

Educação Socioemocional

LIZ HERMANN



Conceito

A Educação Socioemocional (em inglês, SEL – Social Emotional Learning) é o processo através do qual os alunos aprendem, dentro do currículo escolar, a refletir e efetivamente aplicar conhecimentos e atitudes necessários ao longo da vida escolar, educando os corações, inspirando mentes, materializando projetos e contribuindo para a transformação desses estudantes pela educação.
Revista Educação

O que é
necessário para
termos bons
relacionamentos?




Valores

Solidariedade, amizade,
responsabilidade, colaboração, empatia,
organização, ética, cidadania,
honestidade.



Pilares

Os pilares que apoiam a educação socioemocional incluem autoconhecimento, autogerenciamento, tomada responsável de decisões, habilidades de relacionamento e consciência social.





Estratégias Básicas



Comece o dia com um check-in


Estabeleça como objetivo começar todos os dias com uma conexão pessoal. Não precisa ser um procedimento demorado ou elaborado.

Pode ser tão simples quanto dar uma calorosa saudação para dar as boas-vindas a cada pessoa que chegar na classe.



Use histórias como momento de aprendizado

A leitura em voz alta é a ferramenta perfeita para explorar temas socioemocionais com sua classe. E não são apenas para crianças pequenas, há muitos livros de figuras lindas com temas e vocabulário complexos que as crianças mais velhas também vão adorar.






Estabeleça um cantinho da paz

Crie um local especial em sua sala de aula para as crianças fazerem uma pausa quando estiverem chateadas, com raiva ou precisarem se acalmar. Esse espaço deve ter uma atmosfera pacífica e pode incluir travesseiros confortáveis, fones de ouvido com cancelamento de ruído, um aquário, material de diário, imagens que acalmam ou livros sobre paz.




Pratique dramatizações

Às vezes, você precisa se colocar no lugar de outra pessoa para realmente entender uma situação. Dedicar tempo para representar situações difíceis ou perturbadoras que aparecem na sua sala de aula ajuda as crianças a desenvolverem empatia e a entenderem os sentimentos de outras pessoas.



granularidade
emocional



Currículo



Módulo 1: Reconhecendo Emoções

Objetivo: reconhecer, nomear e entender emoções.

- Segunda-feira: Reconhecendo emoções em fotos.
- Terça-feira: Nomeando emoções ouvindo relatos curtos.
- Quarta-feira: Entendendo a razão por trás das emoções através da narração de histórias (use perguntas com porque).
- Quinta-feira: Nomeie emoções vendo fotos de situações.
- Sexta-feira: Compartilhe situações da vida cotidiana em casa para descrever as emoções relacionadas a esses eventos.



Módulo 2: Estratégias Calmantes


Objetivo: aprender sobre estratégias calmantes e descobrir a melhor para cada aluno.




- Segunda-feira: Aprender sobre maneiras de lidar com emoções desafiadoras (o que fazer quando se sente de uma certa maneira).
- Terça-feira: Aprender sobre diferentes estratégias de enfrentamento ou calmante (usando cartas de estratégia calmantes).
- Quarta-feira: Sugerir estratégias calmantes para as emoções apresentadas através da narração de histórias.
- Quinta-feira: Descobrir a melhor estratégia calmante para cada criança através de casos hipotéticos (se isso ou aquilo acontece, onde e como você se acalmaria).
- Sexta-feira: Compartilhar situações da vida cotidiana em casa para definir estratégias calmantes apropriadas.



Módulo 3: Consolidação

Objetivo: consolidar os conceitos e estratégias aprendidas.

- Faça o check-in todas as manhãs/tardes quando os alunos entrarem no espaço de aprendizado.
 - Use cartões de check-in de emoções quando a criança lida com emoções desafiadoras (pode não ser o ideal para birras).
 - Em caso de birras ou crise, leve a criança a um local ou atividade relaxante.
 - Incorporação de um segundo currículo utilizado uma ou mais vezes por semana na primeira parte do dia.
- 



A beleza do
mundo está na
diversidade

