



DESENVOLVIMENTO EMOCIONAL EM SALA DE AULA: ESTRATÉGIA PARA REDUÇÃO DA RAIVA EM CRIANÇAS DO ENSINO FUNDAMENTAL I

Paulyane Maria Fernandes de Paiva¹
Alice de Lima Pereira²
Elissandra Luzia Gomes de Almeida³
Marília Pereira Dutra⁴

INTRODUÇÃO

O meio educacional consiste em um ambiente propício para o desenvolvimento social, contribuindo na formação das primeiras relações humanas, bem como nas expressões de comportamentos e emoções. Desse modo, a escola deve garantir a aquisição de competências socioemocionais, visto que, depois da família, é nela onde ocorre as primeiras interações entre os indivíduos (Alzina, 2000; Carneira, 2012; Pavarino; Del Prette; Del Prette, 2005). Neste contexto, a educação emocional funciona como promotora das relações sociais e das capacidades de cooperação entre os estudantes, ao equilibrar seus aspectos cognitivos e afetivos, uma vez que estes recebem influência direta das emoções (Alzina, 2000).

Para Soares (2012), as emoções são manifestações subjetivas que geram reações comportamentais e fisiológicas. Assim, dentre esses aspectos emocionais, destaca-se a raiva que, conforme preconiza Buss e Perry (1992), se refere ao componente afetivo que gera agressão. Este comportamento pode ser demonstrado ainda na infância, apresentando efeitos negativos sobre a formação do sujeito (Pavarino; Del Prette; Del Prette, 2005). A agressividade no meio escolar mostra-se como uma dificuldade de alta prevalência, pois obstaculiza a aprendizagem e provoca o afastamento escolar; prejudicando os relacionamentos e o desenvolvimento socioemocional dos indivíduos (Carvalhosa; Moleiro; Sales, 2009).

Nesse cenário, trabalhar a raiva por meio da Educação Emocional (EE) é um fator que pode contribuir para a redução dos comportamentos agressivos no contexto escolar, à medida que a EE é o processo de obter habilidades essenciais para o reconhecimento e gerenciamento das emoções, visando conduzir os desafios de maneira efetiva (Weissberg; Cascarino, 2013).

¹ Graduando do Curso de Psicologia da Escola de Ensino Superior do Agreste Paraibano - EESAP, paulyanedemaria@gmail.com;

² Graduando do Curso de Psicologia da Escola de Ensino Superior do Agreste Paraibano - EESAP, alicelimapsico@gmail.com;

³ Graduando do Curso de Psicologia da Escola de Ensino Superior do Agreste Paraibano - EESAP, elissandrag26@gmail.com;

⁴ Professora orientadora: Mestra em Psicologia pela Universidade Federal da Paraíba - UFPB, Professora do curso de Psicologia da EESAP, mdutrapsi@gmail.com.

Na escola, a EE possui caráter preventivo, pois ao adquirir estas competências, o aluno atinge a capacidade de adaptar suas emoções e atitudes. Logo, nota-se que aplicar essas técnicas durante o desenvolvimento infantil pode corroborar na diminuição da agressividade (Anderson; Bushman, 2002).

No tocante a essas estratégias, apresenta-se a técnica Afetiva-Discursiva-Comportamental, utilizada para operar junto aos fatores relacionados a raiva; baseando-se em pesquisas nas quais foi demonstrado que mobilizar aspectos cognitivos e afetivos possibilitam um maior progresso no desenvolvimento empático e moral (Galvão, 2010; Dutra et al., 2017). Salienta-se que a aplicação de intervenções socioemocionais nas escolas entrega resultados satisfatórios, como a evolução no desempenho acadêmico e diminuição dos problemas comportamentais de agressividade (Waldemar et al., 2016). Portanto, essa técnica propõe estimular uma sensibilização, para reflexão e modificação comportamental.

Desse modo, verificou-se que a significância dessa pesquisa está relacionada à necessidade de serem adotadas medidas de intervenção e promoção da Educação Emocional no âmbito escolar, na intenção de prevenir a ocorrência de futuros eventos agressivos. Assim, o objetivo desse trabalho é apresentar uma proposta de intervenção para o desenvolvimento emocional, focada na redução da raiva, com base na técnica afetiva-discursiva-comportamental formulada por Dutra, Galvão e Camino (2020). Para tanto, é de suma relevância que as instituições de ensino movam estratégias que auxiliem tanto nos aspectos da aprendizagem como um todo, como no aperfeiçoamento das aptidões sociais e emocionais dos alunos.

