

Março 2021

MESTRADO EM EDUCAÇÃO PRÉ-ESCOLAR

As emoções na Educação Pré-Escolar - o livro infantil como dispositivo pedagógico

RELATÓRIO DE ESTÁGIO APRESENTADO À
ESCOLA SUPERIOR DE EDUCAÇÃO DE PAULA FRASSINETTI
PARA A OBTENÇÃO DE
GRAU DE MESTRE EM EDUCAÇÃO PRÉ-ESCOLAR

DE

Mariana Costa Magalhães

ORIENTAÇÃO

Doutora Ana Luísa de Oliveira Ferreira



PAULA
FRASSINETTI



PAULA **FRASSINETTI**

Educação com Rumo

Escola Superior de Educação de Paula Frassinetti

Mestrado em Educação Pré-Escolar

As emoções na Educação Pré-Escolar – o livro infantil como dispositivo pedagógico

Mariana Costa Magalhães

Porto

2021



PAULA **FRASSINETTI**
Educação com Rumo

Escola Superior de Educação de Paula Frassinetti
Mestrado em Educação Pré-Escolar

Relatório de Estágio apresentado à Escola Superior de Educação de Paula
Frassinetti para a obtenção de grau de Mestre em Educação
Pré-Escolar

Por Mariana Costa Magalhães

Sob orientação da Doutora Ana Luísa de Oliveira Ferreira

Porto

2021

Agradecimentos

Chegou ao fim uma das etapas mais importantes da minha vida. Foi uma longa caminhada, repleta de inúmeros desafios, alegrias, momentos menos bons, muito cansaço, superações, autoconhecimento, aventuras, boas memórias, esforço, trabalho e dedicação.

Não posso deixar de agradecer, por isso, a quem me acompanhou ao longo destes cinco anos, me apoiou, abraçou e viveu comigo esta etapa tão bonita.

Agradeço aos meus pais, que possibilitaram que chegasse até aqui e sempre me apoiaram e incentivaram a nunca desistir. O agradecimento mais especial de todos é dirigido à minha irmã, o meu maior exemplo e apoio, a pessoa que nunca, por um segundo que fosse, deixou de acreditar em mim e teve sempre uma palavra de conforto e um abraço-casa para me dar. São o meu pilar!

À minha orientadora, a Doutora Ana Luísa de Oliveira Ferreira, agradeço pelo apoio constante, pela preocupação, exigência, dedicação e confiança que depositou em mim. Obrigada por se entusiasmar tanto quanto eu a cada ideia nova e por todos os ensinamentos que me transmitiu ao longo destes anos. Agradeço também ao Professor Doutor Júlio Emílio Pereira de Sousa, por me incutir o gosto pela temática das emoções e por toda a ajuda no processo de conceção do presente relatório de estágio.

Agradeço às amigas que fiz na faculdade, por terem aparecido no meu caminho, por terem vivido esta caminhada a meu lado, por a tornarem única e por ficarem para a vida. Em especial, ao meu *Unbreakable Squad*, à equipa Charlie Chaplin, à Carina, à Gabriela, à Tita e à Rita. Obrigada pelo companheirismo e amizade!

Por fim, mas não menos importante, agradeço à minha segunda família: a Mariana, o Dinis, a Márcia e o André. Obrigada por compreenderem as longas horas de trabalho e, por vezes, de ausência, e por se mostrarem sempre orgulhosos por cada conquista minha. São os melhores amigos do mundo!

Um agradecimento especial vai também para alguém que, apesar de ter surgido apenas no final da minha vida académica, esteve sempre disponível para mim, motivou-me, ajudou-me e teve sempre uma palavra reconfortante nos dias menos bons, fazendo-me crer que era capaz: obrigada, Marcos.

Por fim, agradeço a todos os entrevistados pela disponibilidade e às crianças tão especiais que se cruzaram comigo neste percurso.

Obrigada!

Resumo

O presente relatório de estágio tem como título *As emoções na Educação Pré-Escolar – o livro infantil como dispositivo pedagógico*, e está organizado a partir de duas grandes temáticas: as emoções e a literatura para a infância.

Um dos principais objetivos desta investigação era garantir que as crianças não só fossem capazes de identificar e reconhecer as suas emoções e as dos outros, como também conseguissem fazer uma boa gestão e controlo das mesmas. Por isso, aliando as emoções à literatura para a infância, a partir das obras da coleção *As Emoções do Gastão*, de Aurélie Chien Chow Chine, foram desenvolvidas cinco propostas de atividades para trabalhar as emoções, funcionando o livro infantil como um dispositivo pedagógico.

Como as propostas de atividades não foram colocadas em prática com o grupo de crianças, por estarmos a atravessar uma pandemia provocada pela COVID-19, procurámos compreender, então, através de entrevistas realizadas a profissionais de saúde e a profissionais de educação, se os livros infantis são considerados uma boa ferramenta para trabalhar as emoções. Além disso, realizámos também uma entrevista à editora da coleção em estudo, com o intuito de compreendermos o porquê da recente e crescente aposta em livros infantis que tratem o tema das emoções.

A partir da interpretação, análise e discussão dos dados obtidos através da metodologia qualitativa, pudemos comprovar que o livro infantil é visto como uma ótima ferramenta para trabalhar as emoções, pois possui diversas potencialidades e contribui para o desenvolvimento emocional das crianças. A aposta em livros infantis e no tema das emoções também tem sido inegável, uma vez que a educação e inteligência emocionais têm um peso fundamental na formação das crianças, sendo importante trabalharmos estes conceitos desde tenra idade.

Palavras-Chave: Educação Pré-Escolar; Emoções; Livro Infantil; Dispositivo Pedagógico; Papel do Educador de Infância.

Abstract

The present paper is entitled *Emotions in Preschool Education – children's books as a pedagogical device*, and is organized around two main themes: emotions and children's literature.

One of the main objectives of this investigation was to assure that children were not only able to identify and recognize their emotions and those of others, but also that they were able to manage and control them. For this reason, and connecting the emotions with literature for children, we used books from the collection *Little Unicorn*, by Aurélie Chien Chow Chine, as a pedagogical device and developed five activity proposals to work on emotions.

Because the activity proposals were not put into practice with the group of children, as we are going through a pandemic caused by COVID-19, we then tried to understand, through interviews with health and education professionals, if children's books are considered a good device for working on emotions. In addition, we also conducted an interview with the editor of the collection under study, in order to understand the reason for the recent and growing investment in children's books that deal with the theme of emotions.

From the interpretation, analysis and discussion of the data obtained through this qualitative methodology, we can prove that children's books are seen as a great device for working on emotions, because they have several potentialities and contribute to children's emotional development. The focus on children's books and on the subject of emotions has also been undeniable, since emotional education and emotional intelligence play a fundamental role in the formation of children, and it is important to work on these concepts from an early age.

Keywords: Preschool Education; Emotions; Children's Books; Pedagogical Device; The Role of the Infant Teacher.

Índice

Introdução.....	1
Parte I – Enquadramento Teórico	2
1. Educação emocional.....	3
2. Importância da literacia emocional na regulação emocional.....	7
3. Inteligência emocional.....	9
4. Mindfulness	11
5. Características da literatura para a infância	12
6. O álbum enquanto dispositivo pedagógico.....	14
Parte II – Enquadramento Metodológico	17
1. Contextualização da investigação	18
2. Objetivos da investigação	19
3. Metodologia	19
4. Técnicas e instrumentos de recolha de dados	21
5. Caracterização do contexto.....	22
6. Caracterização do grupo de crianças	27
7. Análise documental	33
7.1 – Resumo das obras.....	33
7.2 – Quatro tipos de atividade mental mobilizados pela leitura literária.....	37
8. Intervenção educativa.....	40
8.1 – Propostas de atividades	41
Parte III – Apresentação e Discussão dos Resultados.....	50
Considerações finais	57
Prospetivas de investigação.....	60
Referências bibliográficas	61
Sitografia	65
Apêndices	66
Anexos.....	74

Índice de figuras

Figura 1 — Cinco títulos da coleção *As Emoções do Gastão*, de Aurélie Chien Chow
Chine

Figura 2 — Associação dos estados do tempo a estados de espírito

Figura 3 — Teia das Emoções

Figura 4 — Kit da Calma

Figura 5 — Vamos desenhar a tristeza!

Figura 6 — Desfaz o teu medo!

Figura 7 — Em cada carta... uma emoção!

Índice de tabelas

Tabela 1 — Áreas de Conteúdo das OCEPE

Tabela 2 — Quatro tipos de atividade mental mobilizados pela leitura literária

Índice de abreviaturas

IE — Inteligência Emocional

OCEPE — Orientações Curriculares para a Educação Pré-Escolar

Introdução

O presente relatório de estágio foi elaborado no âmbito do Mestrado em Educação Pré-Escolar, na Escola Superior de Educação de Paula Frassinetti, para a obtenção de grau de Mestre em Educação Pré-Escolar, sob a orientação da Professora Doutora Ana Luísa de Oliveira Ferreira.

A primeira parte deste relatório, o enquadramento teórico, está organizada a partir de duas grandes temáticas: as emoções e a literatura para a infância. Relativamente à temática das emoções, importou clarificar alguns conceitos como o de educação emocional, qual a distinção entre emoção e sentimento e quais os diferentes tipos de emoções e sentimentos.

Além disso, um dos pontos abordados foi também a importância da literacia emocional na regulação emocional, introduzindo-se, de seguida, o conceito de inteligência emocional e, posteriormente, de mindfulness — uma prática essencial a ser trabalhada com as crianças, desde pequenas, por vivermos num mundo tão acelerado.

No que diz respeito à segunda temática explanada no enquadramento teórico, a literatura para a infância, foram referidas as características da mesma, assim como a definição e as características do álbum — classificação dada à coleção escolhida para abordar as emoções — enquanto dispositivo pedagógico.

A seguir ao enquadramento teórico, apresentamos a segunda parte do relatório de estágio: o enquadramento metodológico. Após a fundamentação teórica, apresentamos aos leitores a finalidade da investigação realizada e as técnicas de investigação utilizadas.

Também encontramos, nesta segunda parte, a caracterização do contexto, do grupo de crianças e o resumo e análise das obras de acordo com os quatro tipos de atividade mental mobilizados pela leitura literária, segundo Corcoran e Evans (1987). Por fim, apresentamos a intervenção educativa, onde são explanadas propostas de atividades.

Na terceira e última parte deste relatório, serão apenas apresentados e discutidos os resultados acerca das entrevistas realizadas, uma vez que, devido à pandemia provocada pela COVID-19, não nos foi possível colocar em prática as propostas de atividades para o grupo de crianças.

Para finalizar, terminamos com as considerações finais, onde será feita uma reflexão geral sobre todo o percurso e processo de conceção deste relatório de estágio e apresentaremos as prospetivas de investigação, as referências bibliográficas, a sitografia e os apêndices e anexos que complementam toda a estrutura do trabalho realizado.

Parte I – Enquadramento Teórico

O presente enquadramento teórico, como já foi referido, está organizado a partir de duas grandes temáticas: as emoções e a literatura para a infância. De forma a dar suporte teórico a estas duas temáticas em análise, apresentamos seis subtemas que nos pareceram de abordagem pertinente, seguindo a lógica explicada acima.

É muito importante aprendermos a lidar com as emoções das crianças e sermos capazes de ajudá-las a geri-las de uma forma adequada, uma vez que estas desempenham importantes funções, tanto a nível individual, como a nível social (nas relações que estabelecemos com os outros).

Segundo Bear, Connors & Paradiso (2017),

para valorizar o significado das emoções, tente imaginar a vida sem elas. Em vez de altos e baixos diários que todos experimentamos, a vida provavelmente nos pareceria uma grande planície vazia de existência, com pouco significado. As experiências emocionais são uma grande parte do ser humano. (p. 617)

Assim sendo, a educação emocional e a educação de valores são conceitos importantes que se devem abordar desde a infância, para que as crianças desenvolvam habilidades e competências socioemocionais, promovendo o desenvolvimento de personalidades socialmente equilibradas.

É, ainda, fulcral salientar a importância da literatura na educação pré-escolar, uma vez que esta proporciona às crianças um desenvolvimento indiscutível em termos emocionais, sociais e cognitivos. Além disso, através da audição de histórias, as crianças adquirem uma postura crítica e reflexiva, algo extremamente relevante para a sua formação cognitiva.

O ato de ouvir histórias pode despertar diversas emoções importantes para o desenvolvimento humano e literário das crianças, como o medo, a raiva, a tristeza, a alegria, entre outras. Posto isto, no que diz respeito à segunda temática — literatura para a infância —, torna-se relevante apresentarmos as suas características, assim como as do álbum ilustrado enquanto dispositivo pedagógico.

Os profissionais de educação têm um papel fundamental e devem ser conscientes sobre a importância da escolha de um bom livro, visto que a literatura para a infância tem um papel importante na formação da criança, não só a nível cognitivo, mas também socioafetivo.

1. Educação emocional

As crianças, desde pequenas, são capazes de sentir todas as emoções, assim como um adulto. A diferença entre ambos está no facto de as crianças não perceberem nem compreenderem, reconhecerem e regularem as suas emoções.

“As emoções permitem que as outras pessoas nos compreendam. Ajudam-nos a conhecermo-nos a nós próprios/as, a sermos verdadeiros/as e a ligarmo-nos profundamente a outras pessoas.” (Greenwood, 2019, p. 13)

Desta forma, a educação emocional tem uma importância fundamental na formação das crianças, uma vez que estas precisam de compreender e interpretar as suas próprias emoções, para não só conseguirem compreender os outros à sua volta, como também para se tornarem indivíduos socialmente equilibrados.

A coach e especialista em Educação e Parentalidade Positiva, Elizabete Neves (citada por Greenwood, 2019, p. 5), refere que “a educação emocional exige paciência, amor e firmeza, mas é transformadora e contribui para crianças e adultos/as equilibrados/as e felizes.”

Uma vez que as emoções estão presentes ao longo de toda a nossa vida, é importante que se trabalhe o conceito de educação emocional com as crianças desde cedo porque, ao falarmos sobre as emoções, estamos a garantir um mundo mais empático, contribuindo para o desenvolvimento de adultos equilibrados e capazes de reconhecer as suas emoções e as emoções dos outros.

Torre (2001, p. 35) define educação emocional como um “processo educativo, contínuo e permanente, que pretende potenciar o desenvolvimento emocional como complemento indispensável do desenvolvimento cognitivo, constituindo-se ambos elementos essenciais ao desenvolvimento da personalidade integral.”

Deste modo, ao fortalecerem o seu lado emocional, as crianças vão conseguir desenvolver a empatia com os outros, tornando-se seres mais humanos, tolerantes e solidários.

Enquanto futuros profissionais de educação, desejamos contribuir para o desenvolvimento e crescimento de crianças felizes, confiantes e resilientes. Para tal, falar sobre emoções é não só uma grande exigência, como também um grande desafio. Os valores subjacentes à prática de um educador de infância, e o modo como os concretiza no jardim de infância, permitem que a educação pré-escolar seja um contexto facilitador da Área de Formação Pessoal e Social.

Assim, a educação pré-escolar assume um papel importante na educação para os valores. “Ao demonstrarem atitudes de tolerância, cooperação, partilha, sensibilidade, respeito, justiça, etc. para com as crianças e adultos (outros profissionais e pais/famílias), os/as educadores/as contribuem para que as crianças reconheçam a importância desses valores e se apropriem deles.” (Silva, Marques, Mata & Rosa, 2016, p. 34)

De acordo com as Orientações Curriculares para a Educação Pré-Escolar (2016), é na Área de Formação Pessoal e Social que a criança desenvolve a capacidade de expressar “as suas emoções e sentimentos (está triste, contente, etc.) e reconhece também emoções e sentimentos dos outros.” (Silva, Marques, Mata & Rosa, 2016, p. 36)

Para uma melhor compreensão da temática complexa que são as emoções, importa distinguir as noções de emoção e sentimento mencionando, de seguida, os diferentes tipos de emoções e sentimentos.

Todos nascemos com a predisposição biológica para sentir emoções como a alegria, a tristeza, a raiva, o medo, o nojo, entre outras. “As emoções são reações aos acontecimentos externos e internos (por exemplo, pensamentos, memórias, sensações), sendo fundamentais e adaptativas. Normalmente, estão associadas a alterações/sensações corporais, como tensão ou relaxamento dos músculos, aumento do ritmo cardíaco, flutuações na temperatura corporal, etc.” (Sárágga, 2018, p. 173)

O Oxford English Dictionary define emoção como “uma agitação ou perturbação do espírito, sentimento, paixão; qualquer estado mental excitado ou veemente” (Goleman, 1997, p. 310). Por outro lado, Goleman (1997, p. 310) interpreta a palavra emoção como “referindo-se a um sentimento e aos raciocínios daí derivados, estados psicológicos e biológicos, e o leque de propensões para a ação.”

Medeiro (2017) afirma que as emoções se distinguem por terem origem em causas ou objetos. Para esta, “as emoções são automáticas e inconscientes. Podem ser negativas ou positivas. Têm carácter versátil, pois variam em intensidade e são de breve duração” (p. 24). Para Sárágga (2018, p. 173), as emoções “são limitadas no tempo e, após atingirem um pico, diminuem de intensidade.”

Segundo o neurologista e neurocientista português, António Damásio, que trabalha no estudo do cérebro e das emoções humanas, (Damásio [António Damásio – A diferença entre emoção e sentimento]), existe uma grande diferença entre emoção e sentimento. O mesmo afirma que as emoções são um programa de ações sucessivas que, apesar de despoletadas pela mente, acontecem dentro do nosso corpo, nos músculos, no coração, nos pulmões, nas reações endócrinas, etc. “Os sentimentos e as emoções surgem

no teu cérebro. A partir dali, podem afetar todas as partes do teu corpo, desde a cabeça aos dedos dos pés.” (Greenwood, 2019, p. 8)

Por outro lado, os sentimentos são, por definição, a experiência mental emocional que temos daquilo que se está a passar no nosso corpo, ou seja, a emoção gera um sentimento. “Os sentimentos são experiências mentais e, por definição, são conscientes. Caso não o fossem, não poderíamos ter conhecimento da sua existência.” (Damásio, 2017, p. 149)

Os sentimentos são, então, consequências das emoções, com características mais duráveis. Medeiro (2017) refere que o sentimento “é orientado para o interior e considerado mais profundo e duradouro do que a emoção, os sentimentos são pessoais e o acesso que temos aos mesmos é privilegiado.” (p. 24)

Apesar de alguns sentimentos estarem relacionados com algumas emoções, muitos não estão: “todas as emoções originam sentimentos, se se estiver desperto e atento, mas nem todos os sentimentos provêm de emoções. Chamo sentimentos de fundo (background) aos que não têm origem nas emoções.” (Damásio, 1995, pp. 159-160)

António Damásio afirma que (Damásio [António Damásio – A diferença entre emoção e sentimento]), em primeiro lugar, acontecem as ações, sendo que grande parte delas se podem ver sem nenhum microscópio: através da cara, a pele pode mudar, os movimentos e reações que temos podem influenciar, etc. Porém, não podemos ver os sentimentos que alguém tem. Se a pessoa, por exemplo, estiver com um sentimento de profunda tristeza, mas quiser enganar outro alguém e comportar-se como se estivesse alegre, consegue fazê-lo, uma vez que nós não temos a capacidade de conseguir ler o que está dentro da cabeça das pessoas. Essa é, portanto, a grande diferença entre aquilo que é comportamental (emoção) do que é mental (sentimento).

No entanto, existem relações entre sentimentos e emoções, por exemplo, as emoções são públicas e inconscientes, enquanto os sentimentos são privados e conscientes. Posto isto, importa agora explicitarmos quais os tipos de emoções e sentimentos que existem.

As emoções podem ser primárias ou universais, secundárias ou sociais e de fundo. Neste sentido, podemos referir que “alguns cientistas dizem que o comportamento humano pode ser dividido entre estas quatro emoções primárias: alegria, raiva, medo e tristeza” (Greenwood, 2019, p. 7). “Todas as emoções, incluindo a raiva, o medo e a tristeza, são importantes. Sem emoções, os humanos seriam como robôs” (Greenwood, 2019, pp. 12-13). Estas são as emoções mais perceptíveis e consideradas inatas ou

“reflexas”, sendo comuns a todos os seres humanos, independentemente dos fatores sociais ou socioculturais.

Segundo Damásio (citado por Casanova, Sequeira & Matos e Silva, 2009, p. 7), as emoções primárias são “inatas, universais, evolutivas, partilhadas por todos e associadas a processos neurobiológicos específicos. Já as secundárias são sociais e resultam da aprendizagem, tal como a vergonha.”

Por outro lado, as emoções secundárias, como, por exemplo, a culpa, a vergonha, a simpatia, o orgulho e a inveja, são mais complexas do que as emoções primárias, dependendo de fatores e variáveis socioculturais, e nem sempre sendo visíveis.

Medeiro (2017) afirma que as emoções secundárias são aprendidas e envolvem a categorização de representações de estímulos, sendo consideradas emoções exageradas e perniciosas. São adquiridas socialmente e “estão intimamente ligadas ao nosso desenvolvimento social, resultantes da aprendizagem e de interações sociais e do nosso próprio desenvolvimento em contextos específicos, de carácter cultural, (por exemplo: a vergonha, o ciúme, a culpa, o orgulho, euforia, ansiedade, inveja).” (pp. 29-30)

Por fim, as emoções de fundo estão relacionadas com o bem-estar ou com o mal-estar interno. São induzidas por estímulos internos, levando o organismo a um estado de tensão ou relaxamento, fadiga ou energia. Como estas emoções não são perceptíveis, como a calma ou a angústia, expressam-se em alterações musculoesqueléticas, refletindo-se em variações na postura e nos movimentos.

As emoções de fundo “são causadas por um esforço físico intenso, pelo remoer de uma decisão complicada de tomar ou pela ansiedade em relação a um acontecimento agradável ou desagradável que nos espera.” (Medeiro, 2017, p. 30)

No que diz respeito aos tipos de sentimentos, encontramos os sentimentos de fundo que, segundo Damásio (1995),

não são nem demasiado positivos nem demasiado negativos, ainda que se possam revelar agradáveis ou desagradáveis. Muito provavelmente, são esses sentimentos, e não os emocionais, que ocorrem com mais frequência ao longo da vida. Um sentimento de fundo não é o que sentimos ao extravasarmos de alegria ou desanimarmos com um amor perdido; os dois exemplos correspondem a estados do corpo emocionais. Ao contrário, ele corresponde aos estados do corpo que ocorrem entre emoções. O sentimento de fundo é a imagem da

paisagem do corpo quando essa não se encontra agitada pela emoção.

