu como a qualidade da atenção mudou à medida que lê mais e mais em telas e recursos digitais” (2019, p. 10). A atenção e o foco na leitura, conforme aponta a autora, tornou-se escassa em nossos dias, em tempos onde nem sempre o leitor é transportado ao mundo do livro, quando está lendo (2019, p. 10).

Concernente às mudanças no comportamento cognitivo tendo como causa o uso intenso dos dispositivos móveis, Souza, apresenta um questionamento: “Como as mudanças em nosso comportamento cognitivo, causadas pelo uso intenso de meios virtuais, podem afetar a longo prazo nossa capacidade de decodificar e atribuir significados ao que lemos no nosso dia a dia?” (2020, p.16). Assim, destacamos que a resposta aos questionamentos apresentados demandará de pesquisas mais aprofundadas ao longo de uma ou duas décadas, por outro lado, ao longo deste texto vamos abordar algumas causas e dicas para aprendermos a focar a leitura em tempos de hiperconectividade.

Vale ressaltar que existe um tipo de leitura que é realizada como meio de adquirir informações, a qual é diferente daquela leitura com foco na compreensão do assunto. Portanto, é fundamental entender essas diferenças para que o leitor não confunda a falta de foco com o fato de estar apenas fazendo uma leitura para obter informações acerca de uma temática.

A falta de foco é ocasionada principalmente porque ficamos conectados durante muito tempo, recebendo inúmeras informações, tornando-nos dependentes dos dispositivos tecnológicos. Tornou-se difícil tomar a decisão de deixar o celular desligado ou silencioso, para nos dedicarmos à leitura, inclusive, porque muitas vezes lemos os

nossos livros no celular, tablet ou notebook, nos quais mantemos o acesso contínuo ao *Whatsapp* e outras redes sociais. Segundo Souza (2020, p.14):

O surgimento de dispositivos móveis com internet, como smartphones e tablets, parece ter intensificado ainda mais esse quadro, já que passamos agora ainda mais tempo on-line. A consequência é que dificilmente conseguimos fazer alguma atividade sem sermos interrompidos por mensagem e notificações do celular. Estamos conectados enquanto dirigimos, enquanto comemos e às vezes até enquanto dormimos.

Ainda temos outro fenômeno recente que foi o aumento significativo da oferta de dispositivos móveis para leitura e a disponibilização de e-books, proporcionando uma mudança nos hábitos dos brasileiros, que passaram a adquiri-los, diminuindo a leitura de livros impressos. Não podemos deixar de destacar a praticidade de ter inúmeros livros disponibilizados virtualmente, por outro lado, existem algumas ressalvas quanto ao tipo de leitura que estamos realizando, haja vista primeiramente a exposição exagerada às telas, além da dificuldade de concentração para ler em um dispositivo que facilita a interrupção da leitura continuamente.

Um dos pontos positivos causados por essas mudanças ocorridas em nível mundial, está na maior facilidade de acesso à livros, com custos menores, sem ocupação de espaço físico. São inúmeros os aplicativos a serem utilizados, entre eles, pode-se citar o Kindle da *Amazon*, por meio do qual, temos acesso a um incontável número de livros, que teríamos dificuldade de adquiri-los em meio físico. Entretanto, cabe a implementação individual de uma nova forma de gerenciar as leituras digitais e conseguir avançar nos níveis de leitura, independentemente se em meio físico ou digital.