Tendo em vista as informações mencionadas anteriormente, elaborou-se uma proposta de intervenção baseada na técnica afetiva-discursiva-comportamental, que se utiliza de métodos e técnicas psicodramáticas, nas quais os participantes podem experimentar uma variedade de sentimentos e adotar diferentes pontos de vista, desvelando sentidos e abrindo novas perspectivas acerca da temática (Bezerra et al., 2017). Diante disso, destaca-se que essa técnica foi embasada nas concepções da teoria do Psicodrama de Jacob Moreno (2003), dividida em três etapas, sendo estas o aquecimento, a dramatização e o compartilhamento. Ressalta-se que a essa proposta foi adicionada uma nova etapa, nomeada como “Comportamento Pró-social”.

Desse modo, o aquecimento é o momento em que ocorre a sensibilização do grupo, buscando focalizar sua atenção aos aspectos abordados; a dramatização se refere a etapa de utilização das técnicas psicodramáticas, possibilitando que os atores reflitam sobre as questões representadas. Durante o compartilhamento, os participantes irão discutir sobre os pensamentos, sentimentos e emoções experienciados nas fases anteriores (Moreno, 2003). Já os comportamentos pró-sociais, são comportamentos de ordem voluntária com finalidade de

oferecer benefícios a outras pessoas, grupos ou causas sociais (Eisenberg, 1992; Galvão; Dutra; Bezerra, 2021).

MATERIAIS E MÉTODOS

A metodologia deste trabalho se trata de uma pesquisa-intervenção com o intuito de elaborar uma proposta interventiva que desenvolva a educação emocional para a redução dos níveis de raiva em crianças. Materiais: Fantoches, Roleta das emoções, Cartões e Termômetro das emoções. Participantes: Estudantes de Psicologia que atuaram no treinamento para a aplicação da intervenção. Essa pesquisa é adaptada para ser aplicada com crianças na faixa etária dos 7 aos 10 anos, estudantes do Ensino Fundamental I de escolas brasileiras. Instrumento de coleta de dados: Diário de campo. Processamento e análise de dados: Análise de Conteúdo acerca do material avaliativo produzido no diário de campo.

RESULTADOS E DISCUSSÃO

Considerando os pressupostos teóricos e empíricos da técnica afetiva-discursiva-comportamental de Dutra, Galvão e Camino (2020), elaborou-se uma proposta de intervenção para ser efetuada com crianças do Ensino Fundamental I, no intuito de reduzir a raiva no âmbito escolar. Baseando-se na técnica, a intervenção foi dividida em 4 etapas: 1) aquecimento: teatro de fantoches mostrando como a raiva pode ser expressa em sala de aula; 2) dramatização: uso das técnicas psicodramáticas “câmera lenta” e “congelar”; 3) compartilhamento e discussão: roda de conversa com questões norteadoras acerca do que foi vivenciado; 4) comportamento pró-social: apresentação e distribuição do emocionômetro.

Aquecimento: Para a realização desta etapa, será utilizado um teatro de fantoches como principal recurso, no qual deverá conter um roteiro de falas e personagens inicialmente estabelecidos pelos aplicadores da técnica, com o objetivo de proporcionar a criação de uma atmosfera adequada para trabalhar a emoção selecionada, que nesse caso será a raiva. Desta forma, além de favorecer um clima favorável, necessário para a fase do aquecimento, o teatro ajudará a conduzir a atenção dos participantes para o que está acontecendo e, de maneira dinâmica, ocasionar em um maior entendimento para o público infantil, ao promover uma reflexão acerca da emoção trabalhada.

Dramatização: Nesse momento, será contada uma breve história para aprofundar o tema da raiva, esclarecendo como essa emoção se manifesta no cotidiano. O enredo descreverá um personagem que precisará lidar com a raiva em uma situação escolar. Após isso, os participantes serão convidados a representar as cenas assistidas com o intuito de aplicar a técnica congelar, escolhida para intervir nesta etapa. Essa técnica se refere ao ato de interromper a ação

psicodramática, levando as pessoas a se confrontarem com alguma cena. Ao final desta fase, será solicitado que realizem uma técnica de respiração contando de 1 a 10, e, em seguida, refaçam a cena inicial, de modo que possam reagir diferente perante a raiva experienciada.