(p. 168)

Para encerrarmos este subtema, concluímos que o papel de um educador de infância é essencial, uma vez que é na educação pré-escolar que a criança desenvolve diferentes formas de se relacionar com os outros e de se expressar e, por isso, devemos prepará-las, desde cedo, para saberem viver em sociedade, conversando e trabalhando sobre valores imprescindíveis como a empatia, a tolerância, o respeito e o afeto.

No próximo subtema iremos definir o conceito de literacia emocional, explicitando a sua importância na regulação das emoções.

2. Importância da literacia emocional na regulação emocional

A literacia emocional tem como principal objetivo desenvolver a capacidade de compreender as próprias emoções e responder adequadamente às emoções do outro, compreendendo-as também. Segundo Steiner & Perry (2000, p. 25), esta “compõe-se de três capacidades: a capacidade de compreender as suas emoções, a capacidade de escutar os outros e sentir empatia com as suas emoções e a capacidade de expressar as emoções de um modo produtivo.”

Como a literacia emocional se desenvolve “melhor na infância” – “período crítico de aprendizagem em que as crianças estabelecem as suas várias atitudes” (Steiner & Perry, 2000, p. 201), é fundamental, desde cedo, aprender a compreender, gerir e controlar as emoções.

Goleman (citado por Medeiro, 2017, p. 69) refere que a “literacia emocional está ligada à capacidade de compreender, expressar e saber gerir as suas próprias emoções, assim como de compreender as emoções que os outros possam estar a sentir.”

“As emoções são respostas a estímulos ou situações que afetam fortemente uma pessoa” (Webster-Stratton, 2017, p. 262). Desta forma, segundo Webster-Stratton (2017, p. 262), as respostas emocionais ocorrem em três níveis: o primeiro nível “envolve reações neurofisiológicas e bioquímicas aos estímulos, incluindo todo o processo corporal regulado pelo sistema nervoso autónomo: ritmo cardíaco, fluxo sanguíneo, respiração, secreções hormonais e respostas neuronais”, o “segundo nível da resposta emocional é comportamental”, ou seja, as emoções são expressas nas ações de uma pessoa (expressões faciais e comportamentos como chorar, por exemplo) e, por fim, o terceiro e último nível

da resposta emocional é “cognitivo e envolve a linguagem (falada, escrita ou pensada) através da qual uma pessoa rotula os seus sentimentos.”

Desta forma, a regulação emocional está relacionada com vários fatores e refere-se à “capacidade que um indivíduo tem para controlar adequadamente as suas respostas emocionais (neurofisiológicas e bioquímicas, comportamentais e cognitivas) às situações que ocorrem. O termo desregulação emocional refere-se a um indivíduo cujas respostas emocionais estão habitualmente fora de controlo.” (Webster–Stratton, 2017, p. 262)

A regulação de respostas emocionais é uma aquisição do desenvolvimento socioemocional que não está presente à nascença, ou seja, tem de ser aprendida. Assim, durante a infância ocorre um amadurecimento do sistema de regulação emocional da criança. Segundo Webster-Stratton (2017),

um dos êxitos mais importantes do desenvolvimento associado à emergência da regulação emocional é a aquisição da linguagem e das competências de comunicação por parte da criança. À medida que as crianças desenvolvem a linguagem, tornam-se progressivamente capazes de rotular as suas emoções, os seus pensamentos e as suas intenções. E à medida que as crianças se tornam mais capazes de comunicar as suas necessidades e sentimentos complexos, conseguem regular mais eficazmente as suas respostas emocionais. (p. 263)

Naturalmente, é notório que a educação para a regulação emocional reivindica a sua importância desde a infância. “Este tipo de educação deve ser uma preocupação no processo de formação da criança, pois é uma área fundamental para os desenvolvimentos pessoal e humano e determinante para a construção de seres socialmente equilibrados.” (Silva, 2010, p. 11)

Se as crianças não desenvolverem, durante a infância, habilidades, capacidades e competências socioemocionais, poderão tornar-se adultos insensíveis e indiferentes. A capacidade para perceber e avaliar os nossos estados emocionais permite-nos uma melhor compreensão pessoal e aumenta o nosso autoconhecimento.

Por conseguinte, é importante referir que a autorregulação emocional é uma competência complexa com um forte impacto na vida emocional e social. Segundo Sá (2001, p. 75), está comprovado que crianças e jovens com uma “boa competência emocional estão mais motivados para a aprendizagem, sentem-se competentes e têm uma boa auto-estima, desenvolvem relações positivas com os colegas e os adultos e correm um menor risco de vir a apresentar problemas interpessoais ou emocionais.” É, por isso

mesmo, importantíssimo que se proporcionem oportunidades que permitam às crianças o desenvolvimento de competências emocionais.

No próximo subtema, abordaremos o conceito de inteligência emocional — a capacidade de identificar e lidar com as emoções e sentimentos pessoais e de outros indivíduos. Dominar a própria inteligência emocional significa ser capaz de perceber as suas emoções, saber nomeá-las e desenvolver diferentes estratégias para lidar com as mesmas.

3. Inteligência emocional

Daniel Goleman, psicólogo e escritor, foi o responsável por popularizar o conceito de inteligência emocional, defendendo que o controlo das emoções é essencial para o desenvolvimento da inteligência emocional (IE).

Goleman (citado por Medeiro, 2017, p. 61), afirma que a IE, assenta num conjunto específico de aptidões utilizadas no conhecimento e processamento das informações relacionadas à emoção. Incluindo aptidões como: a capacidade de motivar-se a si mesmo; de se preservar no empenho de tarefas apesar das frustrações pelo caminho; de controlar os impulsos; de adiar as gratificações; de regular os próprios estados de ânimo; de evitar a interferência da angústia nos nossos pensamentos; de sentir empatia; e de confiar nos demais.

Pessoas emocionalmente inteligentes são mais confiantes, avaliam as suas atitudes e pensamentos, relacionam-se de uma maneira mais estável e conseguem encarar situações difíceis com mais facilidade. Assim sendo, ter conhecimento e controlo sobre as próprias emoções e sentimentos é essencial para vivermos uma vida equilibrada.

No dia a dia, deparamo-nos com diferentes situações que nos provocam emoções distintas. A gestão que fazemos dessas mesmas situações é o que nos diferencia uns dos outros. “Quanto mais um indivíduo for capaz de gerir as diferentes emoções (quer agradáveis, quer desagradáveis) da forma mais adaptativa, maior é a probabilidade de apresentar um funcionamento mais adaptativo nos mais diversos domínios de vida: família, trabalho, amigos, colegas, etc.” (Moreira, 2005, p. 2)

A forma como a criança aprende a lidar com os inevitáveis sentimentos e emoções terá um grande impacto na sua vida, daí a importância da inteligência emocional. Crianças

que processem bem os seus sentimentos são mais capazes de construir e manter relações saudáveis, de comunicar de forma positiva e não defensiva, de lidar com os desafios de modo positivo e menos ansioso, ter menos stress e tirar mais proveito da vida. Se a criança não conseguir processar os seus sentimentos com sucesso, fica “bloqueada” e, sempre que passar por uma situação semelhante, irá sentir o mesmo. Ou seja, essa situação desencadeará sempre esse sentimento.

Deste modo, podemos depreender “que as dimensões afetiva, emocional e sentimental interferem na vida da criança, sobretudo na esfera social” (Marques, 2017, p. 22). A capacidade de gerir e controlar as suas emoções, o “conhecimento dos seus sentimentos assim como o desenvolvimento da empatia são a chave para relacionamentos saudáveis, para que a criança consiga conhecer-se a si e compreender e respeitar também o outro.” (Marques, 2017, p. 22)

Podemos ainda referir que o êxito na vida é determinado por distintos fatores, especialmente pelo controlo das próprias emoções nos diversos contextos em que os indivíduos se inserem, logo, a inteligência emocional tem um papel fundamental que não deve ser desvalorizado.

Esta inteligência “abarca qualidades como a compreensão das próprias emoções, a capacidade de nos pormos no lugar de outras pessoas e a capacidade de controlarmos as emoções de forma a melhorar a qualidade de vida.” (Märtin & Boeck, 1997, p. 17)

Damos por concluído este subtema, referindo que perceber as emoções, saber identificá-las, perceber como surgem e quando já se instalaram e aprender a geri-las, são competências pessoais e transversais que fazem parte do que hoje chamamos inteligência emocional — um dos ensinamentos mais importantes que podemos integrar em nós e ensinar às nossas crianças.

No subtema seguinte, falaremos sobre o conceito de mindfulness. A prática de mindfulness atua, essencialmente, no domínio das emoções. É uma técnica de meditação que pode proporcionar às crianças mais concentração, bem-estar, tranquilidade e equilíbrio emocional para viverem as pressões do dia a dia, estando, por isso, ligada às emoções.

O mindfulness é uma prática muito importante de se trabalhar, desde cedo, nos jardins de infância, visto que as crianças, atualmente, vivem agitadas, inquietas, distraídas e numa vida exigente onde não existe um botão de pausa.

Por isso mesmo, e porque não só é essencial aprendermos a lidar com as próprias emoções para um pleno desenvolvimento, como também é fundamental criarmos tempo

e espaço para que as crianças parem e entrem em contacto consigo mesmas, centrando-se em si próprias para se poderem apropriar das suas necessidades, emoções, impulsos e libertando a mente, importa mencionarmos e explanarmos o conceito de mindfulness.

4. Mindfulness

Guillaud (2012, p. 5) afirma que o mundo no qual hoje vivemos se assemelha a um “redemoinho incessante que gera uma corrida desenfreada contra-relógio. Horários sobrecarregados, numerosas responsabilidades, solicitações múltiplas: os pais arrastam os seus filhos num ritmo frenético, no qual as pausas ou não existem ou são poucas.”

Por existir um número demasiado grande de crianças agitadas e por vivermos num mundo tão complexo e acelerado, alguns jardins de infância começaram a trabalhar com as crianças, desde pequeninas, o conceito de mindfulness.

Para Perestrelo (2018, p. 19), “Mindfulness é traduzido para português como consciência/atenção Plena”, e é considerada “uma técnica que visa cultivar a calma e a atenção quanto à respiração, sons, sensações do corpo e pensamentos, sem julgamentos.”

Para Snel (2019),

mindfulness ou consciência plena é simplesmente ter consciência do momento presente, ter uma postura aberta e afetuosa, disponível para compreender o que acontece à nossa volta. Significa viver o momento presente, sem julgar nem rejeitar o que se passa ao nosso redor, sem nos deixarmos levar pelas pressões do dia a dia. (p. 21)

Övén (2015, p. 52) partilha da mesma opinião de Snel, uma vez que considera que o mindfulness é “observação, com consciência e atenção plena, de cada momento, sem julgamentos e sem expectativas.”

A prática de mindfulness ajuda-nos “a lidar de uma forma mais eficaz com os desafios do dia-a-dia, com o stress, a ansiedade e as emoções que impedem o nosso bem-estar” (Perestrelo, 2018, p. 19). Por isso mesmo, praticar mindfulness pode dar-nos mais conhecimento sobre as nossas emoções, aumentar a nossa atenção e concentração e melhorar os relacionamentos com os outros.

“O treino em Mindfulness favorece uma autogestão emocional saudável, através de técnicas de Atenção Plena. Aprendemos, assim, a não fugir das emoções mais difíceis, a reconhecer, aceitar e integrar em vez de as negar ou de as projetar nos outros.” (Perestrelo, 2018, p. 16)

As crianças que beneficiam da “meditação Mindfulness demonstram um modo de estar mais saudável e consciente na vida. Sob o ponto de vista psicológico, um corpo relaxado sente-se melhor.” (Perestrelo, 2018, p. 21)

Podemos, assim, concluir que esta prática facilita nas crianças o desenvolvimento consciente e a atenção plena através de momentos de relaxamento e meditação, partilhas e reflexões, sensibilizando-as para a importância do foco, do silêncio e da atenção plena no presente. Além disso, ajuda a que se trabalhe valores como a empatia, o afeto, a partilha, a cooperação e o respeito entre todos.

Encerrando a temática das emoções, importa referir que é urgente não só as crianças aprenderem a gerir as suas emoções, como também desenvolverem habilidades sociais essenciais para se expressarem de forma saudável no mundo que as rodeia.

Passamos agora para a segunda e última temática em que se subdivide o enquadramento teórico — a literatura para a infância —, onde falaremos das suas características e do álbum enquanto dispositivo pedagógico.

5. Características da literatura para a infância

A literatura para a infância — literatura feita por adultos para crianças — proporciona às crianças um desenvolvimento indiscutível em termos emocionais, sociais e cognitivos, permitindo que estas adquiram habilidades como a ampliação do vocabulário, a criatividade, o desenvolvimento da linguagem e a descoberta do mundo imaginário.

Esta literatura, associada à necessidade de educar e formar crianças, proveio da literatura oral e tradicional e foi, durante muito tempo, considerada uma “literatura menor”, por ser destinada ao público infantil.

O contacto precoce com o livro infantil e com a literatura é reconhecido como fundamental no processo de ensino-aprendizagem das crianças. “O livro infantil comporta uma «função lúdica», que tanto mais evidente se torna quanto mais a imagem domina, e mais nele tende a ser um álbum.” (Diogo, 1994, p. 42)

As OCEPE preconizam que “é através dos livros que as crianças descobrem o prazer da leitura e desenvolvem a sensibilidade estética” (Silva, Marques, Mata & Rosa, 2016, p. 66). Por isso mesmo, o livro para crianças deve obedecer a determinados critérios de seleção, como, por exemplo: o formato resistente às manipulações das mesmas, as

ilustrações visíveis e claras, conteúdos simples e temas relacionados com a realidade das crianças.

É muito importante para o desenvolvimento pessoal e social saber identificar e reconhecer as emoções, tanto em si como nos outros. Parece-nos, então, “que a Literatura pode servir como fonte de aprendizagem do campo emocional porque trata da natureza humana, sobretudo naquilo que se refere à dimensão dos sentimentos.” (Silva, 2010, p. 11)

Bettelheim (1991), refere que as histórias devem cativar a atenção das crianças e despertar curiosidade nas mesmas, “defendendo que uma história só enriquecerá a vida de uma criança quando despertar a sua imaginação, ajudar a fortalecer o intelecto e a clarificar as emoções.” (Fernandes, 2017, p. 18)

Uma das principais funções da literatura para a infância poderá ser o “aprofundamento de questões de dimensão social e humana. É importante que se ofereça às crianças o contacto com obras e autores que lhes acrescentem algo à vida e as façam procurar sentido para si mesmas” (Silva, 2010, pp. 13-14). Além disso, outras funções associadas à literatura para a infância podem ser a de educar a criança e a de colaborar para a construção da sua personalidade.

“A literatura para a infância, pode contribuir para o desenvolvimento emocional da criança, sendo o livro um espaço de descoberta emocional que permite à criança vivenciar inúmeras emoções, promovendo o seu desenvolvimento, a sua maturidade e as suas competências sociais.” (Catarreira, 2015, p. 67)

As vivências trazidas a partir dos livros infantis permitem que as crianças se identifiquem com a personagem da história e que experienciem as suas emoções (alegria, raiva, tristeza, vergonha, medo, etc.).

“As histórias contribuem para a formação da personalidade e para o bem-estar emocional da criança” (Catarreira, 2015, p. 67), através das personagens (boas e/ou más) com que se podem relacionar, dos obstáculos que enfrentam e dos desfechos (nem sempre felizes).

Como as histórias se dirigem “à criança numa linguagem simbólica, permitem-lhe aprender a enfrentar certos problemas e a articular o seu mundo interior com as experiências que vai vivendo” (Bastos, 1999, p. 73). Através da identificação com certas personagens, a história “consegue «dialogar» com a criança, e deste diálogo nasce muitas vezes a desejada e necessária tranquilidade de que a criança necessita para apaziguar as suas angústias.” (Bastos, 1999, p. 73)

O ato de contar histórias é uma estratégia valiosa na prática pedagógica com as crianças, onde as narrativas estimulam a criatividade, a imaginação, o desenvolvimento da linguagem oral, etc.

Assim sendo, para que a literatura infantil tenha o alcance que merece, é necessário que se compreenda “que esta não se limita exclusivamente para fins de aprendizagens cognitivas, tendo potencial para desenvolver a criança ao nível socioemocional.” (Fernandes, 2017, p. 20)

Passando, agora, para o segundo subtema referente à temática da literatura para a infância, explanaremos o conceito de álbum e explicaremos como é que este pode ser utilizado enquanto dispositivo pedagógico. A coleção que escolhemos para abordar as emoções — *As Emoções do Gastão*, da autoria de Aurélie Chien Chow Chine —, é classificada como álbum.

6. O álbum enquanto dispositivo pedagógico

De acordo com o artigo de Armas (2008, p. 45), “el álbum es conjunción de texto e ilustración destinada a facilitar la lectura por el niño.”

O álbum ilustrado “veicula valores através das suas componentes textual e icónica, possibilitando uma discussão enriquecedora sem ser moralista, uma discussão suficientemente descentrada da criança para que a mesma não se sinta avaliada e suficientemente próxima para que a criança se sinta envolvida.” (Silva & Barroso, 2014, p. 116)

Para Armas (2008, p. 46), “el álbum nace como alternativa a la escasa competencia literaria de los primeros lectores.”

Segundo Silva & Barroso (2014, pp. 118-119), o álbum infantil define-se por elementos de natureza paratextual: uma capa rija, um formato de grandes dimensões (geralmente maior do que o formato A5) e um reduzido número de páginas (entre as 24 e as 32). Relativamente ao conteúdo, as autoras afirmam que o álbum infantil se caracteriza ou por uma completa ausência de texto, ou, no caso da presença de texto, por uma reduzida extensão de palavras (200 a 1000, aproximadamente), por ilustrações abundantes (de página inteira ou de dupla página) e por uma interação entre a linguagem icónica e a linguagem escrita (caso o álbum integre estas duas componentes).

No que diz respeito aos subgêneros do álbum infantil, podemos distinguir dois tipos: “os álbuns puros, sem texto algum, dos álbuns profusamente ilustrados, com texto.” (Silva & Barroso, 2014, p. 119)

Num álbum, é importante que tenhamos atenção a todos os elementos, uma vez que, “tudo o que nos é dado a ver é matéria de interpretação” (Macedo, 2007, p. 1). Geralmente, um critério “a ter em conta na seleção de um álbum infantil prende-se com os valores que este, de forma mais ou menos explícita, veicula” (Silva & Barroso, 2014, p. 126). Assim, nos “álbuns ilustrados que incluem texto, as figuras mais utilizadas para veicular esses valores são a metáfora, a alegoria, a metonímia.” (Silva & Barroso, 2014, p. 127)

Armas (2008, p. 45) refere que, em alguns casos, ocorre uma criação simultânea, ou seja, o autor e o ilustrador são a mesma pessoa, concebendo o álbum como uma mensagem global, existindo uma interação entre a linguagem icónica e a linguagem escrita.

“Cada vez mais, o álbum é concebido como objeto artístico, com grande qualidade literária e grande complexidade, possibilitando diferentes níveis de leitura.” (Silva & Barroso, 2014, p. 128)

A coleção que escolhemos para abordar as emoções, classifica-se como álbum ilustrado e tem um formato quadrado, o formato mais abstrato e moderno, que “permite uma concentração do texto e da imagem e, conseqüentemente, uma maior concentração do leitor.” (Macedo, 2007, p. 2)

Estes álbuns foram construídos com base num modelo narrativo, ou seja, “contam uma história e, neste caso a leitura suscita a compreensão das relações que se estabelecem de uma imagem para a outra, ou mesmo no espaço que medeia entre as imagens, reconstituindo-se diferentes momentos da narrativa.” (Bastos, 1999, p. 250)

Nicole Everaert-Desmedt (citada por Bastos, 1999, p. 254), refere que “existem certos álbuns narrativos que são susceptíveis de provocar na criança uma «verdadeira experiência estética, ao longo da qual se desenvolvem correlativamente os processos cognitivos e emocionais».”

Outra característica do álbum é o trabalho sobre a página dupla, tornando-se assim “um espaço de criação privilegiado e específico. A imagem e o texto podem dialogar e complementar-se de múltiplas formas e em diferentes esquemas.” (Macedo, 2007, p. 3)

As contribuições do texto e da imagem, num álbum ilustrado, “permitem ao leitor uma compreensão mais detalhada, uma sensação de emoção e, no final, o acesso ao universo complexo criado pelo autor.” (Macedo, 2007, p. 6)

Posto isto, uma vez que os livros da coleção *As Emoções do Gastão*, da autoria de Aurélie Chien Chow Chine, serão utilizados como dispositivos pedagógicos para o trabalho sobre as emoções com as crianças, é relevante clarificar-se o conceito de dispositivo pedagógico.

Um dispositivo é “um conjunto de medidas tomadas, dos meios postos em ação, com determinado objetivo” e pode, ainda, ser um “conjunto de peças que constituem um mecanismo, um aparelho qualquer.” (Oliveira, 2003, p. 2378)

A palavra pedagógico diz respeito “à pedagogia, conforme às exigências da pedagogia, que tem valor educativo.” (Oliveira, 2002, p. 5388)

Uma vez que as emoções se manifestam nas crianças desde cedo, é fulcral que o educador promova atividades que possibilitem a identificação, a gestão e o controlo das mesmas. Desta forma, o livro infantil é encarado como um dispositivo pedagógico, visto possuir várias potencialidades e poder “ser utilizado como um elemento promotor do desenvolvimento emocional uma vez que as histórias permitem o desenvolvimento de capacidades literárias e emocionais.” (Botelho, 2015, p. 5)

Por isso, “cabe ao educador selecionar livros com qualidade estético-literária que permitam à criança desenvolver a sua imaginação, criatividade e curiosidade” (Botelho, 2015, p. 5). Deste modo, o educador deve promover “atividades integradoras e significativas, tendo por base o livro” (Botelho, 2015, p. 42), uma vez que este pode ser um veículo relevante para promover diversas competências nas crianças, em diferentes áreas de conteúdo, domínios e subdomínios das OCEPE.

