EDUCAÇÃO EMOCIONAL E DESENVOLVIMENTO DE HABILIDADES SOCIOEMOCIONAIS NA INFÂNCIA

MARIA ÉDNA DE LIMA ARAÚJO

RESUMO
A educação emocional e o desenvolvimento de habilidades socioemocionais na infância são essenciais para formar crianças capazes de compreender e gerir suas emoções, relacionar-se de forma saudável, aprender de maneira significativa e se preparar para uma vida social e acadêmica plena. No desenvolvimento dessa pesquisa foi utilizada da metodologia de revisão bibliográfica, sendo utilizado de 8 referências base para sua elaboração, ao qual suas datas de publicações variam de 2007 a 2025, sendo seus idiomas variados também entre arquivos publicados tanto em português, quanto em inglês. O desenvolvimento emocional desde a primeira infância é fundamental para a aprendizagem e o sucesso integral das crianças, pois a autorregulação e a inteligência emocional, cultivadas por meio de vínculos afetivos, práticas pedagógicas intencionais e parceria entre família e escola, formam a base para o equilíbrio, a autonomia e o desenvolvimento cognitivo e social ao longo da vida, dessa forma, compreende-se que o desenvolvimento emocional e das habilidades socioemocionais desde a infância constitui a base indispensável para o aprendizado, a autonomia e a construção de indivíduos equilibrados, socialmente competentes e preparados para enfrentar os desafios da vida.
Palavra-chave: Pedagogia; educação emocional; habilidades socioemocionais.

INTRODUÇÃO

A infância é reconhecida como uma fase crucial para o desenvolvimento integral do ser humano, marcada por descobertas, aprendizagens e formação de identidade. É durante esse período que a criança estabelece as bases emocionais, cognitivas e sociais que orientarão suas relações futuras e sua capacidade de enfrentar desafios ao longo da vida. Nesse contexto, a educação emocional e o desenvolvimento de habilidades socioemocionais assumem papel central, pois não se limitam apenas à aquisição de conhecimentos acadêmicos, mas envolvem a construção de competências que permitem à criança compreender, expressar e gerenciar suas emoções, estabelecer relações saudáveis, tomar decisões responsáveis e lidar de forma eficaz com situações de conflito ou estresse.

A educação emocional pode ser compreendida como o processo intencional de desenvolvimento das capacidades de reconhecer e nomear sentimentos, entender as causas e consequências das próprias emoções, regular comportamentos e cultivar atitudes positivas frente às experiências do cotidiano. Ao mesmo tempo, o desenvolvimento de habilidades socioemocionais inclui competências como empatia, comunicação assertiva, cooperação, autocontrole, resolução de problemas e capacidade de lidar com frustrações. Essas habilidades são fundamentais para que a criança consiga interagir de maneira equilibrada com o mundo à sua volta, construir vínculos afetivos significativos e participar de forma produtiva e ética em diferentes contextos sociais, desde o ambiente familiar até a escola e a comunidade.

Pesquisas em psicologia do desenvolvimento e educação infantil destacam que o aprendizado socioemocional não acontece de forma isolada, mas sim a partir das experiências vividas pela criança em contextos variados. A família, como primeiro núcleo de socialização, exerce influência determinante nesse processo, proporcionando modelos de comportamento, oportunidades de expressão afetiva e estímulos para a autorregulação emocional. Um ambiente familiar acolhedor, em que o diálogo é constante e o afeto é expresso de maneira clara e consistente, favorece a construção de autoestima, segurança emocional e resiliência, preparando a criança para lidar com frustrações e desafios de maneira saudável.

A escola, por sua vez, desempenha papel complementar, oferecendo contextos estruturados e experiências que ampliam a convivência social, promovem a cooperação e estimulam a resolução de conflitos de forma ética e colaborativa. Programas de educação socioemocional, atividades lúdicas, rodas de conversa, jogos cooperativos e estraté-

gias pedagógicas centradas na interação e no cuidado emocional tornam-se recursos essenciais para potencializar o desenvolvimento dessas habilidades, garantindo que o aprendizado vá além da dimensão cognitiva e contemple aspectos afetivos, sociais e éticos. A articulação entre família e escola é, portanto, fundamental, pois garante continuidade, reforço e consistência no desenvolvimento socioemocional da criança.

