

DA SALA DE AULA PARA A VIDA: VIVÊNCIAS E PRÁTICAS EM UMA DISCIPLINA SOBRE GESTÃO EMOCIONAL

Elisângela Lucia de Santana Bezerra ¹
Cristiane Maria Varela de Araújo de Castro ²
Estefani Santana do Nascimento ³

RESUMO

Com a proposta de fomentar a formação integral do indivíduo, a BNCC prevê o desenvolvimento de competências e habilidades que facultem a articulação dos componentes curriculares em paralelo com o aspecto socioemocional: competências pessoais, sociais, cognitivas e produtivas. Dentro deste contexto, propomos a criação de uma disciplina optativa ofertada em curso de formação inicial para professores. A maior motivação, de fato, foram as inúmeras declarações de adoecimento emocional por parte dos estudantes; e esta foi a inspiração para o nome não convencional da disciplina “*Da sala de aula para a vida*”. A ideia era proporcionar não apenas um escape emocional-afetivo, mas trazer uma compreensão dos aspectos neurocientíficos atrelados à gestão das emoções e uma vida equilibrada, e como estas questões se associam ao aspecto cognitivo. O arcabouço teórico-prático do componente curricular pautou assuntos como: propósito de vida, compreensão das emoções – dependência e alfabetização emocional, comunicação assertiva e não violenta, rapport, princípios de PNL e Mindfulness. A primeira turma da disciplina foi ofertada no formato remoto, em virtude da pandemia de COVID-19. A segunda, já no ambiente presencial. A adesão dos discentes foi significativa, com 31 e 18 estudantes matriculados, respectivamente. Cada encontro era iniciado por um momento de meditação guiada, seguida de alguma dinâmica/atividade que introduzisse o tema a ser abordado. Os discentes construíram portfólios (digitais e físicos), onde registravam o que tinham aprendido, como isso tinha alterado a compreensão deles sobre os assuntos da aula e quais mudanças pessoais, atitudinais e sociais poderiam ser aplicadas em suas vidas. A turma presencial teve como culminância um evento planejado e organizado pelos alunos, com inscrição aberta para a comunidade universitária. Concluímos que foram alcançados os objetivos propostos: desenvolver o autoconhecimento, o olhar empático e o desejo de proporcionar práticas pedagógicas acolhedoras e emocionalmente saudáveis quando se tornarem profissionais.

Palavras-chave: Competências socioemocionais, Cognição, Comunicação, Resolução de problemas, Empatia.

¹ Professora do Departamento de Biologia da Universidade Federal Rural de Pernambuco, elisangela.bezerra@ufrpe.br;

² Professora do Departamento de Morfologia e Fisiologia Animal da Universidade Federal Rural de Pernambuco, cristiane.acastro@ufrpe.br;

³ Mestre em Biociência Animal da Universidade Federal Rural de Pernambuco, estefani.biologia@gmail.com.