

Meus sentimentos: Quem vê cara não vê coração

Autor: Ana Alice Barbosa dos Santos
Email: alice_barbosa_12@hotmail.com.br

Emoções fazem parte do nosso interior e tendem a ser exteriorizadas. O termo emoção vem do latim “*emovere*”; fazer movimento a partir de estar excitado, sair do seu presente estado por meio de qualquer coisa que agita, move, abala” (Houzel, et al, 2004, p. 317). Desse modo, a inteligência emocional tem grande relevância dentro e fora da escola, na qual faz necessário educar as emoções para que todos tornem-se aptos a lidar com angústias, dúvidas, medos e inseguranças.

Segundo Celso Antunes (2005), até pouco tempo atrás se acreditava que todo sentimento era espontâneo e que os alunos nasciam modulados para guiarem-se pela vida da forma como seu genoma as havia esculpido. Hoje sabemos que estas ideias foram ultrapassadas e que, ainda que se aceite expressiva influência da biologia, os sentimentos são educáveis, e é possível ajudar um aluno a construir bons ou maus sentimentos, como também ajudá-lo a superar situações de conflito, onde as emoções se misturam e é preciso aprender a lidar com elas.

O presente projeto tem como principal objetivo abordar questões relacionadas aos sentimentos e a percepção de como eles têm grande importância no desenvolvimento de qualquer ser humano. Ao longo da nossa vida vamos experimentando diversos sentimentos, sensações, seja com relação às pessoas ou situações. Em função disso, o projeto foi motivado a ser realizado, visando trabalhar contextualizando o desenvolvimento socioemocional às demais disciplinas e conteúdos, de modo que os alunos, através de atividades diversas e investigativas, consigam desenvolver competências socioemocionais primordiais ao seu desenvolvimento.

A Base Nacional Comum Curricular (BNCC) estabelece o Autoconhecimento e o Autocuidado como umas das 10 competências a serem desenvolvidas. Essas competências estão ligadas ao cuidado com a saúde física



XVII CONGRESSO
INTERNACIONAL
DE TECNOLOGIA
NA EDUCAÇÃO

Dilemas e desafios de um futuro presente: o que esperar da educação?

22 e 23 | setembro | 21

e emocional, compreendendo-se na diversidade humana, reconhecendo suas emoções e dos outros, com autocrítica e capacidade de lidar com elas.

As competências emocionais que fazem parte da BNCC servem de guia para o aprendizado prático de crianças e adolescentes quando relacionadas às

atitudes e habilidades de uso cotidiano no convívio em sociedade. Arribas em seu livro Educação Infantil, desenvolvimento, currículo e organização escolar coloca o seguinte:

No processo educativo, uma das metas a alcançar é a do equilíbrio e controle emocional. As experiências relativas à vida emocional do aluno nas primeiras etapas de sua existência têm uma importância fundamental para ela. Um clima sereno, tranquilo, com afeto sentido e manifestado de maneira adequada, constitui o marco apropriado para o desenvolvimento de uma personalidade saudável e equilibrada. (Arribas, 2004, p.47).

Portanto, trabalhar com emoções requer um olhar profundo, que reconheça nossas limitações, vulnerabilidades e que busquem raízes profundas. É aceitar e procurar o melhor caminho para lidar com o turbilhão de sentimentos, gerenciando a “bagagem das emoções”, criando e mantendo relações positivas consigo e com o outro. Todo esse desenvolvimento de competências socioemocionais é uma ação que beneficia a vida.

Segundo a Base, as crianças que aprendem essas competências socioemocionais vão crescendo tendo a consciência de quem são, dos pontos fortes que têm para contribuir com a sociedade e de como podem trabalhar para desenvolver essas áreas. A partir dessa mentalidade inclusiva, é possível engajar os alunos em sala de aula e mostrá-los a importância do próprio aprendizado, sabendo que cada pessoa tem um potencial a ser explorado.

As metodologias foram desenvolvidas de forma lúdica, oportunizando o desenvolvimento emocional atrelado aos conteúdos, proporcionando experiências significativas em cada etapa do projeto.

Para iniciar, houve a apresentação do filme “Divertida Mente”, como exemplifica a figura 1. A partir da animação, pudemos discutir o que ocorre dentro do cérebro, analisando situações que todos vivemos, o que inclui enfrentar momentos difíceis, desafiadores, analisando o que precisamos fazer, partindo do ponto que precisamos nos conhecer para melhor escolher as estratégias de ações e adaptações necessárias as situações, as mudanças.



XVII CONGRESSO
INTERNACIONAL
DE TECNOLOGIA
NA EDUCAÇÃO

Dilemas e desafios de um futuro presente: o que esperar da educação?

22 e 23 | setembro | 21



figura 1. Capa do filme Divertida Mente.

<https://www.adorocinema.com/filmes/filme-196960/>

Após assistirem ao filme “Divertida mente”, foi proposto a leitura do livro “O monstro das cores”. Após a conversa sobre a história, interligando também com as situações vistas no filme, os alunos produziram seus “emocionômetros”, escolhendo um local de suas casas para deixá-los expostos, esse local ficaria conhecido como “Oficina das emoções”. Todos os dias os alunos deveriam ir até o seu “emocionômetro” para marcar como estavam se sentindo e também para refletirem de que forma poderiam lidar com aquele sentimento, como mostra a figura 2 e 3.



figura 2. Produção do aluno Guilherme Neves.



figura 3. Produção da aluna Maria Vitória.

Posteriormente, realizamos a atividade “Monstrinho dos nomes”, como apresentado nas figuras 4 e 5, tendo o livro “O monstro das cores” como base. A atividade auxiliou tanto na escrita do nome, quanto para a socialização.



