

## ***Brainstorming ou “tempestade mental”***

Se você conscientemente tira vantagem dos seus processos de pensamento naturais através do recrutamento das energias de seu cérebro na forma de uma “tempestade”, você poderá transformar estas energias em palavras escritas ou diagramas que o conduzirão a uma escrita viva e vibrante. A seguir, você encontrará uma breve discussão do que é *brainstorm* (ou tempestade mental), por que você deve empregá-la, e sugestões para como fazê-la.

Se você está começando a escrever seja com muitas ou insuficientes informações, a tempestade mental pode ajudá-lo a colocar em prática uma nova tarefa de redação ou reviver um projeto que não alcançou o seu fim. Vamos considerar cada caso:

- Quando você não tem nada: Você pode precisar de uma tempestade para abordar sua tarefa quando dá aquele “branco” sobre o tema, sente aquela falta de inspiração ou ansiedade quanto ao tópico, ou tão somente desmotivação para remodelar um delineamento ordenado. Neste caso, a tempestade mental sacode a poeira, dá uma golfada de ar novo no seu pensamento e põe as correntes de inspiração em movimento de novo;

- Quando você tem demais: Há vezes em que você tem um caos em sua mente e precisa dar alguma ordem a este caos. Neste caso, a tempestade mental força o caos e os pensamentos aleatórios a gotejarem na página, dando-lhe algumas palavras ou esquemas concretos que você consiga organizar de acordo com suas relações lógicas.

### *Técnicas de Brainstorm*

O que se segue são grandes idéias em como fazer uma tempestade mental – idéias de escritores profissionais e novatos, de pessoas que prefeririam não ter de escrever e de pessoas que passam horas em tempestade mental para determinar... bem, como fazer tempestades mentais.

Tente várias destas opiniões e desafie-se a variar as técnicas em que confia; algumas técnicas podem servir melhor para um tipo de escritor em particular, outras para uma disciplina acadêmica, ou ainda outras para uma determinada tarefa. Se a técnica que você tentar primeiro não parecer ajudá-lo, vá em frente e tente algumas outras.

#### 1) *Escrita livre:*

Quando você empregar a escrita livre, deixe o fluxo de seus pensamentos se externalizar livremente, colocando a caneta no papel e escrevendo tudo o que aparecer na sua mente. Não julgue o que escrever e não se preocupe com estilo ou outras questões superficiais de formato, como ortografia, gramática e pontuação. Se você não conseguir pensar em o quê dizer, escreva isso também – mesmo. A vantagem desta técnica é que você dá um descanso ao seu crítico interno e permite-se escrever coisas que você não escreveria se estivesse totalmente auto-consciente.

Quando você escrever livremente, você pode fixar um limite de tempo (“Escreverei por 15 minutos!”) usando até um cronômetro de cozinha ou o despertador; ou pode fixar um limite espacial (“Escreverei até preencher quatro páginas de meu caderno, independente do que puder me interromper”; e então escreva até alcançar seu objetivo). Pode-se fazer isso no computador ou no papel, e pode-se até tentar com os olhos fechados ou o monitor desligado, o que encoraja a velocidade e a liberdade de pensamento.

O ponto crucial é que você deve manter-se escrevendo mesmo se parecer que você não está dizendo nada. Palavra depois de palavra, não importa a relevância destas. Sua escrita livre deve parecer algo como isso:

“Esta dissertação deveria ser sobre as políticas da produção de tabaco, mas, mesmo tendo comparecido a todas as aulas e lido o livro, eu não consigo pensar em nada a dizer e sinto isto já há quatro minutos e eu ainda tenho onze minutos e fico pensando se continuarei a não pensar nada nestes próximos onze minutos, mas não tenho certeza se realmente vale alguma coisa eu ficar aqui divagando e não sei o que mais dizer sobre este tema e o tempo está chuvoso e eu jamais tinha me dado conta da quantidade de rachaduras na parede e estas rachaduras me lembram das paredes da fazenda de meu avô e ele fumava e era um fazendeiro, por que será que ele não plantava tabaco...”

