



Fonte: Arquivo pessoal Profª Tatiana

As Emoções em Tempo de Pandemia!

EMANUELLY VICTÓRIA WILBERT DA SILVA
MARIA EDUARDA GODÓI PINHEIRO
YASMIN WILLMS SCHMITZ



Tatiana de Quadros da Silva; Sílvia Angélica dos Santos

O PROJETO É O DESENVOLVIMENTO DA SAÚDE EMOCIONAL DOS ALUNOS, QUE FOI TÃO ABALADA DURANTE O ISOLAMENTO SOCIAL E DISTÂNCIAMENTO ESCOLAR NA PANDEMIA DE COVID-19.

Problema de Pesquisa

Como lidar com a bagunça de emoções geradas pela pandemia de covid-19?

Hipóteses

- Conhecendo como funcionam as emoções;
- Saber trabalhar estas emoções;
- Entender que às vezes precisamos de ajuda.

Objetivo

Saber reconhecer e compreender as nossas emoções, aprendendo a lidar melhor com as situações e com o que sentimos.



Fonte: Arquivo pessoal Profª Tatiana

Justificativa

A escola é um espaço privilegiado na formação de valores, onde devemos desde cedo mostrar aos pequenos a importância de cuidar de nós mesmos e das pessoas que estão ao nosso redor. O presente trabalho sobre as emoções quis esclarecer como nossas emoções e sentimentos podem afetar profundamente o comportamento.

Metodologia

O projeto foi desenvolvido entre os dias 06 de junho e 23 de agosto de 2021. Foi uma pesquisa bibliográfica e ações práticas, aprofundando assim o interesse pela pesquisa, propiciando o reconhecimento desta, enquanto uma rica fonte de conhecimento. As diversas atividades e técnicas realizadas foram registradas em vídeo, no caderno de campo, no caderno dos alunos, em fotos e ilustrações. Todas as atividades desenvolvidas possibilitaram aos alunos a construção do seu próprio conhecimento, possibilitando assim uma aprendizagem significativa.

Resultados

O entendimento que desde pequenos precisamos cuidar do nosso corpo e da nossa mente, criando rotina com técnicas de meditação, respiração, rodas de conversa entre outras atividades, que nos ajudam a nos conhecer melhor.

Considerações Finais

Ficou muito claro com a pesquisa, que este não foi apenas um projeto para a feira da escola e do município, e sim o projeto para a nossa vida. Entendemos que as coisas acontecem no nosso dia-a-dia, não podem ser evitadas, mas a maneira como nos comportamos e reagimos, isso sim pode ser controlado. Só depende de nós!

Referências Consultadas

As emoções da criança durante a pandemia. Disponível em:
<https://www.blogdaletrinhas.com.br/conteudos/visualizar/Um-ano-de-pandemia-como-esta-a-saude-emocional-das-criancas>. Acesso em 08 de agosto de 2021.

Emoções na pandemia. Disponível em:
<https://saude.abril.com.br/blog/com-a-palavra/o-que-aprendemos-com-as-nossas-emocoes-na-pandemia-do-coronavirus/>. Acesso em 07 de agosto de 2021.

Paralisação da Educação. Disponível em:
<https://gauchazh.clicrbs.com.br/saude/noticia/2020/03/coronavirus-paralisa-ensino-no-rio-grande-do-sul-ck7v1v3ub052x01oa93qf3zd9.html>. Acesso em 08 de agosto de 2021.

Saúde Mental. Disponível em:
https://www.ninhosdobrasil.com.br/saude-mental-infantil-na-panemia?gclid=CjwKCAjwqb6IBhAREiwAgMYKRm5vmQZM632udiOaiHAGthJix948hrWfs11zodfXqbE_j7WuZ_XeGhCnjkQAVD_BwE. Acesso em 07 de agosto de 2021