Percebemos, assim, que a literatura para a infância contribui para o desenvolvimento emocional da criança, uma vez que esta aprende a reconhecer, identificar e controlar as suas emoções através do livro infantil. Muitas vezes, “através do contacto com as personagens, a criança entende as emoções vividas na narrativa pelos protagonistas e em alguns casos acaba por se emocionar, exteriorizando o que sente.” (Botelho, 2015, p. 44)

Parte II – Enquadramento Metodológico

Abordar a temática das emoções na educação pré-escolar é cada vez mais importante, e os livros infantis são uma poderosa ferramenta no auxílio nessa aprendizagem, uma vez que são um meio de despoletar as emoções de forma agradável nas crianças. Desta forma, o livro será usado como um instrumento de literatura e como um recurso para trabalhar as emoções, para que possamos compreender melhor esta temática na literatura infantil e o quão fácil é, ou não, de ser trabalhada com as crianças.

“É importante que a Educação Pré-Escolar seja vista como uma fase propícia ao desenvolvimento global das crianças bem como ao seu desenvolvimento emocional, social, afetivo e cognitivo.” (Botelho, 2015, p. 36)

Assim, o educador pode e deve usar jogos e atividades para promover a compreensão das emoções e para ajudar as crianças a pensar acerca de emoções e razões diferentes pelas quais se sentem assim.

Para iniciar o trabalho empírico após a fundamentação teórica, apresentamos aos leitores uma breve contextualização da investigação, os objetivos da mesma, a metodologia adotada e as técnicas e instrumentos de recolha de dados.

Além disso, encontramos também a caracterização do contexto, do grupo de crianças e a análise documental — que se subdivide na apresentação do resumo das obras da coleção escolhida — *As Emoções do Gastão* — e na análise das mesmas de acordo com os quatro tipos de atividade mental mobilizados pela leitura literária, segundo Corcoran e Evans (1987).

Apresentar-se-ão, também, cinco propostas de atividades, partindo dos livros da coleção, que seriam postas em prática com as crianças, presencialmente, caso não estivéssemos a atravessar uma pandemia provocada pela COVID-19.

Salientamos, ainda, que serão apresentados e discutidos não só os resultados, como também as conclusões acerca das entrevistas realizadas a educadoras de infância, contadoras de histórias, uma psicóloga e um psicoterapeuta. Além disso, também nos foi possível entrevistar Joana Gonçalves, Editora da Divisão Infantil e Juvenil da Penguin Random House Grupo Editorial, sobre a coleção *As Emoções do Gastão*, de Aurélie Chien Chow Chine (editada pela chancela Nuvem de Letras).

1. Contextualização da investigação

A escolha das temáticas emoções e literatura para a infância foi pensada com base nas necessidades do grupo de crianças, tendo em conta o que observamos do mesmo durante a Prática de Ensino Supervisionada em Educação Pré-Escolar.

Apesar de as crianças, no geral, serem carinhosas e meigas umas com as outras, o grupo era muito agitado e barulhento. Por vezes, existiam conflitos e zangavam-se pela partilha de brinquedos, por exemplo, sendo necessária a intervenção de um adulto, e algumas crianças do grupo sentiam-se ansiosas ou nervosas em determinadas situações. Além disso, como o grupo era bastante competitivo, principalmente em jogos, as crianças não reagiam bem quando perdiam, chorando, ficando frustradas e irritadas.

Desta forma, e tendo em conta o contacto próximo que fomos tendo com as crianças, interrogámo-nos se, de facto, estas tinham ou não consciência das suas emoções. A verdade é que a grande maioria do grupo é capaz de identificar e reconhecer as suas emoções e as dos outros. No entanto, foi possível observar que nem todas as crianças faziam uma boa gestão e controlo das mesmas e, por isso, tornou-se imprescindível trabalhar a temática das emoções com o grupo.

À temática das emoções decidimos aliar outro interesse das crianças, a exploração de histórias. As histórias poderão constituir uma estratégia importante para as crianças explorarem, gerirem e controlarem as suas emoções, tornando-se também mais empáticas, ao compreenderem as emoções dos outros. Deste modo, as propostas de atividades pensadas para implementar com o grupo de crianças partiram todas da coleção escolhida — *As Emoções do Gastão* —, funcionando o livro infantil como um dispositivo pedagógico (não só para trabalharmos a temática da literatura para a infância, como também a temática das emoções).

Este trabalho de investigação teve início em 2019, no entanto, esta investigação teve como limitação a pandemia provocada pela COVID-19. Na altura, o nosso grupo de crianças estava na sala dos 4 anos. Como não nos foi possível colocar em prática as propostas de atividades nesse ano, e continuamos a manter contacto com o grupo, essas propostas foram adaptadas e alteradas em relação ao mesmo (que agora se encontra na sala dos 5 anos). Em 2020 tentámos colocar as propostas em prática à distância, contudo, devido às restrições impostas durante a pandemia, tal não foi possível novamente. Assim, optámos por deixar planificada, neste relatório, a dinamização da intervenção educativa para este grupo de crianças, no seu próprio contexto (ambos caracterizados mais abaixo).

2. Objetivos da investigação

De forma a clarificar a intencionalidade desta investigação, o que queríamos compreender, em primeiro lugar, era se o livro infantil poderia ser considerado um dispositivo eficaz e adequado para trabalhar as emoções com crianças.

Assim, um dos principais objetivos desta investigação é fazer com que as crianças não só sejam capazes de identificar e reconhecer as suas emoções e as dos outros, como também que consigam fazer uma boa gestão e controlo das mesmas. Por isso, aliando as emoções à literatura para a infância, a partir de cinco obras da coleção *As Emoções do Gastão*, foram desenvolvidas cinco propostas de atividades para trabalhar as emoções, funcionando o livro infantil como um dispositivo pedagógico para isso mesmo.

Uma vez que não foi possível implementar as propostas de atividades pensadas para o grupo de crianças, pelos motivos mencionados no subtema anterior, outro dos objetivos desta investigação passou por tentar compreender, através de entrevistas realizadas a profissionais de saúde e a profissionais de educação, se os livros infantis eram considerados uma boa ferramenta para trabalhar as emoções, quer em contexto profissional, quer recomendando às famílias para o fazerem em contexto familiar. Além disso, foram também questionados sobre se conheciam a coleção escolhida por nós, assim como o método da sofrologia — método para controlar as emoções em que a autora e ilustradora da coleção é especialista, aplicando-o em educação pré-escolar.

Por fim, realizámos também uma entrevista à editora da coleção, com o intuito de compreendermos o porquê da recente e crescente aposta em livros infantis que tratem o tema das emoções, e colocámos também algumas questões relacionadas com a coleção *As Emoções do Gastão*, de Aurélie Chien Chow Chine.

Posto isto, importa referir nos subtemas seguintes a metodologia adotada no decorrer deste relatório de estágio, bem como as técnicas e instrumentos de recolha de dados, a fim de dar sustentabilidade à mesma.

3. Metodologia

“A metodologia de investigação consiste num processo de selecção da estratégia de investigação, que condiciona, por si só, a escolha das técnicas de recolha de dados, que devem ser adequadas aos objectivos que se pretendem atingir.” (Sousa & Baptista, 2011, p. 52)

Neste sentido, para a elaboração deste relatório de estágio, a metodologia adotada foi a metodologia qualitativa, que se centra na “compreensão dos problemas, analisando os comportamentos, as atitudes ou os valores.” (Sousa & Baptista, 2011, p. 56)

Uma vantagem deste tipo de metodologia é a possibilidade de se conseguirem hipóteses concretas de investigação, devido ao facto de se utilizarem técnicas como as entrevistas, trabalhando questões de valores e não se limitando a variáveis predefinidas e respostas de sim/não.

Assim, este tipo de investigação “é indutivo e descritivo, na medida em que o investigador desenvolve conceitos, ideias e entendimentos a partir de padrões encontrados nos dados” (Sousa & Baptista, 2011, p. 56). Isto permite que compreendamos melhor as opiniões dos entrevistados, e possibilita-nos uma maior apropriação e aproximação de todos os processos e resultados obtidos, proporcionando uma realidade mais assertiva sobre aquilo que está a ser estudado/investigado.

Importa também referir que a investigação qualitativa, segundo Bodgan & Biklen (1994), possui cinco características: a primeira característica está relacionada com a observação direta, uma vez que neste tipo de investigação “a fonte directa de dados é o ambiente natural, constituindo o investigador o instrumento principal” (p. 47). A segunda característica determina que a investigação qualitativa é descritiva, o que significa que “os dados recolhidos são em forma de palavras ou imagens e não de números. Os resultados escritos da investigação contêm citações feitas com base nos dados para ilustrar e substanciar a apresentação” (p. 48). A terceira característica relaciona-se com o facto de os investigadores se interessarem “mais pelo processo do que simplesmente pelos resultados ou produtos” (p. 49) e, no que diz respeito à quarta característica, estes “tendem a analisar os seus dados de forma indutiva” (p. 50), ou seja, entendem o processo de análise dos dados como um funil, onde “as coisas estão abertas de início (ou no topo) e vão-se tornando mais fechadas e específicas no extremo.” (p. 50). Por fim, a quinta e última característica da metodologia qualitativa estabelece que, neste tipo de abordagem, “o significado é de importância vital” (p. 50), isto é, os investigadores preocupam-se e interessam-se por perceber quais são as perspectivas distintas que diferentes pessoas têm sobre um determinado tema ou situação.

Assim, partindo da metodologia escolhida, apresentamos nos seguintes subtemas as componentes mais específicas da aplicação da mesma, nomeadamente as técnicas e instrumentos de recolha de dados, a caracterização do contexto e do grupo de crianças, a análise documental e a intervenção educativa.

4. Técnicas e instrumentos de recolha de dados

As técnicas de recolha de dados são “o conjunto de processos operativos que nos permite recolher os dados empíricos que são uma parte fundamental do processo de investigação” (Sousa & Baptista, 2011, p. 70), uma vez que nos ajudam a compreender os dados obtidos.

A investigação qualitativa “caracteriza-se por três grandes grupos de técnicas de recolha de dados” (Sousa & Baptista, 2011, p. 79): a análise documental, a observação e a entrevista. Aliada à técnica da observação, utilizamos também, como técnica de recolha de informação, a dinamização da intervenção educativa pensada para o grupo de crianças.

Os instrumentos de recolha de dados foram grelhas de observação, registo fotográfico, em vídeo e em áudio, utilizados para avaliar as propostas de atividades.

Começando pelas técnicas, importa referir que “a análise documental constitui-se como uma técnica importante na investigação qualitativa – seja complementando informações obtidas por outras técnicas, seja através da descoberta de novos aspectos sobre um tema ou problema” (Sousa & Baptista, 2011, p. 89). Desta forma, tal como podemos verificar no sétimo subtema deste capítulo, apresentamos o resumo das obras da coleção escolhida — *As Emoções do Gastão* —, assim como a análise das mesmas de acordo com os quatro tipos de atividade mental mobilizados pela leitura literária, segundo Corcoran e Evans (1987). Tornou-se importante analisar as cinco obras, uma vez que, a partir dos livros da coleção, foram dinamizadas propostas de atividades para o grupo de crianças.

No que diz respeito à observação, esta “é uma técnica de recolha de dados que se baseia na presença do investigador no local de recolha desses mesmos e pode usar métodos categoriais, descritivos ou narrativos” (Sousa & Baptista, 2011, p. 88). Os métodos categoriais recorrem a instrumentos de recolha de dados como, por exemplo, grelhas de observação com diferentes indicadores, “ou registos em vídeo realizados pelo investigador.” (Afonso, 2014, p. 98)

Por outras palavras, a observação consiste, então, “na recolha de informação, de modo sistemático, através do contacto directo com situações específicas” (Aires, 2011, pp. 24-25), situações essas observadas em diferentes momentos do dia a dia das crianças.

Neste sentido, com base nos interesses e necessidades do grupo de crianças, foi elaborada uma intervenção educativa com cinco propostas de atividades, como podemos

comprovar no oitavo subtema deste capítulo, de forma a trabalhar as emoções a partir das obras da coleção escolhida.

Por fim, resta-nos também referir as entrevistas realizadas a educadoras de infância, contadoras de histórias, uma psicóloga e um psicoterapeuta, a fim de apurarmos as suas opiniões no que diz respeito ao uso de livros infantis para trabalhar as emoções. Além disso, também entrevistámos Joana Gonçalves, a Editora da Divisão Infantil e Juvenil da Penguin Random House Grupo Editorial, responsável pela escolha e publicação da coleção *As Emoções do Gastão*, de Aurélie Chien Chow Chine (editada pela chancela Nuvem de Letras).

A entrevista é considerada “uma das técnicas mais comuns e importantes no estudo e compreensão do ser humano” (Aires, 2011, p. 27) e, atualmente, assume uma grande variedade de formas — cara a cara, por e-mail, pelo telefone, etc. —, ao mesmo tempo que se apresenta com os mais diversos fins e usos.

Em todas as situações, “a entrevista é utilizada para recolher dados descritivos na linguagem do próprio sujeito, permitindo ao investigador desenvolver intuitivamente uma ideia sobre a maneira como os sujeitos interpretam aspectos do mundo.” (Bodgan & Biklen, 1994, p. 134)

Relativamente à sua estruturação, as entrevistas podem ser definidas como estruturadas, não-estruturadas e semiestruturadas. Na nossa investigação, utilizámos a entrevista estruturada, que consiste na abordagem de temas a “questões previamente determinadas e que são consideradas importantes para os objectivos do trabalho. Visa determinados objectivos de trabalho e procura o apuramento de determinados factos. As perguntas são mais estruturadas e são ordenadas” (Sousa & Baptista, 2011, p. 81). As entrevistas estruturadas consistem na interação entre o entrevistador e o entrevistado, segundo um conjunto de perguntas pré-estabelecidas.

Posto isto, seguimos para os próximos subtemas, onde apresentamos a caracterização do contexto e do grupo de crianças, a análise documental e a intervenção educativa.

5. Caracterização do contexto

Com base nos documentos institucionais do Colégio, disponibilizados no site da instituição, nomeadamente o Regulamento Interno (2017/2018), o Projeto Educativo, o

Projeto Curricular do Colégio e o Calendário Anual (2019/2020), segue a caracterização da instituição.

O Colégio é um estabelecimento de ensino privado, enquadrado no sistema educativo português, situado na Senhora da Hora, em Matosinhos. Enquanto instituição, o Colégio rege-se por princípios e objetivos que se explicitam em três documentos: o Projeto Educativo, o Projeto Curricular e o Regulamento Interno.

O Regulamento Interno é um “documento jurídico-administrativo-laboral, elaborado pela comunidade, que com caráter estável e normativo contém as regras ou preceitos referentes à estrutura orgânica, pedagógica, administrativa e económica, que regulam a organização interna do centro” (Costa, 1994, p. 31). Este regula toda a ação da escola enquanto organização e de todos os seus agentes na sua ação educativa, definindo “as regras de convivência entre os vários membros da comunidade escolar, o modelo de organização escolar e as normas gerais de funcionamento.” (Regulamento Interno da Instituição, p. 8)

Relativamente às ofertas educativas, o Colégio tem as seguintes: Creche (integrando Berçário, para crianças até 12 meses, e salas de 12 a 24 meses e de 24 a 36 meses), Educação Pré-Escolar (com salas de 3, 4 e 5 anos), 1º Ciclo do Ensino Básico (1º a 4º anos de escolaridade), 2º Ciclo do Ensino Básico (5º e 6º anos de escolaridade), 3º Ciclo do Ensino Básico (7º a 9º anos de escolaridade) e Ensino Secundário (cursos científico-humanísticos: 10º a 12º anos de escolaridade).

“O processo de ensino/aprendizagem procurará concretizar, de forma intencional e sistemática” (Regulamento Interno da Instituição, p. 12), os seguintes princípios: desenvolvimento de interações positivas entre todos os membros da comunidade (no geral, as crianças estão familiarizadas com todas as educadoras, professoras e auxiliares de ação educativa, realizando, por vezes, atividades conjuntas com as outras salas), sentido de responsabilização individual e grupal, consciência partilhada das normas de convivência, ajuda mútua e trabalho cooperativo, desenvolvimento da capacidade de autonomia, liderança e de tomada de decisão e criação de um ambiente de trabalho adequado à realização das aprendizagens, sério, disciplinado e organizado, promotor do espírito de rigor e exigência, mas motivador e gerador de alegria pela e na aprendizagem.

Enquanto representante da entidade titular do Colégio, compete ao Diretor: definir orientações gerais para o Colégio, garantir os investimentos necessários a nível de obras, conservação e melhoramentos, aquisição de equipamentos e materiais, de forma a assegurar o funcionamento do Colégio com o elevado nível de qualidade pretendido,

representar o Colégio em todos os assuntos de natureza administrativa e financeira, assegurar a contratação e a gestão do pessoal, entre outros aspetos.

As Equipas Educativas baseiam-se na filosofia pedagógica do ensino em equipa e são responsáveis pelo processo de desenvolvimento das crianças de cada nível etário. Estas devem realizar processos que desenvolvam o ensino/aprendizagem das crianças/alunos, adequar o projeto curricular do Colégio às necessidades, interesses e motivações dos alunos e “promover a diversificação das experiências e ambientes de aprendizagem de forma a garantir a estimulação de diferentes formas de inteligência e de diferentes modos de aprender.” (Regulamento Interno da Instituição, p. 42)

O Colégio possui uma biblioteca própria – espaço que integra as componentes biblioteca, meios multimédia e recursos educativos, que promove diferentes iniciativas dinamizadoras de toda a Comunidade Educativa em torno da Cultura e, especialmente, do livro.

Os serviços de almoço do Colégio funcionam mediante inscrição dos alunos a partir do Pré-Escolar, uma vez que na Creche todas as refeições, ajustadas aos diferentes níveis de desenvolvimento da criança, estão incluídas na propina de frequência. Os serviços de portaria e receção têm por função o controlo de acessos nas duas portarias de acesso ao interior do edifício do Colégio, controlando ainda a abertura dos portões exteriores de acesso ao recinto por um sistema de vídeo porteiro. Além disso, também controlam o registo de entradas e saídas (processo de check-in e check-out) das crianças.

A Associação de Pais é uma estrutura autónoma, representativa de todos os pais e encarregados de educação do Colégio, que visa garantir uma estreita colaboração entre os órgãos de gestão do Colégio, colaboradores, alunos e pais e encarregados de educação. A partir do momento em que matriculam os seus filhos, os pais tornam-se automaticamente associados da Associação, com os direitos e deveres daí decorrentes. Além disso, os pais são representados ao nível de cada grupo ou turma por apenas um elemento, eleito ou designado pelo conjunto dos pais do grupo ou turma.

No que concerne à avaliação das aprendizagens, o Colégio segue, em geral, as regras definidas pelo Ministério da Educação através da legislação e das orientações publicadas sobre esta matéria.

O Calendário Anual (2019/2020) é definido antes do início de cada ano letivo e comunicado aos pais. As valências Creche e Pré-Escolar funcionam os 12 meses do ano à exceção dos dias previstos para encerramento do Colégio. Anualmente, o Colégio “organiza uma quinzena de praia, entre a última semana de junho e a primeira quinzena

de julho, para os alunos do Pré-Escolar” (Regulamento Interno da Instituição, p. 71), sendo a participação na mesma facultativa e implicando o pagamento de uma propina específica. Para as crianças que não pretendam participar na quinzena de praia, o Colégio assegura atividades nas instalações.

Por fim, o Colégio encerra todas as suas atividades e serviços na 2ª feira de Carnaval e no dia de Carnaval, na 5ª feira Santa e na 2ª feira de Páscoa, no feriado de S. João, no dia 31 de agosto, do dia 24 de dezembro até ao dia do início do 2º período letivo (6 de janeiro) e nos feriados nacionais.

O Colégio funciona de segunda a sexta-feira, entre as 07h30 e as 19h30, podendo haver uma extensão deste horário até às 20h30, para serviços de manutenção e limpeza, reuniões ou, eventualmente, trabalho pessoal, etc.

Os encarregados de educação das crianças do Pré-Escolar devem entregá-las, após identificação no sistema de segurança, ao auxiliar de ação educativa de serviço na portaria, o qual as encaminhará para as salas de acolhimento, onde permanecerão até ao início das atividades do período da manhã.

Através das reuniões e atendimento a pais, estes terão oportunidade de contactar diretamente com o educador, consultar o portefólio de trabalhos das crianças, obter informações de progresso ou de aspetos a melhorar ou a recuperar, e conhecer os registos de observação/avaliação periódica.

“É obrigatório o uso do uniforme em todas as atividades escolares, quer se realizem dentro ou fora das instalações do Colégio, para todas as crianças e alunos da Creche, Pré-Escolar e do Ensino Básico.” (Regulamento Interno da Instituição, p. 76)

A relação de confiança e de proximidade com as famílias das crianças que frequentam o Colégio é um dos eixos de ação estratégica do seu Projeto Educativo – “instrumento de exercício da autonomia, no qual se clarificam os princípios, valores, as metas e as estratégias” (Cohen & Fradique, 2018, p. 30). Este documento é um instrumento de gestão e orientação pedagógica da organização educativa que, “tendo em conta o seu contexto e situação, prevê os modos de melhorar o seu funcionamento e eficácia, promovendo a aprendizagem de todos os alunos, apoiando o desenvolvimento profissional de docentes e não docentes e respondendo às características da comunidade” (Silva, Marques, Mata & Rosa, 2016, p. 108), enumerando e definindo as “notas de identidade da escola, formulando os objetivos que pretende e exprimindo a estrutura organizativa da instituição.” (Vilar, 1993, p. 29)

No que diz respeito ao Projeto Educativo do Colégio, este “reflete um olhar sobre o mundo de hoje e sobre a realidade da Escola”, caracterizando-a como “um dos principais eixos de resposta a todos os desafios do mundo em que vivemos, em paralelo com a família.” (Projeto Educativo da Instituição, p. 1)

A instituição valoriza, ainda, “a importância do esforço, do trabalho, do rigor e da exigência, a procura permanente de novas oportunidades, com espírito de curiosidade, criatividade e empreendedorismo, a busca de elevados padrões de qualidade e o desenvolvimento do sentido da competência.” (Projeto Educativo da Instituição, p. 1)

Assim, a missão do Colégio é ter um Projeto Educativo centrado nas crianças, elegendo como grandes finalidades da sua ação a construção da identidade da criança, a construção de um espaço de inclusão, projeto e permanente desafio, a liderança, no sentido de desenvolver a autonomia e o trabalho colaborativo, a abertura ao mundo, promovendo o gosto pelo saber e pela descoberta, a responsabilidade, nomeadamente na formação de cidadãos responsáveis, comprometidos e com sentido crítico e a contribuição para a construção de um futuro.