Quando você estiver terminado os limites de espaço ou de tempo determinados, leia o que tiver escrito. Sim, haverá muito enchimento e pensamentos inúteis, mas também haverá pequenas jóias,

descobertas e insights. Quando encontrar estas jóias, destaque-as ou “corte-e-cole” todas na sua pró-forma ou na sua folha de “idéias” para que possa usá-las mais tarde na sua dissertação. Mesmo se não encontrar nenhum diamante, você provavelmente terá acalmado um pouco o caos ruidoso ou terá lubrificado as engrenagens da escrita, de modo que agora você poderá enfrentar sua tarefa.

### 2) *Desmembre o tópico em diferentes níveis:*

Assim que tiver uma tarefa de uma disciplina, você pode empregar uma tempestade mental:

O tópico geral, do tipo “A relação entre frutas tropicais e poderes coloniais”.

Um subtópico específico ou uma questão imprescindível, do tipo “Como a disponibilidade de diversas frutas tropicais influenciou a competição entre os poderes coloniais comercializando nas maiores ilhas caribenhas durante o século XIX?”

Um termo ou frase individual que você sente que está usando demais na dissertação. Por exemplo, se você percebe que escreveu “aumento na competição” uma dúzia de vezes no seu artigo sobre “frutas tropicais”, você pode fazer uma tempestade mental para encontrar variações na própria frase ou em cada um dos termos principais: “aumento” e “competição”.

### 3) *Listas:*

Nesta técnica, você produz listas de palavras ou frases sobre um tópico em particular. Tente esta baseando sua lista em:

Um tópico em geral;

Uma ou mais palavras de uma afirmação em particular; ou

Uma palavra ou idéia que é o oposto perfeito da sua idéia original.

Por exemplo, se sua tarefa geral é escrever sobre as mudanças nas invenções ao longo do tempo, e sua tese específica afirma que “o século XX apresentou um maior número de invenções para o avanço da humanidade melhorando o status da sociedade do século XIX”, você pode fazer uma tempestade mental fazendo duas listas diferentes para garantir que está cobrindo completamente o tópico e que sua tese será fácil de provar.

A primeira lista poderia ser baseada na sua tese; você faria uma lista com tantas invenções do século XX quantas você conseguir, desde que elas tenham trazido conseqüências positivas para a sociedade. A segunda lista se apóia na afirmação contrária e você deverá agora listar as invenções que estão associadas ao declínio na qualidade da sociedade. Você poderia fazer as mesmas duas listas para as invenções do século XIX e então comparar a evidência das quatro listas.

Usar diversas listas o ajudará a conseguir uma perspectiva do tópico e assegurará que sua tese seja sólida ou, de outro lado, que é cheia de furos e seria melhor você mudar sua afirmação para uma que seja possível provar.

### 4) *Perspectivas:*

Observar algo de uma perspectiva diferente ajuda a vê-la de modo mais completo – ou, ao menos, em um modo completamente diferente, tal como, ao olhar sua mesa deitado no chão, ela lhe parecerá bem diferente. Para usar esta estratégia, responda às questões para cada uma das três perspectivas, e então perceba as relações interessantes ou os mal entendidos que possa explorar.

- *Descreva-o:* descreva seu assunto em detalhes. O que é o seu tópico? Quais são seus componentes? Quais são suas características distintivas e interessantes? Quais são as questões em aberto? Diferencie seu assunto daqueles similares a ele. Como o seu assunto se diferencia dos outros?

- *Delinieie-o:* Qual é a história deste assunto? Como ele se modificou com o tempo? Por quê? Quais foram os eventos significativos que influenciaram seu assunto?

- Mapeie-o: O seu assunto se relaciona a o quê? Por o quê ele foi influenciado? Como? O que ele influenciou? Como? Quem tem interesse no assunto? Por quê? Quais campos do conhecimento você utilizou para o estudo do seu assunto? Por quê? Como o seu assunto foi abordado por outros? Como o trabalho deles se relaciona com o seu?

#### 5) *Técnica do Cubo:*

Permite considerar seu tópico a partir de seis diferentes direções; do mesmo modo que um cubo possui seis lados, sua tempestade mental cúbica resultará em seis “lados” ou abordagens ao seu tópico. Pegue um pedaço de papel, considere seu tópico, e siga estes seis comandos:

Descreva-o.

Compare-o.

Associe-o.

