



DIMENSÃO SOCIOEMOCIONAL: UM ESPAÇO DE CONSTRUÇÃO DE SI PARA E COM O OUTRO E COM O MUNDO.

Rosanita Moschini Varga

Orientadora Educacional da Educação Infantil
Colégio Anchieta, Porto Alegre/RS – Brasil
Rede Jesuíta de Educação (RJE)

Nas escolas da Companhia de Jesus, toda a ação educativa converge na formação da pessoa, enfatizando a necessidade de reconhecer as potencialidades do indivíduo e garantindo o desenvolvimento das dimensões afetiva, espiritual, ética, estética, cognitiva, comunicativa, corporal e sociopolítica. (REDE JESUÍTA DE EDUCAÇÃO, 2016, p. 48)

Com o passar do período inicial de adaptação das nossas crianças, no retorno às aulas presenciais, faz-se importante olharmos para o percurso até aqui trilhado,¹ e para onde queremos nos dirigir. Nesta perspectiva, não podemos deixar de pensar na educação integral como premissa no Colégio Anchieta,² bem como as três dimensões que a embasam o currículo: 1) dimensão cognitiva; 2) dimensão socioemocional e, 3) dimensão espiritual-religiosa.

Enquanto etapa da Educação Infantil, visamos possibilitar o desenvolvimento integral da criança, sustentado nos princípios e valores cristãos e em vivências que contribuam para o protagonismo infantil, a construção da identidade e de relações de respeito para e com os outros e a natureza.

A Educação Infantil, em sua proposta pedagógica, tem como eixos estruturantes as interações e a brincadeira, apresentando em sua organização curricular seis direitos de aprendizagem e desenvolvimento³ e cinco campos de experiências.⁴ Para isso, apoiamo-nos na metodologia do Paradigma Pedagógico Inaciano (contexto – experiência – reflexão –

¹ Estamos em período de Pandemia devido à COVID-19, gerando a suspensão das aulas presenciais, de março de 2020 a outubro de 2020, voltando a suspensão das aulas em março de 2021 até 27 de abril de 2021 - no Estado do Rio Grande do Sul, Brasil. Assim, as crianças pequenas ficaram afastadas das atividades presenciais, mais recentemente, por dois meses, tendo acesso ao ensino e à convivência (numa perspectiva de manutenção dos vínculos) por meio de aulas síncronas.

² O Colégio Anchieta faz parte da Rede Jesuíta de Educação Básica e está localizado em Porto Alegre/RS, Brasil.

³ Conviver; Brincar; Participar; Explorar; Expressar; Conhecer-se (BRASIL, 2018, p. 25).

⁴ O eu, o outro e o nós; Corpo, gestos e movimento; Traços, sons, cores e formas; Escuta, fala, pensamento e imaginação; Espaços, tempos, quantidades, relações e transformações. (BRASIL, 2018, p. 25).



ação – avaliação) e, a partir de nosso Plano Orientador das Práticas Pedagógicas (POPP). Dentre os campos de experiências, encontramos em relação direta com a Dimensão Socioemocional, O eu, o outro e o nós.

O referido campo de experiência tem como objetivo desenvolver os valores humano-cristãos, oportunizando, nas relações, a existência do bem-comum, por meio de vivências permitindo ações individuais e coletivas, na resolução de conflitos, promovendo o desenvolvimento da identidade pessoal e o convívio com o outro para a sua própria saúde e bem-estar de todos. Como nos cita a Base Nacional Comum Curricular (BNCC), “nessas experiências, elas – as crianças – podem ampliar o modo de perceber a si mesmas e ao outro, valorizar sua identidade, respeitar os outros e reconhecer as diferenças que nos constituem como seres humanos.” (BRASIL, 2018, s/p).

Nessa perspectiva, entende-se que a educação deve abranger o sujeito na sua integralidade, independentemente da etapa do desenvolvimento, através das relações interpessoais, do reconhecimento dos

