SEVEN
EDITORA
2026

EDUCAÇÃO SOCIOEMOCIONAL NA ESCOLA CONTEMPORÂNEA:

DESENVOLVENDO COMPETÊNCIAS PARA A VIDA E PARA A APRENDIZAGEM

- AUTOCONSCIÊNCIA
- AUTOGESTÃO
- EMPATIA
- COMUNICAÇÃO
- RELACIONAMENTOS SAUDÁVEIS
- RESILIÊNCIA



AUTOR:
Jhiones de Arruda Mazeto

EDITORA-CHEFE
Profª Me. Isabele de Souza Carvalho

EDITOR-EXECUTIVO
Nathan Albano Valente

AUTOR DO LIVRO
Jhiones de Arruda Mazeto

PRODUÇÃO EDITORIAL
Seven Publicações Ltda

EDIÇÃO DE ARTE
Evellyn Thais de Souza

EDIÇÃO DE TEXTO
Stephanie Caroline Meyer de Quadros

BIBLIOTECÁRIA
Bruna Heller

IMAGENS DE CAPA
Evellyn Thais de Souza

2026 by Seven Editora
Copyright © Seven Editora
Copyright do Texto © 2026 Os Autores
Copyright da Edição © 2026 Seven Editora

O conteúdo do texto e seus dados em sua forma, correção e confiabilidade são de responsabilidade exclusiva dos autores, inclusive não representam necessariamente a posição oficial da Seven Publicações Ltda. Permitido o download da obra e o compartilhamento desde que sejam atribuídos créditos aos autores, mas sem a possibilidade de alterá-la de nenhuma forma ou utilizá-la para fins comerciais.

Todos os manuscritos foram previamente submetidos à avaliação cega pelos pares, membros do Conselho Editorial desta Editora, tendo sido aprovados para a publicação com base em critérios de neutralidade e imparcialidade acadêmica.

A Seven Publicações Ltda é comprometida em garantir a integridade editorial em todas as etapas do processo de publicação, evitando plágio, dados ou resultados fraudulentos e impedindo que interesses financeiros comprometam os padrões éticos da publicação.
Situações suspeitas de má conduta científica serão investigadas sob o mais alto padrão de rigor acadêmico e ético.

O conteúdo deste Livro foi enviado pelos autores para publicação de acesso aberto, sob os termos e condições da Licença de Atribuição Creative Commons 4.0 Internacional

CONSELHO EDITORIAL

EDITORA-CHEFE

Prof. Me. Isabele de Souza Carvalho

CONSELHO EDITORIAL

Adriana Barni Truccolo - Universidade Estadual do Rio Grande do Sul
Adriana Barretta Almeida - Universidade Federal do Paraná
Alessandre Gomes de Lima - Faculdade de Medicina da Universidade do Porto
Anderson Nunes da Silva - Universidade Federal do Norte do Tocantins
Antonio da Costa Cardoso Neto - Universidade de Flores, Buenos Aires
Antônio Alves de Fontes-Júnior - Universidade Cruzeiro do Sul
Ariane Fernandes da Conceição - Universidade Federal do Triângulo Mineiro
Arnaldo Oliveira Souza Júnior - Universidade Federal do Piauí, CEAD
Caio Vinicius Efigenio Formiga - Pontifícia Universidade Católica de Goiás
Charles Henrique Andrade de Oliveira - Universidade de Pernambuco
Egas José Armando - Universidade Eduardo Mondlane, Moçambique
Inaldo Kley do Nascimento Moraes - Universidade Estadual do Sudoeste da Bahia
Irlane Maia de Oliveira - Universidade Federal de Mato Grosso
Janyel Trevisol - Universidade Federal de Santa Maria
Jorge Fernando Silva de Menezes - Universidade de Aveiro
Jorge Luís Pereira Cavalcante - Fundação Universitária Iberoamericana
Kleber Farinazo Borges - Universidade de Brasília
Luiz Gonzaga Lapa Junior - Universidade de Brasília
Mara Lucia da Silva Ribeiro - Universidade Federal de São Paulo
Marcelo Silva de Carvalho - Universidade Federal de Alfenas
Marcos Garcia Costa Morais - Universidade Estadual da Paraíba
Maria Gorete Valus - Universidade Estadual de Campinas
Mônica Maria de Almeida Brainer - Instituto Federal de Goiás, Campus Ceres
Moacir Silva de Castro - Pontifícia Universidade Católica de São Paulo
Paulo Roberto Duailibe Monteiro - Universidade Federal Fluminense
Pedro Henrique Ferreira Marçal - Universidade Vale do Rio Doce
Rafael Braga Esteves - Universidade de São Paulo
Telma Regina Stroparo - Universidade Estadual de Ponta Grossa
Valéria Raquel Alcantara Barbosa - Fundação Oswaldo Cruz
Wanderson Santos de Farias - Universidade do Desenvolvimento Sustentável
Yuni Saputri M.A - Universidade Nalanda, Índia

SEVEN EDITORA

Dados Internacionais de Catalogação na Publicação (CIP)
(Câmara Brasileira do Livro, SP, Brasil)

M476e
Mazeto, Jhiones de Arruda.
Educação Socioemocional na Escola Contemporânea : Desenvolvendo Competências para a Vida e para a Aprendizagem [recurso eletrônico] / Jhiones de Arruda Mazeto. – São José dos Pinhais, PR: Editora Seven, 2026.
Dados eletrônicos (1 PDF).