O desenvolvimento socioemocional na infância também está diretamente relacionado à aprendizagem e ao desempenho acadêmico. Crianças que conseguem identificar e gerir suas emoções, manter a atenção, lidar com a frustração e se relacionar de maneira positiva com colegas e professores apresentam maior engajamento escolar, melhor desempenho em tarefas cognitivas complexas e maior capacidade de solucionar problemas de forma criativa e colaborativa. Por outro lado, crianças que enfrentam dificuldades emocionais, falta de autoconfiança ou problemas de relacionamento tendem a apresentar desmotivação, conflitos frequentes e menor rendimento acadêmico, evidenciando a estreita relação entre competência emocional e sucesso escolar.

Além disso, o desenvolvimento de habilidades socioemocionais contribui para a formação de indivíduos mais éticos, críticos e socialmente conscientes, capazes de atuar de maneira responsável e solidária na sociedade. Investir na educação emocional desde a primeira infância significa, portanto, investir na construção de cidadãos completos, que compreendem suas próprias emoções, respeitam as diferenças, colaboram com o grupo e possuem ferramentas para lidar com os desafios do mundo contemporâneo, cada vez mais complexo, dinâmico e interconectado.

Diante desse cenário, torna-se imprescindível compreender que a educação emocional e o desenvolvimento de habilidades socioemocionais não são processos secundários ou complementares, mas sim componentes centrais do desenvolvimento infantil. A atenção a esses aspectos, associada a práticas pedagógicas consistentes e à participação ativa da família, contribui para criar condições que promovam não apenas aprendizagem acadêmica, mas também bem-estar emocional, resiliência, autoestima e capacidade de convivência social. Assim, estudar e implementar estratégias voltadas ao fortalecimento das competências socioemocionais na infância representa um passo fundamental para garantir o desenvolvimento integral da criança e preparar futuros adultos capazes de enfrentar os desafios da vida de forma equilibrada, consciente e colaborativa.

DESENVOLVIMENTO

O desenvolvimento emocional e a autorregulação desde os primeiros anos de vida são aspectos determinantes para o sucesso escolar, social e pessoal das crianças. Diversos estudos (Housman, 2017; Graziano et al., 2007; Muñoz-Oliver et al., 2022; Nascimento et al., 2024) apontam que as emoções, longe de serem elementos secundários, constituem a base sobre a qual se constrói a aprendizagem e o comportamento humano. A neurociência demonstra que os primeiros cinco anos de vida representam uma janela crítica para o aprendizado, período em que o cérebro é altamente sensível às experiências emocionais e às interações sociais. Nesse estágio, as relações entre a criança e o cuidador, caracterizadas pela corregulação, são fundamentais, pois é por meio delas que a criança aprende a reconhecer, expressar e controlar suas emoções, formando as bases da autorregulação e da estabilidade afetiva (Housman, 2017).

O equilíbrio emocional, portanto, não é inato, mas construído a partir das experiências de cuidado, segurança e empatia vividas na infância. Essa ideia é reforçada por Graziano et al. (2007), que destacam que crianças com dificuldades de regulação emocional tendem a apresentar maior propensão a comportamentos desafiadores, dificuldades de socialização e baixo rendimento escolar. A capacidade de gerenciar emoções, como frustração, medo ou raiva, favorece a atenção, a memória e o autocontrole, funções cognitivas indispensáveis à aprendizagem. Além disso, os vínculos afetivos entre professor e aluno exercem papel decisivo: relações empáticas e acolhedoras aumentam a motivação, a autoconfiança e a disposição para aprender, mostrando que a dimensão emocional é intrinsecamente ligada ao desempenho acadêmico.