Analise-o.

Aplique-o.

Argumente pró ou contra ele.

Leia o que você escreveu. Alguma das respostas sugere algo novo sobre o seu tópico? Que interações você percebe entre os “lados”? Ou seja, você vê os padrões se repetindo, ou um tema emergindo o qual você possa utilizar para abordar o tópico ou o rascunhar uma tese? Algum dos lados parece-lhe particularmente efetivo em estimular sua mente a funcionar? Este lado pode ajudar-lhe a delinear a afirmação de sua tese? Esta técnica lhe dará, ao menos, uma consciência mais ampla das complexidades do tópico, se não um foco mais nítido naquilo que você fará com ele.

#### 6) *Símiles:*

Nesta técnica, complete a seguinte sentença:

\_\_\_\_\_ é/foi/são/foram como \_\_\_\_\_.

Na primeira lacuna, coloque um dos termos ou conceitos em que sua dissertação se concentra. Então tente preencher a segunda lacuna com tantas respostas quantas forem possíveis através de uma tempestade mental, escrevendo-as conforme elas forem aparecendo para você.

Depois de ter produzido uma lista de opiniões, leia atentamente suas idéias. Que tipos de idéias apareceram? Que padrões de associações Você pode encontrar?

#### 7) *Agrupando / Mapeando / Emaranhando:*

A idéia geral:

Esta técnica tem três (ou mais) nomes diferentes, de acordo com como descrevemos a atividade ou com o que o produto final se parece. Resumindo, você vai escrever muitos termos e frases diferentes em uma folha de papel de modo aleatório e depois começará a ligá-los como se fosse uma teia ou uma rede que forma grupos com as partes separadas. Permita-se começar com o caos. Depois que o caos acalmar, você conseguirá criar alguma ordem a partir dele.

Para realmente deixar-se levar nesta técnica, use uma folha de papel grande ou prenda duas juntas. Você pode também usar um quadro-negro, se estiver trabalhando em grupo. Este grande espaço vertical propicia espaço para que todos os membros possam participar da técnica ao mesmo tempo, embora você tenha de copiar os resultados em um pedaço de papel depois.

Como fazer:

- Pegue seu(s) pedaço(s) de papel e escreva no centro dele o seu tópico principal, usando de uma a três palavras;

- A partir do centro, siga preenchendo os espaços vazios com qualquer coisa que for aparecendo, rapidamente, tantos conceitos ou termos relacionados quantos conseguir associar com o tópico central. Anote-os rapidamente, vá para outro espaço, anote outros mais rapidamente, e vá mudando de espaço e anotando. Se

os conceitos similares se esgotarem, anote opostos, anote coisas que estão tenuemente ligadas, o que importa é se manter mudando de espaços e associando. Não se preocupe com o sentido (ou a falta de) do que estiver escrevendo, já que você poderá escolher o que manter e o que jogar for a quando a atividade terminar.

- Assim que a tempestade tiver se acalmado e você estiver frente a uma gama de termos e frases, você poderá começar a agrupar. Circule os termos que parecem se relacionar e então ligue-os com uma linha. Encontre alguns mais, circule-os e ligue-os com o que achar que estiver relacionado. Quando acabarem-se os termos que se associam, comece com outro termo. Procure conceitos e termos que possam se relacionar com aquele termo. Circule-os e ligue-os. Continue este processo até você ter encontrado todos os termos associados. Alguns termos podem ficar sozinhos, mas mesmo estes “solitários” podem também se tornar úteis (Obs.: Você pode utilizar canetas, lápis ou giz de cores diferentes para esta parte da técnica se quiserem; se não for possível, tente variar os tipos de linhas circulando as palavras; utilize uma linha ondulada, uma linha reta, uma linha pontilhada, uma linha intermitente, um zigue-zague, etc., na ordem que forem necessárias).

- Pronto! Quando você se afastar e inspecionar seu trabalho, você poderá ver conjuntos de agrupamentos, ou uma grande rede ou um tipo de mapa: daí os nomes desta atividade. Neste ponto, você pode começar a formar conclusões sobre como abordar seu tópico. Há tantos resultados possíveis quanto há estrelas no céu, portanto o que você fará a partir deste ponto dependerá do seu resultado em particular. No final do dia, o que você fará com seu “mapa” ou “conjunto de agrupamentos” ou ainda “rede” que produziu dependerá do que você precisa. O que um mapa ou uma rede lhe diz? Explore uma opção e comece a sua pró-forma.