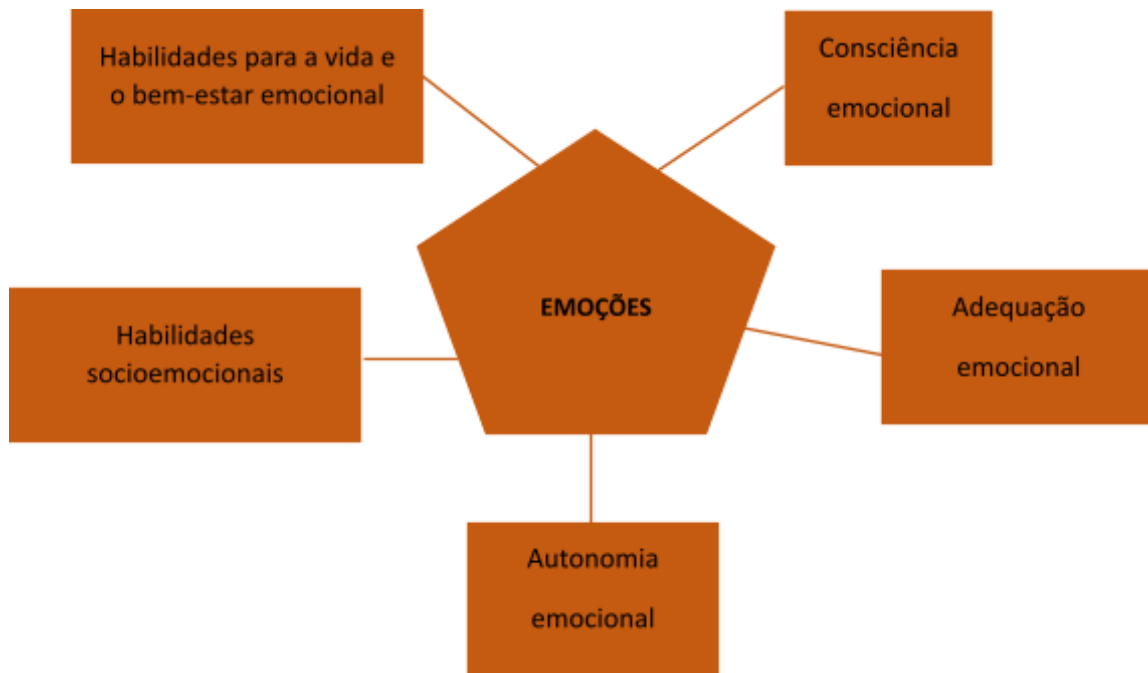
sentimentos e das emoções; das condições de compreensão, de autoconhecimento, de autoconfiança, indispensáveis para que se viva num mundo de maneira livre, responsável e solidária.

Assim, compreendemos que uma abordagem, na perspectiva do currículo, que contemple o trabalho visando à dimensão socioemocional, oportunizando o desenvolvimento do reconhecimento e da identificação das emoções e o favorecimento de ferramentas que a auxiliem, é um aspecto importante a ser considerado. Compreendemos que o desenvolvimento da inteligência emocional é um dos aspectos importantes de uma pessoa, uma vez que favorece as relações consigo e com os demais, melhora a aprendizagem, facilita a resolução de conflitos e promove o bem-estar pessoal e social.

Ainda, entendemos que possuir inteligência emocional é colocar em prática um conjunto de capacidades, habilidades e conhecimentos que propiciam a compreensão, a expressão e a regulação das emoções, como ilustrado na figura abaixo:



Figura 1



Fonte: ALZINA, R. et al. (org.). *Atividades para o desenvolvimento da inteligência emocional nas crianças*. São Paulo: Ciranda Cultural, 2016.

Consciência emocional: capacidade de estar consciente das próprias emoções e das dos outros.

Adequação Emocional: capacidade de controlar as emoções de forma apropriada.

Autonomia Emocional: capacidade de gerar, em si mesmo, as emoções apropriadas em um momento determinado. Isso inclui uma boa autoestima, atitude positiva diante da vida e responsabilidade.

Habilidades socioemocionais: capacidade de manter boas relações com os outros.

Habilidades para a vida e para o bem-estar emocional: comportamentos apropriados e responsáveis para confrontar aquilo

que nos acontece, o que permite organizar nossa vida de forma sadia e equilibrada, facilitando experiências de satisfação ou bem-estar. O bem-estar pessoal aparece quando experimentamos emoções positivas.

Como colégio da Companhia de Jesus, entendemos que, na perspectiva da educação integral, podemos contribuir em grande medida com o desenvolvimento das competências emocionais das crianças. Para isso, é importante reconhecermos o quanto isso é fundamental quando pensamos em educação. Assim, como o fato de que não é nada fácil desenvolver competências emocionais. Faz-se necessário muita paciência, repetição,



insistência e treinamento diário. Além disso, numa perspectiva curricular, que contemple o desenvolvimento de competências e habilidades socioemocionais, os educadores precisam estar dispostos a investir tempo, esforço e atenção para favorecer com que as crianças se desenvolvam, aprendendo a lidar com as suas emoções. Para isso, uma alternativa é fazer perguntas,

formuladas adequadamente. Dessa forma, se possuímos a sensibilidade para fazer a pergunta adequada no momento oportuno, propiciaremos avanços. Tarefa esta que vale a pena, pois possibilitará o desenvolvimento das competências socioemocionais como preditoras de futuro.

