

LIDANDO COM AS EMOÇÕES: PRÁTICA DOCENTE NA EDUCAÇÃO INFANTIL

AUTORES

Amanda Mariano Oliveira, Cleunice da Silva Sena Barroso, Daiane Ferreira da Costa, Endriw Matheus, Gabriel Henrique Ferreira dos Santos, Maria Clara Gouvêa da Silva, Maria Eduarda Barreto Brancalione.

ORIENTADOR(a)

Moacir Agulhó Junior - Docente do curso de Psicologia na Instituição União das Faculdades do Estado de Mato Grosso – Campus de Nova Mutum-MT (UNIFAMA)

INTRODUÇÃO

A educação infantil é um espaço fundamental para o desenvolvimento cognitivo, social e emocional das crianças. Nesse contexto, o professor exerce papel essencial no acolhimento das emoções, influenciando diretamente as relações em sala de aula e o processo de aprendizagem.

O projeto foi desenvolvido com professoras da CMEBI Lúcia Faccio Tasca, no município de Nova Mutum – MT, com o objetivo de promover reflexões sobre a saúde emocional docente e apresentar estratégias práticas de autorregulação emocional. A proposta contribui para o fortalecimento da prática pedagógica, a melhoria do clima escolar e o desenvolvimento socioemocional das crianças.

OBJETIVO

Fortalecer a prática docente na educação infantil por meio da promoção da consciência emocional e do desenvolvimento de estratégias de autorregulação, contribuindo para o bem-estar dos professores, a melhoria do clima escolar e o desenvolvimento socioemocional das crianças.

De forma específica, o projeto busca identificar as principais dificuldades emocionais enfrentadas pelos docentes, promover reflexões sobre as emoções no cotidiano escolar, apresentar ferramentas práticas como respiração consciente, pausa reflexiva e nomeação das emoções, além de incentivar o uso dessas estratégias na prática pedagógica e na vida pessoal dos professores.

METODOLOGIA

A pesquisa adotou abordagem qualitativa e caráter interventivo. Inicialmente, foi aplicado um questionário on-line para identificar percepções, dificuldades e estratégias relacionadas ao manejo das emoções no ambiente escolar.

Após a análise das respostas, realizou-se um encontro formativo com as docentes, contemplando roda de conversa, reflexão coletiva, dinâmica "Mochila Emocional" e apresentação de ferramentas práticas de autorregulação emocional, como respiração consciente, pausa reflexiva, nomeação das emoções e estratégias de autocuidado.

RESULTADOS



"Cuidar das emoções de quem educa é investir em uma educação mais humana, acolhedora e transformadora."

O projeto contou com a participação de 12 professoras da CMEBI Lúcia Faccio Tasca. Os dados mostraram que 91,7% afirmaram que suas emoções influenciam a prática docente, 100% percebem quando estão emocionalmente sobrecarregadas, 58,3% relataram estresse em situações de conflito com os alunos, 83,3% utilizam estratégias de regulação emocional e 100% acreditam que o equilíbrio emocional do professor influencia a aprendizagem das crianças.

Durante a intervenção, as professoras compartilharam experiências relacionadas às dificuldades no manejo das emoções dos alunos, à falta de ferramentas práticas para auxiliá-los na aprendizagem, além da sobrecarga de trabalho e das cobranças do cotidiano escolar. Esses fatores foram apontados como causas de desgaste emocional e redução do bem-estar docente.

A dinâmica “Mochila Emocional” promoveu momentos de escuta, acolhimento e reflexão sobre os desafios da prática docente. Estratégias como respiração consciente, pausa reflexiva e nomeação das emoções foram reconhecidas como recursos importantes para fortalecer o bem-estar dos professores.

Na questão aberta, as participantes destacaram a importância do apoio emocional, do diálogo e do acolhimento. As respostas reforçaram a necessidade de espaços de escuta e ações voltadas ao bem-estar docente, diante da sobrecarga de trabalho, das cobranças diárias e da falta de tempo para descanso.

Os relatos também evidenciaram que o cuidado emocional deve ser promovido pela instituição. Espaços permanentes de diálogo e acolhimento podem favorecer a troca de experiências, fortalecer vínculos e contribuir para um ambiente escolar mais saudável e acolhedor.

CONCLUSÃO

Conclui-se que o projeto contribuiu para ampliar a reflexão sobre a importância do cuidado emocional dos professores da educação infantil. A participação das docentes da CMEBI Lúcia Faccio Tasca evidenciou que as emoções influenciam diretamente a prática pedagógica, as relações em sala de aula e o processo de aprendizagem das crianças.

A intervenção possibilitou momentos de escuta, acolhimento e troca de experiências, favorecendo a identificação de dificuldades comuns, como sobrecarga, falta de apoio e necessidade de ferramentas práticas para o manejo emocional. Estratégias como respiração consciente, pausa reflexiva, nomeação das emoções e rodas de conversa mostraram-se importantes para fortalecer a autorregulação emocional e o bem-estar docente.

Investir em espaços de acolhimento, escuta ativa e formação emocional para professores contribui para uma educação mais humanizada, fortalecendo a prática pedagógica, melhorando o clima escolar e favorecendo o desenvolvimento socioemocional das crianças. Além disso, a ampliação de rodas de conversa e espaços permanentes de acolhimento pode favorecer a saúde mental dos educadores e fortalecer a qualidade do processo de ensino-aprendizagem.

BIBLIOGRAFIA

BISQUERRA, Rafael. Educação emocional e bem-estar. Barcelona: Praxis, 2003.

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

VYGOTSKY, Lev S. A formação social da mente. São Paulo: Martins Fontes, 1998.

WALLON, Henri. As origens do caráter na criança. Lisboa: Estampa, 1949.