ISBN: 9786588884447

CONHECENDO AS EMOÇÕES: DESENVOLVIMENTO DE HABILIDADES SOCIOEMOCIONAIS NA INFÂNCIA

ALEXSANDRA SANTOS LIBERAL LEITE; ALINE SOARES BARROS AMORIM; EMERY SURA CALDAS MAIA SOARES; LILIAN MARCELHA PAULINO DA SILVA; MIDIÃ LEÃO DE OLIVEIRA

RESUMO

Durante muito tempo, nossa sociedade valorizou predominantemente o desenvolvimento de habilidades cognitivas, quantificadas pelo Coeficiente Intelectual (QI). Contudo, em um mundo contemporâneo, caracterizado pela complexidade, as demandas sobre os indivíduos extrapolam o simples acúmulo de conhecimento. Surgem, então as habilidades socioemocionais, definidas primeiramente por Salovey e Mayer e posteriormente difundida por Daniel Goleman como Inteligência Emocional. Um dos autores, Pablo Bes, ao abordar essa temática, identifica cinco dimensões: Autopercepção, Autorregulação, Motivação, Empatia e Habilidades sociais. Uma dessas dimensões, a autopercepção, se configura na capacidade de entender como suas emoções e seus sentimentos funcionam, como são desencadeados e quais efeitos psicofísicos são desencadeados a partir deles. Essa capacidade tão necessária para o autoconhecimento e, consequentemente, para o desenvolvimento integral do ser humano são importantes para que possamos ter saúde mental refletida numa convivência feliz consigo, com os outros e com o mundo. Não por acaso, a promoção da IE é enfatizada na Base Nacional Comum Curricular (BNCC) e em outros programas curriculares como o "Laboratório de Inteligência de Vida-LIV", "Mind Lab" e "Gênius Emocional". Nesse contexto, uma experiência única foi vivenciada no âmbito de um projeto extensionista do curso de Psicologia, do Centro Universitário Mário Pontes Jucá (UMJ), que teve como objetivo fomentar a educação socioemocional na infância em uma praça pública de Maceió, Alagoas, esse projeto incorporou conceitos da inteligência emocional à narrativa do livro "O monstro das cores", de Anna Llenas. Esse livro funcionou como recurso pedagógico para enriquecer o aprendizado das crianças e participantes. Durante a atividade, os cuidadores receberam orientações sobre como lidar com os momentos emocionais das crianças, além se serem informados sobre a disponibilidade dos serviços de psicoterapia oferecidos pela comunidade universitária. Ao final da tarde do dia 29 de outubro de 2023, crianças e adultos presentes tiveram acesso a uma aprendizagem crucial para o desenvolvimento pessoal e interpessoal.

Palavras-chave: Inteligência Emocional; Autopercepção; BNCC; Crianças; Monstro das cores.

1 INTRODUÇÃO

Por muito tempo a sociedade privilegiou o desenvolvimento de habilidades e competências cognitivas no contexto da formação infantil. Contudo, a crescente complexidade do mundo globalizado atual demanda a aquisição de habilidades que transcendem o mero acúmulo de conhecimentos, especialmente desde a mais tenra idade. Goleman (2012) ao relatar seu encontro com o termo "Inteligência Emocional" contrapondo-se

DOI: 10.51189/ensipex2024/29456

ISBN: 9786588884447

ao tradicional "Coeficiente Intelectual" (QI). O autor destaca essa mudança a partir de um artigo de Salovey e Mayer em 1990. Segundo Goleman (2012, p.9):

Naquela época, a proeminência do QI como critério de excelência na vida era inquestionável; discutia-se acaloradamente se ele estava inscrito em nossos genes ou se era alcançado pela experiência. Porém, eis que surge, de repente, uma nova forma de pensar sobre os ingredientes do sucesso da vida. (GOLEMAN 2012 p.9)

Nesse momento, Goleman (2012) destaca a importância da inteligência emocional no sucesso pessoal e profissional, argumentando sobre a relevância das habilidades emocionais tanto quanto as habilidades intelectuais na construção de relacionamentos interpessoais saudáveis e no alcance de metas pessoais e profissionais. Ou seja, a inteligência emocional envolve um conjunto de habilidades que abrange a consciência emocional, a autogerência, a automotivação, a empatia e as habilidades sociais.