Inclusive, mediante a esta avalanche digital ocorrida nos últimos anos, principalmente neste cenário pós-pandemia, já que durante a pandemia do COVID-19 ocorreu uma intensificação do uso de redes sociais e utilização de serviços digitais, sendo possível observar mudanças no comportamento cognitivo de muitas pessoas, que precisam ler determinados textos por diversas vezes para conseguir compreender. Isso, sem falar em várias situações em que a pessoa está fazendo uma leitura e simultaneamente pensando em outras questões, dispersando-se rapidamente do foco inicial. Nesse sentido, Souza, apresentou o relato de duas pessoas que confessaram o seguinte:

A [...] Eu gasto cerca de 2 horas a mais porque me perco na Internet, algo que poderia ser concluído logo é postergado porque fico no Facebook, Instagram. É compulsivo. Estou aqui no WhatsApp enquanto

minha sentença está ali parada. [...] M [...] Às vezes eu preciso ler seis vezes a mesma frase. É como se eu não estivesse lendo, como se estivesse... Assim... Olhando uma reta, sabe? Eu sempre gostei de ler, mas agora quando estou lendo não consigo lembrar nem a última linha que fez sentido. Algumas coisas eu só leio e passo rápido, mas pra entender o que está escrito, tenho que reler várias vezes. E perco o interesse muito rápido também. Não é nem perder o interesse, é o foco mesmo, porque às vezes quero muito aprender sobre o que estou tentando ler. Coisas curtas acabam sendo mais fáceis, sabe? Começo e paro, quando vejo já se passaram duas horas e eu li duas ou três páginas. E parece que estou piorando com o tempo. (2020, p.15).

A leitura é uma atividade que demanda vários componentes cognitivos, os quais vão além da compreensão da linguagem, os relatos acima demonstram que alguns desses componentes estão falhando, portanto, é preciso analisar as causas do problema. A autora que apresentou os casos, relata que se trata de pessoas que passam muito tempo na internet, recebendo informações por meio das telas, o que nos faz relacionar esta como uma das principais causas das dificuldades apresentadas pelos leitores citados.

Essas alterações cognitivas podem ser relacionadas à altíssima carga de informações recebidas diariamente e a necessidade de processá-las adequadamente. Assim, vincula-se a dificuldade na compreensão de textos por alguns leitores ao excesso digital ocorrido na contemporaneidade. Destaca-se que essas dificuldades têm sido observadas desde as séries iniciais, em que os professores precisam se desdobrar para conseguir a atenção e o foco dos alunos, os quais não se interessam por leituras aprofundadas, mas tem transferido o foco para as mídias digitais. Com isso, questiona-se acerca do tipo de leitor que está sendo formado e a sua capacidade crítica. Afinal, o que é a leitura? Qual é a leitura que deve ser desenvolvida? E os leitores, quem são, quais as suas características? As dificuldades no letramento devem-se somente à exposição exagerada às mídias digitais? Algumas dessas questões só poderão ser esclarecidas ao longo dos próximos anos, por outro lado, vamos apresentar algumas formas de diminuir esses aspectos e termos bons resultados de leitura mesmo em tempos de hiperconectividade.

Considerando as definições de Mortimer Adler, em seu livro *Como ler livros*, considerado um clássico da temática, “toda leitura consiste em uma atividade, então toda leitura tem de ser ativa [...] quanto maior a extensão e o esforço na leitura, tanto melhor será o leitor”. E os leitores, quem são? “Por leitores, referimo-nos às pessoas que ainda estão habituadas a obter a maior parte das informações da palavra escrita, ou seja,

referimo-nos à grande maioria das pessoas inteligentes e alfabetizadas” (ADLER et al, 2010, p.25-26).

Concernente ao desenvolvimento de uma leitura crítica, Souza cita Paulo Freire, o qual defende que “a leitura crítica se refere à leitura do mundo, que é anterior à leitura da palavra. Sendo assim, a leitura da palavra passa necessariamente pela leitura prévia da realidade e, em contrapartida, acaba por ressignificá-la”. Em meio a tantas informações recebidas diariamente, percebe-se que a própria leitura do mundo tem sido deturpada, as crianças, muito antes de aprenderem a ler as palavras, já tem uma visão formada por meio das redes sociais, jogos, vídeos, músicas, enfim, tudo o que é disponibilizado por meio da internet nos celulares e tablets.

