

Desvendando as emoções na infância Artigo Científico

Geovana Vitória da Silva Cavalcante, Jennyffer Camilly da Silva Souza, Jhennefer Siquira da Silva,
Karine Galvão do Nascimento, Karolayne de Souza Silva
Orientado pelo professor: Moacir Agulhó

RESUMO: O presente artigo aborda o desenvolvimento emocional infantil no contexto escolar, enfatizando a importância da educação emocional durante a infância. O objetivo central do trabalho foi promover o reconhecimento, a identificação, a compreensão e a expressão das emoções pelas crianças, contribuindo para o desenvolvimento de habilidades socioemocionais e para a melhoria da convivência escolar. A pesquisa caracterizou-se como qualitativa e bibliográfica, sendo desenvolvida por meio da aplicação de atividades lúdicas e educativas com estudantes do 3º ao 6º ano do Ensino Fundamental I. Foram realizadas dinâmicas voltadas à identificação de emoções como alegria, tristeza, medo e raiva, utilizando estratégias interativas que estimularam o diálogo, a empatia e a autorregulação emocional. Os resultados observados demonstraram maior participação das crianças, ampliação da capacidade de reconhecer sentimentos próprios e dos colegas, além do fortalecimento das relações interpessoais no ambiente escolar. Conclui-se que o trabalho com a educação emocional na infância contribui significativamente para o desenvolvimento integral das crianças, favorecendo a construção de relações mais saudáveis, empáticas e respeitosas.

Palavras-chave: Emoções; Infância; Desenvolvimento emocional; Educação emocional; Empatia.

Abstract: This article addresses the emotional development of children in school, emphasizing the importance of emotional education during childhood. The central objective of the work was to promote the recognition, identification, understanding and expression of emotions by children, contributing to the development of socio-emotional skills and to the improvement of school coexistence. The research was characterized as qualitative and bibliographic, being developed through the application of playful and educational activities with students from 3rd to 6th year of elementary school I. Dynamics were carried out aimed at identifying emotions such as joy, sadness, fear and anger, using interactive strategies that stimulated dialogue, empathy and emotional self-regulation. The observed results demonstrated greater participation of children, increased ability to recognize feelings of oneself and colleagues, as well as strengthening interpersonal relationships in the school environment. It is concluded that work with emotional education in childhood contributes significantly to the integral development of children, favoring the construction of healthier, empathetic and respectful relationships.

1

¹ Docentes do curso de Psicologia na Instituição União das Faculdades do Estado de Mato Grosso – Campus de Nova Mutum-MT UNIFAMA).

² Psicólogo graduado pelo Centro Universitário de Várzea Grande (UNIVAG), especialista em Neuropsicologia Clínica e Psicologia do Trânsito pela Faculdade EduCareMT. CRP-MT 18/02540. E-mail: agulhomoacir@gmail.com

Keywords: Emotions; Childhood; Emotional Development; Emotional education; empathy.

1. INTRODUÇÃO

A infância constitui uma das fases mais importantes do desenvolvimento humano, marcada pela construção de habilidades importantes, como falar, brincar, relacionar-se e, principalmente, sentir. Nesse período, as crianças aprendem a se relacionar com o mundo, desenvolvendo formas de comunicação, convivência e expressão de sentimentos. As emoções surgem de maneira intensa e significativa, influenciando diretamente o comportamento, as relações interpessoais e o processo de aprendizagem. Dessa forma, o desenvolvimento emocional infantil e a educação emocional no ambiente escolar tornam-se temas relevantes dentro da área da Psicologia e da Educação. Diversos estudos já evidenciam a importância das emoções para o desenvolvimento integral da criança. Wallon (2007) destaca que a emoção representa uma das primeiras formas de interação da criança com o meio social, exercendo papel fundamental na formação da personalidade e das relações humanas. Piaget (1976) afirma que o desenvolvimento ocorre por meio da interação da criança com o ambiente, enquanto Vygotsky (1998) ressalta que a aprendizagem é construída através das relações sociais e da mediação cultural. Complementando essas perspectivas, Goleman (2012) evidencia que a inteligência emocional está relacionada à capacidade de reconhecer, compreender e administrar as próprias emoções e as emoções das outras pessoas. Apesar da relevância atribuída ao desenvolvimento emocional infantil, ainda é possível observar dificuldades no reconhecimento, na compreensão e na expressão das emoções por parte das crianças, especialmente no ambiente escolar. Em muitos casos, sentimentos como tristeza, medo, raiva e frustração são manifestados por meio de agressividade, isolamento, insegurança e dificuldades de convivência. Além disso, nota-se que a educação emocional ainda recebe pouca atenção em muitos contextos escolares, o que evidencia a necessidade de práticas educativas voltadas ao fortalecimento das habilidades socioemocionais na infância. Diante disso, o presente trabalho teve como objetivo promover o reconhecimento, a identificação, a compreensão e a expressão das emoções em crianças do 3º ao 6º ano do Ensino Fundamental I, por meio do projeto de extensão “Desvendando as Emoções na Infância”. Especificamente, buscou-se incentivar a identificação de emoções como alegria, tristeza, medo, raiva e nojo, além de estimular a empatia, o respeito às emoções