Inclui bibliografia.
ISBN 978-65-6109-504-4

1. Educação. 2. Competências. 3. Aprendizagem. I. Título.

CDU 37

Bruna Heller - Bibliotecária - CRB10/2348

Índices para catálogo sistemático:

1 Educação 37

DOI: 10.56238/livrosindi2026143-001

Seven Publications Company
CNPJ: 43.789.355/0001-14
editora@sevenevents.com.br
São José dos Pinhais/PR

PREFÁCIO

Este livro propõe uma reflexão sobre os desafios da educação contemporânea. Em um mundo caracterizado por rápidas transformações sociais, avanços tecnológicos constantes, mudanças nas relações humanas e ampliação do acesso à informação, a escola passou a desempenhar um papel que vai muito além da transmissão de conhecimentos acadêmicos. Formar estudantes capazes de compreender conteúdos curriculares continua sendo uma missão essencial, mas já não é suficiente para responder às demandas da sociedade atual. Torna-se necessário promover uma educação que considere o ser humano em sua totalidade, contemplando aspectos cognitivos, sociais, emocionais e éticos. Nesse contexto, a educação socioemocional emerge como uma das dimensões mais importantes da formação humana e da prática educativa. Durante muitos anos, os sistemas educacionais concentraram seus esforços principalmente no desenvolvimento intelectual dos estudantes. O sucesso escolar era frequentemente medido pelo desempenho em provas, pela memorização de conteúdos e pelos resultados obtidos em avaliações. Embora esses aspectos continuem sendo relevantes, pesquisas realizadas nas áreas da Psicologia, da Educação e das Neurociências têm demonstrado que as emoções exercem profunda influência sobre os processos de aprendizagem, sobre o comportamento humano e sobre a capacidade de estabelecer relações saudáveis com outras pessoas. A crescente preocupação com a saúde emocional de crianças e adolescentes tem evidenciado a necessidade de fortalecer a educação socioemocional nas instituições de ensino. Questões como ansiedade, insegurança, dificuldades de relacionamento, baixa autoestima, violência, intolerância e problemas relacionados à convivência escolar têm se tornado cada vez mais frequentes. Muitos estudantes enfrentam desafios emocionais que impactam diretamente seu desempenho acadêmico e sua qualidade de vida. Diante dessa realidade, a escola é chamada a assumir papel ativo na promoção do bem-estar emocional e na construção de ambientes educativos acolhedores, seguros e humanizados.

A educação socioemocional não deve ser compreendida como uma disciplina isolada ou como um conjunto de atividades complementares ao currículo. Trata-se de uma perspectiva educativa que atravessa todas as áreas do conhecimento e todas as relações estabelecidas no ambiente escolar. Seu objetivo é desenvolver competências que permitam aos estudantes compreender e gerenciar suas emoções, estabelecer relações positivas, tomar decisões responsáveis, lidar com desafios e construir projetos de vida significativos. Essas competências são fundamentais não apenas para o sucesso acadêmico, mas também para a formação de cidadãos conscientes, autônomos e comprometidos com a construção de uma sociedade mais justa e solidária. A Base Nacional Comum Curricular (BNCC) reforça essa compreensão ao destacar a formação integral como um dos princípios fundamentais da educação brasileira. O documento reconhece que o desenvolvimento de competências cognitivas deve caminhar juntamente com o fortalecimento das competências socioemocionais, valorizando aspectos como empatia, cooperação, responsabilidade, autonomia, respeito às diferenças e

capacidade de resolver conflitos. Dessa forma, a educação socioemocional deixa de ocupar posição secundária e passa a integrar os objetivos centrais do processo educativo. Nesse cenário, professores, gestores e famílias assumem responsabilidades compartilhadas na formação socioemocional dos estudantes. A escola, entretanto, possui papel privilegiado por constituir um espaço de convivência diária, onde crianças e adolescentes vivenciam experiências, estabelecem relações e enfrentam desafios que contribuem para seu crescimento pessoal e social. Cada interação, cada atividade pedagógica e cada experiência de aprendizagem podem tornar-se oportunidades para o desenvolvimento de competências socioemocionais. Ao mesmo tempo, torna-se importante reconhecer que a educação socioemocional não beneficia apenas os estudantes. Professores e demais profissionais da educação também são impactados pelas demandas emocionais presentes no ambiente escolar. O desenvolvimento de competências como empatia, equilíbrio emocional, comunicação assertiva e capacidade de resolução de conflitos contribui para a construção de relações mais saudáveis e para o fortalecimento do trabalho educativo. A promoção do bem-estar emocional deve ser compreendida como compromisso de toda a comunidade escolar. A presente obra foi elaborada com o objetivo de refletir sobre a importância da educação socioemocional na escola contemporânea e suas contribuições para a formação humana e para a aprendizagem. Ao longo dos capítulos, serão discutidos os fundamentos da educação socioemocional, as principais competências necessárias ao desenvolvimento dos estudantes, os desafios relacionados à saúde emocional e à convivência escolar, bem como a relação entre competências socioemocionais, aprendizagem e projeto de vida. Mais do que apresentar conceitos teóricos, este livro busca promover reflexões sobre a necessidade de construir práticas educativas que valorizem o ser humano em sua integralidade. Em uma época marcada por profundas transformações e por inúmeros desafios sociais e emocionais, investir na educação socioemocional representa investir na formação de indivíduos mais conscientes de si mesmos, mais preparados para conviver com os outros e mais capazes de enfrentar as complexidades da vida contemporânea. Que as reflexões apresentadas nesta obra possam contribuir para fortalecer o compromisso da escola com a formação integral dos estudantes e inspirar educadores a desenvolver práticas pedagógicas que promovam não apenas a aprendizagem acadêmica, mas também o desenvolvimento humano, emocional e social. Afinal, educar é muito mais do que ensinar conteúdos; é ajudar a formar pessoas capazes de compreender a si mesmas, relacionar-se de forma respeitosa com os outros e construir caminhos de realização pessoal e coletiva.