A instituição defende que cada criança é “um ser multifacetado e único, um sujeito de características, talentos e personalidade próprias, que devem ser potenciadas e estimuladas em todas as suas dimensões.” (Projeto Educativo da Instituição, p. 2)

Além disso, segundo o Projeto Educativo da Instituição, o Colégio quer ser uma escola inclusiva e aberta às diferenças, sejam elas pessoais, culturais, económicas ou sociais, uma escola de construção do conhecimento, que estimula a autorregulação das aprendizagens, desenvolvendo a autonomia e empreendedorismo, assim como o espírito de liderança para as diferentes situações da vida, a importância do trabalho colaborativo, do sentido de equipa e do esforço coletivo, uma escola que desenvolve o gosto pelos diferentes saberes e que valoriza a capacidade de cada aluno se maravilhar e interessar pelos avanços e descobertas das artes, das ciências, das tecnologias, do conhecimento das dinâmicas sociais, do pensamento e das realidades do mundo.

Para terminar, este estabelecimento quer ser uma escola na qual as crianças desenvolvam a consciência de que têm um papel a desempenhar e um contributo único para dar ao mundo, à sociedade em que vivem e àqueles que os rodeiam, “que são responsáveis na construção de um futuro melhor para todos e que desenvolvam um sentido crítico face à realidade e à urgência de uma sociedade mais justa e sustentável para si próprios e para as gerações futuras.” (Projeto Educativo da Instituição, p. 3)

Desta forma, o principal desafio e missão do Colégio é ter um olhar atento sobre o futuro, procurando estar na vanguarda da “inovação, da criatividade e da compreensão e apropriação da mudança, quer nas ferramentas e modelos pedagógicos adotados, quer nos horizontes que abrimos para os nossos alunos, assumindo o nosso papel de verdadeiros agentes na construção de um futuro melhor.” (Projeto Educativo da Instituição, p. 3)

O Projeto Curricular do Colégio tem como referências o currículo prescrito pelo Ministério da Educação, bem como os princípios e objetivos que consagram a missão do Colégio, estabelecidos no Projeto Educativo e Regulamento Interno. Assim, através do mesmo, o Colégio procura responder, de forma eficiente e eficaz, à diversidade e à singularidade dos alunos, flexibilizando o currículo nacional e definindo as aprendizagens consideradas necessárias e prioritárias, adequando-o às características dos alunos de modo a dar sentido às aprendizagens e a torná-las significativas, e diferenciando metodologias e atividades para atingir os mesmos objetivos apesar das diferenças individuais de cada criança.

Em suma, para além de todos os documentos estruturantes do Colégio se articularem, todos defendem princípios como o desenvolvimento da autonomia das crianças, o trabalho colaborativo entre educadoras, entre outros. Posto isto, podemos afirmar que conhecemos agora melhor a instituição onde estamos a estagiar e, desta forma, conseguiremos desenvolver e adaptar as atividades que planificamos de acordo com os princípios defendidos pelo Colégio.

6. Caracterização do grupo de crianças

O grupo é constituído por 23 crianças, 13 do sexo masculino e 10 do sexo feminino, com idades compreendidas entre os 5 e os 6 anos. É importante referir, ainda, que na sala não há crianças com necessidades educativas especiais.

Este grupo caracteriza-se por ser um grupo muito comunicativo, dinâmico, proativo e com uma enorme vontade de aprender, o que tornou a prática profissional bastante enriquecedora.

O grupo revela sempre um grande entusiasmo no que diz respeito às atividades propostas, mostrando interesse pelas atividades de exploração de histórias, domínio da Educação Física e jogos, e envolvendo-se com uma postura ativa e participativa.

Segundo a teoria do desenvolvimento moral de Kohlberg, as crianças nesta faixa etária encontram-se no estágio 2, integrada no nível pré-convencional, em que realizam ações de forma a satisfazerem as suas necessidades, e o cumprimento das regras e as boas ações são realizadas, muitas vezes, com o único objetivo de serem recompensadas.

De acordo com a teoria do desenvolvimento cognitivo de Piaget, as crianças desta faixa etária encontram-se no estágio pré-operacional (dos 2 aos 7 anos) que se caracteriza “pela aparição da função simbólica, que se organiza paralelamente à aquisição da linguagem” (Bastos, 1999, p. 35). Para Papalia, Olds & Feldman (2009, p. 270), neste estágio verificam-se diferentes processos cognitivos, distinguindo-se a função simbólica, a compreensão de identidades, a compreensão causa-efeito, a capacidade de classificar e a compreensão do número.

Através das competências motoras, as crianças conseguem movimentar-se e manipular objetos, graças às competências cognitivas, desenvolvem o pensamento, e a linguagem ensina-as a compreender os outros e a comunicar com eles. Assim, “o desenvolvimento da criança, nos seus múltiplos aspectos — físico, psicológico, afectivo, relacional, cognitivo, linguístico, perceptivo e motor —, bem como as necessidades e atitudes da criança, é basilar para todo o seu percurso como ser humano.” (Silva, 2011, p. 19)

Analisando o grupo relativamente ao desenvolvimento cognitivo, as crianças possuem um papel bastante ativo no seu desenvolvimento, “em particular no que respeita às relações interpessoais e à comunicação social” (Gesell, 1979, p. 201). Desta forma, o meio ambiente que as circunda e as relações interpessoais a que são expostas são cruciais no seu desenvolvimento e na construção da sua personalidade. Por essa razão, cada criança tem características próprias que devem ser respeitadas, cabendo ao educador propor e fomentar atividades e tarefas adequadas quer a cada criança, quer ao grupo no geral.

As crianças têm o livre arbítrio de escolherem para que área da sala querem ir brincar, sabendo que só podem estar cinco crianças, no máximo, em cada área. Em relação às diferentes áreas da sala, denota-se uma maior preferência pela área da Casinha, onde as crianças desenvolvem brincadeiras relacionadas com as suas vivências, aproximadas da vida real, de forma organizada e com papéis bem definidos, e pelas áreas das Construções e da Expressão Plástica. Além disso, observa-se que a maioria das crianças prefere brincar com outras crianças a brincarem sozinhas, no entanto, os rapazes acabam por brincar mais com outros rapazes e as raparigas com outras raparigas.

Ainda sobre o desenvolvimento cognitivo, importa falar sobre o desenvolvimento das competências linguísticas da criança, onde esta vai desenvolvendo progressivamente a sua linguagem, aumentando o seu léxico e complexificando o seu discurso.

Relativamente ao desenvolvimento linguístico, é visível e audível, nos diferentes espaços em que o grupo se encontra, o facto de as crianças conversarem imenso entre si e procurarem o adulto para relatar episódios. No caso dos verbos, ainda se observam alguns erros de conjugação verbal por parte de algumas crianças, como: “eu tinha dizido” ou “eu fazi assim”.

Este grupo está pouco desenvolvido no que diz respeito à consciência linguística, no entanto, sobre a abordagem à escrita, o interesse do grupo pela mesma é notório e todas as crianças sabem escrever o seu nome. Nesta idade, “começam a manifestar interesse pelas letras e os números” (Gesell, 1979, p. 210). Muitas crianças já reconhecem os nomes dos seus colegas pela primeira letra e, “relativamente à linguagem escrita, nota-se uma evolução grande, não só na maneira de representar, como na vontade de aprender as letras.” (Rigolet, 2006, p. 154)

A linguagem deve ser encarada como uma área fundamental a estimular e a desenvolver, visto que se constitui como o mais poderoso instrumento que a espécie humana possui para dominar o seu meio ambiente. Ao estimularmos e desenvolvermos a linguagem, estamos também a promover o desenvolvimento cognitivo, afetivo, as relações humanas e o bem-estar físico e mental da criança.

Mas “a linguagem não se resume ao vocabulário. É também gestual (gestos para comunicar, tais como apontar, fazer sinal com a mão) e gráfica (desenho, escrita).” (Ferland, 2006, pp. 121-122)

Durante a segunda infância, o vocabulário aumenta significativamente e a criança de 5 anos é vista como “uma grande palradora” (Gesell, 1979, p. 211). Nesta fase, o seu vocabulário “é muito mais elaborado, preciso e abstracto.” (Rigolet, 2006, p. 148)

O grupo de crianças exprime-se com facilidade, de forma cada vez mais complexa e explícita, relatando acontecimentos com muitos pormenores. “As crianças constroem frases mais longas. Fazem enunciados de 5-6 palavras em média.” (Rigolet, 2006, p. 147)

Nas horas de conto e momentos de exploração de histórias, as crianças focam-se no leitor, mantendo-se bastante concentradas e em silêncio. Tal facto é observável quando questionamos as crianças sobre alguma personagem ou sobre a sequência dos acontecimentos das histórias, e as mesmas nos respondem positivamente.

No que diz respeito ao desenvolvimento socioemocional, as crianças são bastante carinhosas e meigas umas com as outras e, quando estão a ter brincadeiras em grande grupo, nunca excluem ninguém. No geral, este grupo colabora em atividades de pequeno e grande grupo, espera pela sua vez na realização de jogos e na intervenção nos diálogos (colocando o dedo no ar), e é progressivamente capaz de resolver situações de conflito (conflitos pela partilha de brinquedos, por exemplo) de forma autónoma ou, em último caso, com a ajuda de um adulto.

Além disso, o grupo revela um grande interesse em desempenhar tarefas: as crianças gostam de se sentir responsáveis e úteis quando lhes é pedido que deem algum recado aos pais, uma informação às educadoras de outra sala, quando vão buscar o lanche ou quando arrumam/limpam os materiais da sala.

São capazes de fazer e expressar escolhas, planos e decisões, têm em conta as necessidades dos outros, compreendem as rotinas, relacionam-se com outras crianças e adultos e desenvolvem estratégias para lidar com conflitos sociais.

“Aos cinco anos, uma criança torna-se consciente do efeito das suas acções não apenas sobre as reacções das outras pessoas, mas também sobre os seus sentimentos” (Brazelton & Sparrow, 2003, p. 211). Algumas crianças do grupo já são capazes de reconhecer, compreender e controlar as próprias emoções, sensibilizando-se também para com as dos outros.

A respeito do nível de desenvolvimento físico-motor, podemos referir que o grupo de crianças gosta bastante de atividades que envolvam movimento, como as do domínio da Educação Física, mostrando bastante destreza e coordenação nos movimentos.

O desenvolvimento motor “pode ser dividido em desenvolvimento motor global e desenvolvimento motor fino. Ações motoras globais incluem o movimento de grandes membros ou de todo o corpo, como caminhar, saltar, trepar.” (Serrano, 2018, p. 42)

As crianças têm vindo a demonstrar progressos muito significativos ao nível do domínio do seu corpo, o que permite que desenvolvam os exercícios e as tarefas com maior agilidade, envolvimento e rapidez.

No que diz respeito ao desenvolvimento motor fino, o mesmo está relacionado com “todos os movimentos que fazemos com as nossas mãos (alcançar, agarrar ou manipular um objeto), mas também com os nossos olhos (seguir visualmente uma bola em movimento).” (Serrano, 2018, p. 42)

Em relação à motricidade fina, as crianças têm feito uma boa evolução no recorte e colagem, e realizam com facilidade desenhos e pinturas pormenorizadas.

Posto isto, podemos referir que este é um grupo muito coeso, autónomo e capaz de cooperar durante as atividades propostas. Enquanto futuras profissionais de educação, faremos com que cada criança tenha o seu desenvolvimento cognitivo, da linguagem, socioafetivo, da autonomia e psicomotor o mais desenvolvido possível.

De seguida, apresentamos uma tabela onde são descritas as competências e/ou capacidades que o grupo, no geral, possui, de acordo com as áreas, domínios e subdomínios das Orientações Curriculares para a Educação Pré-Escolar (2016).

Tabela 1 — Áreas de Conteúdo das OCEPE

<p>Área de Formação Pessoal e Social</p>	<p>Identificam as suas características individuais (sexo, idade, nome, etc.), reconhecem semelhanças e diferenças com as características dos outros, verbalizam necessidades relacionadas com o seu bem-estar físico (como dizerem que têm fome ou que querem ir à casa de banho), expressam emoções e sentimentos e reconhecem também emoções e sentimentos dos outros, manifestam gostos e preferências, realizam de forma cada vez mais independente as tarefas indispensáveis à vida do dia a dia — vestirem-se, despirem-se, lavarem-se, comerem utilizando adequadamente os talheres, etc., são capazes de resolver situações de conflito de forma autónoma, através do diálogo, e demonstram comportamentos de apoio e entreadajuda, por iniciativa própria ou quando solicitado.</p>
<p>Área de Expressão e Comunicação — Domínio da Educação Física</p>	<p>Cooperam em situações de jogo, seguindo orientações ou regras, dominam movimentos que implicam deslocamentos e equilíbrios, como trepar, correr, saltar, deslizar, saltar sobre obstáculos, saltar a pés juntos ou num só pé, entre outros. Compreendem que no jogo há resultados, mas nem sempre aceitam a situação de ganhar ou perder.</p>
<p>Área de Expressão e Comunicação — Domínio da Educação Artística: Subdomínio das Artes Visuais</p>	<p>Desenvolvem capacidades expressivas e criativas através de experimentações e produções plásticas e exploram e utilizam, nas suas produções, modalidades diversificadas de expressão visual (pintura, desenho, colagens, modelagem com plasticina, etc.).</p>
<p>Área de Expressão e Comunicação — Domínio da Educação Artística: Subdomínio do Jogo Dramático/Teatro</p>	<p>Recriam experiências do quotidiano e inventam e representam personagens e situações que já vivenciaram, quando estão a brincar na área da Casinha, por exemplo. São, ainda, capazes de apreciar espetáculos teatrais.</p>

<p>Área de Expressão e Comunicação — Domínio da Educação Artística: Subdomínio da Música</p>	<p>Identificam e descrevem os sons que ouvem, seguem ritmos e reproduzem-nos, e também revelam uma grande vontade de aprender canções e cantá-las.</p>
<p>Área de Expressão e Comunicação — Domínio da Educação Artística: Subdomínio da Dança</p>	<p>Desenvolvem o sentido rítmico e de relação do corpo com o espaço e com os outros, expressam, através da dança, sentimentos e emoções em diferentes situações, e realizam movimentos locomotores e não locomotores básicos, de forma coordenada, utilizando o corpo no espaço, no tempo e com diferentes dinâmicas.</p>
<p>Área de Expressão e Comunicação — Domínio da Linguagem Oral e Abordagem à Escrita</p>	<p>Fazem perguntas sobre novas palavras e questionam o adulto sempre que não conhecem alguma, elaboram frases completas aumentando gradualmente a sua complexidade, relatam acontecimentos (em especial na hora de acolhimento), mostrando progressão não só na clareza do discurso como no respeito pela sequência dos acontecimentos, já conseguem estabelecer um diálogo com princípio, meio e fim umas com as outras, utilizam a linguagem para comunicarem sentimentos e desejos, perguntar coisas e interagir com os outros, reconhecem letras e apercebem-se da sua organização em palavras e ouvem atentamente histórias, manifestando concentração, prazer e satisfação no desenrolar das mesmas.</p>
<p>Área de Expressão e Comunicação — Domínio da Matemática</p>	<p>Identificam quantidades através de diferentes formas de representação (contagens, desenhos, escrita de números, etc.). Identificam, numa contagem, que a quantidade total corresponde à última palavra número (termo) que proferiram, usam os termos “mais do que” e “menos do que” na comparação de quantidades e começam a relacionar a adição com o combinar de dois grupos de objetos e a subtração com o retirar uma dada quantidade de um grupo de objetos. A maioria das crianças reconhece as formas geométricas (quadrado, retângulo, círculo e triângulo). No que concerne à medição, as crianças comparam a altura, largura e comprimento das construções que fazem, indicando algumas características de medida como: “maior que”, “mais pequeno que”, “mais estreito que”, “igual a”, entre outras.</p>

<p>Área do Conhecimento do Mundo</p>	<p>As crianças sabem todas a sua idade, onde vivem, são capazes de se descrever física e psicologicamente, associam rotinas a determinados momentos ou alturas do dia e utilizam termos como dia, noite, manhã, tarde, semana ou mês nos seus diálogos. Identificam os membros da família próxima e falam sobre os graus de parentesco e são capazes de identificar algumas profissões com que contactam no dia a dia (de pais, familiares, etc.). Compreendem e identificam características distintivas dos seres vivos, diferenciando-os pelas suas características e modos de vida (aquáticos, terrestres, aéreos, etc.), e mostram curiosidade pelos fenómenos atmosféricos que observam (chuva, vento, nuvens, trovoadas).</p>
---	---

7. Análise documental

Abordar a temática das emoções em educação pré-escolar, é cada vez mais importante e os livros infantis são uma poderosa ferramenta no auxílio dessa aprendizagem, uma vez que são um meio de ensinar as emoções de forma agradável às crianças.

Com isto, neste subtema faremos a análise documental das obras da coleção escolhida — *As Emoções do Gastão*, de Aurélie Chien Chow Chine —, resumindo as mesmas e analisando-as, de acordo com os quatro tipos de atividade mental mobilizados pela leitura literária, segundo Corcoran e Evans (1987).

Deste modo, pareceu-nos imprescindível, também, antes de iniciarmos a dinamização da intervenção educativa com o grupo de crianças, analisar os cinco livros da coleção, de forma a compreendermos se os mesmos eram, ou não, adequados ao grupo de crianças e às propostas de atividades pensadas.

7.1 – Resumo das obras

A coleção que escolhemos para abordar as emoções intitula-se *As Emoções do Gastão*, da autoria de Aurélie Chien Chow Chine, ilustradora e especialista em sofrologia (método para controlar as emoções que aplica na educação pré-escolar).

Da coleção *As Emoções do Gastão*, uma coleção de histórias para aprender a identificar e a gerir as emoções, escolhemos cinco livros: *Estou Feliz*, *Estou Zangado*, *Estou Triste*, *Estou com Medo* e *Estou Envergonhado*.



Figura 1 — Cinco títulos da coleção *As Emoções do Gastão*, de Aurélie Chien Chow China

Esta coleção conta a história do Gastão, um pequeno unicórnio diferente de todos os outros. Quando está bem consigo mesmo, o Gastão tem a crina e a cauda arco-íris, mas, quando uma emoção forte o domina, a sua crina e cauda mudam de cor, consoante a emoção que está a sentir. Cada cor expressa uma emoção: o amarelo para a alegria, o vermelho para a raiva, o azul para a tristeza, o verde para o medo e o roxo para a vergonha.

Antes do final de cada história, existem exercícios de respiração para ajudar o Gastão (e, conseqüentemente, as crianças) a controlar as suas emoções. Além disso, em cada livro existe também uma metáfora para o estado de espírito da personagem: um determinado estado do tempo (chuva, sol, arco-íris, etc.) corresponde a um determinado estado de espírito (respetivamente: mal, bem, muito bem, etc.). Além de servir para identificar o estado de espírito do Gastão, também as crianças, antes de começar realmente a história, devem responder à questão: “E tu, como te sentes hoje?”



Figura 2 — Associação dos estados do tempo a estados de espírito

As emoções são o tema do livro, como já foi dito, explicadas de forma mais simples para que as crianças compreendam. Assim sendo, os exemplos que despertam determinadas emoções no Gastão são facilmente perceptíveis para crianças na faixa etária

dos 3 aos 5 anos, uma vez que esses exemplos são situações do dia a dia pelas quais, à partida, qualquer criança passa.

No livro *Estou Feliz*, o Gastão sentia-se muito bem-disposto, porque não havia escola e, por isso, podia fazer tudo que lhe apetecesse: tomar o pequeno-almoço calmamente, preguiçar, sonhar, brincar... Contudo, reparou que nem toda a gente em sua casa estava feliz. Decidiu, então, realizar um movimento respiratório para partilhar a felicidade: fechou os olhos, imaginou que estava cheio de estrelinhas da felicidade de todas as cores, inspirou pelo nariz enchendo a barriga de ar, e expirou as estrelinhas da felicidade, sentindo-se pronto para ajudar os que o rodeiam a recuperar a alegria. Assim, por exemplo, ajudou a avó a encontrar os seus óculos, o papá a estender a roupa lavada, e deu um beijinho à mamã, que estava aborrecida por ter entornado um copo de água sobre a secretária. Desta forma, partilhou as estrelinhas da felicidade com eles, ajudando-os a sentirem-se mais felizes e bem consigo mesmos.

No livro *Estou Zangado*, o Gastão sentia-se muito mal, com o coração às escuras, porque às vezes nada corria como ele gostaria. Por exemplo, quando queria ir brincar para o jardim e estava a chover, ou quando tinha de ir a pé para a escola, mas não lhe apetecia andar, o Gastão irritava-se. Se o papá se recusasse a levá-lo ao colo, o Gastão ficava muito zangado, ou se estava na hora do banho e a sua mamã o chamava, mas ele não queria parar de brincar, irritava-se. Todas estas situações deixavam o Gastão mesmo muito zangado, como se tivesse uma grande nuvem negra na cabeça, cheia de relâmpagos. Então, para mandar a nuvem de raiva embora, realizou um movimento respiratório: fechou os olhos, imaginou a grande nuvem na sua cabeça, inspirou pelo nariz, enchendo a barriga de ar, e estendeu os braços ao longo do corpo, de punhos cerrados. De seguida, ao prender a respiração, subiu e desceu os ombros rapidamente, como se estivesse a bombear toda a sua raiva e a enviá-la de novo para a nuvem. Expirando com força pela boca e relaxando os ombros e as mãos, afastou a grande nuvem de raiva e sentiu-se muito melhor e mais tranquilo, recuperando o seu bom humor. A partir de agora, quando as coisas não correrem como ele gostaria, irá manter a calma.

