

# VIII SALÃO DE EXTENSÃO



## Promoção e Educação da Saúde para a população das escolas da ULBRA: A promoção de Habilidades de vida para crianças da educação infantil

Autores: Bertoluci, Camila<sup>1</sup>; Vargas, Caroline<sup>2</sup>; Paz, Débora<sup>3</sup>; Rodrigues, Indiará<sup>4</sup>; Maron, Luiza<sup>5</sup>; Fragoso, Rossana<sup>6</sup>; Capone, Pamela<sup>7</sup>; Bisch, Nadia K<sup>8</sup>.

Habilidades de Vida referem-se às habilidades pessoais que potencializam as relações interpessoais. Intervenções que incrementem esse repertório favorecem o desenvolvimento de capacidades emocionais, sociais e cognitivas que resultam em enfrentamento eficaz das demandas e desafios do cotidiano de vida. Objetivou-se promover as competências sociais e afetivas, intervindo para o aprimoramento do repertório de habilidades de vida em pré-escolares. Participaram 87 alunos das turmas de educação infantil das escolas da Rede ULBRA – Canoas. Foram realizados 02 encontros de observações. Após, foram realizadas 04 intervenções nas dependências das escolas, com frequência semanal e duração de 90 minutos. As atividades foram conduzidas por acadêmicos do Curso de Psicologia. Foram realizadas técnicas de dinâmica de grupo lúdicas e a narrativa de histórias. Foi trabalhado a identificação e reconhecimento das emoções e posteriormente, elaboração de comportamentos positivos. Baseadas no filme *Divertida Mente* foram abordadas as emoções de alegria, raiva, tristeza, medo e nojo. As intervenções contemplaram psicoeducação das emoções e, a partir da contação de histórias e discussão sobre o que fazer com o que se sente, elaboração de novas habilidades. Também foram abordadas as relações interpessoais de empatia, respeito e amizade. Na psicoeducação das emoções as crianças não apresentaram estratégias de enfrentamento positivas para agir frente a expressão emocional. Os alunos foram desenvolvendo maior habilidade para falar, perceber e nomear as próprias emoções. O desenvolvimento de comportamentos mais adaptativos foi construído em conjunto entre alunos e acadêmicas. Esse repertório foi feito através de desenhos e contação de histórias. Entre as estratégias propostas estavam o uso do desenho e da conversa como expressão dos sentimentos, combinações de regras como não brigar e xingar quando sentir raiva, usar a técnica de respiração para se acalmar e para lidar com a tristeza abraçar e beijar pessoas significativas. Em geral, todos mostraram bastante entendimento sobre comportamentos adequados e inadequados. No último encontro, foi abordado, a partir da exposição de uma música, as diferenças entre as pessoas. Cada criança observou as diferenças entre um colega escolhido (físicas e de personalidade) e se discutiu como se deve lidar com essas diferenças. Os alunos relataram a importância do respeito e do carinho. Observou-se grande interesse e envolvimento das crianças na execução das atividades. Foram observadas mudanças no repertório comportamental de habilidades de vida das mesmas.

<sup>1 ao 7</sup> Acadêmica de Psicologia/ Universidade Luterana do Brasil – Ulbra Canoas

<sup>8</sup> Professora adjunta do Psicologia/ Universidade Luterana do Brasil – Ulbra Canoas  
Projeto de extensão número 630 – Promoção e Educação da Saúde para a população das escolas da ULBRA  
E-mail: nkrubs@gmail.com