dos colegas e o desenvolvimento de estratégias simples de autorregulação emocional. Partiu-se da hipótese de que atividades lúdicas e educativas voltadas à educação emocional poderiam favorecer o reconhecimento das emoções, fortalecer as relações interpessoais e contribuir para o desenvolvimento socioemocional das crianças no ambiente escolar. A realização deste trabalho justifica-se pela importância de promover espaços acolhedores que auxiliem as crianças no desenvolvimento de habilidades emocionais essenciais para a convivência social, para a resolução de conflitos e para a construção de relações mais saudáveis. Além disso, o fortalecimento da educação emocional no contexto escolar contribui significativamente para o desenvolvimento integral dos alunos e para a melhoria das relações interpessoais no ambiente educativo. A pesquisa caracterizou-se como qualitativa e bibliográfica, sendo desenvolvida por meio da aplicação de atividades lúdicas e educativas com estudantes do 3º ao 6º ano do Ensino Fundamental I da Escola Municipal 04 de Julho. Foram realizadas dinâmicas voltadas ao reconhecimento e à expressão das emoções, buscando estimular a participação, o diálogo e a interação entre os participantes. O artigo está organizado em fundamentação teórica, metodologia utilizada, resultados e discussão, considerações finais e referências.

2. DESENVOLVIMENTO

2.1. Fundamentação teórica

A infância é um período crítico para o desenvolvimento integral, no qual dimensões cognitivas, sociais e emocionais se entrelaçam de forma indissociável. Nessa etapa, as emoções não apenas acompanham a aprendizagem: elas a organizam, orientam a atenção, modulam a memória e estruturam as relações com o outro. Sob esse prisma, diferentes tradições teóricas convergem quanto à centralidade da educação emocional no contexto escolar.

Henri Wallon compreende a emoção como um dos primeiros modos de comunicação da criança com o meio social, constituindo-se em organizadora do tônus relacional e do vínculo afetivo. Ao reconhecer que o gesto, o olhar e a mímica emocional precedem e estruturam a linguagem, Wallon confere às emoções papel fundador na constituição do eu e na socialização. Assim, intervir pedagogicamente sobre o reconhecimento e a expressão emocional, desde cedo, é intervir também sobre a formação da personalidade e sobre a qualidade das interações na escola.

Jean Piaget, ao enfatizar a construção ativa do conhecimento, destaca que crianças dos anos iniciais do Ensino Fundamental transitam de formas mais egocêntricas de pensamento para estruturas progressivamente descentralizadas. Esse percurso cognitivo tem correlatos afetivos: a criança aprende, no jogo e na cooperação, a coordenar pontos de vista, internalizar regras e autorregular a conduta. Dinâmicas lúdicas que pedem nomeação de sentimentos, tomada de perspectiva e negociação entre pares funcionam como problemas cognitivo-afetivos a serem resolvidos, favorecendo tanto a assimilação conceitual de “emoções básicas” (alegria, tristeza, medo, raiva, nojo) quanto a acomodação de rotinas de convivência mais cooperativas.

Lev Vygotsky insere a emoção no cerne do desenvolvimento sociocultural: é nas interações mediadas

— com adultos, pares e artefatos simbólicos — que a criança aprende a significar o que sente e a regular-se. Conceitos como zona de desenvolvimento proximal ajudam a entender por que estratégias dialogadas e modelagens explícitas (por exemplo, um adulto nomeando o próprio afeto e descrevendo uma estratégia de enfrentamento) antecipam e sustentam a autorregulação infantil. Instrumentos culturais — cartões de emoções, diários afetivos, “emocionários” — funcionam como mediadores semióticos que externalizam estados internos e tornam a regulação mais compartilhável e, depois, internalizável.