Seguem algumas possibilidades de objetivos que, possivelmente, favoreçam o desenvolvimento de habilidades socioemocionais:

<p style="text-align: center;">Consciência emocional</p> <p>Perguntas: - <i>Como você se sente?</i> - <i>O que tem vontade de fazer?</i> - <i>O que você acha que ele tem vontade de fazer?</i></p> <p>A adequação emocional e a prevenção de conflitos começam com a consciência emocional. Podemos dizer que a consciência emocional é a primeira das competências emocionais e aquela que torna possíveis as demais.</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Reconhecer e identificar as emoções das outras pessoas; - analisar situações-problema; - expressar queixas ou insatisfações em situações do dia-a-dia; - aceitar que nem todos interpretam a realidade da mesma forma; - reconhecer as emoções por meio das expressões faciais e adquirir vocabulário emocional; - reconhecer as emoções dos outros e as próprias; - valorizar a importância de ser sincero e dizer a verdade; - saber o que se pode fazer para ajudar os outros e o que se sente ao fazê-lo; - reconhecer e expressar emoções artisticamente; - reconhecer as emoções que contêm as expressões que utilizamos no nosso cotidiano; - compreender a ambivalência emocional; - analisar as diferentes qualidades que as pessoas têm; - relacionar emoções com acontecimentos do dia-a-dia; - identificar as próprias reações diante de suas emoções e das emoções alheias.
<p style="text-align: center;">Adequação Emocional</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Identificar as diferentes maneiras de se acalmar; - aprender a controlar os impulsos emocionais, isto é, a regular a impulsividade;



<p>A adequação emocional é essencial quando se interage com outras pessoas, como acontece com os colegas na escola. É essencial saber escutar, não se precipitar, formular perguntas, aceitar silêncios, introduzir estratégias de melhoria do clima emocional.</p>	<ul style="list-style-type: none"> - adquirir estratégias para adequar as emoções negativas; - aprender a relaxar; - aprender a controlar a inveja e contribuir com um mundo melhor; - pensar de forma positiva; - aprender que diante de um acontecimento que a princípio parece negativo, não há necessidade de se desesperar, porque pode ser que, no futuro, isso seja positivo. Isso se consegue mudando a maneira de pensar sobre as coisas; - aceitar parte da responsabilidade/culpa nos conflitos; - refletir sobre nossa maneira de pensar. Se mudarmos a maneira de pensar, o problema pode desaparecer.
<p style="text-align: center;">Autonomia Emocional</p> <p>Essa competência facilita para que a pessoa tenha uma imagem positiva de si; valorize as próprias capacidades e limitações; goste-se tal como é; descubra a própria identidade pessoal e social... A autonomia emocional abre caminho para a empatia e o desenvolvimento das competências sociais.</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Favorecer a formação da identidade pessoal; - experimentar uma imagem positiva de si mesmo; - estimular a criatividade e a valorização de si; - identificar a importância de si mesmo; - descobrir a própria história pessoal; - fomentar a criatividade e a valorização de si mesmo; - aceitar nossas emoções e sentimentos como parte de nós mesmos; - desenvolver a criatividade; - favorecer a aceitação de si mesmo; - ter consciência de si; - identificar suas características positivas com ajuda dos demais.
<p style="text-align: center;">Habilidades Socioemocionais</p> <p>Estas habilidades são aprendidas. Facilitam, para a pessoa que as domina, melhoram relações com os demais; permitem reivindicar</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Saber reagir de maneira adequada diante do que nos desagrada; - reconhecer a importância da comunicação verbal; - identificar a importância de ter a informação correta antes de tomar decisões; - ser capaz de rejeitar propostas ou não fazer coisas que nos desagradam; - analisar as causas que levam os outros a agir, antes de tomar nossas próprias decisões;