AUTOR DO LIVRO

JHIONES DE ARRUDA MAZETO

Jhiones de Arruda Mazeto é professor efetivo da Rede Municipal de Ensino de Rondonópolis e da Rede Estadual de Ensino de Mato Grosso, atuando há mais de 12 anos na Educação Básica. Possui sólida formação acadêmica, com Licenciaturas Plenas em Pedagogia, Filosofia, Sociologia, História, Geografia, Ciências da Religião, Educação Especial, Letras – Português, Artes Visuais e Educação Física, evidenciando sua trajetória marcada pela busca constante de conhecimentos e pelo compromisso com a educação de qualidade. É especialista nas áreas de Administração, Coordenação e Supervisão Escolar; Psicopedagogia Clínica e Institucional; Atendimento Educacional Especializado; Ensino de Filosofia e Ciências Sociais; Ensino de Geografia; Ensino de Língua Portuguesa; Arte e Educação; Alfabetização e Letramento; Antropologia e Fundamentos da Educação Social; Fundamentos Jurídicos da Educação e Gestão Escolar, consolidando uma formação multidisciplinar voltada ao fortalecimento dos processos de ensino e aprendizagem. Ao longo de sua carreira, tem desenvolvido um trabalho pautado na valorização das práticas pedagógicas, na promoção da aprendizagem significativa e na formação integral dos estudantes. Sua experiência profissional abrange tanto a atuação docente quanto a gestão educacional, destacando-se pela liderança, organização e comprometimento com os resultados educacionais. Atualmente, exerce a função de Coordenador Pedagógico, contribuindo para o planejamento, acompanhamento e avaliação das ações pedagógicas, bem como para a formação continuada dos professores e o fortalecimento da qualidade do ensino. Sua trajetória profissional reflete o compromisso com a educação pública, a inovação pedagógica e a construção de ambientes escolares cada vez mais inclusivos, democráticos e voltados ao desenvolvimento humano e social.

SUMÁRIO

CAPÍTULO 1.....8
EDUCAÇÃO SOCIOEMOCIONAL: FUNDAMENTOS E IMPORTÂNCIA PARA A FORMAÇÃO HUMANA

CAPÍTULO 2.....12
COMPETÊNCIAS SOCIOEMOCIONAIS E O DESENVOLVIMENTO DOS ESTUDANTES

CAPÍTULO 3.....16
COMUNICAÇÃO, CONFIANÇA E PARCERIAS ENTRE ESCOLA E FAMÍLIA

CAPÍTULO 4.....20
EDUCAÇÃO SOCIOEMOCIONAL, APRENDIZAGEM E PROJETO DE VIDA

REFERÊNCIAS.....23

SEVEN EDITORA

CAPÍTULO 1:
EDUCAÇÃO SOCIOEMOCIONAL: FUNDAMENTOS E IMPORTÂNCIA PARA A FORMAÇÃO HUMANA

A educação sempre esteve relacionada ao desenvolvimento humano e à preparação dos indivíduos para a vida em sociedade. Entretanto, durante muito tempo, os sistemas educacionais concentraram seus esforços principalmente na transmissão de conhecimentos acadêmicos e no desenvolvimento das capacidades intelectuais dos estudantes. Embora essas dimensões sejam fundamentais, elas não representam a totalidade da formação humana. As emoções, os sentimentos, os valores e as habilidades de relacionamento exercem papel decisivo na maneira como as pessoas aprendem, convivem e constroem suas trajetórias pessoais e profissionais. Nesse contexto, a educação socioemocional surge como uma proposta que busca ampliar a compreensão sobre o processo educativo e promover uma formação mais integral dos estudantes.

A educação socioemocional fundamenta-se na compreensão de que aprender envolve não apenas aspectos cognitivos, mas também dimensões emocionais e sociais. O desenvolvimento humano ocorre por meio da interação entre pensamento, emoção e experiência, tornando impossível separar completamente essas dimensões. Quando uma criança aprende, ela não mobiliza apenas sua capacidade intelectual; mobiliza também sentimentos, expectativas, interesses, motivações e experiências que influenciam diretamente sua aprendizagem. Dessa forma, compreender o papel das emoções torna-se essencial para entender os processos educativos e promover experiências de aprendizagem mais significativas.

A compreensão da relação entre emoções e aprendizagem tem sido fortalecida por diferentes áreas do conhecimento, especialmente pela Psicologia, pela Educação e pelas Neurociências. Estudos demonstram que fatores emocionais influenciam diretamente a atenção, a memória, a motivação e a capacidade de resolver problemas. Quando os estudantes se sentem seguros, acolhidos e emocionalmente equilibrados, apresentam maiores condições de participar das atividades escolares, enfrentar desafios e construir novos conhecimentos. Por outro lado, situações de medo, ansiedade excessiva, insegurança ou estresse podem dificultar significativamente os processos de aprendizagem.

Nesse sentido, a educação socioemocional busca desenvolver competências que permitam aos indivíduos compreender suas emoções, regular seus comportamentos,

estabelecer relações saudáveis e tomar decisões responsáveis. Essas competências não surgem espontaneamente, mas são construídas ao longo da vida por meio das experiências familiares, sociais e escolares. A escola, por sua natureza educativa, possui papel fundamental nesse processo, uma vez que constitui espaço privilegiado de convivência e interação humana.

Entre os principais fundamentos da educação socioemocional encontra-se o conceito de inteligência emocional, amplamente difundido por Daniel Goleman. Segundo essa perspectiva, o sucesso pessoal e profissional não depende exclusivamente da inteligência cognitiva ou do desempenho acadêmico. A capacidade de reconhecer emoções, controlar impulsos, lidar com frustrações, demonstrar empatia e construir relacionamentos saudáveis exerce influência significativa na vida das pessoas. Dessa forma, desenvolver habilidades emocionais torna-se tão importante quanto adquirir conhecimentos científicos ou dominar conteúdos curriculares.

As contribuições de Henri Wallon também desempenham papel importante na compreensão da educação socioemocional. Para Wallon, emoção e cognição são dimensões inseparáveis do desenvolvimento humano. O autor argumenta que as emoções constituem uma das primeiras formas de interação da criança com o mundo e exercem influência decisiva sobre sua construção intelectual. Essa visão rompe com concepções tradicionais que separavam razão e emoção, destacando a necessidade de considerar o estudante em sua integralidade.

