EDUCAÇÃO EMOCIONAL NA ADOLESCÊNCIA: um relato de experiência

Anna Júlia Prado da Paz[1]
Luiza Beatriz Lira Oliveira[2]
Marcela Marques[3]
Paola Borém Duarte Martins[4]
Delaine de Sousa Silva Alvares[5]

RESUMO

Este relato de experiência apresenta o projeto “Perspectivas: Educação Emocional na Adolescência”, desenvolvido com base nas disciplinas de Psicologia Comunitária, Teorias e Técnicas Aplicadas em Dinâmicas de Grupo e Desenvolvimento Humano: Adolescência. A proposta teve como objetivo promover a reflexão sobre as relações interpessoais e a expressão emocional entre adolescentes, utilizando a Dinâmica do Sociograma como instrumento de observação e integração grupal.A atividade foi aplicada em uma turma da 1ª série do Ensino Médio do Colégio JR, em Goiânia, no período matutino, composta por aproximadamente dezessete alunos, majoritariamente do sexo feminino. A metodologia adotada foi qualitativa e observacional, com duração média de trinta minutos, priorizando a escuta sensível, a cooperação e o respeito aos vínculos afetivos já estabelecidos no grupo. Durante a execução, os adolescentes demonstraram envolvimento, participação ativa e disposição para o diálogo, favorecendo o fortalecimento das interações e a expressão de sentimentos. Optou-se por não divulgar publicamente os nomes mais citados na dinâmica, a fim de evitar situações de exclusão, especialmente em casos de isolamento social, o que reforçou o compromisso ético com a inclusão e o bem-estar emocional dos participantes.Conclui-se que a experiência contribuiu significativamente para o desenvolvimento da educação emocional no contexto escolar, evidenciando o potencial das dinâmicas de grupo como recursos que promovem autoconhecimento, empatia, respeito mútuo e fortalecimento dos laços sociais durante a adolescência.

Palavras- chave: Adolescência; Desenvolvimento; Educação Emocional.

[1] Discente do Curso de Psicologia pelo Centro Universitário Universo Goiânia.
[2] Discente do Curso de Psicologia pelo Centro Universitário Universo Goiânia.
[3] Discente do Curso de Psicologia pelo Centro Universitário Universo Goiânia.
[4] Discente do Curso de Psicologia pelo Centro Universitário Universo Goiânia.
[5] Docente do Curso de Psicologia do Centro Universitário Universo Goiânia.