

07

## O conceito de Unlearning

### Um pouco mais da nova realidade sobre aprendizagem

Como dissemos no vídeo sobre *Lifelong Learning*, surge um outro conceito associado, que é o de *Unlearning*, que significa deixar para trás aquilo que costumava funcionar antes e trabalhar para entender o que é necessário para a próxima fase.

Desaprender pode ser desconfortável porque passamos pelo sentimento de ser competente para incompetente. Traz insegurança, mas ainda assim é o único caminho viável, é a chave para reconstruirmos a nós mesmos e nossa aprendizagem.

Mesmo aquilo que víhamos fazendo a vida toda pode mudar a qualquer momento, como por exemplo “andar de bicicleta”. Um exemplo hipotético foi colocado em prática por Destin, de um canal chamado *SmarterEveryDay*, ao tentar desaprender como andar de bicicleta do jeito comum para aprender a pilotar “a bicicleta do cérebro invertida”. Ao girar o guidão para a esquerda, vira-se para a direita e vice-versa.

Confira o vídeo em: <https://www.youtube.com/watch?v=MFzDaBzBIL0> (<https://www.youtube.com/watch?v=MFzDaBzBIL0>).