Da mesma forma, Lev Vygotsky contribuiu significativamente para a compreensão da relação entre desenvolvimento humano e interação social. Embora seja amplamente reconhecido por suas contribuições ao estudo da aprendizagem, Vygotsky também enfatizou a importância das dimensões afetivas e sociais no desenvolvimento dos indivíduos. Para ele, a aprendizagem ocorre por meio das interações estabelecidas com outras pessoas e com o ambiente cultural. Essa perspectiva reforça a importância da escola como espaço de convivência e construção coletiva do conhecimento.

Paulo Freire, por sua vez, defendeu uma educação humanizadora baseada no diálogo, no respeito e na valorização das experiências dos educandos. Embora não utilizasse especificamente o termo educação socioemocional, suas ideias estão profundamente relacionadas à valorização das dimensões humanas da aprendizagem. Para Freire, educar envolve reconhecer o estudante como sujeito de sua própria história, capaz de pensar, sentir, dialogar e transformar a realidade. Essa visão amplia a compreensão da

educação para além dos conteúdos curriculares e reforça a importância da formação integral.

A escola contemporânea enfrenta desafios que tornam a educação socioemocional ainda mais necessária. O avanço das tecnologias digitais, as mudanças nas relações familiares, a exposição constante às redes sociais e o aumento das pressões acadêmicas têm impactado significativamente o desenvolvimento emocional de crianças e adolescentes. Muitos estudantes convivem com sentimentos de ansiedade, insegurança, baixa autoestima e dificuldades de relacionamento que interferem diretamente em seu desempenho escolar e em seu bem-estar.

Além disso, situações relacionadas à violência, ao preconceito, ao bullying e à intolerância continuam presentes em muitos contextos escolares. Esses fenômenos evidenciam a necessidade de fortalecer competências como empatia, respeito, cooperação e resolução pacífica de conflitos. A educação socioemocional apresenta-se como importante estratégia para enfrentar esses desafios e promover ambientes escolares mais acolhedores, inclusivos e democráticos.

É importante destacar que a educação socioemocional não deve ser entendida como substituição do ensino dos conteúdos acadêmicos. Pelo contrário, ela complementa e fortalece os processos de aprendizagem. Quando os estudantes desenvolvem competências socioemocionais, tornam-se mais capazes de organizar seus estudos, persistir diante das dificuldades, trabalhar em equipe e assumir responsabilidades pelo próprio aprendizado. Dessa forma, o desenvolvimento emocional contribui diretamente para o sucesso acadêmico.

A Base Nacional Comum Curricular reconhece essa relação ao estabelecer competências gerais que articulam conhecimentos, habilidades, atitudes e valores. O documento enfatiza a necessidade de promover o autoconhecimento, a empatia, a cooperação, a responsabilidade e o exercício da cidadania. Essas competências refletem a compreensão de que a educação deve preparar os estudantes não apenas para avaliações e exames, mas também para a vida em sociedade e para os desafios do século XXI.

Outro aspecto fundamental refere-se ao papel dos professores no desenvolvimento socioemocional dos estudantes. Os educadores não são apenas transmissores de conhecimentos; são mediadores de experiências humanas que influenciam profundamente a formação dos alunos. A maneira como acolhem, escutam, orientam e estabelecem relações no ambiente escolar pode favorecer o desenvolvimento de competências emocionais importantes para a vida dos estudantes.

Por essa razão, torna-se necessário que os próprios profissionais da educação desenvolvam competências socioemocionais. O equilíbrio emocional, a empatia, a capacidade de diálogo e a gestão dos conflitos são elementos que contribuem para a construção de ambientes educativos mais saudáveis. Professores emocionalmente preparados possuem maiores condições de enfrentar os desafios da profissão e de estabelecer relações positivas com seus estudantes.

A participação da família também exerce influência significativa no desenvolvimento socioemocional. Os primeiros vínculos afetivos são construídos no ambiente familiar e contribuem para a formação da identidade, da autoestima e das habilidades sociais das crianças. Quando escola e família estabelecem relações de parceria, ampliam-se as possibilidades de promover o desenvolvimento integral dos estudantes e fortalecer as competências necessárias para a vida.

A educação socioemocional está diretamente relacionada à formação de cidadãos mais conscientes, responsáveis e capazes de conviver em uma sociedade plural e democrática. Em um mundo marcado por rápidas mudanças e por desafios cada vez mais complexos, torna-se indispensável desenvolver habilidades que permitam aos indivíduos compreender suas emoções, respeitar as diferenças e construir relações baseadas na cooperação e no diálogo.

Ao considerar a importância das emoções no desenvolvimento humano e na aprendizagem, a educação amplia seu significado e reafirma seu compromisso com a formação integral dos estudantes. Mais do que preparar indivíduos para o mercado de trabalho ou para avaliações acadêmicas, a escola é chamada a contribuir para a construção de pessoas capazes de viver com equilíbrio, responsabilidade e sensibilidade diante das demandas da vida contemporânea.

Dessa forma, a educação socioemocional consolida-se como uma dimensão essencial da prática educativa. Seu fortalecimento representa um passo importante na construção de escolas mais humanas, inclusivas e comprometidas com o desenvolvimento pleno dos estudantes. Reconhecer a importância das emoções não significa diminuir o valor dos conhecimentos acadêmicos, mas compreender que aprender e viver são processos profundamente interligados, nos quais razão e emoção caminham juntas na formação de cada indivíduo.

CAPÍTULO 2:
COMPETÊNCIAS SOCIOEMOCIONAIS E O DESENVOLVIMENTO DOS ESTUDANTES

A compreensão da importância das emoções para a aprendizagem e para o desenvolvimento humano levou educadores e pesquisadores a aprofundarem os estudos sobre as competências socioemocionais. Essas competências representam um conjunto de habilidades, atitudes e valores que permitem aos indivíduos compreender a si mesmos, relacionar-se de forma positiva com outras pessoas, lidar com desafios, tomar decisões responsáveis e atuar de maneira ética na sociedade. No contexto escolar, seu desenvolvimento tem se mostrado cada vez mais relevante, pois contribui não apenas para a melhoria da aprendizagem, mas também para a formação integral dos estudantes e para a construção de ambientes educativos mais saudáveis e acolhedores.