Figura 4. Material produzido pelo aluno João Pedro.



Figura 5. Material produzido pelo aluno Juan Gabriel.

Durante o projeto, utilizamos a coleção de livros “Sentimentos e emoções” para desenvolvimento de atividades. Após a leitura de cada livro, os alunos escreveram situações em que ficavam tristes, com medo, com raiva ou felizes e ao lado de cada uma delas, propuseram meios de lidar com aquele sentimento. Essas atitudes estimulavam a confiança, autoestima e o exercício de diferentes características pessoais, na qual os alunos reconheceram, avaliaram e buscarem estratégias de lidar com os próprios sentimentos, conduzindo ao desenvolvimento efetivo de suas habilidades emocionais. Após a atividade os alunos guardaram cada uma das situações em uma caixa intitulada “Caixa das emoções”, como exemplifica a figura 6.





Figura 6. Material produzido pela aluna Vitória.

Pela dificuldade inicial em falar e expressar seus sentimentos, foi realizada uma atividade na qual os alunos produziram os seus palitoches de emojis e a partir de exemplos do cotidiano deveriam mostrar o emoji que caracterizaria seu sentimento em cada uma das situações, como apresenta a figura 7, 8 e 9.



Figura 7. Aluno Guilherme Neves.



Figura 8. Aluna Maria Clara.



Figura 9. Aluno Pedro Rafael.

Foi um momento muito legal, no qual foi abordado diversas situações envolvendo o autoconhecimento, autocontrole, consciência social, habilidades sociais e tomadas de decisões responsáveis, afinal, é preciso que crianças e adolescentes aprendam a selecionar informações, processá-las com senso crítico para que tomem decisões, resolvam problemas de forma criativa, lidem com as



XVII CONGRESSO
INTERNACIONAL
DE TECNOLOGIA
NA EDUCAÇÃO

Dilemas e desafios de um futuro presente: o que esperar da educação?

22 e 23 | setembro | 21

emoções e trabalhem em equipe harmoniosamente.



Alegre, triste, cansado, com raiva, com medo, assustado... Quantas emoções, não é mesmo? Expressar nossas emoções e reconhecê-las é algo com que muitas vezes lutamos. Pensando nisso, desenvolvemos um quebra-cabeça com material reciclável para que os alunos pudessem compreender melhor os sentimentos, de uma forma lúdica. Além de quebra-cabeça, o jogo produzido pode servir também como jogo da memória, como exemplifica a figura 10 e 11.



Figura 10. Material produzido pelo aluno Natan.



Figura 11. Material produzido pela aluna Vitória.

Para finalizar o projeto, tivemos a participação da psicopedagoga Ivanize Leal, a qual proporcionou um momento de bastante diálogo e atividades com os alunos do 2º ano B, contando ainda com a participação especial dos alunos do 4º ano. Após o momento com Ivanize Leal, foi compartilhado com todos, um vídeo com mensagens dos pais para os seus filhos, falando seus sentimentos por eles, como apresenta as figuras 12, 13, 14 e 15.



XVII CONGRESSO
INTERNACIONAL
DE TECNOLOGIA
NA EDUCAÇÃO

Dilemas e desafios de um futuro presente: o que esperar da educação?

22 e 23 | setembro | 21



Figura 12. Culminância do projeto.



Figura 13. Culminância do projeto.



Figura 14. Participação dos familiares.

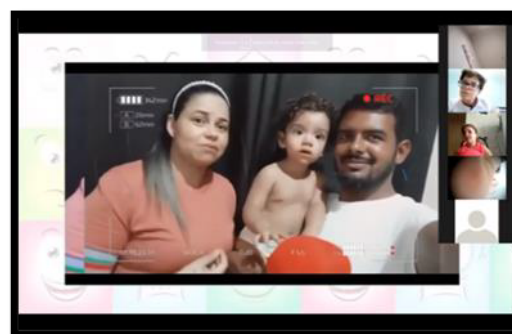


Figura 15. Participação dos familiares.

Sabe-se que as crianças, ao mesmo tempo em que desenvolvem a inteligência, também evoluem em fatores como a socialização e a afetividade (Piaget, 1994). A partir da vivência do projeto “Meus sentimentos”, os alunos

tiveram impactos positivos e conseguiram reconhecer, identificar e expressar suas emoções a partir das diversas atividades propostas, favorecendo o processo de autoconhecimento, o acolhimento dos sentimentos e construção da identidade, reconhecendo a si mesmas e aos outros, assim como o corpo escolar como um todo.

Sentimentos e emoções se “sentem”, dessa forma é preciso aprender a reconhecê-los, uma educação completa deve contemplar os níveis cognitivo, emocional e moral, visando ampliar a competência social (Morales, 2009).

Referências

ANTUNES, Celso. **A linguagem do afeto: como ensinar virtudes e transmitir valores**. 3.ed. Papirus, 2005.

ARRIBAS, Teresa Lleixà. **Educação Infantil: Desenvolvimento, currículo e organização escolar**. 5.ed. Porto Alegre, Artmed, 2004.

BRASIL. **Base Nacional Comum Curricular (BNCC)**. Consulta Pública. Brasília, MEC/CONSED/UNDIME, 2015.

Houzel, D., et al (Coord.) **Dicionário de psicopatologia da criança e do adolescente**. Lisboa: Climepsi Editores, 2004.

Morales, M. S. (2009). **Enseñar a convivir no es tan difícil**. Bilbao: Desclée de Brouwer.

Piaget, J. **O juízo moral na criança**. São Paulo: Summus. (1994).