

A CONTRIBUIÇÃO DA DISCIPLINA POSITIVA NA CONSTRUÇÃO DE ESTRATÉGIAS PARA NUTRIR A MENTE EM DESENVOLVIMENTO DAS CRIANÇAS

Maria Marilize Soistak¹

Cristiane Aparecida Costa²

RESUMO:

O controle das emoções é essencial para o desenvolvimento cognitivo da criança. A presente pesquisa tem como intuito investigar os benefícios da Disciplina Positiva e de que forma pode ser utilizada pelo psicólogo(a) como técnica interventiva em seus contextos de atuação. Tendo esses elementos como base, a presente pesquisa tem como propósito investigar os benefícios da Disciplina Positiva, que pode ser utilizada pelo psicólogo(a) como técnica interventiva em seus contextos de atuação, podendo favorecer o adulto a utilizar esse modelo educativo e conduzir a criança com firmeza, afeto e empatia. A Disciplina Positiva é uma escolha na forma de conduzir a criação, os limites e o diálogo, na qual se criam laços de amor, confiança e conexão, utilizando o educar de forma equilibrada, envolvendo o uso de técnicas como prevenção, distração e substituição para conduzir as crianças com gentileza. Elencou-se como objetivos: descrever a Disciplina Positiva; compreender as estratégias do cérebro da criança para estabelecer a conexão com o adulto; entender a relação da Disciplina Positiva com a confiança e a autoestima. A metodologia utilizada foi a abordagem qualitativa do tipo exploratória. Percebe-se, com a pesquisa que foi realizada, que as crianças que desenvolvem as habilidades socioemocionais têm melhoras significativas no seu comportamento e em seu relacionamento social e, além disso, observa-se uma melhora na estrutura cerebral, o que reflete no seu desenvolvimento acadêmico e nas suas escolhas profissionais no futuro.

Palavras-chave: Desenvolvimento Infantil. Cérebro. Aprendizagem. Disciplina Positiva. Inteligência Emocional.

The contribution of positive discipline in the construction of strategies to nurture the mind in the development of children

ABSTRACT:

The control of emotions is essential for the cognitive development of children. The present research aims to investigate the benefits of positive discipline and how it can be used by psychologists as an interventional technique in the contexts where they work. With these elements as a basis, this research aims to investigate the benefits of positive discipline, which can be used by the psychologist

¹ Mestranda em Educação pela Universidade Tuiuti do Paraná. Graduada em Pedagogia. Acadêmica do Curso de Bacharelado em Psicologia. Email para contato: marilizesoistak@hotmail.com

² Mestranda do Programa de Pós-Graduação em Educação da Universidade Estadual de Ponta Grossa. Docente do curso de Psicologia da Faculdade Sant'Ana. Email para contato: criscosta16@yahoo.com.br

as an interventional technique in the contexts where they work. It can help adults to use this educational model and guide the child with firmness, affection and empathy. Positive Discipline is a way of conducting upbringing, limits, and dialogue, in which bonds of love, trust, and connection are created, using education in a balanced way, involving the use of techniques such as prevention, distraction, and substitution to conduct children with kindness. The objectives were: to describe Positive Discipline; to understand the brain's strategies to establish a connection with the adult; to understand the relationship of Positive Discipline with confidence and self-esteem. The qualitative approach (in its exploratory type) was the methodology used. The research shows that children who develop socioemotional skills have significant improvements in their behavior and social relationships, and an improvement in brain structure is observed, which reflects in their academic development and in their future professional choices.

Keywords: Child development. Brain. Learning. Positive Discipline. Emotional intelligence.

INTRODUÇÃO

Este trabalho tem como base os fundamentos da Disciplina Positiva (DP), considerando esses aspectos na criação dos filhos e observando a constituição do cérebro e as suas influências no desenvolvimento infantil. Considera-se aqui os aspectos definidos por Jane Nelsen (2007) e Lidia Weber (2021) e comparados à teoria proposta por Walon (1934). O intuito é evidenciar a importância de criar filhos confiantes e capazes, através do acolhimento e de técnicas que utilizam da gentileza e da firmeza para lidar com os desafios de educar. Desta forma, um dos objetivos do trabalho é apresentar às famílias estratégias da DP para aprender a lidar com um ataque de birra, aprendendo a nomear para disciplinar, envolver, não enfurecer, mover ou perder, deixar as nuvens de emoções passarem, examinar e conectar por meio de um conflito. Para isso, é proposta a DP como uma abordagem educacional que possam favorecer esse processo do educar com conexão, amor e autoconsciência.

Tendo esses elementos como base, a presente pesquisa tem ainda como propósito investigar os benefícios da DP, que pode ser utilizada pelo psicólogo (a), como técnica interventiva em seus contextos de atuação, podendo favorecer o adulto a utilizar esse modelo educativo e conduzir a criança com firmeza, afeto e empatia. A DP é uma escolha na forma de conduzir a criação, os limites e o diálogo, no qual se criam laços de amor, confiança e conexão, utilizando o educar de forma equilibrada, envolvendo o uso de técnicas como prevenção, distração e substituição para conduzir as crianças com gentileza. É importante destacar que este trabalho

procura apresentar essas novas estratégias para nutrir a mente em desenvolvimento das crianças e contribuir para que a família prospere.

A pesquisa tem como questão norteadora: “a utilização da disciplina positiva pode contribuir para a construção de crianças mais confiantes e capazes?”. Para tanto, elencou-se os seguintes objetivos: conceituar e descrever a Disciplina Positiva; compreender as estratégias do cérebro para conectar, redirecionar, nomear e envolver para o controle da mente; entender a relação Disciplina Positiva com confiança e autoestima.

1 DESENVOLVIMENTO

1.1 A DISCIPLINA POSITIVA

A Disciplina Positiva é um modelo de educação que visa educar com firmeza, flexibilidade e gentileza, criando relações mais respeitadas entre pais e filhos, crianças saudáveis e inteligência emocional elevada. Esse modelo vem a contribuir de diversas maneiras para a formação de crianças e adolescentes. Disciplina envolve ensinamentos e, de fato, a palavra tem origem no latim *disciplina*, que significa “ensinar” ou, ainda “aprender”. A Disciplina Positiva é construída por ensinamentos, compreensão, encorajamento, comunicação e não pela punição. Disciplinar crianças pequenas tem muito mais a ver em como os adultos precisam estar preparados e resolvidos para acolher, dar o limite e manter-se no limite, para que, assim, possam construir juntos um relacionamento de amor e respeito.

Segundo Nelsen et al. (2018, p. 23), os pilares da Disciplina Positiva incluem: o respeito mútuo, pois os pais são referência de firmeza ao respeitarem a si e às necessidades da situação, e de gentileza ao respeitarem as necessidades e a humanidade da criança; entender a crença por trás do comportamento, já que todos os comportamentos humanos acontecem por uma razão, e as crianças começam a criar as crenças que formam as suas personalidades desde o dia em que nascem; entender o desenvolvimento infantil e o que esperar em cada fase de desenvolvimento, pois isso é necessário para que os pais não tenham expectativas

que estão além da capacidade e compreensão da criança; comunicação efetiva, já que pais e filhos podem aprender a escutar bem e usarem melhor as palavras de maneira respeitosa para pedir o que precisarem; disciplina que ensina habilidades e atitudes valiosas, sem ser permissiva e nem punitiva; foco em solução em vez de punição, pois culpa nunca resolve o problema, conforme os filhos crescem vão desenvolvendo junto dos pais soluções respeitosas e úteis para os desafios que enfrentarão diariamente; encorajamento, em que se celebra esforço e a melhoria, não é só o sucesso que é importante, mas o caminho, a construção de um senso de autovalor e de segurança a longo prazo.