Segundo BES *et al.* (2021) a Inteligência Emocional (IE) reflete essas novas demandas sociais em seus cinco pilares principais como: Autopercepção, Autorregulação, Motivação, Empatia e Habilidades sociais. De forma que ao obter competência desses pilares, é possível ter um viver social mais harmônico, ou seja, a competência desses pilares contribui para a felicidade. Em Bes *et al.* (2021, p.5) encontramos que:

A inteligência emocional requer que conheçamos intimamente as emoções que costumamos manifestar, para que possamos canalizá-las para comportamentos mais adequados e bem vistos socialmente. Ainda que evitar as emoções seja impossível — isto é, não poderemos deixar de sentir algo —, podemos aprender a ter respostas emocionais mais satisfatórias ao ambiente e ao contexto que estamos vivenciando.

Assim, a proposta desse conhecimento é promover desde o desenvolvimento intrapessoal ao desenvolvimento interpessoal. Saber reconhecer suas emoções, o que as desencadeiam e as consequências que elas nos fazem experenciar são habilidades do primeiro pilar da Inteligência emocional: A Autopercepção. Esse pilar se faz importante, pois, a partir do momento que os sentimentos, emoções são reconhecidos, e, a partir do momento que se tem a conscientização do que o gerou, pode-se racionalizar e demonstrar comportamentos mais coerentes à situação vivenciada, evitando, assim até "comportamentos passionais".

Cabe acrescentar que o Brasil tem reconhecido a relevância da IE na formação dos alunos e têm incorporado esse conceito em suas legislações educacionais como é o caso da Base Nacional Comum Curricular. A BNCC é o documento no qual estão previstas as aprendizagens essenciais que nortearão cada currículo escolar da educação básica (Educação Infantil, Ensino Fundamental e Ensino Médio) para garantir o direito à aprendizagem de qualidade e, consequentemente, promover a formação integral de cada ser. Esse documento traz, em suas dez competências gerais, a previsão das competências socioemocionais. como visto na competência de número oito, em Brasil (2018, p.10):

> Conhecer-se, apreciar-se e cuidar de sua saúde física e emocional, compreendendo-se na diversidade humana e reconhecendo suas emoções e as dos outros, com autocrítica e capacidade para lidar com elas.

Além da BNCC, diversos programas com essa temática, disponíveis em pesquisa rápida pela internet, surgem agregando ao currículo escolar o potencial da IE. Entre esses programas podemos citar o "Laboratório de Inteligência de Vida- LIV", "Mind Lab- Mente Inovadora" e "Gênius Emocional".

Nesse contexto, nosso objetivo, enquanto projeto extensionista, e estudantes do curso de psicologia do centro Universitário Mário Pontes Jucá (UMJ), foi promover educação socioemocional para crianças. Para isso, integrando os conceitos da IE à narrativa do livro "monstro das cores", de Anna Llenas, como recurso pedagógico. Acreditamos em uma educação de qualidade, formadora desse ser humano capacitado para a nova

DOI: 10.51189/ensipex2024/29456

ISBN: 9786588884447

contemporaneidade, uma educação que vai além dos muros das escolas e, por isso, vivenciamos o projeto extensionista “conhecendo as emoções” em uma praça pública do município de Maceió, Alagoas.

2 RELATO DE CASO/EXPERIÊNCIA:

Desenvolver habilidades socioemocionais é uma exigência contemporânea do mundo globalizado. Conhecendo essa realidade, pensamos em promover educação socioemocional, ou seja, desenvolver a autopercepção nas crianças. Essa necessidade surge como projeto de extensão, do curso de psicologia, desenvolvido no Centro Universitário Mário Pontes Jucá (UMJ).

O projeto fora realizado por cinco estudantes: Alexsandra Santos Liberal Leite, Aline Soares Barros Amorim, Emery Sura Caldas Maia Soares, Lilian Marcelha Paulino da Silva e Midiã leão de oliveira. Durante o projeto definimos o objetivo principal: promover Educação socioemocional para crianças e, para isso, separamos como recurso pedagógico o livro de Anna LLennas, “O monstro das cores”.

Recursos utilizados no projeto: Livro: “o monstro das cores”, de Anna Llenas e bonecos dos monstrinhos, em feltro

Esse livro apresenta cada sentimento/emoção associado a uma cor e explicita alguns elementos desencadeadores de cada emoção e algumas consequências psicofísicas associadas a elas. Cada emoção, no livro é associada a um monstrinho de cor específica (a exemplo: Alegria, monstrinho amarelo; raiva, vermelho; tristeza, azul; medo, preto; calma, verde; amor, rosa). A partir dessa estrutura do projeto, pensamos em quais materiais usaríamos para tornar a atividade mais satisfatória.

