



26 • Especial • Brasília, domingo, 22 de outubro de 2023 • CORREIO BRAZILIENSE

Foco nas emoções e no bem-estar

Busca de escolas por soluções voltadas para a educação socioemocional cresceu três vezes em 2023, revela levantamento feito pela Educa. Especialistas detalham como lidar com os sentimentos no contexto escolar

CECILIA SÓTER

A rotina de trabalho de mães e de pais, os resquícios da pandemia e a tecnologia inserida no dia a dia dos jovens, geraram um alerta em relação à saúde mental de crianças e de adolescentes em todo o país. A educação, como parte essencial da vida, deve levar em consideração essa bagagem emocional dos estudantes, que se refletirá na vida adulta. O trabalho com competências socioemocionais, que visa a promoção de saúde mental nas escolas, está previsto inclusive na Base Nacional Comum Curricular (BNCC).

Segundo um levantamento realizado pela Educa — edtech com foco em soluções para o ensino de competências socioemocionais em crianças e jovens no Brasil —, a procura das escolas por soluções voltadas para a educação socioemocional cresceu 316% no primeiro semestre de 2023. Entre janeiro e junho, 250 instituições de ensino buscaram adicionar os estudos socioemocionais em sua grade curricular, enquanto no mesmo período de 2022, apenas 60 colégios sinalizaram esse interesse.

O educador Rossandro Klinjey, psicólogo e embaixador e cofundador da Educa,

avalia que as crianças e adolescentes que trabalham as competências socioemocionais são pessoas mais apaziguadas e conseguem render mais nas outras disciplinas.

“Alguém que está apaziguado, que não está se sentindo mal, que se aceita, que se respeita, que sabe dizer não, tem foco para estudar. Quando você não lida com essas questões, essas emoções, elas dificultam a sua capacidade, inclusive de se concentrar nas disciplinas essenciais para conquistar esses vestibulares concorridos que as famílias desejam que os filhos alcancem”, destaca.

Conceitos relacionados

A psicopedagoga e neuropsicóloga Tereza Pita destaca que a saúde mental e as habilidades socioemocionais são conceitos relacionados, mas distintos. Enquanto a saúde mental se concentra no estado psicológico e emocional de uma pessoa, as habilidades socioemocionais se concentram nas competências que uma pessoa tem para lidar com suas próprias emoções e interagir com os outros de maneira eficaz.

“A saúde mental está mais associada à presença ou ausência de condições psicológicas, como transtornos de

ansiedade ou à depressão, enquanto as habilidades socioemocionais são aquelas que podem ser desenvolvidas para melhorar a qualidade das interações sociais e o bem-estar emocional”, explica Pita.

Ela pontua, no entanto, que a saúde mental e as habilidades socioemocionais estão interconectadas: “Uma boa saúde mental pode proporcionar a base necessária para desenvolver habilidades socioemocionais sólidas. Ambos os aspectos são fundamentais para o bem-estar geral de uma pessoa”.

Tereza avalia que trabalhar a saúde mental na escola é de extrema importância, tendo em vista que essa prática é cada vez mais reconhecida como fundamental para o bem-estar e o desenvolvimento dos estudantes. “Abordar a saúde mental contribui para um ambiente escolar mais positivo. Nele, os alunos deverão conhecer o conceito de saúde mental e seus pré-requisitos básicos”, explica a especialista (veja quadro).

Parceria

Para a gastrônoma Jamileh Foitzik Bdawi de Vargas Garcia, 46 anos, mãe da pequena Malu, 9, estudante do 3º ano do ensino

fundamental, a escola tem um papel muito importante para o desenvolvimento socioemocional da filha. Ela acredita que a parceria entre escola e família é a fórmula perfeita para o desenvolvimento da criança. “A Malu tem uma mediadora de apoio na escola e, antes dela, a socialização era bem mais complicada. Foi a equipe pedagógica que percebeu essa necessidade para o melhor desempenho dela, tanto na parte emocional quanto na parte pedagógica de ensino”, relembra.

Jamileh conta que em casa, Malu vive uma rotina que raramente é quebrada, com atividades diárias de estudo e trabalhos. “Mas também é reservado um tempo para descanso e atividades de lazer”, pontua. A estudante também faz atividades extracurriculares na própria escola, incentivadas pela instituição. “Isso contribui muito para que Malu mantenha o seu emocional em equilíbrio”, destaca a mãe.

A especialista Tereza Pita confirma que a educação socioemocional desempenha um papel importante na promoção da saúde mental na escola: “Ela contribui de várias maneiras para o bem-estar emocional dos alunos e para a criação de um ambiente escolar mais saudável”.

Marcelo Ferreira/CB/D.A. Press



Jamileh Foitzik, mãe de Malu, prioriza o desenvolvimento socioemocional da filha



Alguém que está apaziguado, que não está se sentindo mal, que se aceita, que se respeita, que sabe dizer não, tem foco para estudar”

Rossandro Klinjey, psicólogo e embaixador e cofundador da Educa