Tais contribuições ocorrem devido a um conjunto de iniciativas propostas pela abordagem DP, a fim de auxiliar na criação dos filhos. Algumas dessas iniciativas são o acolhimento, a empatia, o elogio e o encorajamento, os limites e a permissividade.

As crianças nascem com um cérebro que, devido ao seu projeto básico, está bem preparado para aprender uma grande quantidade de coisas não naturais. A neuroplasticidade possibilita desde a formação de um novo circuito pela conexão de componentes mais antigos até a reciclagem dos neurônios existentes e o acréscimo de ramificações novas e elaboradas ao circuito ao longo do tempo (DENNIN, 2000).

Nos três primeiros anos de vida, a arquitetura cerebral passa por intensas transformações estruturais em resposta à interação entre fatores biológicos, experiências e relações interpessoais que a criança estabelece no meio que a cerca. Nesse período, os neurônios presentes no sistema nervoso passam a associar-se e, estando associados uns aos outros, criam redes neurais que se fortalecem à medida que são utilizados com maior frequência (LENT, 2019). O fortalecimento dessas redes neurais favorece a transmissão de informações previamente adquiridas através de alguma experiência vivenciada e que passam a ser evocadas com maior facilidade, garantindo, desta forma, a aprendizagem e a formação de memórias.

A inteligência emocional é a habilidade que os adultos, adolescentes e crianças adquirem para reconhecer as próprias emoções, bem como as das outras pessoas (GOLEMAN, 2011). Com esse trabalho as pessoas passam a lidar com os sentimentos de uma maneira mais equilibrada, conseguindo converter as

dificuldades em aprendizagem, além de construir relações mais empáticas e baseadas no respeito ao próximo, aprendendo a reconhecer a emoção dos outros. Percebe-se que as crianças precisam de um auxílio dos adultos cuidadores para compreenderem esse novo caminho, utilizando de técnicas preventivas. Além disso, por meio de um acolhimento constante comunicamos à nossa criança que ela tem o apego garantido seja qual for o sentimento que ela precise expressar.

Quando as pessoas ou crianças não sabem identificar bem as suas emoções, ou não conseguem perceber qual foi o estímulo que a trouxe, fica mais difícil de lidar com ela e, como consequência, as reações acabam sendo exageradas, bruscas, podendo até ser violentas. As crianças precisam de um trabalho intenso para aprender sobre o processo de regulação emocional, aprender a distinguir as emoções, e os nomes que damos a cada uma ajudam nesse processo. Com o passar do tempo, elas vão aprendendo a perceber que aquela irritação que ela sente quando está com fome ou sono, não é a mesma sentida quando a criança é contrariada pelos pais. Além disso, a DP não vai ajudar os adultos cuidadores a sumirem com as emoções, mas, sim, a auxiliarem as crianças a lidar melhor com elas, e regularem os seus “monstrinhos das emoções”. Esse trabalho acontece para ir diminuindo as emoções até que se tornem importantes para a nossa sobrevivência, mas não incomodem a ponto de não deixar a criança fazer algo. De acordo com Fonseca (2006, p. 2):

As emoções são adaptativas porque preparam, predis põem e orientam comportamentos para experiências positivas ou negativas, mesmo comportamentos de sobrevivência e de reprodução. As emoções fornecem informações sobre a importância dos estímulos exteriores e interiores do organismo, e também, sobre as situações-problema onde os indivíduos se encontram envolvidos num determinado contexto.

Como esse reconhecimento, essa regulação e essa aprendizagem de um novo caminho farão todo sentido com o passar do tempo, tornando-se um hábito, algo que foi aprendido, uma mudança de padrão.

Daniel Goleman (2011) fala sobre a importância de as pessoas conhecerem as suas emoções. A teoria da admiração reflete sobre a impossibilidade de gerenciar o que não conhecemos. É completamente improdutivo e cansativo tentar controlar

algo que desconhecemos, sejam nossas emoções ou nossos sentimentos. O autoconhecimento vem como uma capacidade de reconhecer os sentimentos no momento em que ocorrem, para que seja possível ter discernimento emocional, para assim aprender a controlar as reações automáticas, ganhando tempo.

A autoconsciência tem um papel importante na inteligência emocional, pois estimula crianças, jovens e adultos a identificarem o que estão sentindo e a encontrar formas positivas de manifestar aquela emoção sem que prejudique a si e a outras pessoas. Essa habilidade se relaciona à autorregulação, que apresenta a compreensão das consequências dos próprios comportamentos e do impacto para outras pessoas. As duas juntas ajudarão as crianças a aprenderem a agir de maneira mais reflexiva e menos impulsiva.

A tolerância à frustração é uma componente essencial do bem-estar psicológico. Os indivíduos que conseguem lidar com os imprevistos e com as dificuldades, e que são mais adaptáveis, são pessoas mais leves e felizes, que alcançam os seus objetivos, e não têm medo de fracassar tentando. Além disso, essa forma de lidar com os problemas pode contribuir para o seu bem-estar e para a motivação de almejar mais. Essas dificuldades podem estar associadas à forma que os pais educam, a fatores genéticos, psicológicos ou sociais.

1.1.1 Acolhimento

O acolhimento é o momento em que o adulto, os pais ou cuidadores acolhem os comportamentos desafiadores da criança sem julgar, deixando claro que independente desses comportamentos que ela tiver, a sua família vai continuar amando-a, aceitando-a, acolhendo os seus sentimentos. Deixarão claro ainda que estão prontos para aguentar as suas frustrações, narrando as situações e se colocando no lugar da criança, e demonstrando compreensão, para que assim as crianças não se “podem” e se sintam pertencentes àquele espaço, conectados, além de construir uma rede terapêutica de relacionamentos positivos. Nesse caso, a principal pergunta que esses adultos cuidadores devem fazer é: “o que aconteceu com esta criança?”. Após essa reflexão, será possível pensar em estratégias que

ajudem a criar um ambiente mais regulado, confiável e seguro, tentando estabelecer uma ligação com ela e entendê-la, em vez de rotular, excluir e punir.

O adulto precisa ser o porto seguro da criança, aprender a conhecer a criança e entender como ela gosta de ser acolhida. Alguns podem optar por ficar em silêncio, outros podem gostar de abraços e beijos, outros podem preferir conversar depois que passar a explosão de sentimentos, outros podem querer conversar durante a regulação. Esse acolhimento deve acontecer sem julgamentos e sem tentar manipular a criança, sem usar do adultismo, ou seja, a crença de que a criança deve respeito ao adulto: “eu mando e você obedece” (EIGENMANN, 2022, p. 50), permitindo que a criança sinta raiva, tristeza, vontade de chorar e gritar para, assim, ter tempo de ir reconhecendo e aceitando o fluxo das emoções.