Com base nessa compreensão, Housman (2017) desenvolveu o programa ECSEL (Emotional Cognitive Social Early Learning), que propõe o ensino estruturado das competências socioemocionais desde o nascimento. Através de recursos como o "Peace Table", o "Emotion Chart" e o "Mood Mirror", as crianças são incentivadas a identificar seus sentimentos, compreender suas causas e resolver conflitos de forma construtiva. Um dos pilares do método é o CTEE (Causal Talk in the Context of Emotional Experience), uma estratégia que estimula a reflexão sobre o que se sente no momento da emoção, transformando situações de estresse em oportunidades de aprendizagem e autoconhecimento. O ECSEL destaca ainda a importância da formação emocional de pais e professores, para que sirvam de modelos positivos e contribuam para a construção de ambientes afetivos, empáticos e colaborativos.

Estudos mais recentes confirmam o impacto dessas competências sobre o desenvolvimento global. Muñoz-Oliver et al. (2022), ao revisarem 41 programas de educação emocional (EE) em diferentes países, demonstram que a inteligência emocional (IE), entendida como a habilidade de reconhecer, compreender e gerir emoções próprias e alheias, tem efeitos diretos na melhoria do comportamento, na redução de conflitos e no aumento do rendimento escolar. Os autores explicam que programas mais longos e contínuos produzem resultados mais consistentes, especialmente quando envolvem tanto os professores quanto as famílias. No entanto, apontam desafios persistentes, como a carência de formação docente e o baixo engajamento familiar, observando que apenas 17% dos programas analisados incluíam os pais nas atividades.

Essa perspectiva encontra consonância com Nascimento et al. (2024), que defendem que a educação emocional deve ser uma prática pedagógica intencional e transversal, permeando todas as áreas do currículo. O desenvolvimento de competências como empatia, resiliência, autocontrole e autoconhecimento só se torna efetivo quando vivenciado no cotidiano escolar e familiar. Os autores enfatizam que a escola e a família devem atuar em parceria, construindo um ambiente de apoio mútuo e diálogo que fortaleça o equilíbrio emocional das crianças. Assim, a formação docente contínua e o uso de metodologias ativas são fundamentais para criar espaços educativos mais humanos e inclusivos, nos quais o exemplo do educador tem papel formador tão importante quanto o conteúdo ensinado.

De modo complementar, Melo Castro et al. (2021) ampliam o olhar sobre a relação entre emoção e cognição, demonstrando que o desempenho escolar depende da integração entre fatores cognitivos, socioemocionais e de personalidade. A inteligência fluida, que envolve raciocínio e resolução de problemas, e a inteligência emocional, ligada à compreensão e regulação dos sentimentos, atuam conjuntamente na formação de alunos mais autônomos e persistentes. Além disso, traços de personalidade como amabilidade e abertura à experiência mostraram-se preditores importantes de rendimento acadêmico em português e matemática, evidenciando que a aprendizagem é um processo integral, que envolve mente, emoção e caráter.

Essa concepção integradora é reforçada por Thümmler et al. (2022) e Souza et al. (2024), que destacam a inteligência emocional e o reconhecimento das emoções como pilares do desenvolvimento integral. Ambientes escolares afetivos e professores emocionalmente conscientes ampliam a criatividade, fortalecem vínculos e promovem o bem-estar psicológico. Inspirando-se em autores como Durlak (2011), Dweck (2006) e Fredrickson (2012), esses estudos apontam que as emoções positivas potencializam a motivação e a aprendizagem, enquanto o medo e a insegurança tendem a inibi-las.

No campo das políticas públicas, Pires et al. (2024) argumentam que o investimento no desenvolvimento socioemocional na infância é também uma estratégia de inclusão social e de combate à pobreza. Com base na teoria das "capacidades" de Amartya Sen e Martha Nussbaum, os autores sustentam que promover empatia, autocontrole e persistência amplia as oportunidades reais de cada indivíduo "ser e fazer" na sociedade. Um exemplo é o Programa Criança Feliz (PCF), criado no Brasil em 2016, que realiza visitas domiciliares para orientar famílias sobre práticas de estímulo ao desenvolvimento infantil.

Apesar de desafios como a baixa participação paterna e a sobrecarga materna, o PCF representa um avanço importante ao reconhecer que o cuidado emocional e o vínculo familiar são condições indispensáveis para o desenvolvimento pleno das crianças.