#### 8) *Relações entre as partes:*

Nesta técnica, comece escrevendo os seguintes pares de termos na margem oposta de uma folha de papel:

Todo Partes  
Parte Partes de Partes  
Parte Partes de Partes  
Parte Partes de Partes

Observando estes quatro grupos de pares, comece a preencher com suas idéias abaixo de cada um destes títulos. Vá seguindo por quantos níveis puder. Agora, olhe para as várias partes que compreendem as partes do seu conceito total. Que tipos de conclusões você pode extrair de acordo com os padrões, ou com a ausência de padrões que você vê?

#### 9) *Perguntas jornalísticas:*

Nesta técnica, você irá empregar as “seis grandes” perguntas nas quais os jornalistas se apóiam para pesquisar minuciosamente uma estória. São elas: “Quem?”, “O quê?”, “Quando?”, “Onde?”, “Por quê?”, e “Como?”. Escreva cada pergunta em uma folha de papel, deixando espaço entre elas. Então, escreva algumas sentenças ou frases como resposta, conforme se encaixarem no tópico particular. Você pode também responder em um gravador de voz se preferir falar as suas idéias.

Agora, observe a sua coleção de respostas. Conseguir ver que você tem mais a falar sobre uma ou duas destas perguntas? Ou, suas respostas para cada pergunta estão bem equilibradas em profundidade e conteúdo? Teve alguma pergunta para a qual você não teve absolutamente nenhuma resposta? Como esta consciência ajudou-o a decidir como sistematizar sua afirmação ou a organizar sua dissertação? Ou, como ela revelou que você deve trabalhar mais um pouco, fazendo revisões bibliográficas ou entrevistas ou anotações?

Por exemplo, se suas respostas revelarem que você sabe muito mais sobre o “quando” e o “por quê” algo aconteceu, do que sobre “o quê” e “onde”, como você pode usar esta falta de equilíbrio para direcionar sua pesquisa ou para delinear sua dissertação? Como você poderia organizar sua dissertação para enfatizar os aspectos conhecidos das evidências versus os desconhecidos no campo de estudo? O que mais você poderia fazer com seus resultados?

#### 10) *Pensando fora da caixa:*

Mesmo quando você estiver escrevendo dentro de uma disciplina acadêmica em particular, você pode aproveitar-se dos seus semestres de experiência nos outros cursos de outros departamentos. Digamos que você esteja escrevendo uma dissertação para uma disciplina de *Psicologia Social*. Você poderia se perguntar, “Hummm, se eu estivesse escrevendo sobre este mesmo tópico em uma disciplina de *Genética e Evolução* ou

empregando este termo em uma disciplina de *História da Psicologia*, como eu veria ou entenderia de modo diferente? Há definições divergentes deste conceito na filosofia ou física, que possam encorajar-me a pensar sobre este conceito de um novo e rico ponto de vista?

Por exemplo, quando estiver discutindo o termo “cultura” em Psicologia Social, Evolução, ou História da Psicologia, você poderia incorporar a definição de “cultura” que é frequentemente utilizada na Sociologia. Você se lembra das pesquisas etnográficas de Weber, Lévi-Strauss e Malinowski, certo? Como poderia ajudá-lo a escrever sua dissertação, se você pensar a “cultura” como um meio no qual certas coisas crescem, se desenvolvem de novas formas ou florescerão além da expectativa, mas também no qual o crescimento de outras coisas pode ser retardado, significativamente alterado ou até impedido (aqui estamos falando de cultura microbiana)?