A capacidade dos adultos cuidadores de se conectarem com as suas crianças, de serem reguladores e regulados, de gratificarem e ser gratificados é a cola que mantém famílias e comunidades unidas, possibilitando resultados melhores, maior conectividade, segurança e pertencimento ao grupo.

1.1.2 Empatia

A empatia é fundamental para que os pais tenham um bom relacionamento com os filhos. Se realmente tem-se empatia por eles, tudo será mais fácil, fazendo com que se repense, assim, a ideia de birra, que é um momento em que a criança se encontra estressada, em que não está conseguindo lidar com alguma situação, e quer comunicar algo para os pais. Por trás desse comportamento desafiador existe uma necessidade a ser suprida. Portanto, pode ser descartada a possibilidade de que a criança está fazendo aquilo de propósito, somente para irritar os pais.

Diariamente ouvimos que empatia é a ação de se colocar no lugar do outro. Empatia é quando tentamos viver o que a outra pessoa está vivendo, através da perspectiva dela, do que ela sabe do mundo e do que ela sente. Quando falamos das relações de pais e filhos, a empatia vem para os pais realmente se colocarem no lugar daquela criança, para tentar entender o que aquele comportamento significa, e quais sentimentos estão aparecendo com aquele comportamento. Essa

ação de se colocar no lugar da criança, fará os cuidadores entenderem que ela não chora, grita, esperneia, fica nervosa intencionalmente, mas, porque ainda não tem um cérebro bem desenvolvido e a maturidade suficiente para entender e explicar o que está sentindo, que não gostou do que aconteceu, ou da forma como os pais falaram com ela.

A empatia é importante para todas as situações e para a vida toda. Respeitar a criança minimizará as chances de ela crescer e se tornar um adolescente que não se sentirá amado e que, pior ainda, acabará se afastando dos seus pais. Quando a família decide utilizar a DP para educar os seus filhos, passa a contribuir na formação deles como um todo, pois este é um modelo que leva a criança a sentir que é ouvida, respeitada e faz parte daquele ambiente. Quando isso não ocorre, a probabilidade de maus comportamentos aparecerem aumenta significativamente. O mau comportamento aparece porque as crianças perderam o senso de aceitação e conexão (NELSEN; ERWIN; DUFFY, 2018, p. 25), e infelizmente, elas passam a procurar uma conexão segura e protegida de uma outra maneira, por um outro caminho.

Interações humanas maduras exigem esforços para entender pessoas diferentes de nós. Entretanto, estamos menos resilientes, nossa capacidade de tolerar estressores está diminuindo porque a nossa conectividade está diminuindo e ninguém quer escutar o outro. Nossas habilidades de manter conversas estão desaparecendo, a arte de contar histórias e a capacidade de escutar estão em declínio, e o resultado são pessoas que olham somente para o próprio umbigo, ansiosas, deprimidas e menos resilientes. A fluência de empatia necessita de repetições interações, e a sociedade atual está cada vez menos proporcionando essas oportunidades para as nossas crianças. Estamos criando as nossas crianças e adolescentes em ambientes pobres em relacionamentos e sobrecarregados de estímulos sensoriais, através do acesso fácil a tecnologias. É nesse momento que as crianças, adolescentes e adultos se sentem sozinhos e vazios e buscam incansavelmente por conexão.

2.1.3 Elogio e encorajamento

Apesar de elogio e encorajamento serem palavras com sentidos aparentemente semelhantes, elas vão se distinguir em muitos aspectos. A criança que é elogiada pode sentir-se motivada a realizar as suas atividades diárias. Entretanto, existe um risco de que essa mesma criança só funcione quando for elogiada e crie até uma dependência do elogio em relação a opinião dos outros quanto às atividades que realiza, as atitudes que toma e os comportamentos que tem. O elogio tem respostas a curto prazo, diferente do encorajamento que estabelece a autoconfiança na criança a longo prazo.

Nelsen (2018, p. 165) reconhece que os pais precisam encorajar o senso de competência e acreditar que os filhos são capazes de dominar as tarefas, ainda que apareçam algumas dificuldades pelo caminho. Essa atitude disciplinar de encorajar é gentil, firme e adequada ao desenvolvimento infantil: é necessário “aprender a refinada arte do encorajamento, que é uma das habilidades mais importantes de educar com eficiência” (NELSEN, p. 165).

Em uma pesquisa feita por Borjas e Doran (2013), pela Universidade de Notre Dame, o efeito dos elogios apresentaram bons resultados. A pesquisa foi realizada com centenas de crianças entre dez e doze anos que, ao realizarem testes parecidos com quebra-cabeça, foram divididas em dois grupos. Após a correção dos testes, o primeiro grupo era elogiado por sua inteligência, enquanto o segundo grupo era encorajado pelo esforço que tinha feito para realizar e concluir a tarefa. Após isso, foram apresentadas outras duas tarefas (uma fácil e outra difícil). Grande parte do primeiro grupo que recebeu o elogio de serem inteligentes, escolheu a atividade fácil. Já no segundo grupo, a maioria escolheu a atividade mais difícil, para se esforçarem ainda mais e para que concluíssem a tarefa.

O processo de encorajamento de crianças e adolescentes leva-os a tornarem-se adultos confiantes, determinados e independentes, que acreditam na sua capacidade e não esperam o julgamento de outras pessoas para determinar se serão ou não capazes de concluir a tarefa apresentada. Conclui-se que o encorajamento leva as crianças a acreditarem em si mesmas.

2.1.4 Limites e permissividades

Atualmente, as famílias sofrem para encontrar um equilíbrio no momento do educar e compreender que precisam colocar limites para ensinar o que é adequado e não é adequado, para proteger e educar. Com a DP o limite é colocado de forma positiva, não sendo utilizado para “podar” o filho, mas para margear a criança, colocando em prática a ideia de que o papel do adulto é o de proteger e de ajudar, em vez de julgar e utilizar o adultismo.

Quando o adulto coloca o limite, precisa sustentar esse limite, mesmo que seja difícil de cumprir, explicando para a criança o porquê daquele limite. Conversar/avisar antes sobre as consequências é algo muito importante. Por exemplo: a criança quer ficar o dia todo nas telas; o adulto deve explicar que aquilo é ruim, que a criança pode assistir, só não pode ficar o dia todo, combinando um limite de tempo, sempre com um preparo antecipado.

Além disso, a criança não é obrigada a aceitar e respeitar aquele limite que foi imposto. Aí entra a questão do adulto estar bem preparado para acolher, validar e sustentar o limite. E se a criança não quiser desligar a tela, é necessário conversar, validando aquele sentimento e não se desesperar, pois a criança tem sentimentos e vontades próprias: ela pode, sim, chorar e não querer aceitar o limite.

Já a permissividade acontece quando existe muita gentileza e pouca firmeza, ou seja, quando os pais deixam a decisão de desligar ou não a tela para a criança, quando ela quiser. Nesse caso os pais acabam ensinando que a criança pode tudo, o que, aparentemente, faz com que a criança fique muito feliz, pois não dá trabalho; mas, na prática, é um pouco diferente. Quando essa criança passar por algum desafio pessoal vai se mostrar triste, apática e até deprimida, pois, ela não foi ensinada a tentar, a persistir, dar o seu melhor, não tinha que se esforçar e superar os desafios para conquistar o que é almejado.