As competências socioemocionais estão presentes em diferentes situações da vida cotidiana. Elas influenciam a forma como as pessoas enfrentam dificuldades, administram emoções, resolvem conflitos, estabelecem relacionamentos e fazem escolhas. Diferentemente dos conhecimentos acadêmicos, que geralmente estão relacionados a conteúdos específicos, as competências socioemocionais acompanham os indivíduos ao longo de toda a vida e podem ser aplicadas em diversos contextos pessoais, sociais e profissionais. Por essa razão, sua promoção tem sido considerada uma das prioridades da educação contemporânea.

Uma das competências socioemocionais mais importantes é o autoconhecimento. Trata-se da capacidade de reconhecer as próprias emoções, identificar sentimentos, compreender características pessoais e perceber como pensamentos e comportamentos influenciam as ações do dia a dia. O autoconhecimento permite que os estudantes desenvolvam maior consciência de si mesmos, fortaleçam sua autoestima e compreendam melhor suas potencialidades e limitações. Quando os alunos aprendem a reconhecer suas emoções, tornam-se mais preparados para lidar com desafios e tomar decisões de maneira equilibrada.

O desenvolvimento do autoconhecimento também contribui para a construção da identidade pessoal. Durante a infância e a adolescência, os estudantes passam por importantes processos de formação da personalidade e de definição de valores. A escola pode colaborar significativamente nesse percurso ao promover atividades que incentivem

a reflexão, a expressão de sentimentos e o reconhecimento das próprias capacidades. Essas experiências favorecem a construção de uma imagem positiva de si mesmo e fortalecem a confiança necessária para enfrentar os desafios da vida.

Outra competência fundamental é o autocontrole ou autogestão emocional. Essa habilidade refere-se à capacidade de administrar emoções, controlar impulsos e agir de forma consciente diante das diferentes situações. O autocontrole não significa reprimir sentimentos ou ignorar emoções, mas aprender a compreendê-las e expressá-las de maneira adequada. Em um ambiente escolar, essa competência é essencial para lidar com frustrações, respeitar regras, enfrentar dificuldades de aprendizagem e conviver de forma harmoniosa com colegas e professores.

A autogestão emocional contribui diretamente para o desenvolvimento da responsabilidade e da autonomia. Estudantes que aprendem a controlar suas emoções apresentam maiores condições de organizar suas atividades, persistir diante dos obstáculos e assumir compromisso com seus objetivos. Essas habilidades favorecem não apenas o desempenho acadêmico, mas também a preparação para a vida adulta e para os desafios presentes em diferentes contextos sociais.

A empatia constitui outra competência indispensável para a convivência humana. Ela pode ser compreendida como a capacidade de colocar-se no lugar do outro, compreender sentimentos, respeitar diferentes perspectivas e agir com sensibilidade diante das necessidades alheias. Em uma sociedade marcada pela diversidade cultural, social e econômica, a empatia torna-se fundamental para a construção de relações respeitosas e para o fortalecimento da convivência democrática.

No ambiente escolar, o desenvolvimento da empatia contribui para a redução de conflitos, para o combate ao preconceito e para a valorização das diferenças. Estudantes empáticos tendem a estabelecer relações mais saudáveis, demonstrar maior respeito pelos colegas e participar de forma mais colaborativa das atividades coletivas. A escola possui papel importante na promoção dessa competência ao criar oportunidades para o diálogo, para a cooperação e para a reflexão sobre questões relacionadas ao respeito e à convivência.

A cooperação também ocupa posição central entre as competências socioemocionais. Viver em sociedade exige capacidade de trabalhar em grupo, compartilhar responsabilidades e construir soluções coletivas para os desafios enfrentados. A cooperação permite que os estudantes compreendam a importância do trabalho em equipe e reconheçam o valor das contribuições individuais para o alcance de objetivos comuns.

As atividades colaborativas desenvolvidas na escola favorecem o fortalecimento dessa competência. Projetos em grupo, trabalhos coletivos, rodas de conversa e ações comunitárias representam oportunidades para que os estudantes aprendam a ouvir diferentes opiniões, negociar ideias e construir conhecimentos de forma compartilhada. Essas experiências contribuem para o desenvolvimento da solidariedade, do respeito mútuo e do senso de pertencimento ao grupo.

A responsabilidade é outra competência essencial para a formação integral dos estudantes. Ser responsável significa compreender as consequências das próprias ações, assumir compromissos e agir de maneira ética diante das diferentes situações. O desenvolvimento dessa competência contribui para a formação de cidadãos conscientes de seus direitos e deveres, capazes de participar ativamente da sociedade e de contribuir para o bem comum.

A escola desempenha papel importante na promoção da responsabilidade ao incentivar a participação dos estudantes nas decisões relacionadas ao ambiente escolar e ao estimular atitudes de compromisso com a aprendizagem e com a convivência. Quando os alunos são incentivados a assumir responsabilidades e a refletir sobre suas escolhas, desenvolvem maior autonomia e capacidade de tomar decisões conscientes.

A resiliência também merece destaque entre as competências socioemocionais. Trata-se da capacidade de enfrentar dificuldades, superar adversidades e adaptar-se positivamente às mudanças e desafios da vida. Em um mundo marcado por constantes transformações e incertezas, a resiliência tornou-se uma habilidade indispensável para o desenvolvimento humano.

No contexto escolar, a resiliência manifesta-se na capacidade dos estudantes de lidar com erros, enfrentar dificuldades de aprendizagem e persistir diante dos obstáculos. A escola pode fortalecer essa competência ao promover uma cultura que valorize o esforço, reconheça os processos de aprendizagem e compreenda os erros como oportunidades de crescimento. Quando os estudantes aprendem a enfrentar desafios de forma positiva, desenvolvem maior confiança em suas capacidades e ampliam suas possibilidades de sucesso pessoal e acadêmico.