Dessa forma, a soma das evidências teóricas e empíricas permite concluir que o desenvolvimento emocional não é apenas um complemento, mas um eixo estruturante da formação humana. Educar as emoções é educar para a convivência, para a autonomia e para o pensamento crítico. A integração entre emoção e cognição, defendida por autores como Housman (2017), Graziano et al. (2007) e Muñoz-Oliver et al. (2022), sustenta que aprender é, antes de tudo, um ato afetivo, que requer empatia, escuta e vínculo. Assim, investir em educação emocional desde a primeira infância é investir na construção de uma sociedade mais empática, resiliente e equilibrada, em que o conhecimento e o afeto caminham juntos na formação integral do ser humano.

DISCUSSÃO

Discutir o desenvolvimento emocional na infância implica compreender que aprender é um processo profundamente humano, no qual razão e emoção caminham juntas. As primeiras experiências de vida são determinantes para a formação das estruturas cognitivas e afetivas que acompanharão o indivíduo ao longo da trajetória escolar e social. O que a criança vivencia em termos de afeto, segurança e acolhimento se transforma em base para o desenvolvimento da atenção, da memória, da linguagem e do comportamento. Assim, o cuidado emocional e a qualidade das interações que ela estabelece com os adultos são elementos que moldam sua capacidade de aprender, se autorregular e construir vínculos saudáveis.

A infância é um período de intensa plasticidade cerebral, em que o cérebro responde com sensibilidade aos estímulos e às relações interpessoais. Nesse cenário, a aprendizagem emocional deve ser entendida como um processo educativo intencional e contínuo, que se inicia no convívio familiar e se consolida na escola. A família representa o primeiro espaço de socialização, onde a criança aprende a reconhecer emoções, observar reações e desenvolver a noção de empatia. Já a escola amplia essas experiências, oferecendo contextos estruturados de convivência, cooperação e respeito mútuo. Quando essas duas esferas atuam de forma integrada e coerente, o desenvolvimento socioemocional ocorre de maneira mais equilibrada e significativa.

O papel da escola, portanto, vai muito além da transmissão de conteúdos acadêmicos. Ao assumir a responsabilidade de educar para as emoções, ela se torna um ambiente de convivência, escuta e construção de vínculos. O professor, como mediador das relações e modelo emocional, exerce influência direta sobre o modo como as crianças lidam com sentimentos e desafios. Ambientes escolares acolhedores e afetivos favorecem o desenvolvimento da autorregulação, estimulam a curiosidade e fortalecem a confiança dos alunos. Quando a criança se sente segura emocionalmente, ela se permite aprender, participar e expressar-se com liberdade, o que repercute positivamente em seu desempenho cognitivo e social.

O desenvolvimento socioemocional está profundamente relacionado à aprendizagem. Crianças emocionalmente equilibradas apresentam maior concentração, persistência diante das dificuldades e melhor capacidade de resolver problemas de forma criativa. Por outro lado, dificuldades emocionais podem comprometer a atenção, gerar desmotivação e interferir no rendimento escolar. Essa relação evidencia que a inteligência emocional não é um complemento do processo educativo, mas uma condição essencial para o sucesso acadêmico e pessoal. Educar as emoções, portanto, é preparar o terreno para que o conhecimento floresça de forma plena.

As metodologias de ensino que valorizam o aspecto emocional da aprendizagem têm se mostrado eficazes na promoção de ambientes mais colaborativos e humanos. Atividades que envolvem diálogo, cooperação e expressão de sentimentos ajudam as crianças a compreender melhor suas próprias emoções e as dos outros, desenvolvendo empatia e autocontrole. Estratégias como rodas de conversa, dramatizações, jogos cooperativos e projetos de convivência estimulam o aprendizado de maneira prazerosa e signifi-