Segundo Nelsen (2007), nesse tipo de criação não existe ordem, mas grande liberdade, e faltam limites para diferenciar o certo e o errado; a criança fica perdida e insegura, pois acaba tendo toda a responsabilidade das decisões que

serão tomadas em sua vida, escolhendo tudo o que quer, não passando pelas frustrações naturais que surgem nas relações e futuramente serão muito mais dolorosas.

Quando ensinamos através da permissividade provavelmente essas crianças serão adultos poucos resilientes e, talvez, não saberão lidar com as situações sobre as quais não têm controle, pois, foram acostumados a ter tudo o que queriam facilmente, quando queriam.

Ainda de acordo com Nelsen (2007), a permissividade ensina irresponsabilidade, uma vez que não são apenas as crianças que deixam de tê-la, mas, também os adultos, ausentando-se de ensinar aos filhos o que é certo e errado. E se as crianças não se sentem seguras, acabam se tornando desreguladas, não conseguindo utilizar a parte mais inteligente do cérebro. Nesse momento, nada do que você disser chegará de fato ao córtex, poderá ter dificuldade para acessar ao que está ali, não conseguindo aprender. A regulação é a chave para a criação de uma conexão segura, que também pode ser influenciada pelo histórico de experiências seguras, o que será tratado a seguir.

2.1.5 Árvore de Regulação

Quanto mais tempo de qualidade passamos com alguém, mais o nosso cérebro classifica essa pessoa como segura e familiar. As crianças em especial acabam sendo muito contaminadas pelas emoções das pessoas com quem convivem, por isso, precisamos aprender a entender melhor os sofrimentos e traumas, que são transmitidos de geração para geração. Os cuidadores influenciam a criança, mas é importante lembrar que esses cuidadores também foram crianças influenciadas pelos cuidadores deles. Os efeitos dos traumas podem se estender de geração para geração. Por isso a importância de sempre voltar a pergunta “o que aconteceu com você?”.

A Árvore de Regulação acontece quando o bebê começa a associar as sensações amorosas proporcionadas pelo adulto cuidador ao prazer: essa criança passa a sentir prazer em regular-se depois de sentir um incômodo. Tal regulação

pode ser influenciada pela visão, o cheiro, o toque, o som e o movimento da interação humana. Além disso, a Árvore de Regulação vem para ajudar a compreender um conjunto de redes neurais que nosso corpo aciona para nos ajudar a processar e responder ao estresse. Tendemos a usar a palavra estresse de maneira negativa, mas trata-se apenas de uma demanda em um ou mais dos vários sistemas fisiológicos do nosso corpo. É parte essencial e positiva do desenvolvimento normal, um elemento fundamental no aprendizado (PERRY, D. B; WINFREY, O, 2022, p. 53 a 55).

Na árvore temos um grupo de redes regulatórias centrais (RRCS), ou sistemas neurais, que se originam das partes inferiores do cérebro e se espalham por ele, trabalhando em conjunto para nos manter regulados sempre que surge um estressor. Os ramos da Árvore da Regulação influenciam todas as funções do cérebro (como pensar e sentir) e do corpo (com reflexos no coração, no estômago, nos pulmões, no pâncreas e em outros órgãos). Esses ramos trabalham para manter a harmonia, a regulação e o equilíbrio.

Um cuidador atento e conectado a sua criança está literalmente entrelaçado com a associação de três partes e está construindo uma raiz saudável para a Árvore da Regulação. O ritmo é a forma mais poderosa para regular um incômodo, sendo ele o responsável por confortar, equilibrar e acalmar, ativando as memórias de segurança. Quando a criança é criada em um ambiente acolhedor, propício e carinhoso, onde as suas necessidades são atendidas e reguladas, com a atenção amorosa, compõe-se a Árvore da Regulação, que permite que a pessoa se autorregule e busque outros relacionamentos saudáveis. Além disso um adulto cuidador consistente e acolhedor gera uma crença interior de que as pessoas são confiáveis, previsíveis e carinhosas.

2.1.6. Experiências Adversas na Infância (EAIs)

Perry (2022) afirma que o trauma tem três aspectos-chave: o evento, a experiência e os efeitos. As complexidades desses três componentes inter-relacionados dão pistas sobre as mudanças nos sistemas de resposta ao estresse

diante de um evento específico, podendo resultar de experiências como humilhação, rebaixamento ou outro abuso emocional por pais de pais ou cuidadores.

Um interessante estudo original sobre experiências adversas na infância foi publicado em 1998. Os autores criaram um questionário simples com dez itens retratados como “adversidades” que podem ter acontecido durante os primeiros 18 anos de vida. Esse primeiro estudo foi realizado com 17 mil adultos, avaliando-se a saúde física, mental e social e concluiu que, quanto mais adversidades na infância, maior é o risco de transtorno depressivo, ansiedade, esquizofrenia e outros transtornos psicóticos que seguem traumas infantis (ou EAI), além de outros riscos de problemas de saúde, risco de suicídio e dependência de substâncias (FELITTI et al., 1998). O fato de as pessoas atingirem uma alta pontuação nas respostas do EAI não significa que o indivíduo terá algum tipo de doença, mas, que o risco para o aparecimento das doenças é maior, podendo passar por mais dificuldades do que quem não foi exposto a fatores estressantes na infância. Além disso, as relações positivas têm um poder na saúde, vindo para equilibrar a adversidade.

Por isso, é tão importante proporcionar ambientes mais respeitosos e saudáveis, que as crianças sejam ouvidas, aprendam a reconhecer sentimentos e emoções, que tenham as necessidades básicas atendidas, que as crianças sejam bem-vindas nos lugares, que utilizemos do amor e da resiliência para aprender e a ensinar a conviver em um mundo/casa/espço repleto de pequenos seres pensantes. Além de reabastecer diariamente o nosso balde de recompensas os relacionamentos são o meio mais indicado, pois a conectividade nos regula e gratifica. Sem esses vínculos com pessoas que se preocupam com o indivíduo, sejam presentes na sua vida e o apoiem, é quase impossível manter-se longe de alguma forma insalubre de recompensa e regulação. Isso inclui o uso abusivo de álcool, e de drogas, a ingestão de alimentos doces e salgados em excesso, pornografia, mutilação, horas em excesso jogando videogames. A chave para a conectividade se contrapõe ao impulso de comportamentos viciantes. Entretanto, a chave está nas relações, no amor e nos cuidados amorosos são a base do nosso desenvolvimento.