No livro *Estou Triste*, o Gastão sentia-se mal, com o coração todo cinzento, porque desentendeu-se com os seus amigos, uma vez que estes queriam jogar à apanhada e ele preferia brincar com a bola. Assim, os amigos foram jogar à apanhada e o Gastão ficou sozinho com a sua bola, sentindo-se triste todo o dia. Ao final do dia, a zanga com os amigos ainda o perturbava, continuando triste e infeliz, como se tivesse uma nuvem escura na cabeça, cheia de chuva. Então, para mandar a nuvem de tristeza embora,

realizou um movimento respiratório: fechou os olhos, imaginou a grande nuvem na sua cabeça, inspirou pela boca enchendo a barriga de ar e, prendendo a respiração, tapou o nariz com os dedos, pensando fixamente na nuvem. Expirou pelo nariz com força e mandou embora a nuvem de tristeza, recuperando o seu bom humor e sentindo-se muito melhor, porque já não estava aborrecido com os amigos.

No livro *Estou com Medo*, o Gastão sentia-se muito mal, com o coração às escuras, porque tinha muito medo do escuro. Tinha sempre muitas ideias para atrasar o momento de ir para a cama... à mesa, comia as ervilhas uma a uma e, quando era hora de dormir, preparava uma pilha de livros para a mamã os ler todos. Como se a escuridão da noite já não bastasse, ainda era preciso fechar os olhos. Apesar de a mamã e do papá o tranquilizarem e lembrarem-no de que estavam no quarto ao lado caso fosse preciso qualquer coisa, mal o Gastão ficava sozinho no escuro, estremecia de medo e sentia arrepios, como se tivesse frio. E se, com um movimento respiratório, lhe fizéssemos uma armadura de coragem para vencer o medo? Assim, o Gastão fechou os olhos, inspirou pelo nariz e prendeu a respiração, pousou ambas as mãos sobre a cabeça e imaginou que tinha uma forte armadura a protegê-lo. Reteve o ar e desenhou a sua armadura de coragem com as mãos, baixando-as, à sua frente, até aos pés. Sentindo-se protegido pela sua armadura, expirou com força pela boca e venceu o medo, adormecendo serenamente, imaginando-se em todo o tipo de histórias maravilhosas com a sua bela armadura dourada.

No livro *Estou Envergonhado*, o Gastão sentia-se mais ou menos bem, no seu coração havia sol, mas também existiam nuvens porque, às vezes, ele não se sentia tão confortável. Era o seu dia de aniversário e a carteira trazia correio para ele, mas o Gastão não se sentia nada confiante e escondeu-se atrás da sua mamã. Na escola, a professora e todos os alunos deram-lhe os parabéns, mas o Gastão, apesar de contente, não se sentia à vontade quando toda a gente estava a olhar para ele, não sabia como reagir e ficava incomodado. Depois da escola, quando foi com a mamã comprar um bolo de aniversário à pastelaria, o funcionário ofereceu-lhe um chupa-chupa, no entanto, apesar de o Gastão adorar chupa-chupas, não se atreveu a aceitá-lo, porque ficou envergonhado. Quando toda a sua família e amigos se reuniram para lhe cantar os parabéns e festejar o seu aniversário, o Gastão não desfrutou plenamente daquele momento... sentia várias emoções. Estava feliz por se encontrar rodeado de quem mais gostava, mas envergonhado por ser o centro das atenções... quem lhe dera ser tão pequenino como um ratinho. Mas e se, para perder a timidez, em vez de tentar ficar pequeno como um ratinho, o Gastão imaginasse que era um grande tigre graças a um movimento respiratório? Assim, fechou os olhos, imaginou

um lindo fato de tigre, inspirou pelo nariz enchendo a barriga de ar e prendeu a respiração, pegando no seu fato como se tivesse garras e puxando-o para si, para o vestir. Sentindo-se forte como um tigre, o Gastão expirou pela boca e pensou na força que começou a sentir graças ao seu fato de tigre, sentindo-se mais à vontade e desfrutando plenamente do seu dia de anos.

Após a apresentação do resumo das cinco obras, no próximo subtema importa realizar-se uma breve análise das mesmas, com base nos quatro tipos de atividade mental mobilizados pela leitura literária, segundo Corcoran e Evans (1987).

7.2 – Quatro tipos de atividade mental mobilizados pela leitura literária

Como já foi referido anteriormente, esta coleção classifica-se como álbum, contudo, as ilustrações não são completamente necessárias, mas sim complementares. As obras dirigem-se a um público infantil, uma vez que constituem uma alternativa à pouca competência literária e linguística das crianças, e é precisamente por ser uma coleção destinada às mesmas que as ilustrações fazem toda a diferença. No decorrer das histórias existe sempre uma linguagem verbal e uma linguagem icónica/visual e, a certa altura, conseguimos compreendê-las observando apenas as ilustrações.

Nestas obras, existe uma relação de colaboração entre o texto verbal e o texto visual, ou seja, as ilustrações possibilitam às crianças um acompanhamento das ações mais simples e de melhor compreensão. Não obstante, as ilustrações são também redundantes, ou seja, a relação do texto com a ilustração é de redundância, uma vez que as ilustrações ajudam as crianças a figurar o que lhes é contado, mas não acrescentam nada à história, não sendo aditivas.

Segundo Corcoran & Evans (1987), existem quatro tipos de atividade mental mobilizados pela leitura literária, que se dividem em quatro fases: a primeira fase remete à figuração e imaginação, a segunda fase à previsão e retrospeção, a terceira fase à participação e construção e a quarta fase à valoração e avaliação.

Assim sendo, na primeira fase (figuração e imaginação), as crianças já são capazes de imaginar situações do texto, relacionando-as com a vida real. Ou seja, para figurar e imaginar a narrativa na sua plenitude, é imprescindível que a criança seja capaz de descodificar grande parte do vocabulário presente neste texto, bem como fazer um

paralelismo entre as suas vivências, o que já conhecem de antemão, e o que estão a ler/ouvir de novo, para formarem uma imagem na sua cabeça.

No que diz respeito à segunda fase (previsão e retrospeção), para os leitores anteciparem e elaborarem hipóteses sobre os acontecimentos já ocorridos, podem prevê-las através dos elementos paratextuais e antecipar o conteúdo do livro com base na capa. Para uma melhor retrospeção, é importante e fulcral que se volte atrás na história para justificar um acontecimento mais à frente.

No que concerne à terceira fase (participação e construção), os leitores vão-se identificar emocionalmente com as personagens e os acontecimentos relatados pelo texto.

Por fim, na quarta fase (avaliação e avaliação), as crianças vão avaliar o mérito do texto, as situações e os acontecimentos nele relatados.

De seguida, apresentamos uma tabela na qual serão dados alguns exemplos das obras escolhidas, relacionados com os quatro tipos de atividade mental mobilizados pela leitura literária.

Tabela 2 — Quatro tipos de atividade mental mobilizados pela leitura literária	
1ª Fase: Figuração e Imaginação	<p>“Quando decide ir brincar para o jardim e, de repente, começa a chover, o Gastão irrita-se” (Chine, 2019d, p. 12). Nesta fase, as crianças conseguem figurar e imaginar como seria quererem ir brincar para o jardim, e o mesmo não ser possível devido ao mau tempo. A ilustração tem uma relação de redundância com função descritiva (anexo I).</p> <p>“Mas, mal fica sozinho no escuro, o Gastão estremece de medo” (Chine, 2019b, p. 18). Uma vez mais, as crianças conseguem imaginar-se no escuro, até porque, nestas idades, é muito comum as crianças terem medo do escuro, logo, é um medo com o qual estão familiarizadas. A ilustração tem uma relação de redundância com função descritiva (anexo II).</p>
2ª Fase: Previsão e Retrospeção	<p>Previsão: Na capa do livro <i>Estou Feliz</i> (Chine, 2020), existe uma relação de redundância com função descritiva (anexo III). As crianças podem prever que o unicórnio será uma personagem relevante na história e que o mesmo se encontra feliz, pela sua expressão facial e por parecer que se encontra em movimento, como se estivesse a dançar.</p> <p>Retrospeção: no final do livro <i>Estou Triste</i> (Chine, 2019a), o Gastão já não está aborrecido e triste com os amigos e recuperou o seu bom humor e as suas cores arco-íris. Aqui temos uma ilustração com relação de redundância com função</p>

	<p>descritiva (anexo IV). Temos de fazer uma retrospeção na história, para compreender quais foram os motivos que levaram o Gastão a ficar triste com os amigos e, neste caso, voltamos atrás e referimos todos os motivos para o Gastão ter ficado triste e qual a solução encontrada para afastar essa tristeza — um movimento respiratório para mandar embora a nuvem de tristeza.</p>
<p>3ª Fase: Participação e Construção</p>	<p>Emocionalmente, as crianças vão identificar-se com o Gastão, uma vez que todos os exemplos relacionados com as emoções são adequados à compreensão de pequenos leitores e às suas vivências no dia a dia. Por exemplo, uma criança que seja mais tímida, identificar-se-á com o Gastão no livro <i>Estou Envergonhado</i> (Chine, 2019c), quando este refere que no momento em que a sua família e amigos lhe cantaram os parabéns se sentiu envergonhado por ser o centro das atenções, quando a professora e os colegas lhe deram os parabéns na escola e se sentiu desconfortável por toda a gente estar a olhar para ele, quando o funcionário da pastelaria lhe ofereceu um chupa-chupa e, apesar de o Gastão gostar muito, não o ter aceitado por se sentir envergonhado, entre outros exemplos similares.</p>
<p>4ª Fase: Valoração e Avaliação</p>	<p>As crianças conseguem compreender os exemplos associados às diferentes emoções e a importância dos exercícios de respiração, no final de cada história, que as ajudam a gerir e controlar melhor as suas emoções. A autora procura explicar às crianças, de uma forma simples e com exemplos com os quais estas se possam identificar, que é normal sentirem diferentes emoções e que não devem negar nenhuma, seja esta positiva ou negativa. Assim, esta é a dimensão simbólica da obra: através dos exercícios de respiração adequados a cada emoção específica (anexos V, VI e VII), as crianças podem aprender a regular e a controlar as suas emoções, fazendo uma melhor gestão das mesmas e aprendendo a viver com estas. Podem tornar-se, assim, indivíduos mais conscientes, empáticos e equilibrados. No que diz respeito à dimensão estética, ao longo das obras estão presentes diferentes recursos estilísticos como metáforas, enumerações, adjetivações e comparações que ilustram de uma forma mais simples toda a narrativa:</p> <p>Metáforas:</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ “Tem o coração às escuras...” (Chine, 2019d, p. 8) ▪ “Tem o coração todo cinzento...” (Chine, 2019a, p. 8) ▪ “No seu coração há sol, mas também há nuvens.” (Chine, 2019c, p. 8) <p>Enumerações:</p>

	<ul style="list-style-type: none"> ▪ “Pode fazer tudo o que lhe apetecer: tomar o pequeno-almoço calmamente, preguiçar, sonhar, brincar...” (Chine, 2020, p. 10) ▪ “...passa horas a observar as árvores, as flores, as borboletas...” (Chine, 2019b, p. 10) <p>Adjetivações:</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ “Oh, a mamã parece tão aborrecida.” (Chine, 2020, p. 22) ▪ “Sente-se triste e infeliz.” (Chine, 2019a, p. 18) ▪ “...o Gastão é um pequeno unicórnio alegre e cheio de vida!” (Chine, 2019b, p. 10) <p>Comparações:</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ “Muito infeliz. Como se tivesse uma grande nuvem escura na cabeça.” (Chine, 2019a, p. 20) ▪ “O Gastão sente arrepios, como se tivesse frio.” (Chine, 2019b, p. 20) ▪ “Quem lhe dera ser tão pequeno como um ratinho.” (Chine, 2019c, p. 18) ▪ “O Gastão tapa os olhos, como se, assim, conseguisse desaparecer.” (Chine, 2019c, p. 20) ▪ “...podes imaginar que és forte como um tigre, para a vencer.” (Chine, 2019c, p. 20)
--	--

8. Intervenção educativa

Nem sempre é fácil gerir as emoções das crianças, explicar-lhes o que sentem e como podem superar as suas dificuldades. Isto torna-se ainda mais verdade numa época como a que estamos a viver, em que o isolamento, o medo e a incerteza provocam, muitas vezes, ansiedade e representam um desafio adicional.

Por isso mesmo, o trabalho das emoções com as crianças, desde cedo, é fundamental. Ao identificarmos e reconhecermos as nossas emoções, aprenderemos também a fazer uma melhor gestão e controlo destas, o que nos ajudará a lidar melhor com determinadas situações e com aquilo que sentimos para solucionar conflitos.

Além disso, reconhecer e gerir emoções também é muito importante, uma vez que proporcionamos o desenvolvimento da empatia nas crianças, isto é, a capacidade de compreender e se colocar no lugar do outro.

Visto que a grande maioria das crianças era capaz de identificar e reconhecer as suas emoções, mas não era capaz de fazer uma boa gestão e controlo das mesmas, tornou-

se imprescindível trabalhar a temática das emoções com as crianças, aliando-a a outro interesse do grupo, a exploração de histórias.

Desta forma, apresentaremos cinco planificações de propostas de atividades que poderiam ser colocadas em prática com as crianças, partindo da leitura das obras da coleção escolhida — *As Emoções do Gastão*, de Aurélie Chien Chow Chine.

8.1 – Propostas de atividades

Na nossa opinião, é muito importante que as crianças saibam reconhecer, compreender e controlar as suas emoções e, por isso, neste subtema apresentaremos as cinco planificações de propostas de atividades que seriam colocadas em prática com o grupo, caso não estivéssemos a atravessar uma pandemia provocada pela COVID-19. As imagens dos recursos materiais de cada atividade, a título exemplificativo, encontram-se após as grelhas de planificação.

As grelhas de planificação das propostas de atividades contêm os nomes das atividades, as aprendizagens a promover — utilizando como documento de referência as Orientações Curriculares para a Educação Pré-Escolar (2016) —, as operacionalizações das atividades, os recursos materiais e os instrumentos de avaliação.

Para cada proposta de atividade existem objetivos específicos, no entanto, consideramos que alguns são transversais a todas as propostas, tais como: despertar emoções nas crianças, desenvolver atividades que promovam a descoberta, valorização e reconhecimento das emoções, despertar o interesse das crianças acerca das emoções através do livro infantil, e ouvir atentamente histórias, manifestando concentração e prazer no desenrolar das mesmas.

Proposta de Atividade Nº 1

Nome da atividade	Teia das Emoções
Aprendizagens a promover	<u>Área de Formação Pessoal e Social</u> - Expressar as suas emoções e sentimentos; - Esperar pela sua vez na realização de jogos e na intervenção nos diálogos; <u>Domínio da Linguagem Oral e Abordagem à Escrita</u>

	<ul style="list-style-type: none"> - Usar a linguagem oral em contexto, conseguindo comunicar eficazmente de modo adequado à situação; - Elaborar frases completas aumentando gradualmente a sua complexidade; - Ouvir atentamente histórias, mostrando prazer e satisfação.
Operacionalização da atividade	<p>Após a leitura da história, a Educadora deve iniciar um diálogo com as crianças acerca da emoção abordada (a alegria) e, de seguida, cada criança deve referir um momento em que se tenha sentido feliz. Posteriormente, a Educadora explica às crianças como se joga o jogo da “Teia das Emoções”. Para jogar este jogo, é necessário um novelo de lã. À vez, as crianças devem responder e completar a seguinte frase: “Fazes-me feliz porque” ou “Eu fico feliz quando” — associando-a a um amigo/a específico/a. A seguir, enrolam o fio de lã no dedo e atiram o novelo para o amigo sobre quem falaram. Esse amigo deve repetir o mesmo procedimento, e assim sucessivamente, até todas as crianças estarem na teia. É importante referir, ainda, que este jogo pode ser jogado com outra qualquer emoção, como a raiva, a tristeza, etc.</p>
Recursos materiais	<ul style="list-style-type: none"> - Livro <i>As Emoções do Gastão: Estou Feliz</i>, de Aurélie Chien Chow Chine - Novelos de lã
Instrumentos de avaliação	Registo de vídeo e áudio (apêndice I)



Figura 3 — Teia das Emoções

Proposta de Atividade Nº 2

Nome da atividade	Kit da Calma
Aprendizagens a promover	<p style="text-align: center;"><u>Área de Formação Pessoal e Social</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - Expressar as suas emoções e sentimentos; - Revelar confiança em experimentar atividades novas, propor ideias e falar em grupo; - Ser capaz de ensaiar diferentes estratégias para resolver as dificuldades e problemas que se lhe colocam; - Colaborar em atividades de grande grupo, cooperando no desenrolar do processo e na elaboração do produto final; <p style="text-align: center;"><u>Subdomínio das Artes Visuais</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - Desenvolver capacidades expressivas e criativas através de experimentações e produções plásticas; <p style="text-align: center;"><u>Domínio da Linguagem Oral e Abordagem à Escrita</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - Usar a linguagem oral em contexto, conseguindo comunicar eficazmente de modo adequado à situação; - Ouvir atentamente histórias, mostrando prazer e satisfação.
Operacionalização da atividade	<p>Após a leitura da história, a Educadora deve iniciar um diálogo com as crianças acerca da emoção abordada (a raiva) e, de seguida, cada criança deve referir um momento em que se sentiu zangada/com raiva. Depois, devem conversar entre si sobre o porquê de se sentirem dessa forma em determinadas situações e, juntas, pensarem em estratégias para controlar a raiva. Para isso, a Educadora irá dizer às crianças que vão construir um kit para a sala — o Kit da Calma. O objetivo é que este kit contenha objetos que favoreçam o relaxamento, a concentração e a respiração das crianças, tais como: potes da calma, mp3 com músicas, bolas de sabão, plasticina, bolas antisstress, materiais sensoriais, etc. É ainda importante referir que este kit da calma seria elaborado com todas as crianças do grupo, podendo conter outros objetos que as mesmas considerassem pertinentes.</p>

Recursos materiais	<ul style="list-style-type: none"> - Livro <i>As Emoções do Gastão: Estou Zangado</i>, de Aurélie Chien Chow Chine - Kit da Calma (potes da calma, mp3, bolas de sabão, plasticina, bolas antisstress, materiais sensoriais)
Instrumentos de avaliação	Grelha de observação (apêndice II)



Figura 4 — Kit da Calma

Proposta de Atividade Nº 3

Nome da atividade	Vamos desenhar a tristeza!
Aprendizagens a promover	<p style="text-align: center;"><u>Área de Formação Pessoal e Social</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - Expressar as suas emoções e sentimentos; - Reconhecer emoções e sentimentos dos outros; - Revelar confiança em experimentar atividades novas, propor ideias e falar em grupo; - Ser capaz de ensaiar diferentes estratégias para resolver as dificuldades e problemas que se lhe colocam; <p style="text-align: center;"><u>Subdomínio das Artes Visuais</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - Desenvolver capacidades expressivas e criativas através de experimentações e produções plásticas; - Ter prazer em explorar e utilizar, nas suas produções, modalidades diversificadas de expressão visual (desenho); <p style="text-align: center;"><u>Domínio da Linguagem Oral e Abordagem à Escrita</u></p>

	<ul style="list-style-type: none"> - Usar a linguagem oral em contexto, conseguindo comunicar eficazmente de modo adequado à situação; - Ouvir atentamente histórias, mostrando prazer e satisfação.
Operacionalização da atividade	Após a leitura da história, a Educadora deve iniciar um diálogo com as crianças acerca da emoção abordada (a tristeza) e, de seguida, cada criança deve desenhar um momento em que se sentiu triste. Depois, em grande grupo, cada criança deve apresentar e explicar o seu desenho aos amigos para, todos juntos, encontrarem estratégias/motivos que ajudem a criança a sentir-se bem e feliz consigo mesma.
Recursos materiais	<ul style="list-style-type: none"> - Livro <i>As Emoções do Gastão: Estou Triste</i>, de Aurélie Chien Chow Chine - Folhas brancas - Lápis de cor
Instrumentos de avaliação	Registo fotográfico e registo de vídeo e áudio (apêndice I)

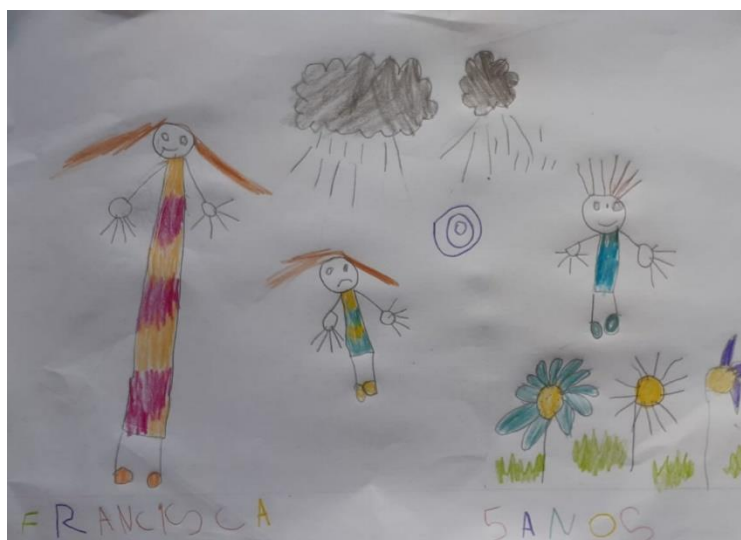


Figura 5 — Vamos desenhar a tristeza!

A título exemplificativo, pedimos a uma criança com 5 anos que desenhasse algo que a fizesse sentir triste. Passamos, assim, a citar a descrição que a mesma fez do seu desenho: “Isto são flores que estão mortas, que eu não gosto; isto é o meu primo Nuno, que está em França, e eu tenho saudades e fico triste, um bocadinho; isto são nuvens que estão a chover e está vento, e eu fico triste, um bocadinho, e fico um bocadinho feliz e

esta é a minha mãe quando vai para o trabalho e eu estou aqui triste porque ela vai para o trabalho.”