Escola em latim *schola*, significa ócio, é um momento onde o silêncio e o excesso de estímulos dão lugar ao saber. O ócio é muito mais do que não fazer nada e sim, é um silêncio que nos capacita a ver, perceber e entender a realidade. Pieper complementa afirmando que: “O ócio é uma forma daquele silêncio que condiciona a percepção da realidade: só quem fica em silêncio é capaz de ouvir, e quem não sabe calar não ouve (2020, p. 71). Temos conseguido vivenciar esse silêncio? Muito dificilmente, crianças mesmo antes de serem alfabetizadas já estão expostas ao agito/barulho por meio dos celulares. Como que os professores alfabetizadores conseguem concorrer com esse universo de imagens, cores e ruídos?

Byung-Chul Han acrescenta um importante ponto sobre a arte de ver, oferecida pela vida contemplativa. Ele pontua que para aprendermos a ver, precisamos aprender três importantes conceitos pedagógicos que são o ler, o pensar e o falar e escrever, aprender tais habilidades é o primeiro passo para uma vida contemplativa, só vê quem entende estes três conceitos, sendo que para isso, um ambiente propício e um posicionamento adequado definem o sucesso da empreitada (2015, p. 51).

Largar os estímulos e buscar ferramentas para lidarmos com todos os excessos é o caminho daqueles que buscam construir uma rotina onde o saber é o objetivo principal. Se não nos silenciarmos, seja interna ou externamente, cairemos no barulho de uma vida irrelevante, que não aprende, contempla e muito menos enxerga os detalhes da vida. O desafio em cultivar o silêncio nos dias de hoje é por conta dos inúmeros estímulos, mensagens e notificações, que tiram nossa concentração e a capacidade de silenciarmos o nosso exterior e também o nosso interior. Jaron Lanier acrescenta como as redes sociais podem viciar, levando o participante a ficar totalmente preso neste universo e assim,

perdendo a sua capacidade de se silenciar, decidir e cultivar o ambiente necessário para a construção do saber (2018, p. 34-35).

É necessário estarmos alertas para os resultados que a sociedade pós-moderna vai enfrentar a médio e longo prazos devido os nocivos hábitos que estamos desenvolvendo, tanto que de acordo com Souza (2020, p. 54): “[...] ao longo do tempo estamos perdendo o hábito de nos concentrar para ler textos longos e refletir sobre eles por causa de dispositivos digitais, e a cada dia teremos mais dificuldade de fazê-lo”.

Os estímulos viciantes das redes sociais, que produzem recompensas rápidas e em todos os momentos, terminam por minar a capacidade que o ser humano tem de parar, se concentrar e mergulhar em algo, como o estudo e leitura, que produzem recompensas apenas em longo prazo. Aprender a se aquietar, cultivando assim um ambiente propício para os estudos, é o princípio básico para uma vida relevante, e fugir das armadilhas da tecnologia é fundamental para aqueles que querem trilhar um caminho relevante.

Maarten J. Verkerk et al, acrescenta pontuando como a tecnologia tem uma característica ambivalente, servindo tanto para fazer o bem quanto para prejudicar, por isso que, entender suas qualidades e perigos, é um pressuposto básico para conseguirmos usar com mais responsabilidade (2018, p. 330). Com isso concluímos que, saber impor limites e entender todos os pontos fracos da tecnologia é importante para que um aluno ou acadêmico não seja prejudicado pelos excessos durante a sua construção do conhecimento.

Junto com o avanço tecnológico, seguimos com alguns desafios, que precisarão ser vencidos a fim de que a nossa vida de estudos traga frutos e resultados relevantes. E a falta de leitura profunda e o foco nos estudos é um dos desafios que estudantes, professores e leitores precisam vencer. Reaprender a ler, em meio ao nosso mundo digital e hiperconectado, é um hábito fundamental.