A tomada de decisões responsáveis constitui outra dimensão importante da educação socioemocional. Ao longo da vida, as pessoas são constantemente desafiadas a fazer escolhas que impactam sua trajetória pessoal, acadêmica e profissional. Desenvolver a capacidade de analisar situações, avaliar consequências e tomar decisões éticas representa um importante objetivo educativo.

Essa competência está diretamente relacionada ao desenvolvimento do pensamento crítico e da autonomia. A escola pode contribuir para sua formação ao promover situações que estimulem a reflexão, o diálogo e a análise de diferentes perspectivas. Quanto mais oportunidades os estudantes tiverem para participar de processos decisórios e refletir sobre suas escolhas, maiores serão suas condições de atuar de forma responsável e consciente.

As competências socioemocionais não se desenvolvem por meio de aulas expositivas ou da simples transmissão de informações. Elas são construídas principalmente por meio das experiências vivenciadas pelos estudantes nas relações estabelecidas com colegas, professores, familiares e comunidade. Por essa razão, a escola precisa criar ambientes educativos que favoreçam a participação, o diálogo, a cooperação e o respeito às diferenças.

O papel do professor nesse processo é fundamental. Por meio de suas atitudes, práticas pedagógicas e relações estabelecidas em sala de aula, os educadores influenciam diretamente o desenvolvimento socioemocional dos estudantes. Professores que valorizam a escuta, promovem o respeito mútuo e incentivam a participação criam condições mais favoráveis para a formação dessas competências.

A gestão escolar e a coordenação pedagógica também possuem responsabilidades importantes nesse contexto. Cabe a esses profissionais promover uma cultura institucional baseada no respeito, na inclusão e no desenvolvimento integral dos estudantes. A educação socioemocional deve estar presente no Projeto Político-Pedagógico da escola e orientar as práticas educativas desenvolvidas em todos os espaços da instituição.

Ao considerar a importância das competências socioemocionais para a vida e para a aprendizagem, torna-se evidente que sua promoção representa um investimento na formação humana e na construção de uma sociedade mais justa, democrática e solidária. Desenvolver estudantes capazes de compreender a si mesmos, respeitar os outros e enfrentar desafios com equilíbrio emocional é um dos maiores desafios e, ao mesmo tempo, uma das maiores responsabilidades da educação contemporânea.

CAPÍTULO 3:
COMUNICAÇÃO, CONFIANÇA E PARCERIAS ENTRE ESCOLA E FAMÍLIA

A saúde emocional de crianças e adolescentes tornou-se uma das grandes preocupações da educação contemporânea. As transformações sociais, o avanço das tecnologias digitais, as mudanças nas relações familiares e as exigências cada vez maiores impostas pela sociedade têm influenciado significativamente o desenvolvimento emocional dos estudantes. Nesse cenário, a escola passou a assumir papel ainda mais relevante na promoção do bem-estar, na construção de relações saudáveis e no fortalecimento de uma cultura de paz.

A saúde emocional pode ser compreendida como a capacidade de reconhecer, compreender e lidar de forma equilibrada com as próprias emoções e com os desafios da vida cotidiana. Não significa ausência de problemas ou dificuldades, mas a existência de recursos emocionais que permitam enfrentar situações adversas de maneira saudável. Crianças e adolescentes emocionalmente equilibrados tendem a apresentar maior capacidade de aprendizagem, melhores relacionamentos interpessoais e maior disposição para enfrentar desafios acadêmicos e pessoais.

Entretanto, diversos fatores têm contribuído para o aumento das dificuldades emocionais entre estudantes. A pressão por resultados, a competitividade, as mudanças nas estruturas familiares, o excesso de informações e a intensa exposição às redes sociais criam contextos que podem gerar insegurança, ansiedade e sofrimento emocional. Muitos estudantes convivem diariamente com preocupações relacionadas ao desempenho escolar, à aceitação social e à construção de sua identidade, o que evidencia a necessidade de ações educativas voltadas para a promoção da saúde emocional.

A ansiedade é uma das questões mais frequentes entre crianças e adolescentes na atualidade. Embora seja uma reação natural diante de situações desafiadoras, quando se manifesta de forma excessiva pode interferir negativamente na aprendizagem, na convivência e no bem-estar dos estudantes. O medo de errar, a preocupação constante com avaliações e a necessidade de atender expectativas externas muitas vezes provocam níveis elevados de tensão emocional.

Nesse contexto, a escola precisa assumir postura acolhedora e sensível às necessidades dos estudantes. Isso implica reconhecer que o processo educativo envolve

aspectos emocionais e que o desenvolvimento acadêmico não pode ser dissociado do bem-estar psicológico. Ambientes escolares que valorizam a escuta, o diálogo e o apoio emocional tendem a favorecer a aprendizagem e a promover maior segurança entre os alunos.

Outro aspecto importante refere-se à autoestima. A forma como os estudantes percebem a si mesmos influencia diretamente sua motivação, suas relações sociais e sua disposição para aprender. Crianças e adolescentes que desenvolvem uma autoestima positiva costumam demonstrar maior confiança em suas capacidades, persistir diante das dificuldades e participar mais ativamente das atividades escolares. Por outro lado, a baixa autoestima pode gerar insegurança, medo de fracassar e dificuldades de interação social.

A construção da autoestima está relacionada às experiências vivenciadas pelos estudantes em diferentes contextos, especialmente na família e na escola. O reconhecimento de conquistas, o incentivo ao desenvolvimento das potencialidades e o respeito às diferenças contribuem significativamente para fortalecer a confiança e a valorização pessoal. Os educadores desempenham papel fundamental nesse processo ao promover práticas pedagógicas que reconheçam os avanços dos alunos e valorizem seus esforços.