Daniel Goleman populariza o constructo de inteligência emocional como um conjunto de competências que incluem a consciência de si, a autorregulação, a empatia e as habilidades sociais. Em contexto escolar, tais competências se traduzem em práticas observáveis: reconhecer gatilhos emocionais, escolher respostas compatíveis com o ambiente, escutar o outro e cooperar. Embora seja uma formulação mais aplicada do que propriamente desenvolvimental, ela dialoga com as bases de Wallon, Piaget e Vygotsky ao articular emoção, cognição e interação social.

Integrando essas perspectivas, a educação emocional na escola pode ser concebida como um processo intencional e contínuo de:

- 1 - Alfabetização emocional (ampliar vocabulário e consciência afetiva);
- 2 - Mediação social (criar espaços seguros de diálogo e validação dos sentimentos);

- 3 - Treino de estratégias (respiração, pausa ativa, pedir ajuda, replanejar ações);
- 4 - Transferência para a convivência (regras co-construídas, resolução não violenta de conflitos, feedbacks empáticos).

Recursos lúdicos e culturalmente significativos — como personagens de filmes conhecidos, jogos cooperativos e materiais visuais — operam como pontes entre a experiência subjetiva da criança e categorias socialmente compartilhadas de nomeação e manejo de emoções. Ao favorecer a participação ativa, a troca entre pares e a exemplificação por adultos, tais recursos alinham-se às teses de que: a) emoções são primeiro vividas e comunicadas no coletivo (Wallon/Vygotsky). b) o entendimento e a regulação emergem da ação e da coordenação de perspectivas (Piaget), e c) competências emocionais podem ser ensinadas, praticadas e refinadas (Goleman).

O projeto de intervenção **“Desvendando as Emoções da Infância”** foi realizado na Escola 4 de Julho, localizada no município de Nova Mutum – MT, com estudantes do 3º ao 6º ano do Ensino Fundamental. A aplicação ocorreu em dois dias distintos, contemplando um total de quatorze turmas. No primeiro dia, realizado em 12 de maio, foram atendidas nove turmas no período matutino. Devido à receptividade positiva da comunidade escolar e ao retorno da equipe gestora, o projeto foi reaplicado no dia seguinte para mais cinco turmas dos 5º e 6º anos.

A equipe responsável pela execução do projeto foi composta por cinco acadêmicas no primeiro dia e quatro no segundo. Inicialmente, as integrantes se apresentaram às turmas, explicando sua instituição de origem e o objetivo da atividade. Em seguida, foi realizada uma abordagem educativa voltada ao reconhecimento, à compreensão e à expressão das emoções básicas, utilizando uma linguagem acessível e adequada à faixa etária dos participantes.

Como recurso pedagógico, foram utilizados os personagens do filme *Divertida Mente* (2015), representando as emoções alegria, tristeza, medo, nojo e raiva. Cada integrante da equipe ficou responsável por apresentar uma emoção específica, explicando suas características, situações em que ela pode surgir e sua importância para a vida emocional das crianças. A divisão ocorreu da seguinte forma: uma integrante realizou a abertura da atividade e as demais abordaram individualmente as emoções selecionadas.

2.2 Metodologia

A metodologia adotada priorizou a interação e a participação ativa dos estudantes. Não foram utilizados slides ou cartazes, optando-se por estratégias lúdicas e dialogadas. Um dos recursos utilizados foi um dado físico contendo imagens das emoções trabalhadas. O dado era lançado na frente da turma e, a partir da emoção sorteada, eram realizadas perguntas relacionadas ao cotidiano, incentivando a reflexão sobre situações que despertam determinados sentimentos.

Inicialmente, as próprias integrantes participavam da dinâmica como forma de exemplificação. Quando uma emoção era sorteada, uma das acadêmicas relatava situações pessoais relacionadas àquele sentimento, favorecendo a compreensão da atividade pelas crianças. Posteriormente, os estudantes eram convidados a participar, compartilhando experiências e relatando situações que despertavam alegria, tristeza, medo, raiva ou nojo. Essa estratégia possibilitou que os alunos associassem as emoções apresentadas a acontecimentos reais de seu cotidiano, fortalecendo o processo de identificação emocional.

Além da dinâmica do dado, foi realizada uma atividade denominada “Dinâmica dos Corações”. Para sua execução, foram distribuídos corações coloridos para todos os alunos presentes na sala. As crianças que possuíam corações da mesma cor deveriam encontrar seus pares e, posteriormente, realizar uma interação proposta pela equipe. A atividade teve como objetivo estimular a socialização, a empatia, a construção de vínculos afetivos e a compreensão da importância das relações interpessoais para o desenvolvimento emocional.