2. A leitura em um mundo hiperconectado

A leitura figura entre as fundamentais práticas de estudo, ler, além de produzir conhecimento, exercita o cérebro e ajuda o estudante a seguir rumo ao saber. Sertillanges acrescenta: “Ora, a leitura é o meio universal de aprender, e é a preparação imediata ou distante de toda produção” (2019, p. 131). Cultivar tal hábito é o primeiro passo daqueles que pretendem cultivar uma vida calcada no aprendizado.

Wolf acrescenta pontuando que o letramento é uma das mais importantes habilidades do ser humano, ninguém nasceu com a habilidade inata, sendo que tal prática acrescentou um novo circuito ao cérebro humano (2019, p. 9). Stanislas Dehaene acrescenta: “Nada, em nossa evolução, nos preparou para receber as informações linguísticas pela via do olhar. Contudo, a imagem cerebral nos mostra, no leitor adulto, mecanismos altamente evoluídos e adaptados às operações requeridas pela leitura” (2018, p. 17-18).

Apesar do ser humano não ter nascido com a habilidade de leitura inata, o hábito mostra como tal prática acrescenta circuitos no cérebro, mostrando como o hábito mudou conexões e estruturas cerebrais. A retina é o ponto de partida da leitura, quando a região central da retina, denominada de fóvea, capta e assimila todos os detalhes da página durante a leitura. É nesta minúscula região que o trabalho todo é feito, sendo ela a única útil para o processo de leitura. É por conta desta estreiteza que a fóvea possui, que um leitor necessita de mover os olhos enquanto lê (DEHAENE, 2018, p. 26).

Contudo, as novas tecnologias e ferramentas digitais têm provocado novas mudanças nas mentes dos seres humanos, tolhendo a nossa capacidade de concentração e leitura profunda. A qualidade da nossa habilidade de ler não só revela a qualidade dos nossos pensamentos, mas também é o caminho para ter ainda mais habilidades mentais, por isso, precisamos ficar atentos ao nosso processo de leitura (WOLF, 2019, p. 10).

Ler é muito mais do que apenas deslizar os olhos pelas letras, a leitura eficaz envolve concentração, além da interpretação e compreensão do texto, para depois passar para o estágio de fixação dos conceitos lidos (BASTOS et al, 2014, p. 43). A leitura eficiente e profunda requer um método, uma habilidade de construir o conhecimento para desta forma, produzir resultados.

Quando falamos em leitura profunda, discorreremos sobre a importante capacidade de criarmos imagens enquanto lemos. É assim que você consegue absorver o que lê e mergulhar no universo que um livro proporciona. Os detalhes sensoriais que um escritor coloca em um livro, servem para o leitor mergulhar e construir um mundo através da imaginação (WOLF, 2019, p. 9-10). É isso que a leitura profunda promove, sendo esta uma das habilidades que o ser humano está perdendo ao não colocar limites na tecnologia.

2.1. Níveis de leitura

Para apresentar os níveis de leitura, vamos recorrer à Adler e Doren, autores do livro “Como ler livros: o guia clássico para a leitura inteligente”, que apresenta os níveis de leitura elementar, leitura inspeccional, leitura analítica e leitura sintópica. Conhecer essas técnicas, diferenças e benefícios é muito importante para aplicação e programação na rotina de estudos, afinal, em algumas situações é necessário realizar uma leitura superficial, rápida, já em outras, torna-se fundamental uma leitura aprofundada.