A descrição da história produzida para esta etapa foi a seguinte: Se imagine na escola, no momento do recreio, onde você está lanchando e seu coleguinha vem correndo em sua direção, esbarra em você, derruba seu lanche e suja toda a sua roupa. Todos que estão em sua volta começam a rir de você, e você vai ficando furioso, começa a erguer as sobrancelhas, a sua testa está ficando enrugada, olhos abertos e seus dentes à mostra, sua fisionomia está diferente. Você se levanta e vai em direção ao seu colega que derrubou seu lanche. Você está chegando perto dele, está cada vez mais perto. Você começa a levantar seus braços, com punhos preparados para ir em direção ao rosto do seu coleguinha. CONGELA.

Compartilhamento e discussão: Aqui, será discutido a definição das emoções, bem como suas principais características. Para tanto, como recurso dinâmico e ilustrativo, haverá a apresentação de slides e a utilização da roleta das emoções, composta pelas cinco principais emoções base (medo, alegria, tristeza, raiva e nojo). Em seguida, serão disponibilizados cinco cartões com perguntas acerca da temática, de modo que os alunos escolham entre eles de maneira aleatória. Os questionamentos serão baseados nos pontos abordados durante a apresentação e deverão ser respondidas pelos participantes, com o objetivo de observar como as informações anteriores foram recebidas.

Desta forma, com o intuito de trazer a compreensão adequada, as questões mencionadas foram previamente elaboradas considerando a faixa etária do público-alvo, sendo estas: “Você acha que consegue reconhecer e controlar as suas emoções? Conte um pouco sobre isso”; “A amiga de Maria pegou o brinquedo favorito dela sem pedir e acabou quebrando. Como você acha que Maria se sentiu?” “Conte como seria a maneira correta de Maria agir nessa situação”; “Cite uma emoção que você vivenciou durante a apresentação e conte como foi esse momento”; “Quais são as cinco principais emoções apresentadas? Monte uma situação em que ao menos uma delas esteja envolvida”; “Por que você acha que é importante aprender sobre as emoções?”

Comportamento pró-social: Este momento se refere a entrega e compartilhamento do Emocionômetro/Termômetro das Emoções. A dinâmica do emocionômetro funciona da seguinte maneira: a mediadora colocará um termômetro no quadro ou na parede da sala, de um tamanho adequado, e convidará as crianças para escolherem com que emoção se identificam naquele dia; quando o participante compartilhar como está se sentindo, a mesma convidará um colega da sala para auxiliar nesse momento; repetindo, assim, esta dinâmica com todos os



demais. Uma outra forma de utilizar o emocionômetro para que outras crianças também aprendam a se autorregular, é distribuir nas outras salas de aula um termômetro das emoções.

De maneira geral, a partir da avaliação efetuada, os resultados mostraram que a intervenção se caracteriza como pertinente para a realização com crianças, ao se mostrar passível para a redução dos níveis de raiva, somando para que o meio educacional consista em um ambiente mais saudável e propício ao aprendizado. Dessa forma, entende-se que a intervenção apresentada obteve êxito quanto aos objetivos que se intencionavam alcançar; pois, quando aplicada eficazmente, sua utilização pode refletir positivamente no convívio em sala de aula, promovendo mudanças significativas no que diz respeito ao processo de ensino-aprendizagem e diminuição da raiva por meio da educação socioemocional dos alunos.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

Em suma, reitera-se que a Educação Emocional se posiciona como um componente essencial para facilitar um ambiente escolar mais harmonioso, ao promover o estabelecimento de relações sociais saudáveis. É possível perceber que intervir na redução dos comportamentos agressivos dos alunos, pode trazer benefícios que perpassam a comunidade escolar, pois, quando aplicada em sua completude, a Técnica Afetiva-Discursiva-Comportamental atinge resultados satisfatórios a nível integral. Logo, a proposta de intervenção apresentada, oferece um caminho oportuno para trabalhar a raiva nas crianças do Ensino Fundamental I, demonstrando eficácia no desenvolvimento das habilidades emocionais.