A convivência escolar constitui outra dimensão essencial para a promoção da saúde emocional. A escola é um espaço de interação humana onde os estudantes aprendem a compartilhar experiências, respeitar diferenças, resolver conflitos e construir relações sociais. Essas experiências exercem influência significativa sobre o desenvolvimento emocional e social dos indivíduos.

Entretanto, a convivência nem sempre ocorre de forma harmoniosa. Conflitos, desentendimentos e situações de exclusão fazem parte da realidade escolar e exigem intervenções educativas adequadas. O desafio da escola não consiste em eliminar todos os conflitos, mas em ensinar os estudantes a lidar com eles de forma construtiva, respeitosa e democrática.

Nesse cenário, o bullying destaca-se como um dos principais problemas enfrentados pelas instituições educacionais. Caracteriza-se pela prática repetitiva de agressões físicas, verbais, psicológicas ou sociais direcionadas a uma pessoa ou grupo. O bullying provoca impactos significativos sobre a saúde emocional das vítimas, podendo gerar sentimentos de tristeza, medo, insegurança, isolamento e baixa autoestima.

Com o avanço das tecnologias digitais, surgiu também o cyberbullying, que ocorre por meio das redes sociais, aplicativos de mensagens e outras plataformas digitais. Essa

forma de violência apresenta características específicas, como a rápida disseminação das agressões e a dificuldade de controle sobre os conteúdos compartilhados. Seus efeitos podem ser ainda mais intensos, uma vez que ultrapassam os limites físicos da escola e acompanham os estudantes em diferentes espaços de convivência.

O enfrentamento do bullying e do cyberbullying exige ações integradas envolvendo escola, família e comunidade. Programas educativos voltados para o respeito às diferenças, o desenvolvimento da empatia e a promoção da convivência pacífica representam estratégias importantes para prevenir essas situações e construir ambientes mais seguros e acolhedores.

A cultura de paz surge como uma proposta educativa capaz de contribuir significativamente para a melhoria das relações escolares. Fundamenta-se em valores como respeito, diálogo, solidariedade, cooperação, justiça e valorização da diversidade. Promover uma cultura de paz não significa ignorar os conflitos, mas desenvolver formas construtivas de enfrentá-los por meio da comunicação, da mediação e da busca por soluções coletivas.

A educação para a paz deve fazer parte do cotidiano escolar e estar presente nas relações estabelecidas entre todos os membros da comunidade educativa. Professores, gestores, funcionários, estudantes e famílias precisam compartilhar o compromisso de construir ambientes baseados no respeito mútuo e na valorização da dignidade humana.

A empatia desempenha papel central nesse processo. Quando os estudantes aprendem a compreender os sentimentos e as necessidades dos outros, tornam-se mais capazes de respeitar diferenças, evitar atitudes agressivas e colaborar para a construção de relações saudáveis. O desenvolvimento da empatia contribui diretamente para a redução da violência e para o fortalecimento da convivência democrática.

Outro aspecto importante refere-se à inclusão. A construção de ambientes escolares acolhedores exige o reconhecimento e a valorização da diversidade presente na sociedade. Diferenças relacionadas à cultura, etnia, religião, condição social, gênero ou necessidades educacionais específicas devem ser compreendidas como elementos que enriquecem o processo educativo. A promoção da inclusão fortalece o sentimento de pertencimento e contribui para o bem-estar emocional dos estudantes.

A família possui papel fundamental na promoção da saúde emocional e da convivência saudável. Os vínculos afetivos estabelecidos no ambiente familiar influenciam significativamente o desenvolvimento emocional das crianças e adolescentes. Quando escola e família atuam em parceria, ampliam-se as possibilidades de oferecer suporte

emocional aos estudantes e de enfrentar desafios relacionados à convivência e ao comportamento.

Os professores também exercem influência decisiva sobre o clima emocional da sala de aula. A forma como acolhem os estudantes, conduzem os conflitos e estabelecem relações interpessoais pode contribuir para a criação de ambientes mais seguros e favoráveis à aprendizagem. Educadores que demonstram empatia, respeito e disponibilidade para o diálogo tornam-se importantes referências para o desenvolvimento socioemocional dos alunos.

Promover saúde emocional e cultura de paz exige compromisso permanente com a formação integral dos estudantes. Não se trata de desenvolver ações isoladas ou projetos temporários, mas de construir uma cultura institucional baseada no cuidado, no respeito e na valorização das relações humanas. Quando a escola assume essa responsabilidade, fortalece sua função educativa e amplia sua capacidade de contribuir para o desenvolvimento pleno dos indivíduos.

Diante dos desafios da sociedade contemporânea, torna-se cada vez mais evidente que a aprendizagem e o bem-estar emocional caminham juntos. Estudantes emocionalmente saudáveis apresentam maiores condições de aprender, relacionar-se e construir projetos de vida significativos. Investir na saúde emocional, na convivência escolar e na cultura de paz significa investir na formação de cidadãos mais conscientes, equilibrados e preparados para participar de uma sociedade democrática e solidária.

CAPÍTULO 4:
EDUCAÇÃO SOCIOEMOCIONAL, APRENDIZAGEM E PROJETO DE VIDA

A educação contemporânea reconhece que formar estudantes para a vida vai muito além da transmissão de conteúdos curriculares. O desenvolvimento de competências socioemocionais está diretamente relacionado à construção da autonomia, do protagonismo e da capacidade de planejar o próprio futuro. Nesse contexto, o conceito de projeto de vida ganha destaque como uma importante dimensão da formação integral, permitindo que os estudantes reflitam sobre seus sonhos, objetivos, valores e perspectivas para o futuro.

O projeto de vida pode ser compreendido como o conjunto de metas, expectativas, escolhas e propósitos que orientam a trajetória de uma pessoa. Trata-se de uma construção dinâmica, que se desenvolve ao longo do tempo e sofre influência das experiências vividas, dos valores adquiridos e das oportunidades encontradas ao longo do caminho. Na escola, o trabalho com projeto de vida contribui para que os estudantes desenvolvam maior consciência sobre quem são, quem desejam se tornar e quais caminhos pretendem percorrer para alcançar seus objetivos.

