



## TRABALHANDO O RECONHECIMENTO DAS EMOÇÕES BÁSICAS COM CRIANÇAS DA PRÉ-ESCOLA EM UMA UNIDADE DE ENSINO DA REDE DE MACEIÓ

SILVA, Sarah Lopes da<sup>1</sup>

**Grupo de Trabalho (05): Pedagogia, Educação e seus Fundamentos (Filosóficos, Sociológicos, Antropológicos e Psicológicos)**

### RESUMO

O presente trabalho descreve uma ação educativa realizada com crianças do Segundo Período C do CMEI Fúlvia Maria de Barros Mott Rosemberg, em Maceió (AL), com foco no desenvolvimento de competências socioemocionais. A proposta surgiu diante da observação de dificuldades recorrentes de expressão emocional entre as crianças. Utilizando o livro “O Monstro das Cores”, de Anna Llenas, a proposta envolveu roda de conversa, contação de histórias com fantoches e expressão artística. A fundamentação teórica apoia-se principalmente em autores como Goleman, Barrett, e Gross, destacando a importância da educação emocional desde a infância. Os resultados indicam impacto positivo na identificação e expressão das emoções. Conclui-se que ações sistemáticas e mediadas são essenciais para promover a autorregulação emocional e o bem-estar infantil, contribuindo para um desenvolvimento mais integral e saudável.

**Palavras-chave:** Psicologia. Emoções. Infância. Psicoeducação.

### CONTEXTUALIZAÇÃO DA EXPERIÊNCIA

A infância constitui uma fase crucial para o desenvolvimento de competências socioemocionais, sendo o reconhecimento, a nomeação e a regulação das emoções aspectos fundamentais para a constituição subjetiva e para a construção de relações interpessoais saudáveis (Damásio, 2000). No entanto, observou-se, no contexto social contemporâneo, uma carência de práticas sistematizadas voltadas à promoção da saúde emocional no cotidiano de crianças em idade escolar.

As emoções básicas, tais como alegria, tristeza, medo e raiva são intrínsecas à experiência humana, mas sua vivência adequada depende de contextos que favoreçam a escuta, a expressão e a mediação emocional. A ausência desses espaços pode contribuir para o surgimento de dificuldades no comportamento, baixa capacidade de empatia, dificuldades de comunicação e prejuízos no rendimento escolar. Além disso, muitos cuidadores não possuem formação específica, nem ferramentas suficientes para lidar com o universo emocional infantil de maneira estruturada.

<sup>1</sup> Graduanda de Psicologia pela faculdade Estácio (FAL) e atuando na Rede Municipal de Educação de Maceió como estagiária, na mediação de crianças atípicas. E-mail: lopessarah273@gmail.com.





Diante disso, encontrou-se a necessidade de criar um espaço para a manifestação das emoções das crianças atendidas pela unidade de ensino. O projeto foi idealizado com o intuito de intervir de forma educativa, propondo ações voltadas ao trabalho com as emoções básicas na infância. A iniciativa visou contribuir para o fortalecimento de habilidades socioemocionais, promovendo um ambiente de acolhimento e escuta ativa que favorecesse o bem-estar psicológico e social das crianças envolvidas.

## OBJETIVOS DA AÇÃO EDUCATIVA

- Promover acolhimento e escuta às crianças.
- Proporcionar atividades que gerem interação com o tema proposto: lidar e expressar as emoções.
- Analisar e observar o impacto das emoções vivenciadas pelas crianças nas atividades desenvolvidas.

## DESCRIÇÃO DETALHADA DA EXPERIÊNCIA

A proposta foi realizada com as crianças do Segundo Período C do CMEI Fúlvia Maria de Barros Mott Rosenberg, situado no bairro Cidade Universitária, em Maceió (AL), adaptada de um projeto anteriormente desenvolvido no Lar de Amparo para Crianças em Adoção (LACA). A motivação para a intervenção surgiu a partir da observação do cotidiano escolar, em que se percebeu um número crescente de conflitos entre as crianças, muitos dos quais pareciam estar relacionados à dificuldade de expressar adequadamente suas emoções. Diante desse cenário, surgiu a proposta de uma ação educativa voltada à identificação e nomeação das emoções.

A ação educativa teve início com uma roda de conversa, em que se perguntou às crianças como estavam se sentindo naquele momento. As respostas foram diversas, refletindo diferentes estados emocionais, como alegria, tristeza e raiva. Esse momento inicial permitiu a criação de um espaço de escuta e acolhimento, servindo como introdução à temática que seria abordada em seguida. O recurso pedagógico escolhido para conduzir a atividade foi o livro “O Monstro das Cores”, de Anna Llenas. A obra narra a história de um





monstrinho que acorda confuso por não conseguir compreender o que está sentindo, até que, com o auxílio de uma amiga, aprende a reconhecer, nomear e organizar suas emoções, representadas por cores diferentes. A leitura foi mediada com o uso de fantoches, o que contribuiu para tornar a narrativa mais interativa e envolvente. As crianças foram convidadas a participar ativamente, ajudando a personagem a categorizar as emoções do monstro e a armazená-las simbolicamente em frascos de cores distintas.

