



APRENDIZAGENS
PELA PESQUISA
NO COTIDIANO
DA ESCOLA



EDUCAÇÃO SOCIOEMOCIONAL COMO QUALIFICADORA DA APRENDIZAGEM

Geovana Goulart¹

O presente trabalho tem como objetivo a disseminação da educação socioemocional, de forma que possa ser utilizada no espaço escolar e social para melhor compreensão de sentimentos e emoções.

Através do projeto “Como você está se sentindo hoje?” Foram utilizadas ideias das aulas de Regulação Emocional, Comunicação não Violenta e Psicologia Positiva, do Curso de Especialização IENH. Encontramos pontos de reflexão muito importantes, os quais foram divididos com os professores e estudantes. Acredita-se que compartilhar esses conhecimentos é de suma importância na sociedade em que vivemos, na qual a falta de empatia e o tabu com a exposição de sentimentos nos leva a sermos seres desumanizados, com dificuldade de nos colocarmos no lugar do outro, entender suas dores ou simplesmente estender a mão em um momento difícil, muitas vezes sem saber lidar com nossos próprios sentimentos.

A partir das vivências da aluna no curso Especialização em Desenvolvimento Socioemocional no contexto educacional percebeu-se que, enquanto educadora, o autoconhecimento fez diferença no manejo com os alunos. A importância de que professores, funcionários e alunos tenham acesso ao conhecimento socioemocional, bem como o vasto vocabulário das emoções, facilitará a sua empatia com as pessoas que os cercam. Ensinar aos alunos a falar de suas emoções e ampliar seu vocabulário, passando para frente o que aprenderam, mostrando e ajudando no que se refere à importância de viver em harmonia, com empatia e felicidade. Os objetivos específicos do trabalho podem ser pontuados como:

- Incentivar o autoconhecimento individual;
- Incentivar a autoempatia, tratar-se com amor e compaixão;
- Fazer entender que os seres humanos não são seres perfeitos e sim em

¹ Licenciada em Pedagogia, pós Graduada em Educação Sócio Emocional Professora da Rede Municipal de Ensino, na EMEF Adolfina J. M. Diefenthaler. E-mail: geovanagd@edu.nh.rs.gov.br

construção;

- Incentivar a empatia com o outro para uma boa convivência em comunidade e consigo mesmo.
- Estimular a transmissão de conhecimentos para a família e comunidade.

No início do trabalho os alunos foram estimulados a conhecer diferentes emoções e sentimentos, por meio de histórias narradas.

O acolhimento e participação dos estudantes tem sido de suma importância para o projeto seguir adiante. Permissão para sentir, Relacionar-se bem e o Caderno de exercícios da Inteligência Emocional são livros que me orientaram para o projeto. Algumas das propostas realizadas foram:

a) Para reconhecer diferentes emoções: em roda, a professora joga bolinhas como se fossem emojis, quando o aluno pega diz: apaixonado, medo, feliz, zangado, alegre, ele responde dizendo em que momento da sua vida se sente assim, relacionando a bolinha pega ao seu sentimento.

b) Caixa com emoções: cada aluno retira uma pergunta em situações diferentes do cotidiano escolar ou em sua vida fora da escola. Ex: Como você se sente quando alguém lhe dá um abraço? Alunos socializam suas emoções e seus colegas, ao mesmo tempo, aprendem a ouvir.

c) Conversa com os alunos sobre as emoções que sentem desde que acordam até o momento da aula para perceber como nosso corpo passa por diferentes emoções em um curto espaço de tempo.

d) Ouvir histórias e poemas sobre as emoções e relacionar com seus sentimentos.

e) Contar aos colegas quem é sua família, podendo perceber que nem todas as famílias são iguais e depois fazer um desenho, escrevendo que sentimento tem em relação a cada pessoa.

f) Música cantada por Bryan Behr - A Vida é boa com você: enquanto ouvir a música, pensar e agradecer em todas as suas qualidades e escrever em uma folha. Guardar essa folha e, um dia em que estiver triste, ler para lembrar o quanto tem que ser grato pelas suas qualidades.

g) Psicologia positiva, da autora Miriam Rodrigues: Desenhar em um papel e relembra o nome dos dedos, escrevendo algo para cada um: Polegar - Jamais machucar as pessoas com gestos ou palavras; Indicador - Respirar fundo três vezes; Dedo médio - Falar das suas emoções; Anelar - Sempre que precisar pedir

ajuda; Mindinho - Antes de tomar uma decisão contar até dez.

h) Pensamento martelo e pensamento joia: para crianças menores, de educação infantil, perguntamos como elas se sentem e pedimos que circulem a carinha que representa sentimentos felizes ou tristes. Crianças a partir de 2 anos conseguem reconhecer essas emoções básicas. Vamos inserir novas emoções conforme o amadurecimento da criança. Logo em seguida, perguntamos qual é o tamanho da emoção: formiga, cachorro ou elefante.

i) Música do chapeleiro - One Piece - que fala sobre alcançar seus sonhos. Escutar a música que os alunos gostam muito do “Chapeleiro” e refletir sobre não perder sua essência. Fazer um desenho e escrever sobre seus sonhos.

j) História “Tesouros de Monifa” para refletir com a turma:

- Quais são seus maiores tesouros ?
- Qual sua música preferida?
- O que você tem medo ?
- Qual notícia te chamou atenção ?

A conclusão deste trabalho é que, incentivando a sensibilidade dos estudantes, eles possam notar que seus colegas necessitam de acolhimento e escuta. Assim, espera-se que todos tenham a oportunidade de reconhecer os mais variados tipos de emoções para que se multipliquem, tornando o ambiente de sala de aula mais propício para aprendizagem. Continuarei os estudos para divulgar conhecimentos obtidos e assim tornar pública a permissão para sentir sem medo de ser feliz.

REFERÊNCIAS

BRACKETT, Marc. **Permissão para sentir**. Rio de Janeiro: Sextante, 2021.

NOVO HAMBURGO. Secretaria Municipal de Educação. **Fundamentos e concepções da Rede Municipal de Ensino**: Documento Orientador. Caderno 1. Novo Hamburgo: SMED, 2019.

RODRIGUES, Miriam. **Educação emocional positiva**. Novo Hamburgo: Sinopsys Editora, 2015.

SEGURA, Manoel; ARCAS, Margarida. **Relacionar-se bem**: programa de competência social para crianças de 4 a 12 anos. Barueri, SP: Madras, 2006.

NELSEN, Jane. **Disciplina Positiva**. 3ª edição. Barueri, SP: Editora Manole, 2015.

ROSENBERG B. Marshal. **Comunicação não violenta**. Editora Ágora, 2002.