2.2 HABILIDADES SOCIOEMOCIONAIS

Atualmente, no Brasil, sentiu-se ainda mais a necessidade de se trabalhar as competências socioemocionais, após essa etapa vencida de pandemia, em que as pessoas pararam ou reduziram muito o contato com outras pessoas, além de manterem o contato apenas pelas redes sociais. É sabido que a desconexão e a solidão desenvolvem um papel importante no aumento de casos de ansiedade, problemas de sono, uso de medicamentos e depressão. O nosso cérebro precisa monitorar, o tempo todo, centenas de pessoas e classificar em: “amigo” ou “inimigo” e “me ajuda” ou “me machuca”. É cansativo e consome a banda larga emocional. Portanto, parte do aumento significativo da ansiedade é decorrente do bombardeio de novidades, principalmente sociais, e da ausência da conexão relacional que proporcione equilíbrio. Assim, percebeu-se a necessidade de treinar as crianças e os adolescentes para se tornarem o mais adaptáveis às dificuldades da sociedade, a partir de um trabalho direcionado para as habilidades sociais.

A competência socioemocional pode ser definida como o conjunto das capacidades pessoais, manifestadas como a aptidão de pensar, lidar com as emoções, relacionar-se com outras pessoas, sentir e conviver consigo mesmo e com os outros, estabelecer e gerenciar metas de vida, tomar decisões e enfrentar situações adversas ou novas. Tudo que abrange o autoconhecimento, a empatia, a resiliência e o espírito colaborativo. Elas podem ser vistas em nossos comportamentos e respostas usuais a estímulos pessoais e sociais. Perseverança, determinação, empatia, autoconfiança e curiosidade de aprendizado são outros exemplos.

De acordo com Del Prette e Del Prette (2002; 2006; 2009), as habilidades sociais se referem a um conjunto de comportamentos sociais do repertório do indivíduo para lidar de maneira adequada com as demandas das situações interpessoais que favorecem um relacionamento saudável e produtivo com as demais pessoas. Percebe-se a importância de se olhar para o desenvolvimento dessas habilidades nos cinco primeiros anos da criança, pois, é o fundamento da competência social, que estão ligadas ao bem-estar emocional e afetam a

capacidade das crianças em se adaptarem nas escolas e de criarem relacionamentos bem-sucedidos durante a vida.

Gresham (2013) descreve que as habilidades sociais são comportamentos sociais que ocorrem em situações específicas e que trazem desfechos socialmente importantes ao indivíduo, ou seja, pais, professores, colegas do indivíduo consideram esses comportamentos como importantes, adaptativos e funcionais dentro de contextos específicos. A importância desse desenvolvimento saudável e de estímulos significativos nos primeiros anos de vida podem gerar uma transformação positiva na vida adulta. Além disso, nos primeiros anos de vida o cérebro se desenvolve bem rápido, e as primeiras experiências vivenciadas serão a base para a construção do conhecimento e da emoção.

Goleman (2006) ensina que o controle das emoções é essencial para o desenvolvimento da inteligência de um indivíduo. Não tem a ver com sorte genética que define quem vence e quem perde no jogo das relações e, embora existam pontos que determinam o temperamento, muitos dos comportamentos (circuitos cerebrais da mente humana) são adaptáveis e podem ser trabalhados. Portanto, as crianças que entram na escola sem habilidades emocionais podem ter dificuldade em aprender. Entretanto, os profissionais da educação afirmam que não recebem formação adequada para auxiliar as crianças a desenvolverem tais habilidades. Precisamos, assim, de investimentos na formação dos professores e de um novo olhar para a importância do desenvolvimento integral do ser humano.

As crianças nascem com um cérebro que, devido o seu projeto básico, está bem preparado para aprender uma grande quantidade de coisas não naturais. A neuroplasticidade, possibilita desde a formação de um novo circuito pela conexão de componentes mais antigos até a reciclagem dos neurônios existentes e o acréscimo de ramificações novas e elaboradas ao circuito ao longo do tempo.

Nos três primeiros anos de vida, a arquitetura cerebral passa por intensas transformações estruturais em resposta à interação entre fatores biológicos, experiências e relações interpessoais que a criança estabelece no meio que a cerca. Nesse período, os neurônios presentes no sistema nervoso passam a associar-se e, estando associados uns aos outros, criam redes neurais que se fortalecem à medida

que são utilizados com maior frequência (LENT, 2019). Com esse trabalho as pessoas passam a lidar com os sentimentos de uma maneira mais equilibrada, conseguindo converter as dificuldades em aprendizagem, além de construírem relações mais empáticas e baseadas no respeito ao próximo, aprendendo a reconhecer a emoção dos outros. Percebe-se que as crianças precisam de um auxílio dos pais para compreenderem esse novo caminho, utilizando de técnicas preventivas.

O desenvolvimento das habilidades e das competências socioemocionais conduzem ao desenvolvimento socioemocional. Sobre o tema, Del Prette e Del Prette (2003) definem que:

[...] os conceitos de inteligência interpessoal, inteligência emocional, competência social, habilidades sociais etc., vêm sendo utilizados com muita liberdade, referindo-se à capacidade de articular sentimentos, pensamentos e comportamentos em padrões sociais adequados de desempenho em diferentes situações e demandas interpessoais.

O ensino das habilidades socioemocionais pode promover uma educação com aprendizagem eficaz e significativa e, conseqüentemente, o sucesso estudantil. Pesquisas apontam que a aprendizagem socioemocional melhora os resultados acadêmicos, ajuda a desenvolver a autorregulação, melhora as relações da escola com a comunidade, reduzindo conflitos entre alunos e ajuda jovens a serem mais saudáveis e bem-sucedidos na escola e na vida (MCCLELLAND et al, 2017).

Para Goleman, a inteligência emocional é a principal responsável pelo sucesso ou pelo fracasso pessoal (2011). Em todos os campos e na maioria das especialidades, há relacionamento entre as pessoas, portanto, pessoas com habilidades no campo das relações interpessoais – como afinidade, compreensão e gentileza – têm maiores chances de sucesso. O autor afirma que a inteligência emocional promove: a diminuição dos níveis de ansiedade e estresse; maior empatia pelo outro; mais equilíbrio emocional; maior clareza nos objetivos de vida e capacidade de tomada de decisão, além de gestar melhor o tempo, aumentando a produtividade, nível de comprometimento, autoestima e autoconfiança (2011, p. 63).

Diante do exposto, os sentimentos de autoestima, de autoconfiança e de responsabilidade são estados corporais associados com eventos ambientais sociais

ou físicos que os desencadeiam. A autoestima é um sentimento com o qual a criança não nasce, mas pode ser desenvolvido durante a vida, como outro sentimento. A autoestima é produto da educação positiva e adquirido através das relações sociais. Assim, sempre que a criança se comporta de uma maneira específica e os pais respondem com uma forma de atenção, amor, carinho, respeito, afago físico ou sorriso. Esses pais estão gratificando essa criança de maneira positiva, além de, sem ser essa intenção, fortalecerem os “comportamentos desejáveis”, ou seja, tornam a criança mais criativa, desenvolvem comportamentos de iniciativa, produzem sentimentos bons, tais como gratidão, bem-estar, alegria, satisfação e autoestima. A comunicação é uma aliada para dar destaque à pessoa, e não aos comportamentos. Quando a criança se sente amada pelo outro, ela aprenderá a amar a si mesmo, passando a se diferenciar das outras pessoas e se tornando independente, aprendendo a exercitar o autoconhecimento, reconhecendo o que é bom para ela.