O nível elementar, trata-se da leitura básica, inicial, aprendida normalmente durante a infância, o qual demonstra que uma pessoa é alfabetizada. Durante a alfabetização, a criança ou mesmo o adulto alfabetizado tardiamente, não tem como foco a compreensão dos textos lidos, mas a decodificação das palavras. Esse fato remete-nos aos analfabetos funcionais, ou seja, pessoas que conseguem decodificar as palavras, mas tem dificuldades em entender significados simples. Souza cita dados do Indicador de Alfabetismo Funcional de 2018 que mostram o seguinte: “88% da população brasileira não é considerada proficiente em leitura, estando 29% em um quadro de analfabetismo funcional” (2020, p.10). Esses índices demonstram a necessidade de um maior comprometimento dos diversos envolvidos nos processos educacionais, nos diversos níveis, desde a Educação Infantil até o Ensino Superior, para que possamos formar bons leitores. De acordo com Adler e Doren, esse primeiro nível é composto de 4 estágios:

O primeiro estágio é conhecido pela “prontidão para a leitura”. [...] No segundo estágio, a criança aprende a ler materiais bem simples [...] técnicas básicas lhes são ensinadas nessa fase, tais como o uso de contextos e sentidos, bem como os sons básicos das palavras. [...] O terceiro estágio caracteriza-se pelo progresso na construção vocabular e na habilidade cada vez maior de ‘achar’ o sentido de palavras novas por meio de sinais contextuais. [...] Por fim, o quarto estágio é caracterizado pelo desenvolvimento e aperfeiçoamento das habilidades anteriormente adquiridas (ADLER et al, 1972, p.43-45).

Os estágios apresentados acima caracterizam o nível de leitura elementar, no qual a pessoa, especialmente a criança, consegue ler praticamente tudo, mas não de forma aprofundada, ou seja, está apta para avançar nos estudos e ser exposta a outros tipos de leitura.

Já o nível de leitura inspeccional tem como característica principal o tempo disponível para a leitura, isso abrange as necessidades diárias que o leitor apresenta, nas quais precisa ler alguns trechos em um período determinado, com a necessidade de extrair

o máximo de informações. Nesse caso, Adler e Doren recomendam o seguinte (1972, p.52): “[...] sondar o livro, ou, como preferem alguns, fazer uma pré-leitura. A sondagem é o primeiro subnível da leitura inspeccional. O objetivo principal é descobrir se o livro exigirá uma leitura mais dedicada”.

Para realização da sondagem, Adler e Doren dão algumas dicas, entre elas, ler rapidamente a folha de rosto, o prefácio e o sumário, posteriormente, consultar o índice, ler a contracapa e a sobrecapa. Ainda, é importante examinar os capítulos considerados principais acerca da argumentação do autor. Por fim, folhear o livro de uma forma geral. “Imagine-se como um detetive em busca de pistas sobre os temas e ideias gerais do livro, alerta a tudo que lhe trouxer esclarecimento a esse respeito” (1972, p.55).

Acerca do terceiro nível de leitura, denominado analítico, trata-se de uma leitura completa. Segundo Adler e Doren, “se a leitura inspeccional pode ser considerada a melhor e mais completa leitura possível em um período limitado de tempo, a leitura analítica é a melhor e mais completa possível em um período ilimitado de tempo”. Esse nível demonstra o tipo de leitura em que o leitor “mastiga e digeri” o livro, a qual deve ser realizada com o objetivo de compreender o texto completo. “Elevar sua mente de um estado de entendimento inferior a um estado de entendimento superior é praticamente impossível sem um mínimo de domínio das técnicas da leitura analítica” (1972, p.39;40).

Já o último nível trata da leitura sintópica, a qual consiste de um processo a ser realizado a partir da leitura de vários livros sobre uma determinada temática. Esse tipo de leitura vai além de uma mera comparação entre vários livros, já que “com os livros em mãos, o leitor sintópico estará apto a desenvolver uma análise que talvez não esteja em nenhum dos livros” (1972, p.40).