Pensamos nos grandes bonecos dos monstros das cores e construímos com recursos próprios. Para apresentar a narrativa da história às crianças, optamos pela forma dramática, em que cada estudante representaria uma emoção/monstrinho/cor.

DOI: 10.51189/ensipex2024/29456

ISBN: 9786588884447

Acreditando em uma educação de qualidade, que ultrapasse os muros das escolas, construímos o projeto para acontecer no dia 29 de outubro de 2023, na praça principal do bairro Graciliano Ramos, em Maceió, Alagoas. Pensamos nessa praça, no horário do final da tarde, pois há fluxo de muitas crianças acompanhadas por pais, cuidadores e/ ou responsáveis.

Momento de acolhimento antes de iniciar a contação da história. As discentes com seus personagens em feltro "os monstrinhos das cores", enquanto as crianças realizam atividade impressa.

Planejamos para esse momento alguns recursos como convite oral com acolhimento, atividades para colorir com o tema monstrinhos, alguns lápis para colorir, os grandes monstrinhos coloridos, o livro "monstro das cores", e, para depois da história, lembrancinhas, panfletos com um pequeno momento de orientação aos pais sobre como lidar com os momentos emocionais das crianças e orientação sobre o atendimento psicológico gratuito disponível no Centro Universitário.

A atividade aconteceu, conforme planejado, no dia 29 de outubro. Uma tarde ensolarada em Maceió. Chegamos juntas, produzidas, cada estudante vestindo a cor do seu monstrinho, com grandes bonecos nos braços (os monstrinhos das cores). Isso gerou engajamento das pessoas do local para saber o que se passava, aproveitamos para realizar o convite oral, explicado que se tratava de uma atividade vinculada à UMJ e que iríamos contar uma história sobre as emoções às crianças e conversar com elas sobre esse tema. Quando as crianças foram se aproximando, para o acolhimento, sugerimos as atividades para colorir com o tema "monstrinho das cores" (impressas em papel a4) e elas prontamente realizaram enquanto aguardavam outras crianças se aproximarem. Com uma quantidade razoável de participantes, iniciamos a contação da história de forma dramática. Nessa contação, cada monstrinho, com sua cor específica é associado a uma emoção diferente. Após a contação, entregamos as lembrancinhas e realizamos as orientações aos cuidadores com a entrega dos panfletos.

DOI: 10.51189/ensipex2024/29456

ISBN: 9786588884447

Panfletos com orientações para os cuidadores

3 DISCUSSÃO

Com esse projeto extensionista, tivemos como objetivo fomentar a Inteligência Emocional, e mais precisamente, a Autopercepção para crianças. Acreditamos que as habilidades socioemocionais são relevantes para a constituição do desenvolvimento integral do ser humano.

Em um primeiro momento, pensamos em realizar o projeto, numa escola municipal, contudo, acreditamos que a educação deve se estender para além dos muros das escolas e não poderíamos perder essa ocasião para tornar prático esse nosso comprometimento. Realizar o projeto em uma praça pública foi muito desafiador, pois não conseguiríamos prever o quantitativo e nem a faixa etária dos participantes. Ainda assim, pensamos nas estratégias de acolhimento para atingir o máximo de pessoas (crianças e responsáveis) que comportassem na atividade sem comprometer a qualidade, pois, pretendíamos proporcionar aos envolvidos o máximo de aproveitamento com conscientização e aprendizado de forma leve e divertida.

Assim, para a equipe unir teoria e prática, nessa tarde, não foi tão fácil quanto planejá-la. E mesmo com essa impressibilidade, lá estávamos diante da expectativa de promover educação socioemocional (com o conhecimento das emoções, seus elementos desencadeadores e suas consequências psicofísicas). Convidamos cuidadores e crianças, de forma acolhedora, realizamos a contação da história "O Monstro das Cores", de Anna Llenas, de forma lúdica, com os bonecos em feltro. Promovemos orientação aos cuidadores através dos panfletos com os temas: "conhecendo as emoções: como ajudar a criança a lidar com as emoções" e "emoções e sentimentos", conversamos e orientamos aos participantes como agir nos momentos em que as emoções, muitas vezes geram ataques de fúria nas crianças.