Weber, Stasiak e Brandenburg (2003) afirmam que a autoestima é uma avaliação global do sujeito sobre o seu próprio valor. O seu desenvolvimento pode dar-se através das experiências vivenciadas diariamente. Além disso, a alta autoestima está relacionada à saúde mental, bem-estar e habilidades sociais. Pessoas de autoestima alta acreditam viver em um mundo onde são valorizadas e respeitadas, têm mais facilidade de enfrentar as condições adversas que surgem ao longo da vida, podendo até ser um fator de proteção, que diminui as complicações resultantes de patologias.

Por outro lado, toda vez que uma criança é repreendida pelos pais, quando a criticam, se afastam dela, não acolhem os sentimentos, não a tocam, nem conversam com ela (reagindo de maneira aversiva ou negativa), o que está ocorrendo é uma punição, que leva a uma diminuição da autoestima, ao desenvolvimento de um humor negativo, a uma percepção de incapacidade e até a maiores chances para desenvolver depressão, transtornos alimentares, ansiedade social e ideação suicida (HUTZ et al, 2014).

Para Goleman (2011), a inteligência emocional depende de um exercício diário ao longo do tempo, sendo sustentada a partir desses quatro pilares: o

autoconhecimento, que é o conhecimento do que sentimos, dos nossos impulsos e fraquezas; autorregulação, que é a capacidade de acolher as emoções e cuidá-las para que não sejam prejudiciais; empatia, que é a capacidade de compreender e considerar os sentimentos de outros; habilidades sociais e de relacionamento, que é a capacidade de relacionar-se melhor com relação à postura do outro (GOLEMAN, p.73, 2011). Utilizando da neuroplasticidade para moldar o cérebro a partir das experiências vivenciadas, o indivíduo percebe a necessidade de investir em práticas que estimulem o autoconhecimento, a empatia e o bom relacionamento entre pares.

Outro importante conceito, segundo Goleman (2012, p.18) e Gardner (2000, p.130)³ é o de Quociente Emocional (QE). O desenvolvimento do QE envolve a identificação, que é a área da autoconsciência dos próprios sentimentos e emoções; a conscientização, que é a área da autorregulação, do autocontrole das emoções; a atitude, que é a capacidade de ser positivo e otimista; a empatia, que é a área da compreensão das emoções do outro; comunicação positiva, que diz respeito à socialização.

A competência socioemocional é uma estrutura complexa que contém outros conceitos, como habilidades, que estão relacionados aos conceitos de inteligência emocional e desenvolvimento socioemocional. Levando em consideração a revisão realizada, pode-se concluir que competência socioemocional pode ser entendida como a soma da competência socioemocional e habilidades inerentes para se comportar de maneira funcional e se adaptar a uma cultura e formação específica. Assim, várias habilidades são entendidas como parte da dimensão da inteligência emocional, incluindo a inteligência intra e interpessoal.

De acordo com a Conferência Nacional de Legisladores Estaduais (NCSL, 2022), o desenvolvimento socioemocional é influenciado pelos fatores: biologia, relacionamentos e meio ambiente. A biologia refere-se às influências genéticas e ao temperamento de uma criança. Relacionamentos são formados com parentes, cuidadores, educadores, outros profissionais que impulsionam o desenvolvimento sociais e emocional. Os fatores ambientais que afetam o desenvolvimento

socioemocional e relacionam o biológico e relacional: ambientes mais harmônicos e com os cuidados básicos geram impactos positivo. Ambientes vulneráveis, estressantes, com responsabilidades e preocupações excessivas geram impactos negativos.

Portanto, deve-se compreender a importância do desenvolvimento das competências socioemocionais e habilidades sociais desde criança até quando o indivíduo se torna adulto, para que evolua e se torne o mais adaptável para conviver em sociedade, atingindo um equilíbrio esperado no seu desenvolvimento humano.

2.3 ESTILOS PARENTAIS UTILIZADOS NA DISCIPLINA POSITIVA

Percebe-se que os pais influenciam no desenvolvimento das habilidades sociais, sendo que as práticas parentais são as estratégias que os pais usam para disciplinar, geralmente comportamentos específicos. E o estilo parental é um conjunto de comportamentos e atitudes dos pais e todo o clima existente entre pais e filhos: expressão corporal, tom de voz, bom ou mal humor e as práticas parentais mais utilizadas.

De acordo com Weber (2021) existem quatro estilos básicos de se comportar como pai e como mãe. O estilo participativo é o mais favorável ao desenvolvimento integral das crianças. Os outros estilos – o autoritário, o negligente e o permissivo – apresentam algumas dificuldades. É possível que, às vezes, os estilos se misturem uma vez ou outra, mas, estudos mostram que os pais geralmente têm um estilo predominante em sua interação com seus filhos.

O estilo autoritário envolve muito limite e pouco afeto, muita exigência, muitas regras e limites rígidos que visam a obediência e controle. Tem como resultado crianças com desempenho razoável na escola e poucos problemas comportamentais, mas são crianças submissas, com baixa autoestima e habilidades sociais reduzidas, além de alto índice de depressão, ansiedade e estresse (SILVA, 2011, p. 289).

Já o estilo permissivo pressupõe pouco limite e muito afeto. Ocorre quando os pais permitem tudo, a ponto do filho ser quem acaba definindo as regras de casa.

Os pais que praticam tal estilo valorizam o filho a ponto de considerarem mais os sentimentos e opiniões do filho, deixando de lado sua própria opinião. Os filhos de pais permissivos apresentam desempenho baixo nos estudos, apegam-se muito a bens materiais, não desenvolveram tolerância à frustração e não se acham capazes de realizar as coisas por si mesmos (SILVA, 2011, p. 290).

No estilo negligente tem-se pouco limite e pouco afeto. Reúne os pais que permitem tudo e não se envolvem no papel de educador, deixando o filho solto. Estabelecem pouco limite, concedem pouco afeto e participam pouco. Esse estilo apresenta as crianças com piores resultados na escola, havendo tendência para comportamentos antissociais, fraco desempenho acadêmico, depressão, baixa autoestima, pessimismo e estresse. Podem ainda apresentar um desenvolvimento atrasado e problemas afetivos e comportamentais (SILVA, 2011, p. 290).

O estilo participativo envolve muito limite e muito afeto, sendo o melhor estilo, pois, aqui os pais têm um alto nível de exigência e de responsabilidade. São pais abertos para as trocas com os seus filhos, utilizando de explicações e permitindo o desenvolvimento da autonomia. Além disso, consideram a opinião dos filhos, fazendo-os participar de decisões e escolhas, considerando os sentimentos, opiniões. Estão disponíveis para brincar, fazer as tarefas, elogiar e valorizar. Os filhos que são educados a partir desse estilo entendem o respeito mútuo e as consequências dos seus comportamentos e a sua responsabilidade no processo. Tendem a ter a autoestima elevada, menores níveis de stress e depressão, mais otimismo, habilidades sociais e percepção de autoeficácia.

Sabe-se que para se ter uma boa educação deve-se manter os limites e o afeto com as duas coisas juntas, mantendo de maneira equilibrada limites e regras.