A construção de um projeto de vida está profundamente relacionada ao autoconhecimento. Antes de planejar o futuro, é necessário que o estudante compreenda suas características, reconheça suas potencialidades e identifique seus interesses e valores. O autoconhecimento permite que as escolhas sejam realizadas de maneira mais consciente e coerente com as expectativas pessoais. Por essa razão, a educação socioemocional desempenha papel fundamental nesse processo, oferecendo oportunidades para que os alunos reflitam sobre si mesmos e desenvolvam uma compreensão mais ampla de sua identidade.

As competências socioemocionais contribuem diretamente para a construção do projeto de vida. A autonomia, por exemplo, permite que os estudantes assumam responsabilidade por suas escolhas e aprendam a tomar decisões de forma consciente. A resiliência fortalece a capacidade de enfrentar obstáculos e persistir diante das dificuldades. A empatia favorece a construção de relações saudáveis e amplia a compreensão sobre o impacto das próprias ações na vida dos outros. Já a responsabilidade contribui para que os estudantes compreendam a importância do compromisso com seus objetivos e com a sociedade.

A aprendizagem também está intimamente relacionada à construção do projeto de vida. Quando os estudantes conseguem perceber sentido nos conhecimentos adquiridos na escola, tendem a demonstrar maior interesse, motivação e envolvimento com os processos educativos. A aprendizagem deixa de ser vista apenas como obrigação escolar e passa a ser compreendida como instrumento para a realização de sonhos e para a construção de oportunidades futuras.

Nesse sentido, a escola precisa oferecer experiências educativas que estabeleçam conexões entre os conteúdos curriculares e a realidade dos estudantes. O conhecimento torna-se mais significativo quando os alunos conseguem compreender sua utilidade e sua relação com os desafios que enfrentarão ao longo da vida. A educação socioemocional contribui para essa perspectiva ao estimular a reflexão sobre objetivos pessoais, valores e responsabilidades sociais.

A educação socioemocional contribui significativamente para essa preparação ao fortalecer habilidades relacionadas à flexibilidade, à resiliência e à autonomia. Estudantes que desenvolvem essas competências tornam-se mais preparados para lidar com as exigências de uma sociedade em constante transformação e para construir trajetórias pessoais e profissionais mais satisfatórias.

A participação da família também é fundamental na construção do projeto de vida. Os valores, expectativas e experiências compartilhados no ambiente familiar influenciam diretamente as escolhas e perspectivas dos estudantes. Quando escola e família estabelecem diálogo e parceria, ampliam-se as possibilidades de apoiar os jovens na definição de metas e na construção de caminhos para alcançá-las.

Ao longo desta obra, foi possível compreender que a educação socioemocional representa uma dimensão essencial da formação humana. As competências socioemocionais influenciam a aprendizagem, fortalecem a convivência, promovem o bem-estar emocional e contribuem para a construção de projetos de vida mais conscientes e significativos. Em um mundo marcado por rápidas transformações e por desafios cada vez mais complexos, desenvolver essas competências tornou-se uma necessidade educativa incontestável.

A escola contemporânea não pode limitar-se à transmissão de conteúdos acadêmicos. Sua missão envolve a formação de pessoas capazes de compreender a si mesmas, relacionar-se de forma respeitosa com os outros, enfrentar desafios com equilíbrio emocional e participar ativamente da construção de uma sociedade mais justa e democrática. Nesse sentido, a educação socioemocional consolida-se como um dos

caminhos mais promissores para promover a formação integral dos estudantes e contribuir para o desenvolvimento humano em sua plenitude.

REFERÊNCIAS

ANTUNES, Celso. As Inteligências Múltiplas e seus Estímulos. Campinas: Papirus, 2019.

BAUMAN, Zygmunt. Modernidade Líquida. Rio de Janeiro: Zahar, 2001.

BRASIL. Ministério da Educação. Base Nacional Comum Curricular (BNCC). Brasília: MEC, 2018.

CURY, Augusto. Pais Brilhantes, Professores Fascinantes. São Paulo: Academia de Inteligência, 2013.

DAMÁSIO, António. O Erro de Descartes: Emoção, Razão e o Cérebro Humano. São Paulo: Companhia das Letras, 2012.

FREIRE, Paulo. Pedagogia da Autonomia: Saberes Necessários à Prática Educativa. 70. ed. São Paulo: Paz e Terra, 2021.

GOLEMAN, Daniel. Inteligência Emocional. Rio de Janeiro: Objetiva, 2012.

LIBÂNEO, José Carlos. Didática. São Paulo: Cortez, 2013.

LUCK, Heloísa. Dimensões da Gestão Escolar e suas Competências. Curitiba: Positivo, 2009.

MALDONADO, Maria Tereza. A Face Oculta da Escola. São Paulo: Saraiva, 2015.

MATURANA, Humberto. Emoções e Linguagem na Educação e na Política. Belo Horizonte: UFMG, 2009.

MORIN, Edgar. Os Sete Saberes Necessários à Educação do Futuro. São Paulo: Cortez, 2011.

PERRENOUD, Philippe. Dez Novas Competências para Ensinar. Porto Alegre: Artmed, 2000.

PIAGET, Jean. Seis Estudos de Psicologia. Rio de Janeiro: Forense Universitária, 2014.

VYGOTSKY, Lev S. A Formação Social da Mente. São Paulo: Martins Fontes, 2007.

WALLON, Henri. A Evolução Psicológica da Criança. São Paulo: Martins Fontes, 2007.

REALIZAÇÃO:

SEVEN
EDITORA

ACESSE NOSSO CATÁLOGO!

WWW.SEVENPUBLI.COM

CONECTANDO O **PESQUISADOR** E A **CIÊNCIA** EM UM SÓ CLIQUE.