Desse modo, por meio da observação dos resultados, é possível constatar que a aplicação dessa proposta no contexto escolar pode ser eficiente no fornecimento de ferramentas que contribuam com o manejo das emoções e, especialmente, com a redução da raiva em crianças. Assim, além de refletir a importância da Educação Emocional na escola, este estudo representa um passo significativo em direção à formação de cidadãos conscientes, preparados para enfrentar os desafios emocionais com resiliência e empatia. Portanto, acredita-se que esta proposta pode fomentar a prevenção de práticas agressivas induzidas pela raiva, colaborando para tornar a escola um lugar harmônico e propulsor de condutas empáticas.

Palavras-chave: Educação emocional, Raiva, Intervenção, Criança, Escola.

REFERÊNCIAS

ALZINA, R. **Educação e bem-estar**. Barcelona: Editora Práxis, 2000.

ANDERSON, C. A.; BUSHMAN, B. J. Human aggression. **Annual review of psychology**, v. 53, n. 1, p. 27-51, 2002.

- BEZERRA, V. A. S.; SILVA, C. M.; SILVA, M. J. M.; DUTRA, M. P.; GALVÃO, L. K. S. **O psicodrama como ferramenta para a promoção da empatia na infância.** In: Anais do I V Congresso Nacional de Educação. João Pessoa: Realize Editora, 2017. Disponível em: https://www.editorarealize.com.br/revistas/conedu/trabalhos/TRABALHO_EV073_MD1_SA11_ID386_28082017192515.pdf. Acesso em: 10 set. 2023.
- BUSS, A. H.; PERRY, M. The aggression questionnaire. **Journal of personality and social psychology**, v. 63, n. 3, p. 452-459, 1992.
- CARDEIRA, A. R. Educação emocional em contexto escolar. **Portal dos psicólogos**, Portugal, p. 1-14, 2012.
- CARVALHOSA, S. F.; MOLEIRO, C.; SALES, C. Violence in Portuguese schools. **International Journal of Violence and School**, Estados Unidos da América, v. 9, p. 57-78, 2009.
- DUTRA, M. P.; GALVÃO, L. K. S.; CAMINO, C. P. S. Promoção da empatia para redução de comportamentos agressivos: análise do grupo focal. **Braz. J. of Develop.**, Curitiba, v. 6, n. 7, p. 46497-46505, 2020.
- DUTRA, M. P.; SANTOS, V. A.; SILVA, A. S.; GALVÃO, L. Empatia e comportamento pró-social: intervenção educacional da infância. In: IV Congresso Nacional de Educação, 2017, João Pessoa-PB. **Anais do IV Congresso Nacional de Educação**, 2017.
- EISENBERG, N. **The Caring Child**. Cambridge: Harvard University Press, 1992.
- GALVÃO, L. K. S. **Desenvolvimento moral e empatia:** medidas, correlatos e intervenções educacionais. Tese (Doutorado em Psicologia Social) – Universidade Federal da Paraíba, João Pessoa, 2010. Disponível em: <https://repositorio.ufpb.br/jspui/handle/tede/7012>. Acesso em: 9 set. 2023.
- GALVÃO, L. K. S.; DUTRA, M. P.; BEZERRA, V. A. S. **O desenvolvimento da empatia:** conhecimento teórico e prático para profissionais da educação. E-book VII CONEDU 2021 – vol. 03. Campina Grande: Realize Editora, 2021. Disponível em: <<https://editorarealize.com.br/artigo/visualizar/82232>>. Acesso em: 20 jul. 2023.
- MORENO, J. L. **Psicodrama**. São Paulo: Cultrix, 2003.
- PAVARINO, M. G.; DEL PRETTE, A.; DEL PRETTE, Z. A. P. Agressividade e empatia na infância: Um estudo correlacional com pré-escolares. **Interação em Psicologia**, v. 9, n. 2, p. 115-225, 2005.
- SOARES, A. As Emoções do care. In: GUIMARÃES, N. A.; HIRATA, H. S.; SUGITA, K. (orgs.). **Cuidado e cuidadoras:** as várias faces do trabalho de care. São Paulo: Atlas, 2012. p. 45-56.
- WALDEMAR, J. O. C.; RIGATTI, R.; MENEZES, C. B.; GUIMARÃES, G.; FALCETO, O.; HELDT, E. Impact of a combined mindfulness and social-emotional learning program on fifth graders in a Brazilian public-school setting. **Psychology & Neuroscience**, v. 9, n. 1, p. 79, 2016.
- WEISSBERG, R. P.; CASCARINO, J. Academic learning+ social-emotional learning= national priority. **Phi Delta Kappan**, v. 95, n. 2, p. 8-13, 2013.