3 CONCLUSÃO

Conclui-se que as crianças que desenvolvem as habilidades socioemocionais e passam por intervenções têm melhoras significativas nos seus comportamentos e em seus relacionamentos sociais e, além disso, percebe-se uma

melhora na estrutura cerebral, refletindo no seu desenvolvimento acadêmico e nas suas escolhas profissionais no futuro.

As repressões emocionais e físicas vêm sendo transmitidas de geração em geração. Apesar de existirem inúmeros benefícios comprovados cientificamente para a educação respeitosa, esse novo formato de educar não vem para melhorar as crianças, é para melhorar os adultos, para que procurem educar crianças com mais saúde emocional e livres para sentir e expressar. Essa nova abordagem educacional, considera a nossa biologia por trás do comportamento infantil, olhando com atenção para os comportamentos “difíceis”, e o que eles estão tentando comunicar, e como resultado diminui-se a probabilidade dessas crianças desenvolverem traumas ou danos no futuro. A infância é o período mais propício para vivenciar experiências e experimentar diversas oportunidades de errar e acertar a fim de que conquistemos um vasto repertório de experiências. Diante dos problemas e dificuldades diárias, é preciso fazer com que essas crianças consigam tomar a melhor decisão através da resolução de problemas, aumento da autonomia, aumento da autoconfiança, aumento da autoestima, da gestão das emoções: mais autoconhecimento e empatia e menos impulsividade, além de aprenderem a utilizar a comunicação inteligente para expressar necessidades considerando a perspectiva do outro, criando novas oportunidades de aprendizagem.

Na Educação Respeitosa a educação se desenvolve em conjunto com o respeito mútuo, não para desenvolver o medo, e em sua consequência a obediência. O que se busca é promover a responsabilidade e a colaboração por meio do respeito das crianças, provando diariamente que os adultos cuidadores são dignos desse respeito. Então elas se entregarão a essa relação sem receio e reservas. Enquanto as crianças não se sentirem conectadas com os adultos, não têm motivos para seguir aquela condução, desenvolvendo uma relação de respeito, e não de obediência, dos adultos com suas crianças.

As intensas pesquisas sobre o desenvolvimento das habilidades socioemocionais mostram a relevância do papel dos adultos (pais, professores, cuidadores, terapeutas) na relação com as crianças. O papel dos adultos é de grande importância para definir as estratégias a serem utilizadas para se

desenvolver as habilidades socioemocionais. Quando a família se envolve efetivamente no processo, ela passa a dar continuidade em casa e em outros ambientes na construção dessas habilidades, de forma, que o efeito das ações seja potencializado, ampliando os benefícios e fortalecendo os vínculos familiares.

O trabalho da família é o de ajudar a trazer momentos importantes e valiosos para a memória. Deve-se dedicar um tempo durante o dia para desenvolver uma real presença e disponibilidade emocional, escutar com atenção, olhar nos olhos, demonstrar desejo de estar perto. As crianças têm a necessidade de sentir-se parte importante do meio em que vivem, através do amor e da conexão eles passam a se sentir seguros.

Além disso, os pais devem encorajar os seus filhos a se lembrar, fazendo perguntas que os façam recordar dos acontecimentos, desenvolvendo assim a memória e principalmente trabalhando para interagir com memórias mais significativas ao longo do tempo, pode-se incentivar a recordação e a expressão de um acontecimento por meio de um diário.

É necessário que os cuidadores compreendam a diferença entre elogio e encorajamento: o encorajamento concentra-se na tarefa, enquanto o elogio se concentra na pessoa. O elogio geralmente exige uma tarefa bem-sucedida, enquanto o encorajamento foca no esforço. Em várias situações, crianças que são elogiadas buscam fazer coisas, desenhos, se comportam bem só para que os pais fiquem orgulhosos e felizes.

Educar dessa forma pode ser muito desafiador, e a autoestima pode ser uma aliada nesse processo. Trata-se uma construção interna, que vem de dentro para fora. A visão que a criança tem de si própria está conectada à maneira que ela é tratada pelos seus adultos cuidadores. Uma criança que é vista, amada, vai saber se amar, vai entender que tem valor, que é importante. Se uma criança é constantemente criticada, não é acolhida, cresce com uma estima baixa e vai assumir o valor que ela recebe dos adultos cuidadores.

As crianças são consideradas apegadas quando tendem a buscar proximidade e contato com um cuidador específico em momentos de aflição, doença e cansaço. O apego a um cuidador protetor ajuda os bebês a regular suas emoções

negativas em momentos de estresse e aflição e a explorar o ambiente, mesmo quando este contém estímulos amedrontadores. O apego, que é um marco importante de desenvolvimento na vida da criança, continua a ser importante ao longo da vida. Na idade adulta, representações de apego moldam a forma como os adultos se sentem em relação a tensões e estresses nas relações íntimas, entre as quais as relações pais-filhos, e a forma pela qual o *self* é percebido.

Na formação do verdadeiro eu, quando a criança não pode ser verdadeira, ela vai desenvolver um “falso eu”. O elogio focado no adulto vai diminuir a autenticidade da criança, o troféu sempre é sobre a criança, é sobre ela. Mais importante do que elogiar ou encorajar é construir um espaço na sua casa em que a criança possa ser quem ela é, sem precisar fingir ser. É necessário dar espaço para as crianças expandirem ainda mais a relação com os seus cuidadores.

O desenvolvimento das habilidades socioemocionais ou a inteligência emocional desde cedo pode subsidiar diariamente o controle de impulsos e de sentimentos. Isso está diretamente relacionado ao hemisfério direito do cérebro que é responsável pela intuição, sentimentos e emoções. E para que os relacionamentos no trabalho, casa, rua, e no bem-estar físico é necessário observar os cinco pilares da Inteligência Emocional. A pesquisa concluiu que quanto mais situações adversas um indivíduo teve na infância, maior é o seu risco de desenvolver problemas de saúde, tendo em vista que as Experiências Adversas na Infância (EAI) podem impactar adversidades nas crianças em desenvolvimento, até influenciar corpo e cérebro. O conhecimento prévio dos instrumentos de avaliação das EAI pode auxiliar na escolha mais adequadas de estratégias mais adequadas.

Em seu Relatório do Futuro do Trabalho, de 2020, o Fórum Econômico Mundial elenca as habilidades mais importantes para o futuro até 2025. Algumas delas são o pensamento crítico, resolução de problemas, aprendizagem ativa, resiliência, tolerância ao stress e flexibilidade. Através do desenvolvimento dessas habilidades, estamos preparando a nossa criança para o futuro, pois terão sucesso e realização, independente da área profissional. Terão um melhor preparo para escolher uma das áreas de trabalho, terão pensamento criativo, curioso, sempre vão querer aprender, entenderão que a vida não é só prazer, lidarão bem com a

frustração. Serão flexíveis, tolerante ao stress. Essa criança estará preparada para os desafios do futuro.

A função do psicólogo de orientação aos pais ocorre como uma melhor alternativa de um novo padrão que exige reiteração e tempo, funcionando melhor se os pais conseguirem entender como o cérebro dos filhos muda, além de entender como se relacionar com as crianças sem agressividade, ameaças, ou violência e como traumas e essa falta de compreensão podem impactar na saúde física, mental e emocional e afetam as experiências que tinha. Além de mudar, trabalhar para que os pais saiam da zona de conforto, do modo instintivo, automático e assumam uma construção de relacionamentos humanos emocionalmente saudáveis.