Ao realizarmos um paralelo entre os níveis de leitura apresentados por Adler e Doren e a realidade da sociedade pós-moderna acerca da necessidade de realizar leituras aprofundadas em meio ao caos do mundo digital, vale analisar as dificuldades que os leitores enfrentam para fazer leituras eficazes haja vista o excesso de ruídos que nos rondam. De acordo com Morais (1996, p. 112):

Falando de leitura, é comum confundir a capacidade de leitura, os objetivos da leitura, a atividade de leitura e a performance de leitura. A performance de leitura é evidentemente o resultado, o grau de sucesso da atividade de leitura. A atividade é o conjunto de eventos que se passam no cérebro e no sistema cognitivo que o cérebro suporta, assim como os órgãos sensoriais e motores. Os objetivos da leitura são a compreensão do texto escrito e/ou o alcance de uma impressão de beleza. A capacidade é aquela parte do conjunto dos recursos mentais

que nós mobilizamos ao ler e que é específica da atividade de leitura, ou seja, não é posta em jogo nas outras atividades.

Como alcançar os objetivos da leitura estando expostos a um ambiente virtual? É possível afirmar que essa exposição tem provocado mudanças no comportamento cognitivo e influenciado nos resultados de leitura? Nesse sentido, Souza cita Carr o qual argumenta “em favor da tese de que o uso da internet está favorecendo a diminuição da nossa capacidade de concentração e reflexão, já que o ambiente virtual é marcado pela multiplicidade de tarefas que desempenhamos ao mesmo tempo”. (2020, p.51). Assim, nesse texto queremos propor algumas ações que possam auxiliar o leitor a desenvolver os níveis de leitura citados acima e obter resultados satisfatórios nas leituras, seja em livros físicos ou digitais.

3. Construindo uma rotina de estudos

É importante pontuar que a leitura e o estudo são hábitos, e hábitos são cultiváveis. Basta nos comprometermos todos os dias a ler, sem se importar com a quantidade, se concentrando mais na qualidade da leitura, focando no conteúdo e no entendimento do texto. Cleverson Bastos et al define hábito como:

Filosoficamente, o hábito pode ser definido como “uma qualidade estável e permanente, boa ou má, que torna a ação fácil”. Não há muita diferença entre estudar e andar de bicicleta ou nadar, porque qualquer atividade requer repetição e disciplina, até incorporar-se ao comportamento do sujeito (2014, p. 38-39).

Repetição e disciplina, esta é uma das práticas que o leitor tem que adotar para conseguir alcançar este objetivo. Richard Foster define alguém disciplinado como: “A pessoa disciplinada é aquela que consegue fazer o que precisa ser feito na hora em que precisa ser feito” (FOSTER, 2020, p. 147).

A disciplina é uma ferramenta fundamental, o ponto de partida de um bom plano de estudos. Sem disciplina terminamos por não conseguir dar prosseguimento ao projeto de leitura e estudos. E, conforme um hábito é firmado, dar passos mais desafiadores para a rotina de leitura é fundamental, buscar ler livros mais densos e obras que trarão desafios e avanços nos estudos é o passo mais importante que alguém deve fazer.

Em nossa era digital, é preciso atenção e boas ferramentas para que a tecnologia, seja usada de forma sábia e produza frutos. É por conta disso que listei três passos importantes para que a prática produza resultados.

3.1. Concentração

Quando falamos de leitura e estudos, discorremos sobre uma fundamental habilidade que é a arte de nos concentrarmos em algo. Contudo, uma coisa que precisamos entender é que a concentração é algo único, é praticamente impossível nos concentrarmos de forma eficiente, em dois objetos ao mesmo tempo (BASTOS et al, 2014, p. 25). Por isso que, aprender a exercer um foco único, sem distrações é algo imprescindível para quem pretende cultivar uma boa rotina de leitura e estudos, e principalmente, para alguém conseguir praticar a leitura profunda. Bastos et al, complementa: “[...] Normalmente a atenção fixa-se em um determinado objeto, havendo casos em que ela pode se dividir entre dois objetos, embora com perda de eficiência, como, por exemplo, estudar, ouvindo música” (BASTOS et al, 2014, p. 25).