#### 11) *Usando Esquemas e Tabelas:*

Se você for uma pessoa mais visual, você pode criar tabelas, gráficos, organogramas, ao invés de listas de palavras ou frases enquanto tenta explorar ou dar forma às suas idéias. Você pode usar as mesmas frases e palavras principais do seu tópico e tentar modos diferentes de arranjá-las espacialmente, seja num gráfico, em um mapa, ou numa tabela. Você pode até tentar o bom e velho fluxograma. O mais importante aqui é sair do reino das palavras e ver como diferentes representações espaciais possam lhe ajudar a ver as relações entre suas idéias. Se você não conseguir imaginar a forma de um gráfico de primeira, escreva tão somente as palavras na página e desenhe linhas entre elas ou em volta delas. Ou pense em uma forma específica. Suas idéias se encaixam em um triângulo? Quadrado? Guarda-chuva? Será que você poderia colocar algumas idéias em uma formação paralela? Ou, quem sabe, alinhadas?

#### 12) *Considere o Propósito e a Audiência:*

Pense sobre os elementos da comunicação envolvidos em todo ato escrito ou falado: o propósito e a audiência.

Qual é o propósito? O que você está tentando fazer? Que verbos capturam sua intenção? Você está tentando *informar*? *Convencer*? *Descrever*? Cada propósito levará a conjuntos diferentes de informações e o ajudarão a encontrar o que incluir ou excluir da pró-forma. Escreva sobre por que você está escrevendo esta pró-forma neste formato particular.

Quem é sua audiência? Com quem você está se comunicando além do seu professor? O que sua audiência precisa saber? O que ela já sabe? Que informações a sua audiência precisa saber em primeiro lugar, e depois, e depois? Escreva sobre a quem você está escrevendo e o que eles precisam.

#### 13) *Dicionários, Enciclopédias, Grandes Manuais:*

Quando tudo o mais falhar... este é um método testado e utilizado a séculos por escritores de todos os tipos. Visite sua biblioteca e vasculhe os vários dicionários, manuais, livros de referências, livros-guia, enciclopédias, ou navegue online por seus similares virtuais. Algumas vezes, estas etapas básicas são as melhores. É quase garantido que você aprenderá várias coisas que não sabia.

Se estiver procurando em uma referência impressa, vá atrás dos conceitos mais importantes e veja que tipos de variações encontrará nas definições. A definição obscura ou arcaica pode ajudá-lo a apreciar a amplitude do conceito ou perceber quanto mudou seu significado conforme as mudanças lingüísticas. Estes novos fatos podem se encaixar na sua dissertação de algum jeito?

Se você for atrás de fontes online, use as funções de busca dos sites para encontrar suas palavras-chave e ver que sugestões eles oferecem. Por exemplo, se você digitar “gênio” em uma busca em dicionário online, você deverá encontrar várias informações diferentes. Bem, se você fosse analisar o filme “Gênio Indomável”, imagine quanto poderia enriquecer seu artigo colocando duas ou três conotações para “gênio” relacionando-as a como as cenas enfatizam os diferentes aspectos de “gênio”.

Uma enciclopédia é muitas vezes uma fonte valiosa se você precisar esclarecer alguns fatos, adquirir uma base rapidamente, ou ampliar o contexto de um evento ou termo. Se estiver estagnado porque tem apenas uma vaga noção de uma questão aparentemente importante, faça uma rápida visita a esta referência e você conseguirá avançar com suas idéias.

## *Conclusão*

Armado com um arsenal de técnicas de tempestade mental e encarando páginas de idéias rabiscadas, listas de subtópicos, ou emaranhados de redes relacionadas à sua dissertação, o que fazer agora?

Siga para o próximo passo e comece a escrever sua primeira pró-forma, ou preencha aquelas lacunas que o fizeram tentar as técnicas de tempestade mental. Se você for um fã de delineamentos, prepare um que incorpore tanto quantos dados de sua tempestade mental quanto lhe parecer lógico. Se não for um fã de delineamentos, comece a escrever agrupamentos maiores, ou seja, grandes grupos de sentenças ou parágrafos completos, para expandir seus pequenos agrupamentos e frases. Continue a construir a partir daí até seções maiores da sua dissertação. Não precisa começar do início do seu artigo. Comece a escrever a seção que vier mais facilmente à sua mente. Sempre dá para voltar e escrever a introdução mais tarde.

Lembre-se, uma vez que tiver começado a dissertação, você pode parar e tentar outra técnica de tempestade mental sempre que se sentir estagnado. Mantenha-se em movimento e tente várias técnicas para encontrar aquela à qual você se adapta melhor ou à qual seu presente projeto se adapta.