Assim, com essa proposta conseguimos, de forma efetiva, atingir os objetivos propostos. Com a atenção do nosso público infantil e adulto, fazendo daquele momento, uma tarde de muita diversão e interação com atividades, entrega de lembrancinhas para crianças e panfletos para os adultos. Desta forma, esse trabalho de extensão fora muito gratificante. Realizamos com muita alegria, pois, temos sentimento de dever cumprindo e saímos com uma bagagem de aprendizagem com a experiência de um trabalho em equipe onde todos se envolveram para a realização. Todavia, ressaltamos que a construção de uma habilidade demanda tempo, que essa aprendizagem, apesar de satisfatória, se constitui como um tijolo

DOI: 10.51189/ensipex2024/29456

ISBN: 9786588884447

em uma grande construção.

4 CONCLUSÃO

Nosso mundo globalizado exige de cada ser humano novas habilidades, diferentes das que eram privilegiadas no passado. Dentre essas novas habilidades, está a Inteligência Emocional (IE). Esse termo difundido por Goleman (2012) e por Bes *et al*. (2021) se caracteriza a partir de cinco dimensões: Autopercepção, Autorregulação, Motivação, Empatia e Habilidades sociais. A autopercepção se refere à capacidade de compreender as próprias emoções e sentimentos para poder reagir de forma proporcional à situação vivenciada, destacando a importância de compreender e gerenciar emoções para o alcance de uma vida social mais harmoniosa e, por conseguinte, para a promoção da felicidade.

A relevância da IE está presente desde nossa Base Nacional Comum Curricular (BNCC) até os programas facilmente encontrados na internet e nas escolas como: "Laboratório de Inteligência de Vida- LIV", "Mind Lab – Mente Inovadora" e "Gênius Emocional". Esses programas têm surgido, evidenciando um esforço em integrar a IE ao currículo escolar. Esse cenário propicia um ambiente propício para a promoção de práticas educacionais inovadoras, que ultrapassam os limites tradicionais da sala de aula tradicional.

Nesse contexto, nosso projeto extensionista, realizado na praça pública do bairro Graciliano Ramos, em Maceió, Alagoas, buscou concretizar esses princípios. Unindo os conceitos da IE ao livro "O monstro das cores" de Anna Llenas como recurso pedagógico para promover educação socioemocional de forma lúdica e interativa.

A contação da história, contou com a participação das cinco discentes e mais uma convidada. Cada uma vestida na cor de sua respectiva emoção e personagem, os grandes bonecos dos monstros das cores. Com uma abordagem teatral que engajou as crianças e outros participantes, permitindo a associação da emoção com sua respectiva cor. Esse momento foi antecedido por algumas estratégias: convite e acolhimento (atividade para colorir e lápis giz de cera). As lembrancinhas para as crianças e os panfletos, distribuídos aos cuidadores, complementaram a experiência, reforçando a importância do reconhecimento e da compreensão das emoções.

Ao analisarmos o resultado do projeto, percebemos que alcançamos nosso objetivo ao proporcionar às crianças e cuidadores uma tarde de aprendizado e diversão com educação socioemocional. Contudo, reconhecemos que a construção de habilidades socioemocionais é um processo contínuo, e essa experiência funcionou como o primeiro tijolo de uma grande edificação. Acreditamos em iniciativas como essa para a formação integral das novas gerações, preparando-as para um futuro complexo e desafiador.

Desta forma, sabemos que promover Inteligência Emocional, desde a infância, atende às exigências da nossa contemporaneidade e representa um investimento significativo na construção de indivíduos mais equilibrados, empáticos e capazes de lidar com as complexidades emocionais do mundo que os aguarda.

REFERÊNCIAS

BES, P. *et al.* **Felicidade e bem-estar na vida profissional**. Porto Alegre: SAGAH, 2021. E-book. Disponível em: https://umj.grupoa.education/sagah/object/default/62841960. Acesso em: 16 dez. 2023.

BRASIL. Ministério da Educação. **Base Nacional Comum Curricular**. Brasília, 2018.

GOLEMAN, Daniel. **Inteligência Emocional: a teoria revolucionária que redefine o que é**

DOI: 10.51189/ensipex2024/29456

ISBN: 9786588884447

ser inteligente. 2ª ed. Rio de Janeiro: Objetiva, 2012, 383 p.

LLENAS, Anna. **O monstro das cores**. 1 Belo Horizonte: Aletria, 2018, 48 p.

DOI: 10.51189/ensipex2024/29456