Com isso, construir um ambiente onde a concentração e o foco não serão prejudicados é um primeiro passo para que o momento de leitura e estudo produza frutos. Para não perdermos a eficiência do nosso foco, precisamos neste período, implementar um tempo de estudos onde as distrações serão desligadas e o estudo e leitura, serão as principais atividades.

3.2. Intermittência

A intermitência é a capacidade de parar e recomeçar algo, sendo para os estudos e leitura isso é fundamental. Já é comprovado que a atenção não se mantém firme por longos períodos. Aos poucos ela vai perdendo a eficácia e os estudos ficarão comprometidos. Por isso, estudar fazendo pausas é ideal para alguém conseguir manter o foco com eficácia e assimilar todo o conteúdo. Um período de concentração sempre exige outro de descanso, ligado a outra atividade como uma caminhada ou ouvir uma música (BASTOS, 2014, p. 25).

Delimite períodos de estudo e breves pausas de cinco ou dez minutos onde você vai descansar, refletir e arejar a mente. A pausa não serve para o estudante mergulhar em distrações e sim, relaxar e descansar. Ouvir uma música, caminhar ou pensar no conteúdo lido e estudar, são boas opções para estas pausas.

3.3. Interesse

Viver uma vida equilibrada é sempre um desafio, e quando falamos em estudos, o desafio é ainda maior. É comum entrarmos em empreitadas, queimando etapas importantes do processo, por conta justamente de um ânimo ou interesse exagerado. Este é um problema tão complicado quanto a procrastinação quando falamos de leitura e estudo. Emilio Mira y López acrescenta: “O excesso de interesse é tão pernicioso quanto sua ausência, em qualquer aprendizagem. Porque o zelo excessivo leva a quem o sente, neste caso, a querer “queimar etapas” (2020, 42).

É importante ter paciência e buscar dar um passo de cada vez, sem queimar etapas e sem perder a oportunidade de aprender e de crescer com o conteúdo. Aprenda a não mergulhar de forma exagerada na prática, entenda que nos estudos não existem atalhos, é preciso seguir o caminho aproveitando todos os períodos.

Além disso, saber estudar na quantidade certa, sem se cansar excessivamente ao ponto de acabar não conseguindo estudar no outro dia é outro ponto que o excesso de interesse provoca. Não adianta alguém estudar muitas horas em um dia e nenhuma em outro. Buscar ter constância é o segredo do aprender, e isso se faz com muito equilíbrio, se dedicando aos estudos em uma quantidade razoável. Fugir do chamado ponto de exaustão, que seria se cansar tanto ao ponto de não conseguirmos executar a tarefa no outro dia, é uma atitude fundamental para quem deseja construir uma rotina relevante.

Entretanto, o ponto fundamental do interesse é que quando temos interesse em um assunto, nos motivamos a executar algo. Quanto maior o interesse, mais fácil será mantermos a atenção. Por isso que, optar por temas que gostamos ou construir e desenvolver interesses, termina por ser o melhor mecanismo para alguém manter atenção nos estudos (BASTOS et al, 2014, p. 25).

Outro ponto importante para o cultivo do hábito da leitura é procurar ler livros de assuntos que nos interessam. Isso ajuda a fixarmos ainda mais o hábito de leitura. Pois quanto mais gostamos do assunto, mais fácil e prazeroso é ler, e com isso, mais fácil será incorporarmos o hábito de leitura (2014, p. 114-115). Pierluigi Piazzzi acrescenta: “Só escreve bem quem lê bem e só lê bem quem lê muito e só lê muito quem lê por prazer” (PIAZZI, 2014, p. 112). Desenvolver interesses é o primeiro passo para o cultivo do hábito do estudo e da leitura e a ferramenta eficaz para conseguirmos desenvolver e produzir os frutos que o estudo traz.