cativa, transformando o espaço escolar em um ambiente de desenvolvimento integral.
Outro aspecto essencial diz respeito à formação docente. O professor que compreende a importância da dimensão emocional na educação atua de forma mais sensível e intencional, reconhecendo que o comportamento da criança é uma forma de comunicação e que suas emoções precisam ser acolhidas, não reprimidas. A formação continuada, voltada à educação socioemocional, possibilita que o educador desenvolva competências de escuta, empatia e mediação de conflitos, tornando-se exemplo de equilíbrio e respeito. Quando o professor se conhece emocionalmente, ele também ensina pelo exemplo, e o exemplo é uma das mais poderosas formas de aprendizado.
Além da escola e da família, o desenvolvimento emocional também deve ser entendido como responsabilidade coletiva e política. Investir em programas voltados à primeira infância é investir no futuro social, econômico e humano de uma nação. Iniciativas públicas que orientam famílias e fortalecem vínculos afetivos têm potencial para reduzir desigualdades, prevenir problemas de comportamento e promover inclusão social. A educação emocional, nesse sentido, é uma estratégia de transformação, pois amplia as capacidades das crianças de compreenderem o mundo, de fazerem escolhas conscientes e de contribuírem para a convivência em sociedade.
A construção das competências socioemocionais, portanto, não se resume à aprendizagem de técnicas de controle emocional, mas envolve a formação de sujeitos conscientes de si e do outro. Quando a criança aprende a lidar com suas emoções, a reconhecer limites, a respeitar diferenças e a agir com empatia, ela desenvolve não apenas habilidades pessoais, mas também valores éticos e sociais. Essa formação integral é o que possibilita a construção de uma sociedade mais equilibrada, colaborativa e solidária.
Em síntese, a discussão sobre o desenvolvimento emocional e as habilidades socioemocionais na infância revela que a educação, para ser completa, precisa tocar o coração tanto quanto a mente. Aprender é um ato que nasce do afeto, da confiança e da segurança emocional. A integração entre família, escola e sociedade cria o alicerce para que a criança cresça confiante, resiliente e capaz de lidar com as complexidades do mundo contemporâneo. Investir na educação emocional é, portanto, investir na humanidade, na construção de indivíduos mais conscientes, empáticos e preparados para viver de forma equilibrada e significativa.

CONCLUSÃO

As evidências reunidas ao longo deste trabalho convergem para uma ideia clara e transformadora: a educação emocional não é um acessório do processo educativo, é o seu alicerce. Desde a plasticidade cerebral observada na primeira infância até os impactos observados no rendimento escolar, no comportamento e nas relações sociais, fica evidente que ensinar a reconhecer, nomear e regular emoções é tão fundamental quanto ensinar a ler e a calcular. Em outras palavras, aprender é sempre um ato que envolve mente e afeto em conjunto; negligenciar qualquer um desses polos empobrece a formação integral da criança.
Do ponto de vista prático, isso implica deslocar a educação socioemocional do campo das intenções para o da rotina institucional: programas estruturados (como o ECSEL) e práticas cotidianas, rodas de conversa, atividades lúdicas, espaços para mediação de conflitos, uso de instrumentos como “Peace Table”, “Emotion Chart” e “Mood Mirror”, devem conviver com atividades cognitivas, enriquecendo-as. O professor, mais do que transmissor de conteúdos, é agente modelador de comportamentos: sua formação emocional e seu posicionamento empático atuam diretamente sobre o clima da sala, a motivação dos alunos e a eficácia das intervenções pedagógicas.
Para que essa transformação seja consistente e sustentável, três condicionantes aparecem como essenciais. Primeiro, a formação docente contínua e de qualidade: não se trata apenas de ensinar técnicas, mas de oferecer suporte reflexivo e prático para que professores integrem a dimensão emocional às suas práticas diárias. Segundo a articulação família–escola: ações que considerem o lar como ambiente formador, exemplificadas por iniciativas de visitas domiciliares, orientação parental e programas que envolvam

cuidadores, ampliam e consolidam os ganhos obtidos na escola. Terceiro, a continuidade das intervenções: intervenções breves apresentam efeitos limitados; programas duradouros e com reforços periódicos tendem a promover mudanças mais robustas e duradouras.

A política pública tem papel decisivo nesse cenário. Investir precocemente em programas voltados à primeira infância, com financiamento estável, formação adequada de agentes e mecanismos de monitoramento, é, simultaneamente, investimento em inclusão social e redução de desigualdades. Iniciativas como o Programa Criança Feliz demonstram a importância de políticas integradas, mas também apontam a necessidade de superar desafios operacionais (captação e formação de equipes, participação paterna, mitigação da sobrecarga materna) para maximizar o impacto social das intervenções.