Durante a contação da história, foi incentivada a interação verbal entre as crianças e os adultos presentes. As crianças eram estimuladas a fazer comparações com suas próprias vivências, identificando qual emoção aparecia com mais frequência no seu cotidiano ou nos comportamentos dos colegas. Ao final da leitura, foi proposto um momento mais ligado a expressão artística, em que cada criança desenhou o(s) monstrinho(s) com os quais mais se identificava. Esse momento revelou-se particularmente significativo, pois possibilitou visualizar, de maneira simbólica e concreta, como as crianças compreendiam e experienciavam suas emoções, além de oferecer pistas sobre contextos de vulnerabilidade emocional.

A receptividade do grupo de crianças foi bastante positiva. O envolvimento foi tão expressivo que surgiu a ideia de replicar a proposta em outros grupos do CMEI. Para isso, foram criados novos fantoches, desta vez utilizando feltro como material principal. A escolha do feltro deveu-se não apenas à sua durabilidade e facilidade de manuseio pelas crianças, mas também por estar alinhado à proposta de sustentabilidade adotada pela unidade de ensino e seguindo a lógica da valorização do fazer criativo e sempre usa como máxima a experiência do corpo vivido em situações do fazer coletivo. O material permite a reutilização em diversas atividades, é de fácil higienização e oferece textura agradável ao toque, o que o torna mais acessível e seguro para a faixa etária envolvida.

Como resultado desse desdobramento, foi elaborado um kit pedagógico composto pelo livro e pelos novos fantoches de feltro, que permanecerá disponível no CMEI Fúlvio Maria de Barros Mott Rosemberg. A intenção é que esse acervo possa ser utilizado por diferentes turmas e educadores, promovendo a continuidade do trabalho com a educação emocional e fortalecendo práticas educativas que favoreçam o desenvolvimento integral das crianças.





## FUNDAMENTAÇÃO TEÓRICA

O desenvolvimento emocional infantil tem sido amplamente investigado por meio de abordagens clássicas e contemporâneas, que incluem desde as contribuições da neurociência e psicologia positiva até os fundamentos da psicologia histórico-cultural e da psicologia do desenvolvimento. A literatura aponta que a capacidade de reconhecer, nomear e regular emoções desde a infância está diretamente relacionada ao bem-estar psicológico, à qualidade das interações sociais, ao desempenho acadêmico e à saúde mental a longo prazo.

Autores como Henri Wallon (2007) e Vygotsky (1991) são referências fundamentais nesse campo. Wallon entende as emoções como centrais na formação do eu e no processo de socialização, estando integradas ao desenvolvimento cognitivo. Já Vygotsky destaca o papel do meio social, da linguagem e do brincar como mediadores simbólicos essenciais para a construção das emoções e do pensamento na infância.

Além desses autores, outras práticas, algumas até mesmo mais recentes, têm oferecido contribuições valiosas. Daniel Goleman (1995) introduz o conceito de inteligência emocional, destacando que a empatia, a autorregulação e os vínculos saudáveis dependem da capacidade de lidar com as próprias emoções e compreender as dos outros. Lisa Feldman Barrett (2017), por sua vez, propõe a teoria da construção das emoções, segundo a qual as emoções não são inatas, mas construídas a partir de experiências, linguagem e contexto. Para ela, a linguagem emocional, ou granularidade emocional, é crucial, pois quanto mais palavras a criança conhece para descrever o que sente, maior sua capacidade de regulação emocional e menor a impulsividade. Nesse sentido, a mediação feita por adultos, como por exemplo, pais, professores, profissionais da saúde, é essencial para ajudar as crianças a nomear emoções, validar sentimentos e desenvolver estratégias saudáveis de enfrentamento. Essa mediação contribui para o amadurecimento da empatia, da autorregulação e da resolução de conflitos, especialmente em contextos de vulnerabilidade emocional.

Leahy *et al.* (2013) aprofundam a discussão ao abordarem a desregulação emocional como a dificuldade em lidar ou processar experiências emocionais. A desregulação pode se manifestar tanto como intensificação excessiva quanto como entorpecimento das





emoções, afetando diretamente o comportamento e o bem-estar da criança. Assim, promover estratégias de regulação emocional torna-se fundamental.

