



Colégio Santa Dorotéia

Entidade Mantenedora: Congregação de Santa Dorotéia do Brasil

Rua Chicago, 240 - Sion - Belo Horizonte/MG - CEP: 30315-520

Tel.: (31) 3285-2245 | Fax: 3285-2478

HABILIDADES SOCIOEMOCIONAIS: COMO ELAS PODEM SER DESENVOLVIDAS?

Desde que a inteligência emocional passou a ser compreendida como parte fundamental do desenvolvimento humano, sentimentos e emoções têm recebido a atenção de educadores, psicólogos e demais profissionais envolvidos nestas áreas.

Essas habilidades são exigidas cotidianamente nas mais diversas circunstâncias, integrando os processos relacionados a aprender, a conhecer, a ser, a conviver e a trabalhar. No livro “Uma questão de caráter” (Intrínseca, 272 págs.), o escritor e jornalista americano Paul Tough coloca que o sucesso no meio universitário não está ligado exclusivamente ao bom desempenho na escola, mas sim à manifestação de características como otimismo, resiliência e rapidez na socialização.

No entanto, embora essas sejam habilidades típicas do ser humano, é essencial que elas sejam estimuladas e trabalhadas ao longo de toda a vida. Por isso, torna-se essencial entender de que maneira essas habilidades podem incidir sobre a trajetória da carreira, assim como compreender suas possibilidades de desenvolvimento e aprimoramento.

As habilidades socioemocionais compreendem uma série de competências que os seres humanos possuem para lidar com suas emoções, gerenciar metas de vida e se relacionar com as outras pessoas. Essas habilidades abrangem o autoconhecimento, a empatia — capacidade para se colocar no lugar do outro —, o espírito colaborativo, a resiliência — capacidade de superar obstáculos bem como adaptar-se a mudanças e situações adversas.

Para ter dimensão da relevância das habilidades socioemocionais para a convivência na escola, na família, na sociedade, basta refletir rapidamente sobre o tipo de resposta e de comportamento que habitualmente temos diante de situações emocionalmente intensas ou complexas.

Se a pessoa tem habilidades socioemocionais satisfatoriamente desenvolvidas, ao invés de desperdiçar energia em uma circunstância negativa, poderá canalizá-la de maneira a ser capaz de contornar os efeitos dessa situação, não causando transtornos ao seu entorno e a si mesmo.

Há várias formas de possibilitar tal desenvolvimento, que geralmente envolvem o conhecimento sobre si mesmo, percepção do outro, análise das relações sociais, adequação a regras de conduta, identificação de emoções e bom senso.

A infância é, sem dúvida, a fase mais propícia para o desenvolvimento das habilidades socioemocionais, pois, é nessa etapa da vida que os seres humanos têm mais predisposição biopsicossocial e condições gerais de aprendizagem.

Por isso, é fundamental que essas capacidades sejam estimuladas desde muito cedo nas crianças, que já passarão a orientar suas ações e comportamentos com base nelas.

Dentre as ações trabalhadas na escola, em sala de aula com o trabalho cooperativo, respeito e compreensão da rotina do grupo, e a experiência coletiva que imprime ações que possibilitam o desenvolvimento das habilidades socioemocionais, temos ainda, os projetos do SOE (Serviço de Orientação Educacional) que juntamente com os professores de todas as áreas, colaboram para desenvolver durante todo ano, momentos de vivência e reflexão que auxiliarão no desenvolvimento dessas habilidades:

- 1º Ano – Eu com o outro

Com o objetivo de desenvolver o autoconhecimento, o projeto oferece atividades que ajudam as crianças a refletir e ter contato com experiências que favoreçam o conhecimento de suas emoções e de como irão lidar e modular seu comportamento junto ao outro.

- 2º Ano – Conversando com minhas emoções

Com o objetivo de favorecer e reconhecer as emoções e sentimentos que todo ser humano sente, o projeto viabiliza através de “conversas” sobre seus sentimentos, emoções e comportamentos, com a intenção de mostrar as possíveis consequências de cada uma de suas atitudes. O diálogo é também importante para apontar boas práticas de conduta e relacionamento com os outros, sempre visando ao bem-estar de todos.

- 3º Ano – Modos e maneiras

As próprias vivências afetivas e experiências sociais também fazem com que a pessoa aprenda a lidar com suas emoções, de maneira a descobrir formas mais satisfatórias de manejá-las.

Texto adaptado por Elizeth Silva

Referência bibliográfica

- O que é educação para o século 21
Disponível em: <<http://porvir.org/especiais/socioemocionais/>>
- Habilidades socioemocionais: como elas impactam no futuro?
Disponível em: <<https://escoladainteligencia.com.br/habilidades>>