2.3 Resultados e Discussão

Durante as apresentações, observou-se que algumas crianças demonstraram timidez inicial, enquanto outras participaram espontaneamente das atividades propostas. Entretanto, ao longo do desenvolvimento das dinâmicas, houve maior envolvimento dos estudantes, que passaram a compartilhar experiências pessoais e a interagir de maneira mais ativa. A utilização dos personagens de *Divertida Mente* contribuiu significativamente para o engajamento dos alunos, uma vez que muitos já conheciam o filme e demonstraram curiosidade em relação aos personagens apresentados, inclusive questionando sobre as emoções presentes na continuação da obra.

Ao final de cada apresentação, foi realizado um momento de encerramento voltado à

reflexão sobre a importância de reconhecer, compreender e expressar os sentimentos de forma saudável. Foi reforçado que todas as emoções possuem uma função importante no desenvolvimento humano e que aprender a identificá-las contribui para relações mais saudáveis, para o autoconhecimento e para o bem-estar emocional.

Durante a aplicação do projeto, também foi possível conhecer uma prática já desenvolvida pela instituição escolar voltada à educação emocional. Uma das professoras apresentou uma agenda utilizada pelos alunos, contendo um instrumento denominado “emocionário”, composto por representações visuais das emoções. Nesse espaço, as crianças registram diariamente como estão se sentindo e descrevem acontecimentos relacionados aos seus sentimentos. Essa iniciativa evidenciou a preocupação da escola com a promoção da saúde mental infantil e demonstrou que o projeto desenvolvido pelas acadêmicas atuou de forma complementar às ações já realizadas pela instituição.

A avaliação da equipe gestora e dos professores foi positiva, destacando a clareza das explicações, a participação dos estudantes e a adequação da metodologia utilizada. Os retornos recebidos indicaram que as crianças compreenderam os conteúdos trabalhados e conseguiram relacionar as emoções apresentadas às suas vivências diárias, demonstrando a relevância de ações educativas voltadas ao desenvolvimento emocional no ambiente escolar.

Dessa forma, a metodologia empregada mostrou-se eficaz ao promover um espaço de diálogo, reflexão e aprendizado sobre as emoções, contribuindo para o fortalecimento da educação emocional e para o desenvolvimento da saúde mental das crianças participantes.

Durante a aplicação das atividades, observou-se que muitas crianças apresentavam dificuldade inicial em reconhecer e expressar suas emoções de maneira clara. Entretanto, ao longo das dinâmicas, percebeu-se maior participação, interação e envolvimento dos alunos nas atividades propostas.

As dinâmicas favoreceram momentos de diálogo e compartilhamento de experiências emocionais, contribuindo para o desenvolvimento da empatia e do respeito às emoções dos colegas. A atividade “Dado das Emoções”, por exemplo, possibilitou que os alunos relacionassem sentimentos a situações vivenciadas em seu cotidiano escolar e familiar.

Também foi possível observar que as atividades lúdicas facilitaram a compreensão das emoções e estimularam a participação das crianças de maneira espontânea e significativa.

O ambiente acolhedor favoreceu a construção de vínculos e o fortalecimento das relações interpessoais entre os participantes.

Os resultados observados reforçam as contribuições de Wallon (2007), que destaca a importância das emoções no desenvolvimento infantil, bem como as ideias de Vygotsky (1998), ao afirmar que a aprendizagem ocorre por meio das interações sociais.

Além disso, verificou-se que o desenvolvimento das habilidades socioemocionais contribuiu positivamente para a convivência escolar, estimulando comportamentos de cooperação, respeito e comunicação saudável entre os alunos.

O projeto "Desvendando as Emoções na Infância", voltado para alunos do 3º, 4º e 5º ano, demonstra que a escola é um espaço vital para a mediação cultural e socialização, indo além do ensino tradicional. A infância foi identificada como uma fase de sentimentos intensos, onde a falta de um repertório emocional adequado pode gerar isolamento ou agressividade, justificando a necessidade de intervenções planejadas.

As dinâmicas propostas (como os jogos com balões e os personagens de Divertida Mente) funcionam como ferramentas lúdicas que transformam conceitos abstratos em aprendizado prático, alinhando-se à teoria de Jean Piaget, que defende a construção do conhecimento através da interação ativa com o meio.

Sob as perspectivas de Henri Wallon e Lev Vygotsky, o projeto ganha sustentação ao validar as emoções como a primeira forma de comunicação da criança e ao entender que o desenvolvimento socioemocional ocorre primeiro no coletivo para depois ser internalizado pelo indivíduo. A passagem do egocentrismo infantil para a cooperação foi estimulada nas atividades de equipe, promovendo a empatia e o autocontrole sugeridos por Daniel Goleman como pilares da inteligência emocional.