<p>nossos próprios direitos sem negar os direitos dos outros; e facilitam a prevenção, a identificação, a comunicação e a resolução de problemas. Algumas habilidades socioemocionais: assertividade; empatia; saber escutar; definir um problema; avaliar soluções; negociação.</p>	<ul style="list-style-type: none"> - identificar e enfrentar de maneira satisfatória os conflitos cotidianos; - entender que existem diferentes maneiras de ver as coisas e aceitar o ponto de vista dos outros; - reconhecer e aceitar que há diferentes maneiras, todas corretas, de perceber as coisas.
<p>Habilidades para a vida e para o bem-estar emocional</p> <p>As habilidades para a vida são recursos que podem ser aprendidos. Quando adquiridos, ajudam as pessoas a superarem todos os acontecimentos cotidianos e também a estarem preparados para enfrentar imprevistos, que aparecem no dia-a-dia. Falar de bem-estar é falar de sentir-se bem consigo mesmo e com os outros. Um estilo de vida saudável emocionalmente, de forma consciente, favorece a saúde como um todo.</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Descobrir que somos responsáveis pelo nosso estado emocional; - ter consciência de que pessoas são importantes para nós; - identificar como nos adaptamos às circunstâncias; - ter consciência das decisões e da responsabilidade que assumimos ao tomá-las; - compreender que devemos fazer as coisas pelos outros de forma desinteressada; - analisar as atitudes com que se enfrentam as diferentes atividades cotidianas e aprender a realizá-las de uma maneira mais positiva; - acolher nossas crenças e intenções para descobrir o que nos impede de conseguir nossos objetivos; - refletir sobre os recursos que podemos colocar em jogo para melhorar nosso estado emocional; - reconhecer as características das pessoas otimistas e as vantagens de adotar atitudes positivas frente aos problemas cotidianos; - decidir quais hábitos são os mais saudáveis para fortalecer a saúde e contribuir para o bem-estar pessoal; - aprender a prestar atenção nos fatos agradáveis ou positivos que nos acontecem diariamente e que, conjuntamente, são fonte de bem-estar pessoal; - reconhecer a importância de encontrar algum momento para se dedicar a uma atividade que gostaria de realizar, mas nem sempre consegue.



Entende-se que se faz importante criar, no ambiente escolar, um lugar de escuta, gerando proximidade para trabalhar as emoções, favorecendo a aquisição de atitudes e habilidades permitindo a identificação e o controle das emoções e a prática do autocuidado, cuidado com o outro, na perspectiva do acolhimento e da empatia.

Gottman (1997), com base em pesquisas e observações, estabelece alguns elementos básicos para a promoção da educação emocional. São cinco passos sequenciados:

1. perceber a emoção da criança;
2. reconhecer na emoção uma oportunidade de intimidade ou aprendizado com ela e a transmissão de experiência;
3. escutar com empatia, legitimando os sentimentos da criança;

4. ajudar a criança a encontrar palavras para identificar a emoção que ela está sentindo;
5. impor limites, e, ao mesmo tempo, ajudar a criança a resolver seus problemas.

Portanto, educação emocional é a capacidade de entender as próprias emoções e utilizá-las produtivamente. Para isso, faz-se fundamental desenvolver a consciência emocional. Perceber o que se sente, nomear as emoções, verbalizar adequadamente os próprios sentimentos, e ainda, ter um comportamento corresponsivo perante as variadas situações fazem parte de um processo de aprendizado que, com assertividade, traz vantagens para as relações intrapessoais, para as interpessoais, bem como para as relações com o mundo. Afinal, educação emocional se aprende!



Referências:

ALZINA, R. et al. (org.). *Atividades para o desenvolvimento a inteligência emocional nas crianças*. São Paulo: Ciranda Cultural, 2016.

BRASIL. Ministério da Educação. Secretaria de Educação Básica. **Diretrizes Curriculares Nacionais para a Educação Infantil**. Brasília: MEC/SEB, 2010. Disponível em: http://portal.mec.gov.br/index.php?option=com_docman&view=download&alias=9769-diretrizescurriculares-2012&category_slug=janeiro-2012-pdf&Itemid=30192. Acesso em: 10 set. 2020.

GOTTMAN, J; DECLAIRES, J. *Inteligência emocional e a arte de educar nossos filhos: como aplicar os conceitos revolucionários da inteligência emocional para uma nova compreensão da relação entre pais e filhos*. Rio de Janeiro: Objetiva, 1997.

REDE JESUÍTA DE EDUCAÇÃO. *PEC: Projeto Educativo Comum*. São Paulo: Loyola, 2016.

RODRIGUES, M. *Educação Emocional Positiva: saber lidar com as emoções é uma importante lição*. Novo Hamburgo: Sinopsys, 2015.