A maior dificuldade encontrada em compreender o cérebro infantil é entender que os pais já foram crianças, que já passaram por traumas, dificuldades e falta de compreensão, que não é um pai ou uma mãe ruim se grita, ameaça ou descontrola com seu filho, mas os seus gritos, descontroles e ameaças significam que esses pais possuem necessidades que não foram atendidas, talvez um alto nível de estresse, ou ainda falta de desenvolvimento das habilidades emocionais, além de feridas de infância não ressignificadas ou curadas. São seres humanos que tentam sobreviver e fazer o melhor com as “ferramentas” que possuem. No entanto, não nascemos só para sobreviver, para esperar a sexta-feira e só ser feliz e realizados no final de semana, nascemos para alcançarmos prosperidade nos pilares mais importantes da vida.

REFERÊNCIAS

ALBERTI, R.; EMMONS, M. **Comportamento Assertivo: um guia de autoexpressão**. Belo Horizonte: Interlivros, 1978.

ABRAHÃO, T. **Educar é um ato de amor, mas também é ciência**. São Paulo: Literare Books International, 2022.

AINSWORTH, M. The development of infant-mother interaction among Ganda. In: FOSS, B. M. (Org.). **Determinants of infant behavior**. New York: Wiley, pp. 67-104, 1963.

BAUMEISTER, R.; TWENGE, J. Cultural suppression of female sexuality. **Review of General Psychology**, 6, 2 166-203, 2002.

J. BORJAS, G.; B. DORAN, K. Prizes and Productivity: How Winning the Fields Medal Affects Scientific Output. 2013. 40 p. Pesquisa (Department of Economics)-University of Notre Dame, Indiana, 2013. Disponível em: https://www3.nd.edu/~tjohns20/RePEc/deendus/wpaper/022_Fields.pdf. Acesso em: 04 out. 2022.

BOWLBY J. **Apego**. São Paulo: Martins Fontes, 2. ed,1990.

BOWLBY J. **As origens do apego**. In: Uma base segura: aplicações clínicas da teoria do apego. Porto Alegre: Artes Médicas, p.33-47,1989.

CAMPBELL, P. **Nature peer review trial and debate**. Retrieved January 7, 2016. Disponível em: <http://www.nature.com/nature/peerreview/>. Acesso em 14 out. 2022.

DEL PRETTE, A.; DEL PRETTE, Z. A. P. Transtorno psicológicos e habilidades sociais. In H. J. GUILHARDI (Orgs.), **Sobre Comportamento e Cognição: Contribuições para a Construção da teoria do Comportamento** (Vol. 10, pp. 377-386). Santo André, SP: ESETec, 2002.

DEL PRETTE, A., & Del Prette, Z. A. P. **Aprendizagem socioemocional na infância e prevenção da violência**: questões conceituais e metodologia da intervenção. In A. 2003.

DENNIS, M. **Developmental plasticity in children**: the role of biological risk, development, time, and reserve. *Journal of Communication Disorders* 33, 321-332, 2000.

EIGENMANN, M. **A raiva não educa**: a calma educa. Bauru: Astral, 2022.

FONSECA, M. S. **Prevenção ao abuso de drogas na prática pedagógica dos professores do Ensino Fundamental**. Tese (Doutorado), Universidade Estadual de Campinas, Campinas – SP, 2006.

GARDNER, H. **Inteligência**: um conceito reformulado. Rio de Janeiro: Objetiva, 2000.

GIL, A. C. **Métodos e técnicas de pesquisa social**.6 ed. São Paulo: Atlas, 2008.

GOLEMAN, D. **Inteligência Emocional**. A teoria revolucionária que redefine o que é ser inteligente. Rio de Janeiro: Objetiva, 2011.

GOLEMAN, D. **O cérebro e a inteligência emocional**: novas perspectivas. Tradução Carlos Leite da Silva. - Rio de Janeiro: Objetiva, 2012.

GRESHAM, F. M. Análise do comportamento aplicada às habilidades sociais. In A. Del Prette, & Z. A. P. Del Prette (Orgs.). **Psicologia das habilidades sociais: diversidade teórica e suas implicações** (pp.17-66). Petrópolis, RJ: Vozes, 2013.

HUTZ, C. S. **Avaliação em psicologia positiva**. Porto Alegre: Artmed, 2014.

KANDEL, E. R. **Em busca da memória**. São Paulo: Companhia das Letras, 2009.

LA TAILLE, Yves de; OLIVEIRA, Marta Kohl de. **Piaget, Vigotski, Wallon: teorias psicogenéticas em discussão**. São Paulo: Summus, 2019.

LASCANI, D. **Cérebros**. Psicologia, 2019. Disponível em: https://www.psicologia.pt/artigos/ver_opiniao.php?3-cerebros&codigo=AOP0496; Acesso em 14 out. 2022.

LENT, R. **Cem bilhões de neurônios?** Conceitos fundamentais da Neurociência. 2. ed. São Paulo: Atheneu, 2010.

MASLOW, A. H. **A Theory of Human Motivation**. Disponível em <http://psychclassics.yorku.ca/Maslow/motivation.htm>. Acesso em 14 de out. 2022.

MCCLELLAND, M. M. *et al.* **Interventions in Early Childhood** – The Future of Children. Vol. 27, Number 1, Spring. Princeton: Brookings, 2017.

MILLER, A. **O drama da criança bem-dotada: como os pais podem formar (e deformar) a vida emocional dos filhos**. São Paulo: Summus, 1997.

NELSEN, J. **Disciplina Positiva**. 4. ed. São Paulo: Cultrix, 2007.

NELSEN, J.; DUFFY, R. A. **Disciplina Positiva para crianças de 0 a 3 anos: como criar filhos confiantes e capazes**. SP: Manole, 2018.

PERRY, D. B.; WINFREY, O. **O que aconteceu com você?** Tradução Elisa Nazarian. Rio de Janeiro: Sextante, 2022.

RIZZOLATTI, G. & SINIGAGLIA, C. **Mirror in the brain: how our minds share actions and emotions**. Oxford: Oxford, 2008.

SIEGEL, D; BRYSON, T. **O cérebro da criança**. São Paulo: Nversos, 2008.

SILVA, N. C. **Intervenção domiciliar e envolvimento paterno: efeitos em famílias de crianças com síndrome de Down**. 2011. Tese (Doutorado) – Curso de Pedagogia. Universidade Federal de São Carlos, São Carlos, 2011.

WALLON, H. **Les origines du caractère chez l'enfant**: les préludes du sentiment de personnalité. Paris: Boivin, 1934.

WEBER. L. **Eduque com carinho**. Ed.7. Curitiba: Juruá, 2021.

WEBER, L; STASIACK, G.; BRANDENBURG, O. J. Percepção da Interação Familiar e Autoestima de Adolescentes. **Aletheia**, 17/18, 95-105, 2003.

Recebido em 6/11/2022

Versão corrigida recebida em 15/11/2021

Aceito em 10/12/2022

Publicado online em 15/12/2022