Nesse contexto, James Gross (1998) propõe o modelo processual da regulação emocional, com cinco pontos de intervenção ao longo do ciclo emocional: seleção e modificação da situação, foco atencional, reavaliação cognitiva e modulação da resposta. A reavaliação cognitiva, especialmente, permite à criança reinterpretar situações adversas de forma mais adaptativa. Complementarmente, Zelazo (2012) defende o uso da atenção plena (mindfulness) como prática eficaz na promoção da autorregulação. Ao observar seus sentimentos sem julgamento, a criança desenvolve maior consciência emocional e controle sobre suas reações impulsivas, especialmente diante de emoções intensas como raiva, medo ou frustração.

Portanto, o desenvolvimento emocional na infância depende fortemente do ambiente e das interações sociais. Crianças expostas a ambientes acolhedores e estruturados emocionalmente têm mais chances de desenvolver habilidades emocionais saudáveis. Diante disso, a ação proposta neste trabalho buscou integrar os fundamentos teóricos apresentados com práticas pedagógicas seguras e lúdicas, promovendo a construção de competências emocionais que contribuem para o desenvolvimento integral das crianças.

## RESULTADOS ALCANÇADOS

Com base nos objetivos previamente delineados, constatou-se que os resultados foram alcançados em nível observacional, evidenciando o envolvimento e o interesse das crianças nas experiências propostas. Foi possível identificar manifestações iniciais de reconhecimento e nomeação de emoções, bem como uma maior disposição para expressar sentimentos em contextos lúdicos e mediados.

Entretanto, observa-se que, para a consolidação de habilidades emocionais mais significativas, é essencial que o trabalho com as emoções ocorra de forma contínua e planejada. A abordagem pontual, embora válida como ponto de partida, não é suficiente para promover mudanças estruturais no desenvolvimento emocional infantil. Desse modo, ressalta-se a importância de inserir práticas educativas, que são incentivadas pelo CMEI aos familiares, quando a lógica do cotidiano é organizada para além do brincar e ocorre





uma apropriação na roda de conversa durante o chá pedagógico e que favoreçam o contato sistemático com conteúdos afetivos, permitindo que as crianças construam, de maneira significativa, competências socioemocionais. Tais competências ultrapassam os limites da infância e contribuem para o desenvolvimento de habilidades fundamentais ao longo da vida, como a empatia, a autorregulação e a capacidade de resolução de conflitos.

Portanto, os resultados alcançados até o momento indicam potencial de impacto positivo, mas reforçam a necessidade de continuidade e aprofundamento das intervenções para que os benefícios observados se tornem duradouros e efetivos.

## CONSIDERAÇÕES FINAIS

Estratégias como ensinar as crianças a pensar em outras formas de enxergar uma situação (reavaliação cognitiva), incentivar o uso de técnicas de respiração para lidar com a emoção, como identificá-la, utilizar histórias com personagens que enfrentam conflitos emocionais, ou promover rodas de conversa sobre sentimentos são exemplos de práticas que contribuem para a internalização dessas competências.

Desenvolver a regulação emocional desde a infância está associado a uma série de benefícios validados por pesquisas, como menor índice de problemas comportamentais, maior empatia, melhor desempenho escolar e maior capacidade de lidar com frustrações. Por isso, fomentar essas habilidades, especialmente em crianças que vivem situações de risco emocional, não é apenas uma medida preventiva, mas um investimento essencial no desenvolvimento saudável e equilibrado.

## REFERÊNCIAS

BARRETT, L. F. Como as emoções são feitas: a nova ciência da mente e do cérebro. Rio de Janeiro: Objetiva, 2017.

DAMÁSIO, A. R. O mistério da consciência: do corpo e das emoções ao conhecimento de si. São Paulo: Companhia das Letras, 2000.

GOLEMAN, D. Inteligência emocional. Rio de Janeiro: Objetiva, 1995.







GROSS, J. J. The emerging field of emotion regulation: an integrative review. *Review of General Psychology*, v. 2, n. 3, p. 271-299, 1998.

GROSS, J. J.; JOHN, O. P. Individual differences in two emotion regulation processes: implications for affect, relationships, and well-being. *Journal of Personality and Social Psychology*, v. 85, n. 2, p. 348-362, 2003.

LEAHY, R. L.; TIRCH, D.; NAPOLITANO, L. A. *Regulação emocional em psicoterapia: um guia para o terapeuta cognitivo-comportamental*. Porto Alegre: Artmed, 2013.

LLENAS, A. *O monstro das cores*. São Paulo: Aletria, 2017.

VYGOTSKY, L. S. *A formação social da mente: o desenvolvimento dos processos psicológicos superiores*. São Paulo: Martins Fontes, 1991.

WALLON, H. *A evolução psicológica da criança*. São Paulo: Martins Fontes, 2007.

ZELAZO, P. D.; LYONS, K. E. The potential benefits of mindfulness training in early childhood: a developmental social cognitive neuroscience perspective. *Child Development Perspectives*, v. 6, n. 2, p. 154-160, 2012.