No plano do desenho de programas e da pesquisa, alguns encaminhamentos se mostram urgentes e produtivos: 1) priorizar intervenções que integrem família, escola e comunidade; 2) garantir duração e reforços suficientes para a consolidação das competências; 3) adaptar materiais e estratégias ao contexto cultural de cada comunidade; 4) sistematizar avaliações longitudinais que avaliem não só ganhos imediatos, mas a manutenção dos efeitos ao longo do tempo; e 5) ampliar a participação paterna e de outros cuidadores no processo, como forma de promover pluralidade de modelos afetivos e aliviar cargas desiguais sobre as mães.

Por fim, entre o diagnóstico e a ação há uma via prática e factível: pequenas mudanças de rotina, momentos regulares de escuta, estratégias de mediação de conflitos, incorporação de linguagem emocional nas atividades escolares, formação continuada e parcerias locais, produzem efeitos cumulativos significativos. Ao reconhecer que a competência emocional é tanto uma condição de bem-estar quanto um preditor de aprendizagem, educadores, gestores e formuladores de políticas encontram uma via potente para formar pessoas mais autônomas, empáticas e preparadas para os desafios do século XXI.

Conclui-se, portanto, que investir na educação emocional desde a infância é investir na base de uma vida escolar e social mais rica, justa e sustentável: é plantar, cedo, os recursos que permitirão às crianças crescer com equilibro, criatividade e responsabilidade, qualidades indispensáveis para indivíduos e sociedades mais saudáveis.

REFERÊNCIAS

HOUSMAN, DK. The importance of emotional competence and self-regulation from birth: a case for the evidence-based emotional cognitive social early learning approach. International journal of child care and education policy, v. 11, n. 13, 2017. Acesso em 09 de agosto de 2025. Disponível em : <https://ijccep.springeropen.com/articles/10.1186/s40723-017-0038-6?>

GRAZIANO, PA; et al. The role of emotion regulation and children's early academic success. J Sch Psychol, v. 45, n. 1, p. 3-19, 2007. Acesso em: 09 de agosto de 2025. Disponível em: < https://pmc.ncbi.nlm.nih.gov/articles/PMC3004175/>

MELO CASTRO, AM; HAAS BUENO, JM; PEIXOTO, EM. Socioemotional and cognitive skills: its relation to school performance in emelementary school. School, v. 31, 2021. Acesso em 09 de agosto de 2025. Disponível em: <https://revistas.usp.br/paideia/article/view/198354/182506>

MUÑOZ-OLIVER, B; GIL-MADRONA, P; GÓMEZ-RAMOS, JL. The development of emotional programmes in education settings during the last decade. Children, v. 9, n. 4, 2022. Acesso em: 11 de agosto de 2025. Disponível em: <https://www.mdpi.com/2227-9067/9/4/456>

NASCIMENTO, EC; et al. Desenvolvimento das habilidades socioemocionais para estudantes da educação infantil. Caderno pedagógico, n. 1, v. 21, 2024. Acesso em 10 de agosto de 2025. Disponível em: <https://doi.org/10.54033/cadpedv21n1-123>

PIRES, MS; FAVA, AC; KUWAHARA, MY. Investing in socio-emotional skills during early childhood to achieve capabilities and fight poverty: overcoming socioeconomic vulnerabilities in Brazil through criança feliz. American review of political economy, v. 18, n. 2, 2024. Acesso em: 09 de agosto de 2025. Disponível em: <https://arpejournal.com/article/243/galley/277/view/>

SOUZA, FG; et al. O papel da educação socioemocional na primeira infância. Anais do X CONEDU, 2024. Acesso em 10 de agosto de 2025. Disponível em: < https://editorarealize.com.br/index.php/artigo/visualizar/112140?>
THÜMMLER, R; ENGEL, EM; BARTZ, J. Strengthening emotional Development and emotion regulation in childhood – as a kay task in early childhood education. International journal of environmental research and public health, v. 19, n. 3978, 2022. Acesso em: 10 de agosto de 2025. Disponível em: <https://pmc.ncbi.nlm.nih.gov/articles/PMC8998041/pdf/ijerph-19-03978.pdf>