Considerações finais

A tecnologia, como o uso de conhecimento que o ser humano adquiriu ao longo da história para melhorar as atividades, é observada com bons olhos e acompanha toda a trajetória humana, entretanto, nos últimos anos vimos surgir as Tecnologias de Informação e Comunicação, as chamadas TICs, também denominadas de novas tecnologias, das quais fazem parte a internet e os diversos dispositivos através dos quais estamos conectados em todo o tempo. Essas novas tecnologias são fundamentais no processo de desenvolvimento da sociedade, facilitação na troca de informações e outros, entretanto, precisamos estar atentos para não sermos “engolidos” por elas e deixarmos de valorizar atividades simples e importantíssimas para a vida.

A leitura de bons livros, sejam físicos ou digitais faz parte de uma das dádivas humanas, para a qual é necessária concentração e foco, assim, se consideramos importante essa fundamental fonte de conhecimento, precisamos aprender a administrar os excessos de estímulos digitais, impondo autocontrole, afinal, o nosso próprio desenvolvimento cognitivo está em jogo, mediante as circunstâncias apresentadas.

A tecnologia foi uma das grandes ferramentas que surgiram para dar acesso ao conhecimento a todos que procuram. Contudo, aprender a administrar os excessos de estímulos, que prejudicam tal prática, é uma atitude importante, para que esta grande ferramenta, não se torne uma âncora para o desenvolvimento pessoal.

Ainda, acerca do comportamento cognitivo do ser humano pós-moderno exposto aos dispositivos móveis de forma intensa, destacamos que serão necessários estudos empíricos em um período mais longo, talvez, uma década ou mais, a fim de avaliar os resultados da exposição virtual em adultos, que desde a tenra infância tiveram acesso a essas novas tecnologias.

Referências

ADLER, Mortimer J.; DOREN, Charles Van. **Como ler livros: o guia para a leitura inteligente**. Tradução de Edward H. Wolff e Pedro Sette-Câmara. São Paulo: É Realizações, 2010.

BASTOS, Cleverson.; KELLER, Vicente. **Aprendendo a aprender: Introdução à metodologia científica**. 28. ed. Petrópolis: Editora Vozes, 2014.

DEHAENE, S. **Os neurônios da leitura:** Como a ciência explica a nossa capacidade de ler. Porto Alegre: Penso, 2018.

FOSTER, Richard. **Celebração da disciplina:** O caminho do crescimento espiritual. 2. ed. São Paulo: Editora Vida, 2020.

HAN, B. **Sociedade do cansaço.** 2. ed. Petrópolis: Vozes, 2020.

LANIER, Jaron. **Dez Argumentos Para Você Deletar Agora Suas Redes Sociais.** 1. ed. Rio de Janeiro: Intrínseca, 2018.

LÓPEZ, E. M. **Como estudar e como aprender.** 1. ed. Campinas: Editora Kíron, 2020.

MORAIS, J. **A arte de ler.** Tradução de Álvaro Lorencini. São Paulo: UNESP, 1997.

PIAZZI, Pierluigi. **Aprendendo inteligência:** manual de instruções do cérebro para estudantes em geral. 3. ed. São Paulo: Editora Goya, 2014.

PIEPER, Josef. **Ócio & contemplação:** Ócio e culto, felicidade e contemplação. 1. ed. Campinas: Kíron, 2020.

SERTILLANGES, A. D. **A vida intelectual.** 1. ed. Campinas: Kíron, 2019.

SOUZA, Joana de. **Aspectos da leitura na era digital:** como as novas tecnologias podem afetar nossa capacidade de compreender textos. Curitiba: Appris, 2020.

VERKERK, M. J.; HOOGLAND, J.; STOEP, J. V. D.; VRIES, M. J. **Filosofia da tecnologia:** Uma introdução. 1. ed. Viçosa: Ultimato, 2018.

WOLF, Maryanna. **O cérebro no mundo digital:** os desafios da leitura na nossa era. 1. ed. São Paulo: Contexto, 2019.

Recebido em: 23/08/2022
Aprovado em: 31/10/2022