Proposta de Atividade Nº 4

Nome da atividade	Desfaz o teu medo!
<p>Aprendizagens a promover</p>	<p style="text-align: center;"><u>Área de Formação Pessoal e Social</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - Expressar as suas emoções e sentimentos; - Reconhecer emoções e sentimentos dos outros; - Revelar confiança em experimentar atividades novas e falar em grupo; <p style="text-align: center;"><u>Subdomínio das Artes Visuais</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - Desenvolver capacidades expressivas e criativas através de experimentações e produções plásticas; - Ter prazer em explorar e utilizar, nas suas produções, modalidades diversificadas de expressão visual (desenho, pintura, modelagem); <p style="text-align: center;"><u>Domínio da Linguagem Oral e Abordagem à Escrita</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - Usar a linguagem oral em contexto, conseguindo comunicar eficazmente de modo adequado à situação; - Ouvir atentamente histórias, mostrando prazer e satisfação.
<p>Operacionalização da atividade</p>	<p>Após a leitura da história, a Educadora deve iniciar um diálogo com as crianças acerca da emoção abordada (o medo) e, de seguida, cada criança deve referir um momento em que sentiu medo, explicando o porquê aos amigos. Posteriormente, cada criança desenha numa folha de jornal o que a faz sentir medo e, à vez, rasga a sua folha para um recipiente com água, onde esta se irá desfazer e, conseqüentemente, o medo desaparecerá. Depois de todos os papéis serem colocados em água, em grande grupo e com a ajuda da Educadora, as crianças farão pasta de papel com os seus medos para depois decidirem que objeto moldável farão para decorar a sala.</p>
	<ul style="list-style-type: none"> - Livro <i>As Emoções do Gastão: Estou com Medo</i>, de Aurélie Chien Chow China

<p>Recursos materiais</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Folhas de jornal - Cola branca - Recipiente - Colher - Água
<p>Instrumentos de avaliação</p>	<p>Registo fotográfico e registo de vídeo e áudio (apêndice I)</p>

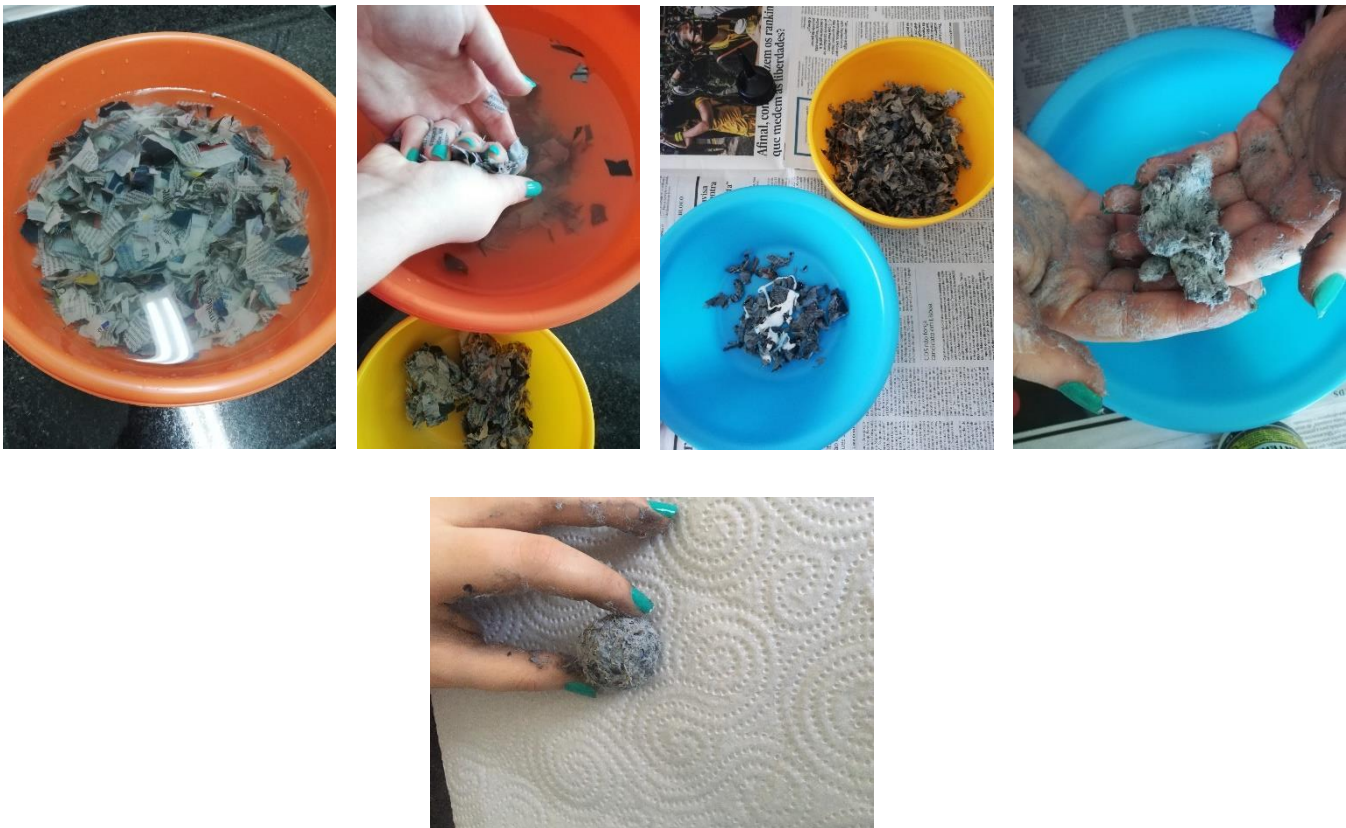


Figura 6 — Desfaz o teu medo!

Proposta de Atividade Nº 5

Nome da atividade	Em cada carta... uma emoção!
Aprendizagens a promover	<p style="text-align: center;"><u>Área de Formação Pessoal e Social</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - Expressar as suas emoções e sentimentos; - Esperar pela sua vez na realização de jogos e na intervenção nos diálogos; - Revelar confiança em experimentar atividades novas e falar em grupo; <p style="text-align: center;"><u>Domínio da Educação Física</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - Cooperar em situações de jogo, seguindo orientações ou regras; - Dominar movimentos que implicam deslocamentos e equilíbrios como saltar a pés juntos; - Controlar movimentos de perícia e manipulação como lançar; <p style="text-align: center;"><u>Domínio da Linguagem Oral e Abordagem à Escrita</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - Usar a linguagem oral em contexto, conseguindo comunicar eficazmente de modo adequado à situação; - Ouvir atentamente histórias, mostrando prazer e satisfação.
Operacionalização da atividade	<p>Após a leitura da história, a Educadora inicia um diálogo com as crianças acerca da emoção abordada (a vergonha) e, depois, cada criança deve referir um momento em que se sentiu envergonhada. De seguida, e de forma a consolidar todas as emoções abordadas nas cinco obras escolhidas, as crianças irão jogar o jogo “Em cada carta... uma emoção!” Tendo em conta o número em que a criança parar após lançar o dado, esta deve pegar na carta-emoção com o número correspondente, fazer a expressão presente na carta e contar um episódio em que se tenha sentido assim. Exemplos de cartas-emoção: alegria, tristeza, amor, raiva, orgulho, medo, vergonha, surpresa, preocupação, amizade, ciúme, etc.</p>
Recursos materiais	<ul style="list-style-type: none"> - Livro <i>As Emoções do Gastão: Estou Envergonhado</i>, de Aurélie Chien Chow Chine - Tapete com números

	- Cartas-emoção - Dado
Instrumentos de avaliação	Registo de vídeo e áudio (apêndice I)



Figura 7 — Em cada carta... uma emoção!

Parte III – Apresentação e Discussão dos Resultados

No presente ponto faremos a apresentação, análise e interpretação dos resultados obtidos nas entrevistas, triangulando esses dados com as teorias apresentadas no enquadramento teórico, de forma a dar resposta aos objetivos delineados.

Como é de conhecimento geral, o mundo atravessa uma pandemia provocada pela COVID-19. Por esse motivo, não foi possível colocar em prática com o grupo de crianças as propostas de atividades pensadas. No entanto, criámos um conjunto de propostas que podem configurar um manual de intervenções disponível para a abordagem da temática de uma pedagogia das emoções com qualquer grupo de crianças. Desta forma, apresentaremos apenas os dados que conseguimos obter, ou seja, as seis entrevistas realizadas a profissionais de saúde e de educação e, ainda, a entrevista realizada à editora da coleção (anexos VIII, IX, X, XI, XII, XIII, XIV).

A análise de dados é uma etapa fulcral no processo de investigação. Essa análise e interpretação “é o processo de decomposição de um todo nos seus elementos, procedendo posteriormente à sua examinação – de forma sistemática – parte por parte. Em termos de processo de investigação, corresponde à etapa onde se registam, analisam e interpretam os dados” (Sousa & Baptista, 2011, p. 106). Para tal, elaborámos três guiões de entrevista — um destinado a profissionais de saúde, outro a profissionais de educação e um para a editora da coleção.

Para analisarmos o conteúdo das entrevistas, foi necessário categorizá-las e, por isso, elaborámos tabelas com quatro colunas: a primeira destinada ao número das perguntas contempladas nos guiões das entrevistas, a segunda diz respeito às categorias, a terceira coluna é referente às subcategorias e na última coluna constam as unidades de registo, aquilo que efetivamente os entrevistados referiram ao longo da entrevista.

Após analisarmos os conteúdos das entrevistas através das tabelas de categorização (apêndices III, IV, V, VI, VII, VIII, IX), fizemos a triangulação dos dados, que expomos de seguida.

Esta técnica de recolha de dados, como já foi referido anteriormente, teve como principal objetivo compreender as perspetivas dos profissionais de saúde e dos profissionais de educação em relação ao facto de considerarem, ou não, os livros infantis uma boa ferramenta para trabalhar as emoções, quer em contexto profissional, quer recomendando às famílias para o fazerem em contexto familiar. Assim, perguntámos também de que forma utilizam os livros infantis para trabalhar a questão das emoções,

quais são os critérios na escolha de um bom livro infantil, se acreditam que exista, ou não, alguma limitação em trabalhar as emoções através do livro infantil e se conhecem a coleção *As Emoções do Gastão* e o método da sofrologia, referindo o que pensam tanto da coleção, como do método (caso conheçam ambos).

A sofrologia — método para controlar as emoções em que a autora e ilustradora da coleção é especialista, aplicando-o em educação pré-escolar —, segundo a Infopédia, foi criada por Alfonso Caycedo, médico neuropsiquiatra, que se inspirou em ciências e métodos ocidentais (hipnose clínica, psicologia, técnicas de relaxamento, etc.) e em métodos orientais (yoga, zen e meditação). Este método consiste numa série de técnicas de relaxamento, exercícios respiratórios, movimentos físicos e estratégias de orientação positiva do pensamento que ampliam o campo da consciência e reforçam o equilíbrio entre as nossas emoções, pensamentos e comportamentos.

Em seguida, de forma a verificar se chegamos às respostas esperadas, apresentamos os cruzamentos teóricos e práticos que foram alvo de análise nesta investigação.

No que diz respeito ao facto de os profissionais de saúde inquiridos considerarem, ou não, os livros infantis uma boa ferramenta para trabalhar as emoções, a conclusão foi unânime. O psicoterapeuta entrevistado afirma que os livros sobre as emoções “constituem uma ferramenta essencial” (anexo VIII, resposta à pergunta 1) que ajudará a que se desenvolva uma crescente educabilidade emocional na criança. Da mesma forma, a psicóloga clínica infantil inquirida refere que os livros “servem para estimular uma série de competências” (anexo IX, resposta à pergunta 1), despertando a imaginação e a criatividade e promovendo competências emocionais. Ambos mencionam que os pais, ao explorarem livros sobre as emoções com os seus filhos, estão a promover o que atualmente designamos por “literacia emocional, ou seja, a capacidade da criança de compreender, expressar e gerir as suas próprias emoções e de responder adequadamente às emoções do outro” (anexo IX, resposta à pergunta 1), promovendo um ambiente interativo e seguro.

Também a educadora de infância 1 está de acordo com o psicoterapeuta quando afirma que os livros infantis sobre as emoções são “uma excelente ferramenta” (anexo X, resposta à pergunta 1), quer em contexto escolar, quer em contexto familiar. A educadora de infância 2 acrescenta ainda que, face à pandemia que o mundo está a atravessar, as editoras têm apostado em “livros infantis que abordam a realidade que temos vivido: a questão dos abraços, da impossibilidade de estarmos juntos...” (anexo XI, resposta à

pergunta 1). As duas contadoras de histórias entrevistadas partilham da opinião tanto dos profissionais de saúde, quanto das educadoras de infância, no sentido de concordarem que os livros são excelentes ferramentas para educar para as emoções, “ajudando as crianças a aprender a identificar as muitas emoções que vão acontecendo dentro de si próprias e que vão encontrando nos outros” (anexo XIII, resposta à pergunta 1).

No que respeita à teoria, Steiner & Perry (2000) referem que a literacia emocional se desenvolve melhor na infância, um “período crítico de aprendizagem em que as crianças estabelecem as suas várias atitudes” (p. 201) sendo, por isso, fundamental que estas aprendam desde cedo a compreender, gerir e controlar as suas emoções. Parece-nos, portanto, que os livros podem contribuir para o desenvolvimento emocional da criança, funcionando como um “espaço de descoberta emocional que permite à criança vivenciar inúmeras emoções, promovendo o seu desenvolvimento, a sua maturidade e as suas competências sociais.” (Catarreira, 2015, p. 67)

Os livros infantis sobre emoções são utilizados com frequência pelos profissionais de saúde nas suas sessões com crianças. O psicoterapeuta reforça a ideia de que através destes livros é possível criar um vínculo com as crianças “capaz de viabilizar diálogos e segredos emocionais” (anexo VIII, resposta à pergunta 2), que seriam impossíveis de conhecer e compreender de outra forma. Por isso, como refere Fernandes (2017), é necessário que se compreenda que a literatura infantil “não se limita exclusivamente para fins de aprendizagens cognitivas, tendo potencial para desenvolver a criança ao nível socioemocional.” (p. 20)

As profissionais de educação inquiridas foram questionadas sobre o modo como utilizam os livros infantis para trabalhar a questão das emoções. Desta forma, a contadora de histórias 1 afirma que nunca pensa “num livro com um propósito direto” (anexo XII, resposta à pergunta 2) como, por exemplo, o de trabalhar as emoções, mas sim que convida os escutadores a embarcar numa viagem pela história, encontrando eles próprios soluções para as questões emocionais. Em contrapartida, a opinião da contadora de histórias 2 vai ao encontro da das educadoras de infância, isto é, as três profissionais concordam que as personagens dos livros infantis ajudam as crianças a desenvolver a empatia, “ajudando-as a descrever aquilo que também sentem” (anexo XI, resposta à pergunta 2). Como refere Botelho (2015), através das vivências trazidas a partir dos livros infantis e “do contacto com as personagens, a criança entende as emoções vividas na narrativa pelos protagonistas e em alguns casos acaba por se emocionar, exteriorizando o que sente” (p. 44). No entanto, como bem menciona a contadora de histórias 2, “mais do

que dar às nossas crianças uma codificação das emoções, é preciso ensiná-las a descodificar as emoções dentro de si e no outro” (anexo XIII, resposta à pergunta 2).

Em relação aos critérios na escolha de um bom livro infantil, tanto os profissionais de saúde, quanto as profissionais de educação inquiridas têm uma opinião concordante, ou seja, para todos importa que exista uma narrativa interessante e enriquecedora, aliada a ilustrações cativantes. As contadoras de histórias referem que deve existir “qualidade literária do texto” e “qualidade estética da ilustração” (anexo XIII, resposta à pergunta 3), acrescentando o psicoterapeuta que a “ilustração é parte fundamental do livro” (anexo VIII, resposta à pergunta 3), sendo que esta deve não só dialogar com o texto, como também deixar espaço para a imaginação. Também Macedo (2007) partilha desta opinião, quando indica que “a imagem e o texto podem dialogar e complementar-se de múltiplas formas e em diferentes esquemas.” (p. 3)

As respostas dos entrevistados dividiram-se quanto a existir, ou não, alguma limitação em trabalhar as emoções através do livro infantil. Os profissionais de saúde, apesar de concordarem que os livros infantis são “um ótimo recurso para trabalhar com as emoções” (anexo VIII, resposta à pergunta 4), referem também que o desenvolvimento da regulação emocional não se pode “resumir única e exclusivamente à utilização do livro infantil” (anexo IX, resposta à pergunta 4), sendo importante transpor esse trabalho para o dia a dia da criança. Por outro lado, as profissionais de educação estão de acordo quando referem que não julgam que exista (ou que se possa dizer dessa forma) alguma limitação no trabalho das emoções através do livro infantil. Todavia, afirmam que é “necessário saber fazê-lo” (anexo XII, resposta à pergunta 4), aproveitando também o dia a dia da criança para “solidificar o objetivo” que pretenderam “atingir com a leitura do livro” (anexo X, resposta à pergunta 4) e, ainda, complementá-lo “com outros recursos e estratégias” (anexo XI, resposta à pergunta 4).

Posto isto, não julgamos que existam limitações em trabalhar as emoções através do livro infantil, uma vez que a literatura para a infância não só proporciona às crianças um desenvolvimento indubitável em termos emocionais, como também em termos sociais e cognitivos, permitindo que estas adquiram distintas habilidades. Porém, como refere a educadora de infância 2, é essencial que ao livro infantil se aliem outras estratégias pedagógicas para desenvolver as emoções nas crianças.

A respeito de conhecerem, ou não, a coleção *As Emoções do Gastão*, apenas os profissionais de saúde e a educadora de infância 1 responderam afirmativamente. As restantes profissionais de educação, por não conhecerem a coleção, não teceram

quaisquer comentários sobre a mesma. Apesar de a psicóloga conhecer a coleção, nunca a utilizou na sua prática clínica, contudo, o psicoterapeuta refere que esta “é útil nas consultas para conhecer e compreender as emoções”, recomendando aos pais que a leiam aos filhos, “focalizando a atenção de forma detalhada nos microstressores da face, nas expressões dos olhos e da boca” (anexo VIII, resposta à pergunta 5). A educadora de infância 1, para além de também recomendar aos pais que leiam os livros desta coleção aos seus filhos, menciona que “através desta coleção as crianças podem aprender a identificar e a gerir as várias emoções” e que acha “interessante o facto de as crianças poderem aprender a controlar a sua respiração e, desta forma, gerir melhor as emoções (anexo X, resposta à pergunta 5).

Quanto à última pergunta colocada aos inquiridos, sobre conhecerem, ou não, o método da sofrologia, apenas o psicoterapeuta e a educadora de infância 1 responderam de forma positiva. Para o psicoterapeuta, este método “serve para o controle das emoções, stress e propõe visualizações/exercícios no momento de hiperconsciência sobre as situações que propõe controlar” (anexo VIII, resposta à pergunta 6), sendo esses exercícios de conscientização corporal, na sua experiência, muito eficazes. A educadora de infância 1 refere que utiliza este método “em crianças do pré-escolar para as ajudar a aprender alguns exercícios de respiração que as poderão ajudar a gerir as suas frustrações” (anexo X, resposta à pergunta 6). No plano da teoria, podemos relacionar este método com a prática de mindfulness, já que esta nos ajuda “a lidar de uma forma mais eficaz com os desafios do dia-a-dia, com o stress, a ansiedade e as emoções que impedem o nosso bem-estar” (Perestrelo, 2018, p. 19). Por essa razão, praticar mindfulness pode dar-nos mais conhecimento sobre as nossas emoções e melhorar os relacionamentos com os outros.

Além do principal objetivo acima explanado, realizámos também uma entrevista à editora da coleção, com o intuito de compreendermos o porquê da recente e crescente aposta em livros infantis que tratem o tema das emoções, e colocámos também algumas questões relacionadas com a coleção escolhida: *As Emoções do Gastão*, de Aurélie Chien Chow Chine.

A respeito da recente aposta da editora em livros infantis que abordem as emoções, Joana Gonçalves refere o interesse crescente no tema das emoções, nomeadamente da parte de pais e educadores de infância. Defende que a inteligência emocional é uma aptidão cada vez mais significativa e reforça “a ideia de que, quanto mais cedo ensinarmos

as crianças a controlar as suas emoções, melhor estarão preparadas para enfrentar a vida futura” (anexo XIV, resposta à pergunta 1), daí a importância da inteligência emocional.

Relativamente aos critérios para a escolha de um bom livro infantil, especificamente um que trate o tema das emoções, a editora indica que “uma boa história, ilustrações atraentes, informação correcta, linguagem adequada, interesse do tema e abordagem inovadora são apenas alguns dos critérios que ajudam nessa escolha” (anexo XIV, resposta à pergunta 2), partilhando também da opinião tanto dos profissionais de saúde, quanto dos profissionais de educação.

No tocante à coleção escolhida, procurámos saber por que motivo se destacou em relação a outras, ao que a editora referiu que a coleção *As Emoções do Gastão* se destacou por dois motivos: “por sugerir o método da sofrologia para controlar as emoções, o que era uma novidade em relação aos livros já existentes; e por ter como personagem principal um unicórnio, uma figura muito querida das crianças” (anexo XIV, resposta à pergunta 3). No que se refere à teoria, e porque o unicórnio é, de facto, uma figura muito querida para a grande maioria das crianças, através da identificação com a personagem, a história “consegue «dialogar» com a criança, e deste diálogo nasce muitas vezes a desejada e necessária tranquilidade de que a criança necessita para apaziguar as suas angústias.” (Bastos, 1999, p. 73)

Quanto ao sucesso desta coleção no mercado português, Joana Gonçalves confirma que “tem tido uma muito boa receptividade” (anexo XIV, resposta à pergunta 4), tanto que já reeditaram alguns títulos e preveem publicar mais em 2021. Sobre a forma como tem sido divulgada esta coleção, o marketing passa pela “promoção em livrarias e feiras do livro”, “através das redes sociais e do boca-a-boca” e “junto da imprensa e de *influencers* interessados nos temas” (anexo XIV, resposta à pergunta 6).

Por fim, assim como conseguimos obter um feedback positivo sobre o uso desta coleção, quer em contexto educativo (através da educadora de infância 1), quer em contexto profissional (através do psicoterapeuta), Joana Gonçalves diz-nos, da mesma forma, que “os exercícios de respiração em contexto escolar também são muito positivos” (anexo XIV, resposta à pergunta 5).

Em suma, as emoções manifestam-se desde cedo nas crianças e, por isso mesmo, é muito importante que o educador de infância promova atividades que possibilitem o reconhecimento, gestão e controlo das mesmas. Deste modo, o livro infantil é encarado como uma excelente ferramenta para trabalhar as emoções, visto possuir várias potencialidades e poder “ser utilizado como um elemento promotor do desenvolvimento

emocional uma vez que as histórias permitem o desenvolvimento de capacidades literárias e emocionais” (Botelho, 2015, p. 5). Também no campo das formações, a aposta em livros infantis e no tema das emoções tem sido notória, o que confirma a crescente aposta em livros infantis que tratem exatamente esse tema, visto que tanto a educação emocional como a inteligência emocional têm um peso fundamental na formação das crianças.