Por fim, o estudo reconhece os desafios práticos, como o tempo de adaptação dos alunos às dinâmicas. Para superá-los, o estabelecimento de um vínculo afetivo inicial entre aplicadores e estudantes mostrou-se indispensável, provando que educar as emoções na infância exige sensibilidade, escuta ativa e acolhimento diante das tentativas de comunicação das crianças.

3. CONCLUSÃO

O projeto “Desvendando as Emoções na Infância” evidencia que a escola é um contexto

privilegiado para promover o desenvolvimento socioemocional de crianças dos anos iniciais. Ao articular fundamentação teórica sólida com práticas lúdicas e dialógicas — uso de personagens familiares, dinâmicas de identificação de emoções, atividades de pareamento e um “emocionário” institucional — a intervenção favoreceu: maior participação dos estudantes, ampliação do repertório de nomeação afetiva, avanço na empatia entre pares e fortalecimento das relações interpessoais em sala.

Os achados empíricos dialogam com os referenciais de Wallon, Piaget e Vygotsky, corroborando que emoções são organizadoras das interações e da aprendizagem, que a cooperação e o jogo são vias potentes de descentração e autorregulação, e que a mediação social constitui a base para a internalização de estratégias de manejo emocional. A perspectiva aplicada de Goleman ajuda a traduzir esses ganhos em competências observáveis — consciência de si, autocontrole, empatia e habilidades sociais — repercutindo positivamente na convivência escolar.

Apesar de desafios pontuais, como a timidez inicial e o tempo de adaptação às dinâmicas, a criação de um clima afetivo acolhedor e a modelagem explícita por parte dos aplicadores mostraram-se decisivas para o engajamento e a aprendizagem. Em síntese, investir em educação emocional na infância não é acessório: é componente estruturante do desenvolvimento integral, com efeitos concretos sobre o bem-estar, o desempenho acadêmico e a cultura de paz na escola.

Como desdobramentos, recomenda-se: a) continuidade curricular das práticas de alfabetização emocional; b) formação docente em mediação e autorregulação; c) consolidação de instrumentos de monitoramento qualitativo (registros no emocionário, observações de convivência) para acompanhar progressos; e d) articulação com as famílias, de modo a alinhar linguagem e estratégias entre escola e lar. Essas medidas tendem a sustentar, aprofundar e difundir os ganhos observados, consolidando uma pedagogia que reconhece, legitima e educa as emoções como parte essencial do aprender e do viver junto.

REFERÊNCIAS

FERREIRA, Fabiana Zanardo; VILLELA, Fábio Camargo Bandeira. **O desenvolvimento emocional infantil e o lúdico: a escola como espaço do brincar.** Colloquium Humanarum, v. 15, n. esp. 2, p. 420-424, dez. 2018. DOI: <https://doi.org/10.5747/ch.2018.v15.nesp2.001131>. Acesso em: 9 mar. 2026.

GOLEMAN, Daniel. **Inteligência emocional: a teoria revolucionária que redefine o que é ser inteligente.** Rio de Janeiro: Objetiva, 2012.

PIAGET, Jean. **A formação do símbolo na criança.** Rio de Janeiro: Zahar, 1976.

PIAGET, Jean. **A psicologia da criança.** Rio de Janeiro: Bertrand Brasil, 1998.

PIAGET, Jean. **A linguagem e o pensamento da criança.** 7. ed. São Paulo: Martins

Fontes, 1999. Disponível em: <https://ria.ufrn.br/jspui/handle/123456789/1225>. Acesso em: mar. 2026.

SANTOS, A. R.; SOUZA, K. B.; CORRÊA, A. P. P. **Inteligência emocional da criança na educação infantil. Revista Formadores: Vivências e Estudos**, Cachoeira, BA, v. 21, n. 3, p. 103- 114, jul./set. 2024. DOI: 10.25194/rf.v21i3.2132. Disponível em: <https://doi.org/10.25194/rf.v21i3.2132>. Acesso em: 3 mar. 2026.

STEINER, Claude; PERRY, Paul. **Educação emocional: um programa personalizado para desenvolver sua inteligência emocional.** 1. ed. Rio de Janeiro: Objetiva, 1998.

VYGOTSKY, Lev. **A formação social da mente.** 6. ed. São Paulo: Martins Fontes, 1998.

WALLON, Henri. **A evolução psicológica da criança.** 7. ed. São Paulo: Martins Fontes, 2007