Apresentados e discutidos os resultados obtidos, elencamos no próximo ponto as considerações finais sobre todo o percurso e processo de concepção deste relatório de estágio.

Considerações finais

As motivações pessoais foram o suporte para o desenvolvimento e realização deste relatório de estágio. Sempre tivemos um interesse especial no que diz respeito às temáticas das emoções e da literatura infantil, e quisemos compreender, desde logo, se o livro infantil poderia ser considerado um bom dispositivo pedagógico para trabalhar as emoções com crianças.

Em primeiro lugar, importa reforçar a pertinência que o tema das emoções possui na educação pré-escolar, uma vez que estas estão presentes ao longo de toda a nossa vida e, por isso mesmo, é necessário que se trabalhe com as crianças, desde cedo, conceitos como o de educação emocional.

Torre (2001, p. 35) define educação emocional como um “processo educativo, contínuo e permanente, que pretende potenciar o desenvolvimento emocional como complemento indispensável do desenvolvimento cognitivo, constituindo-se ambos elementos essenciais ao desenvolvimento da personalidade integral.” Desta forma, ao falarmos sobre as emoções, estamos a garantir um mundo mais empático, contribuindo para o desenvolvimento de adultos equilibrados e capazes de reconhecer as suas emoções e as emoções dos outros.

Como as emoções desempenham importantes funções, tanto a nível individual, como a nível social (nas relações que estabelecemos com os outros), é importante aprendermos a lidar com as emoções das crianças e sermos capazes de ajudá-las a gerir-las da melhor forma possível. Deste modo, um dos principais objetivos desta investigação era fazer com que as crianças não só fossem capazes de identificar e reconhecer as suas emoções e as dos outros, como também que conseguissem fazer uma boa gestão e controlo das mesmas.

Para tal, a partir de cinco obras da coleção escolhida, *As Emoções do Gastão*, foram desenvolvidas cinco propostas de atividades (bem como os respetivos materiais, a título exemplificativo) para trabalhar as emoções, funcionando o livro infantil como um dispositivo pedagógico. Como estamos a atravessar uma pandemia provocada pela COVID-19, não conseguimos colocar em prática, com as crianças, a dinamização da intervenção educativa. No entanto, é importante referir que, precisamente por estarmos a viver uma época em que o isolamento, o medo e a incerteza provocam, muitas vezes, ansiedade e representam um desafio adicional (e como, especialmente para as crianças,

nem sempre é fácil gerir as emoções), torna-se essencial explicar-lhes o que sentem e de que forma podem superar as suas frustrações.

Assim, através da dinamização da intervenção educativa, esperávamos conseguir despertar diferentes emoções nas crianças, desenvolver atividades que promovessem a descoberta, valorização e reconhecimento das emoções, despertar o interesse das crianças para várias emoções através do livro infantil e fazer com que estas ouvissem atentamente histórias, manifestando concentração e prazer no desenrolar das mesmas.

Através das entrevistas realizadas a profissionais de saúde e a profissionais de educação, procurámos compreender se os livros infantis eram considerados uma boa ferramenta para trabalhar as emoções. Alcançado este objetivo, é crucial salientar a importância da literatura para a infância na educação pré-escolar, uma vez que esta proporciona às crianças um desenvolvimento indiscutível em termos emocionais, sociais e cognitivos.

Compreendemos que “a literatura para a infância, pode contribuir para o desenvolvimento emocional da criança, sendo o livro um espaço de descoberta emocional que permite à criança vivenciar inúmeras emoções, promovendo o seu desenvolvimento, a sua maturidade e as suas competências sociais” (Catarreira, 2015, p. 67). Assim, o livro infantil é encarado como uma boa ferramenta para trabalhar as emoções, dado que as crianças, através da audição de histórias, também adquirem uma postura crítica e reflexiva.

No que diz respeito ao terceiro objetivo delineado, a entrevista à editora da coleção elucidou-nos sobre as razões da crescente aposta em livros infantis que tratem o tema das emoções. Da mesma forma que as formações sobre as emoções direcionadas a vários profissionais aumentaram, comprovando o interesse notório no tema, também o número de livros e coleções com foco nas emoções (para adultos e para crianças) tem crescido. Hoje, pais e educadores procuram saber mais e estar em constante e contínua aprendizagem sobre a educação e inteligência emocionais, para que possamos todos viver uma vida equilibrada. Nesta busca, os livros infantis são um poderoso aliado.

Posto isto, importa também destacar o papel do educador de infância e os valores subjacentes à sua prática, sendo que este, enquanto profissional de educação, deve contribuir para o desenvolvimento e crescimento de crianças felizes, autónomas, confiantes e resilientes. Para isso, é importante que promova atividades que possibilitem o reconhecimento, gestão e controlo das emoções, estimulando a maturidade emocional das crianças.

Além disso, é fundamental realçar, ainda, que a relação pedagógica entre educador-criança deve ser fundada com base no diálogo e na troca de experiências, tendo em conta que também a comunicação é benéfica para o desenvolvimento da capacidade intelectual, emocional e afetiva das crianças.

Concluimos, assim, que o papel de um educador de infância é indispensável, uma vez que é na educação pré-escolar que a criança desenvolve diferentes formas de se relacionar com os outros e de se expressar e, por isso, devemos prepará-las, desde cedo, para saberem viver em sociedade, conversando e trabalhando sobre valores imprescindíveis como a empatia, a tolerância, o respeito e o afeto. Crianças felizes e que saibam lidar com as frustrações inerentes ao crescimento serão adultos mais equilibrados e empáticos.

Para finalizar este relatório de estágio, no próximo ponto estarão presentes as prospetivas de investigação, isto é, outros caminhos pelos quais poderíamos dar continuidade a esta investigação.

Prospetivas de investigação

Após terminarmos a investigação a que nos propusemos, parece-nos pertinente referir outros caminhos pelos quais seria possível enveredar, de forma a dar continuidade a esta investigação.

Neste sentido, e uma vez que a temática das emoções terá sempre a sua relevância na educação das crianças, é importante que se continue a explorar o tema das emoções desde tenra idade. Além dos cinco livros analisados da coleção *As Emoções do Gastão*, de Aurélie Chien Chow Chine, foram publicados mais três — *Estou Cheio de Energia*, *Estou com Ciúmes*, *Estou a Sentir-me Culpado* —, e ainda um livro que contém as oito obras da coleção publicadas até ao momento, com o título: *As Minhas Emoções*. Desta forma, seria interessante planificar, a partir dos livros infantis, outras atividades relacionadas com cada uma destas emoções.

O expectável, no futuro, será que as propostas de atividades pensadas possam ser colocadas em prática, de forma livre e sem os constrangimentos inerentes à pandemia analisando, até, se a mesma provocou nas crianças alguma mudança de atitude ou comportamento. A dinamização das propostas de atividades com mais do que um grupo de crianças seria também uma boa opção no futuro, pois permitiria chegar a conclusões quanto a diferentes parâmetros que os distinguissem.

Outro rumo que poderíamos seguir, dando continuidade aos exercícios de respiração no final de cada obra da coleção, seria o de realizarmos, por exemplo, um workshop com as crianças e as suas famílias sobre a prática de mindfulness. Depois, o objetivo seria colocarmos em prática atividades relacionadas com esta meditação, uma vez que, provavelmente, as crianças vão voltar aos jardins de infância mais agitadas e ansiosas. Assim, esta prática pode ajudar-nos, e às crianças, a lidar de uma forma mais eficaz com o stress, a ansiedade e as emoções que impedem o nosso e o seu bem-estar. Praticar mindfulness pode dar-nos mais conhecimento sobre as emoções, aumentar a atenção e concentração e melhorar os relacionamentos com os outros.

Por fim, poderíamos também inquirir mais profissionais de saúde e de educação, de forma a obtermos uma maior amostra para análise, ou, por outro lado, optar por estudar mais aprofundadamente o mercado do livro infantil no que respeita às emoções, uma vez que existem hoje várias coleções que abordam este tema de formas diferentes.

Referências bibliográficas

Afonso, N. (2014). *Investigação Naturalista em Educação: Um guia prático e crítico*. Vila Nova de Gaia: Fundação Manuel Leão.

Aires, L. (2011). *Paradigma qualitativo e práticas de investigação educacional*. Lisboa: Universidade Aberta.

Armas, J. D. (2008). *La imagen en la pugna con la palabra*. (Artigo Saber (e) Educar – Porto: ESE de Paula Frassinetti). Universidad de La Laguna, Tenerife.

Bastos, G. (1999). *Literatura Infantil e Juvenil*. Lisboa: Universidade Aberta.

Bear, M. F., Connors, B. W. & Paradiso, M. A. (2017). *Neurociências: Desvendando o Sistema Nervoso*. (4ª ed.). Porto Alegre: Artmed.

Bodgan, R. C. & Biklen, S. K. (1994). *Investigação Qualitativa em Educação: Uma introdução à teoria e aos métodos*. Porto: Porto Editora.

Botelho, R. T. (2015). *A criança, o reconhecimento e a regulação das emoções através da literatura infantil*. (Relatório Final – Prática e Intervenção Supervisionada no Mestrado em Educação Pré-Escolar). Escola Superior de Educação, Portalegre.

Brazelton, T. B. & Sparrow, J. D. (2003). *A criança dos 3 aos 6 anos: o desenvolvimento emocional e do comportamento*. Lisboa: Editorial Presença.

Casanova, N., Sequeira, S. & Matos e Silva, V. (2009). *Emoções*. (Trabalho desenvolvido no âmbito da disciplina de Psicologia Geral do curso de Psicologia). Instituto Superior Manuel Teixeira Gomes, Portimão.

Catarreira, C. S. S. R. (2015). *As emoções das crianças em contexto de educação pré-escolar*. (Relatório Final – Prática e Intervenção Supervisionada no Mestrado em Educação Pré-Escolar). Escola Superior de Educação, Portalegre.

Chine, A. C. C. (2019a). *As Emoções do Gastão: Estou Triste*. Lisboa: Nuvem de Letras.

Chine, A. C. C. (2019b). *As Emoções do Gastão: Estou com Medo*. Lisboa: Nuvem de Letras.

Chine, A. C. C. (2019c). *As Emoções do Gastão: Estou Envergonhado*. Lisboa: Nuvem de Letras.

Chine, A. C. C. (2019d). *As Emoções do Gastão: Estou Zangado*. Lisboa: Nuvem de Letras.

Chine, A. C. C. (2020). *As Emoções do Gastão: Estou Feliz*. Lisboa: Nuvem de Letras.

Cohen, A. C. & Fradique, J. (2018). *Guia da Autonomia e Flexibilidade Curricular*. Lisboa: Raiz Editora.

Corcoran, B. & Evans, E. (Eds.). (1987). *Readers, texts, teachers*. Upper Montclair, N.J: Boynton-Cook.

Costa, J. A. (1994). *Gestão Escolar – Participação, Autonomia, Projecto Educativo da Escola*. Lisboa: Texto Editora.

Damásio, A. R. (1995). *O Erro de Descartes: Emoção, Razão e o Cérebro Humano*. (3^a ed.) Mem Martins: Publicações Europa-América.

Damásio, A. (2017). *A Estranha Ordem das Coisas – A Vida, os Sentimentos e as Culturas Humanas*. Lisboa: Temas e Debates.

Diogo, A. A. L. (1994). *Literatura Infantil: História, Teoria, Interpretações*. Porto: Porto Editora.

Ferland, F. (2006). *O desenvolvimento da criança no dia-a-dia: do berço até à escola primária*. Lisboa: Climepsi Editores.

Fernandes, M. D. C. (2017). *A Importância da Literatura Infantil no Desenvolvimento Socioemocional das Crianças*. (Relatório Final em Educação Pré-escolar e Ensino do 1.º Ciclo do Ensino Básico). Escola Superior de Educação, Coimbra.

Gesell, A. (1979). *A Criança dos 0 aos 5 anos – O Bebê e a Criança na Cultura dos Nossos Dias*. Lisboa: Publicações Dom Quixote.

Goleman, D. (1997). *Inteligência emocional*. Lisboa: Temas e Debates.

Greenwood, E. (2019). *As minhas emoções: Aprende a gostar das tuas emoções*. (1ª ed.). Porto: Porto Editora.

Guillaud, M. (2012). *Relaxar as Crianças no Jardim de Infância*. Porto: Porto Editora.

Macedo, A. C. (2007). *Elementos para a exploração de um álbum*. (Traduzido e adaptado do livro *Lire l'album*, de Linden, S. V. Le Puy-en-Velay: L'atelier du poisson soluble).

Marques, L. C. C. (2017). *A hora do conto: um dispositivo de diferenciação pedagógica?* (Relatório de Estágio no Mestrado em Educação Pré-Escolar e Educação do 1º Ciclo do Ensino Básico). Escola Superior de Educação de Paula Frassinetti, Porto.

Märtin, D. & Boeck, K. (1997). *QE – O que é a Inteligência Emocional*. Lisboa: Editora Pergaminho.

Medeiro, J. V. H. (2017). *Gestão das Emoções na Educação*. (Dissertação de Mestrado em Ciências da Educação na especialidade de Supervisão Pedagógica). Escola Superior de Educação João de Deus, Lisboa.

Moreira, P. (2005). *Eu controlo as emoções!* Porto: Porto Editora.

Oliveira, L. (Ed.). (2002). *Nova Enciclopédia Larousse*. (3ª ed., vol. XVII). Lisboa: Círculo de Leitores.

Oliveira, L. (Ed.). (2003). *Nova Enciclopédia Larousse*. (3ª ed., vol. VIII). Lisboa: Círculo de Leitores.

Övén, M. (2015). *Educar com Mindfulness*. Porto: Porto Editora.

Papalia, D. E., Olds, S. W. & Feldman, R. D. (2009). *O Mundo da Criança: da infância à adolescência*. (11ª ed.). São Paulo: Mc Graw Hill.

Perestrelo, V. (2018). *Mindfulness na Educação*. Oeiras: Edições Mahatma.

Rigolet, S. A. (2006). *Para uma Aquisição Precoce e Optimizada da Linguagem*. (2ª ed.). Porto: Porto Editora.

Sá, I. (2001). O Desenvolvimento da Compreensão e da Regulação das Emoções. *Cadernos de Criatividade*, (nº 2), 65-76.

Sárágga, F. (2018). *O Livro das Emoções*. Oeiras: Marcador Editora.

Serrano, P. (2018). *O desenvolvimento da autonomia dos 0 aos 3 anos*. Lisboa: Papa-Letras.

Silva, A. M. (2011). *Desenvolvimento Infantil: As competências e o desenvolvimento das crianças dos 0-2 anos*. Lisboa: Climepsi Editores.

Silva, I. L., Marques, L., Mata, L. & Rosa, M. (2016). *Orientações Curriculares para a Educação Pré-Escolar*. Ministério da Educação/ Direção-Geral da Educação (DGE).

Silva, M. E. & Barroso, H. (2014). *O álbum infantil: alguns critérios de seleção*. (Atas do VI Encontro do CIED – I Encontro Internacional em Estudos Educacionais. Avaliação: Desafios e Riscos). 116-131. Escola Superior de Educação de Lisboa, Lisboa.

Silva, T. A. D. (2010). *Literatura para a Infância e Educação Emocional: a Hora do Conto e a partilha de afectos*. (Trabalho de Projeto no Mestrado em Ciências da Educação

na especialidade de Animação da Leitura). Escola Superior de Educação de Paula Frassinetti, Porto.

Snel, E. (2019). *Senta-te Quietinho Como Uma Rã – Mindfulness para crianças (dos 5 aos 12 anos) e seus pais*. Alfragide: Lua de Papel.

Sousa, M. J. & Baptista, C. S. (2011). *Como fazer investigação, dissertações, teses e relatórios: segundo Bolonha*. Lisboa: Pactor.

Steiner, C. & Perry, P. (2000). *Educação Emocional: Literacia Emocional ou a Arte de Ler Emoções*. Cascais: Editora Pergaminho.

Torre, S. (2001). Educação Emocional. *Cadernos de Criatividade*, (nº 2), 13-45.

Vilar, A. M. (1993). *Inovação e Mudança na Reforma Educativa*. Rio Tinto: Edições ASA.

Webster–Stratton, C. (2017). *Como Promover as Competências Sociais e Emocionais das Crianças*. Braga: Psiquilíbrios Edições.

Documentos Institucionais do Colégio

Calendário Anual 2019/2020

Projeto Curricular do Colégio

Projeto Educativo

Regulamento Interno 2017/2018

Sitografia

Damáσιο, A. (2017). *António Damásio – A diferença entre emoção e sentimento*. Consultado em 27/11/2019, disponível em

<https://www.youtube.com/watch?v=2COAN5Y6S9U>

Infopédia, Porto Editora. (2003-2021). *Sofrologia*. Consultado em 02/03/2021, disponível em [https://www.infopedia.pt/\\$sofrologia](https://www.infopedia.pt/$sofrologia)

Apêndices

Apêndice I — Instrumento de avaliação: Registo de vídeo e áudio

Nome da criança	
Idade	
Data da gravação	
Descrição da situação	
Observações	

Apêndice II — Instrumento de avaliação: Grelha de observação

Crianças					
	1	2	3	4	(...)
Indicadores					
Expressar as suas emoções e sentimentos					
Colaborar em atividades de grande grupo					
Usar a linguagem oral em contexto, conseguindo comunicar eficazmente de modo adequado à situação					
Ouvir atentamente histórias					

Legenda:

A – Adquirido

EA – Em Aquisição

NA – Não Adquirido

NO – Não Observado

Observações:

Apêndice III — Análise da entrevista realizada ao Psicoterapeuta

Nº da Pergunta	Categoria	Subcategoria	Unidades de Registo
1	Livros infantis	Opiniões sobre o uso de livros infantis sobre as emoções	<i>Os livros sobre as emoções constituem uma ferramenta essencial (...) Paisagens emocionais escritas, narradas e ilustradas possibilitará o desenvolvimento de diálogos (...)</i>
2	Livros infantis sobre as emoções	Uso dos mesmos enquanto profissional da área da saúde	<i>Sim, sempre. Os livros em que as emoções e os sentimentos são os verdadeiros protagonistas, permitem-nos (...) viabilizar diálogos e segredos emocionais (...)</i>
3	Critérios	Bom livro infantil	<i>Valorizo mais o critério artístico do que o critério didático. O texto deverá ser sucinto (...) A ilustração é parte fundamental do livro.</i>
4	Limitações	Uso do livro infantil para trabalhar as emoções	<i>Embora considere o livro infantil um ótimo recurso para trabalhar as emoções (...) teremos de ser cautelosos quanto ao caráter intrusivo de algumas perguntas (...)</i>
5	Coleção <i>As Emoções do Gastão</i>	Uso para trabalhar as emoções em contexto profissional ou familiar	<i>É útil nas consultas para conhecer e compreender as emoções. Recomendo aos pais (...) focalizando a atenção de forma detalhada nos microstressores da face, nas expressões dos olhos e da boca.</i>
6	Método da sofrologia	Conhecimento e opinião sobre o método	<i>É a ciência da harmonia da consciência (...) Controle das emoções, stresse (...) Os exercícios de conscientização corporal são eficazes.</i>

Apêndice IV — Análise da entrevista realizada à Psicóloga Clínica Infantil

Nº da Pergunta	Categoria	Subcategoria	Unidades de Registo
1	Livros infantis	Opiniões sobre o uso de livros infantis sobre as emoções	<i>Os livros são brinquedos perfeitos e servem para estimular uma série de competências. Estimulam a imaginação e a criatividade, ajudam a criança (...) a aprender a colocar-se no lugar do outro (...)</i>
2	Livros infantis sobre as emoções	Uso dos mesmos enquanto profissional da área da saúde	<i>Sim, faço-o com bastante frequência.</i>
3	Critérios	Bom livro infantil	<i>Alia uma narrativa interessante (...) enriquecedora, com uma ilustração cativante.</i>
4	Limitações	Uso do livro infantil para trabalhar as emoções	<i>Não acredito que o trabalho de regulação emocional se possa resumir (...) à utilização do livro infantil. É importante transpor essa estimulação para o dia a dia da criança (...) ajudando-a a verbalizar o que está a sentir (...)</i>
5	Coleção <i>As Emoções do Gastão</i>	Uso para trabalhar as emoções em contexto profissional ou familiar	<i>Conheço vagamente, mas admito que nunca utilizei na minha prática clínica.</i>
6	Método da sofrologia	Conhecimento e opinião sobre o método	<i>Não tenho conhecimento.</i>

Apêndice V — Análise da entrevista realizada à Educadora de Infância 1

Nº da Pergunta	Categoria	Subcategoria	Unidades de Registo
1	Livros infantis	Opiniões sobre o uso de livros infantis sobre as emoções em contexto profissional e familiar	<i>Excelente ferramenta para trabalhar as emoções, quer em contexto escolar, quer em contexto familiar. Através deste tipo de leitura a criança aprende a gerir as suas emoções.</i>
2	Livros infantis sobre as emoções	Formas de utilização dos mesmos enquanto profissional	<i>Utilizo os livros infantis para que, através das experiências das personagens principais, as crianças possam interpretar as emoções que estas vivenciam.</i>
3	Critérios	Bom livro infantil	<i>Idade da criança a que se destina, as ilustrações e o tema.</i>
4	Limitações	Uso do livro infantil para trabalhar as emoções	<i>Gosto de, sempre que possível, aproveitar o dia a dia da criança para solidificar o objetivo que pretendi atingir com a leitura do livro.</i>
5	Coleção <i>As Emoções do Gastão</i>	Uso para trabalhar as emoções em contexto profissional ou familiar	<i>Através desta coleção as crianças podem aprender a identificar e a gerir as várias emoções. Controlar a sua respiração (...) Recomendava aos pais que lessem estes livros aos filhos.</i>
6	Método da sofrologia	Conhecimento e opinião sobre o método	<i>Utilizo-o em crianças do pré-escolar para as ajudar a aprender alguns exercícios de respiração que poderão ajudá-las a gerir as suas frustrações. As crianças mais crescidas (...) realizam autonomamente os exercícios de respiração.</i>

Apêndice VI — Análise da entrevista realizada à Educadora de Infância 2

Nº da Pergunta	Categoria	Subcategoria	Unidades de Registo
1	Livros infantis	Opiniões sobre o uso de livros infantis sobre as emoções em contexto profissional e familiar	<i>Ótima ferramenta. Aparecimento de livros infantis que abordam a realidade que temos vivido: a questão dos abraços (...)</i>
2	Livros infantis sobre as emoções	Formas de utilização dos mesmos enquanto profissional	<i>Os livros (...) ajudam as crianças a criar empatia com as personagens, ajudando-as a descrever aquilo que também sentem.</i>
3	Critérios	Bom livro infantil	<i>Mensagem a transmitir, tipo de discurso, ilustrações.</i>
4	Limitações	Uso do livro infantil para trabalhar as emoções	<i>É um bom ponto de partida para trabalhar as questões das emoções. Devemos complementar com outros recursos e estratégias (...)</i>
5	Coleção <i>As Emoções do Gastão</i>	Uso para trabalhar as emoções em contexto profissional ou familiar	<i>Não conheço, mas algo me diz que vou gostar de conhecer!</i>
6	Método da sofrologia	Conhecimento e opinião sobre o método	<i>Desconhecia este termo... Penso que seria importante a sua divulgação junto da comunidade educativa.</i>

Apêndice VII — Análise da entrevista realizada à Contadora de Histórias 1

Nº da Pergunta	Categoria	Subcategoria	Unidades de Registo
1	Livros infantis	Opiniões sobre o uso de livros infantis sobre as emoções em contexto profissional e familiar	<i>Conhecerno-nos a nós próprios, o outro e aquilo que nos rodeia (...) As narrativas e as suas personagens assumem configurações de possibilidades onde nos revemos. Excelente ferramenta (...)</i>

2	Livros infantis sobre as emoções	Formas de utilização dos mesmos enquanto profissional	<i>Nunca penso num livro com um propósito direto, como trabalhar as emoções. Muitas das pessoas (...) saltam para dentro da história (...) encontrando a solução para as suas questões emocionais.</i>
3	Critérios	Bom livro infantil	<i>Texto, ilustração e edição.</i>
4	Limitações	Uso do livro infantil para trabalhar as emoções	<i>Nenhuma. Todavia, será necessário saber fazê-lo. Os contos de fadas (...) são narrativas de excelência para trabalhar as emoções.</i>
5	Coleção <i>As Emoções do Gastão</i>	Uso para trabalhar as emoções em contexto profissional ou familiar	<i>Não conheço a coleção. Fui pesquisar e parece-me paupérrimo. Esse será sempre um título que eu não irei escolher, (...) o próprio já nos diz tudo, não deixando espaço para o pensamento.</i>
6	Método da sofrologia	Conhecimento e opinião sobre o método	<i>Não conheço o método. Como tal, não poderei comentar.</i>

Apêndice VIII — Análise da entrevista realizada à Contadora de Histórias 2

Nº da Pergunta	Categoria	Subcategoria	Unidades de Registo
1	Livros infantis	Opiniões sobre o uso de livros infantis sobre as emoções em contexto profissional e familiar	<i>É fundamental (...) educar para as emoções, ajudando as crianças a aprender a identificar as muitas emoções que vão acontecendo dentro de si próprias (...) Tenho algumas reservas em relação a livros que servem como um catálogo de emoções - com foco descritivo, explicativo e, por vezes, moralista.</i>
2	Livros infantis sobre as emoções	Formas de utilização dos mesmos enquanto profissional	<i>Através de livros com personagens que encarnem as emoções num contexto narrativo que as contextualize.</i>

			<i>É preciso ensiná-las a descodificar as emoções dentro de si e no outro.</i>
3	Critérios	Bom livro infantil	<i>Qualidade literária do texto e na qualidade estética da ilustração.</i>
4	Limitações	Uso do livro infantil para trabalhar as emoções	<i>Todas essas emoções têm o direito de ser escutadas e integradas, devendo o mediador evitar cair na tentação de acolher apenas as emoções que esperava provocar (...)</i>
5	Coleção <i>As Emoções do Gastão</i>	Uso para trabalhar as emoções em contexto profissional ou familiar	<i>Não conhecia a coleção pelo nome, depois de uma breve pesquisa identifiquei apenas visualmente, não tendo assim dados para tecer um comentário sério.</i>
6	Método da sofrologia	Conhecimento e opinião sobre o método	<i>Confesso que não conheço esta especialidade.</i>

Apêndice IX — Análise da entrevista realizada à Editora Joana Gonçalves

Nº da Pergunta	Categoria	Subcategoria	Unidades de Registo
1	Aposta comercial em livros infantis sobre as emoções	Razões dessa aposta	<i>Interesse crescente no tema das emoções (...) da parte de pais e educadores. Quanto mais cedo ensinarmos as crianças a controlar as suas emoções, melhor estarão preparadas para enfrentar a vida futura.</i>
2	Critérios de escolha de um bom livro infantil	Critérios de escolha de um bom livro infantil sobre as emoções	<i>Boa história, ilustrações atraentes, informação correcta, linguagem adequada, interesse do tema, abordagem inovadora (...)</i>
3	Destaque	Coleção do Gastão	<i>Método da sofrologia para controlar as emoções (...) Ter como personagem principal um unicórnio (...)</i>

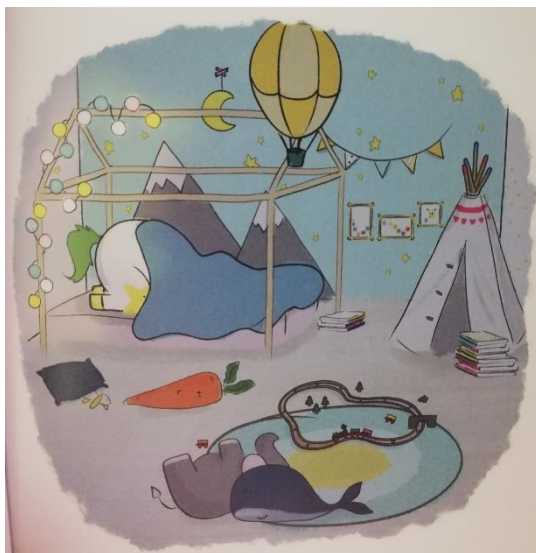
4	Sucesso no mercado português	Livros sobre as emoções e coleção do Gastão	<p><i>A colecção (...) tem tido uma muito boa receptividade (...) já reeditámos alguns títulos e prevemos lançar mais títulos em 2021.</i></p> <p><i>Livros do Monstro das Cores, que retratam igualmente as emoções (...)</i></p>
5	Feedback	Uso da coleção em contexto educativo ou profissional	<p><i>Reacções que vou vendo em feiras do livro e redes sociais são muito boas.</i></p> <p><i>Os exercícios de respiração em contexto escolar também são muito positivos.</i></p>
6	Divulgação	Coleção As Emoções do Gastão	<p><i>Promoção em livrarias e feiras do livro (...)</i></p> <p><i>Através das redes sociais e do boca-a-boca.</i></p> <p><i>Promovemos junto da imprensa e de influencers interessados nos temas.</i></p>

Anexos

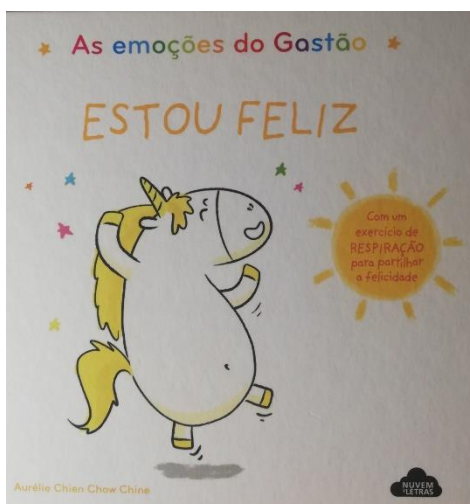
Anexo I — Relação de redundância com função descritiva



Anexo II — Relação de redundância com função descritiva



Anexo III — Relação de redundância com função descritiva




Anexo IV — Relação de redundância com função descritiva




Anexo V — Movimento respiratório para mandar embora a nuvem de raiva

Movimento respiratório para mandar embora a nuvem de raiva



- 1 O Gastão fecha os olhos. Imagina a grande nuvem na sua cabeça. Inspira pelo nariz, enchendo a barriga de ar, e estende os braços ao longo do corpo, de punhos cerrados.




- 2 O Gastão prende a respiração. Sobe e desce os ombros rapidamente várias vezes, como se estivesse a bombear toda a sua raiva e a enviá-la de novo para a nuvem.
- 3 O Gastão expira com força pela boca e relaxa os ombros e as mãos. Assim, afasta a grande nuvem de raiva!

Anexo VI — Movimento respiratório para controlar o medo


Movimento respiratório para controlar o medo



- 1 O Gastão fecha os olhos. Inspira pelo nariz e prende a respiração. Depois, pousa ambas as mãos sobre a cabeça e imagina uma forte armadura a protegê-lo.
- 2 O Gastão retém o ar e desenha a sua armadura de coragem com as mãos, baixando-as, à sua frente, até aos pés.



- 3 Protegido pela sua armadura, o Gastão expira com força pela boca e vence o medo.
- 4 O Gastão faz este movimento 3 vezes. São necessárias 3 respirações para criar uma armadura brilhante como o sol.



Anexo VII — Movimento respiratório para superar a timidez



Anexo VIII — Entrevista realizada ao Psicoterapeuta

Habilitações: Doutoramento em Psicologia

Profissão que exerce: Professor Coordenador do Ensino Superior Politécnico e Psicoterapeuta, com especialidade em Psicologia Clínica e da Saúde

1 – Nos últimos anos, tem havido uma aposta por parte das editoras nacionais e internacionais em livros infantis sobre as emoções. Considera que sejam uma boa ferramenta para os pais trabalharem as emoções com os seus filhos? Porquê?

Os livros sobre as emoções constituem uma ferramenta essencial para o desenvolvimento da parentalidade e para a aprendizagem precoce do prazer da leitura em família, promovendo um ambiente interativo, caloroso e seguro.

A consciência emocional, a expressividade emocional e a literacia emocional são saberes fundamentais para o desenvolvimento da inteligência emocional e social das crianças.

A criação de verdadeiras paisagens emocionais escritas, narradas e ilustradas possibilitará o desenvolvimento de diálogos projetivos, com uma crescente educabilidade emocional.

2 – Enquanto profissional da área da saúde, nas suas sessões com crianças, utiliza livros infantis para trabalhar a questão das emoções?

Sim, sempre. Os livros em que as emoções e os sentimentos são os verdadeiros protagonistas, permitem-nos o desenvolvimento de um vínculo terapêutico com as crianças, capaz de viabilizar diálogos e segredos emocionais, que seria impossível conhecê-los e compreendê-los de outra forma. Os momentos regressivos, catárticos e construtivos serão identificáveis mais precocemente e as verdadeiras necessidades serão reveladas, sem medo da censura.

3 – Em que critérios se baseia para escolher um bom livro infantil?

Valorizo mais o critério artístico do que o critério didático. O texto deverá ser sucinto, mágico e que fascine com o desvendar progressivo de um mistério. A ilustração é parte fundamental do livro. Gosto que dialogue com o texto e que deixe um espaço para a imaginação.

4 – Acredita que exista alguma limitação em trabalhar as emoções através do livro infantil?

Sim. Embora considere o livro infantil um ótimo recurso para trabalhar com as emoções, também estou convicto que teremos de ser cautelosos quanto ao caráter intrusivo de algumas perguntas e à interpretação abusiva e redutora de problemáticas emocionais complexas. A formação inicial e pós-graduada terá de ser mais consistente, inovadora e interdisciplinar, designadamente em domínios da psicoterapia e da literacia cognitiva e emocional.

5 – Conhece a coleção *As Emoções do Gastão*? Se sim, o que pensa da mesma enquanto elemento para trabalhar as emoções, seja nas consultas ou para, por exemplo, recomendar aos pais que leiam os livros aos filhos?

Sim. Gosto particularmente da ilustração dos cinco livros que conheço. É útil nas consultas para conhecer e compreender as emoções. Recomendo aos pais para lerem estes livros aos filhos, focalizando a atenção de forma detalhada nos microstressores da face, nas expressões dos olhos e da boca.

6 – A autora e ilustradora desta coleção é especialista em sofrologia, método para controlar as emoções que aplica na educação pré-escolar. Conhece este método? O que pensa acerca do mesmo?

Sim, é a ciência da harmonia da consciência e foi criada pelo neuropsiquiatra Alfonso Caycedo (Sos – harmonia; Phren – consciência; Logos – ciência). Serve para o

controle das emoções, stresse e propõe visualizações/exercícios no momento de hiperconsciência sobre as situações que propõe controlar.

Pode ser educacional, terapêutica, social, empresarial. Na minha experiência, os exercícios de conscientização corporal são eficazes.

Anexo IX — Entrevista realizada à Psicóloga Clínica Infantil

Habilitações: Licenciatura em Psicologia

Profissão que exerce: Psicóloga Clínica Infantil

1 – Nos últimos anos, tem havido uma aposta por parte das editoras nacionais e internacionais em livros infantis sobre as emoções. Considera que sejam uma boa ferramenta para os pais trabalharem as emoções com os seus filhos? Porquê?

Sim, sem qualquer dúvida. Os livros são brinquedos perfeitos e servem para estimular uma série de competências. Fomentam a relação pais–criança, estimulam a imaginação e a criatividade, ajudam a criança a desenvolver o faz de conta, a aprender a colocar-se no lugar do outro... a promoção de competências emocionais é só mais uma dessas competências.

Sem darem conta, enquanto exploram livros com os filhos, os pais estão a promover o que actualmente designamos de literacia emocional, ou seja, a capacidade da criança de compreender, expressar e gerir as suas próprias emoções e de responder adequadamente às emoções do outro. O uso eficaz das emoções permite à criança ganhar um maior controlo sobre os seus impulsos, tornando-se menos agressiva e mais sociável.

2 – Enquanto profissional da área da saúde, nas suas sessões com crianças, utiliza livros infantis para trabalhar a questão das emoções?

Sim, faço-o com bastante frequência.

3 – Em que critérios se baseia para escolher um bom livro infantil?

Um bom livro infantil, na minha óptica é o que alia uma narrativa interessante e, de alguma forma, enriquecedora, com uma ilustração cativante. Neste domínio das emoções, é importante um livro que não negue o papel que as emoções têm na sequência do enredo e que normalize a sua manifestação por parte das personagens.

4 – Acredita que exista alguma limitação em trabalhar as emoções através do livro infantil?

Não acredito que o trabalho de regulação emocional se possa resumir única e exclusivamente à utilização do livro infantil. É importante transpor essa estimulação para o dia a dia da criança, dando-lhe espaço para se expressar abertamente sobre os seus sentimentos, ajudando-a a verbalizar o que está a sentir, dando-lhe um nome e um significado; desenvolvendo brincadeiras de reconhecimento de emoções; brincando regularmente com a criança e fomentando a interação e o respeito pela opinião do outro, analisando situações do dia-a-dia e dando possibilidade à criança de se posicionar nas várias soluções possíveis. Mas, sem dúvida, que o livro infantil é um instrumento válido neste trabalho.

5 – Conhece a coleção *As Emoções do Gastão*? Se sim, o que pensa da mesma enquanto elemento para trabalhar as emoções, seja nas consultas ou para, por exemplo, recomendar aos pais que leiam os livros aos filhos?

Conheço vagamente, mas admito que nunca utilizei na minha prática clínica.

6 – A autora e ilustradora desta coleção é especialista em sofrologia, método para controlar as emoções que aplica na educação pré-escolar. Conhece este método? O que pensa acerca do mesmo?

Não tenho conhecimento.

Anexo X — Entrevista realizada à Educadora de Infância 1

Habilitações: Licenciatura em Educação de Infância

Profissão que exerce: Educadora de Infância

1 – Nos últimos anos, tem havido uma aposta por parte das editoras nacionais e internacionais em livros infantis sobre as emoções. Considera que sejam uma boa ferramenta para trabalhar as emoções em contexto de trabalho? E familiar?

Considero que os livros infantis sobre as emoções são uma excelente ferramenta para trabalhar as emoções, quer em contexto escolar, quer em contexto familiar. Através deste tipo de leitura a criança aprende a gerir as suas emoções.

2 – Enquanto profissional, de que forma utiliza os livros infantis para trabalhar a questão das emoções?

Enquanto profissional utilizo os livros infantis para que, através das experiências das personagens principais, as crianças possam interpretar as emoções que estas vivenciam.

3 – Em que critérios se baseia para escolher um bom livro infantil?

Na escolha de um livro infantil, tenho em conta a idade da criança a que se destina, as ilustrações e o tema.

4 – Acredita que exista alguma limitação em trabalhar as emoções através do livro infantil?

Apenas gosto de, sempre que possível, aproveitar o dia a dia da criança para solidificar o objetivo que pretendi atingir com a leitura do livro.

5 – Conhece a coleção *As Emoções do Gastão*? Se sim, o que pensa da mesma enquanto elemento para trabalhar as emoções, seja em contexto de trabalho ou para, por exemplo, recomendar aos pais que leiam os livros aos filhos?

Sim, conheço a coleção *As Emoções do Gastão*. O facto de a personagem ser um unicórnio é do agrado das crianças. Através desta coleção as crianças podem aprender a identificar e a gerir as várias emoções. Acho interessante o facto de as crianças poderem aprender a controlar a sua respiração e, desta forma, gerir melhor as emoções.

Recomendava aos pais que lessem estes livros aos filhos.

6 – A autora e ilustradora desta coleção é especialista em sofrologia, método para controlar as emoções que aplica na educação pré-escolar. Conhece este método? O que pensa acerca do mesmo?

Sim, conheço o método e utilizo-o em crianças do pré-escolar para as ajudar a aprender alguns exercícios de respiração que as poderão ajudar a gerir as suas frustrações. É curioso que passado algum tempo, as crianças mais crescidas (4/5 anos) já realizam autonomamente os exercícios de respiração.

Anexo XI — Entrevista realizada à Educadora de Infância 2

Habilitações: Licenciatura Educação de Infância

Profissão que exerce: Educadora de Infância

1 – Nos últimos anos, tem havido uma aposta por parte das editoras nacionais e internacionais em livros infantis sobre as emoções. Considera que sejam uma boa ferramenta para trabalhar as emoções em contexto de trabalho? E familiar?

Sim, são uma ótima ferramenta. Ultimamente temos visto o aparecimento de livros infantis que abordam a realidade que temos vivido: a questão dos abraços, da impossibilidade de estarmos juntos...

2 – Enquanto profissional, de que forma utiliza os livros infantis para trabalhar a questão das emoções?

Os livros, assim como as situações que descrevem, ajudam as crianças a criar empatia com as personagens, ajudando-as a descrever aquilo que também sentem. Muitas vezes não sabem/conseguem explicar as suas emoções. Os livros ajudam a dar-lhes um nome e a compreendê-las.

3 – Em que critérios se baseia para escolher um bom livro infantil?

Mensagem a transmitir, tipo de discurso, ilustrações.

4 – Acredita que exista alguma limitação em trabalhar as emoções através do livro infantil?

Limitações não, não diria dessa forma. Diria que é um bom ponto de partida para trabalhar as questões das emoções. Tal como fazemos com outras atividades, devemos complementar com outros recursos e estratégias para que as crianças se sintam envolvidas.

5 – Conhece a coleção *As Emoções do Gastão*? Se sim, o que pensa da mesma enquanto elemento para trabalhar as emoções, seja em contexto de trabalho ou para, por exemplo, recomendar aos pais que leiam os livros aos filhos?

Não conheço, mas algo me diz que vou gostar de conhecer!

6 – A autora e ilustradora desta coleção é especialista em sofrologia, método para controlar as emoções que aplica na educação pré-escolar. Conhece este método? O que pensa acerca do mesmo?

Desconhecia este termo... Penso que seria importante a sua divulgação junto da comunidade educativa.

Anexo XII — Entrevista realizada à Contadora de Histórias 1

Habilitações: Licenciatura em Animação Socioeducativa, Pós-Graduação em Livro Infantil e Pós-Graduação em Arte de Contar Estórias

Profissão que exerce: Técnica Superior de Animação Socioeducativa: Contadora de Estórias, Mediadora do Livro e da Leitura e Professora de Expressão Dramática no pré-escolar

1 – Nos últimos anos, tem havido uma aposta por parte das editoras nacionais e internacionais em livros infantis sobre as emoções. Considera que sejam uma boa ferramenta para trabalhar as emoções em contexto de trabalho? E familiar?

Os livros infantis tal como as estórias de tradição oral são veículos que nos transportam para um tempo e lugar mágicos. Permitem-nos viagens internas: conhecermo-nos a nós próprios, o outro e aquilo que nos rodeia; ajudam-nos a resolver problemas; acalmam inquietações; incitam-nos a sonhar; e dão-nos as ferramentas necessárias para (re)descobrirmos quem somos, para onde desejamos ir e qual o caminho a ser trilhado. As narrativas e as suas personagens assumem configurações de possibilidades onde nos revemos. Por consequência, o leitor/escutador apropria-se delas, interpreta-as e (re)significa-as. “Todas as narrativas são feitas para serem transpostas: Traduzidas pela imaginação. Traduzidas por associação. São nossas” (Mendelsund, 2015, p. 207). Mendelsund, P. (2015). *O que vemos quando lemos*. Amadora: Elsinore.

Os livros convidam a um mergulho no universo literário, imagético e imaginário. Ampliando, assim, o nosso crescimento intelectual, crítico, artístico-estético, humano-relacional, espiritual e emocional. Seja na escola, em casa, numa biblioteca ou em outro qualquer lugar, os livros são uma excelente ferramenta para o conhecimento e autoconhecimento de quem os lê como um todo.

2 – Enquanto profissional, de que forma utiliza os livros infantis para trabalhar a questão das emoções?

Enquanto mediadora do livro e da leitura e contadora de estórias residente das Bibliotecas Municipais de Benavente nunca penso num livro com um propósito direto, como trabalhar as emoções. Os escutadores em presença, em contexto de biblioteca pública, aquando o ato narrativo, são convidados a embarcar comigo numa viagem pelo livro, pela leitura e/ou pela narração oral. Durante essa jornada muitas das pessoas

(miúdos e graúdos) saltam para dentro da história ou estória encontrando a solução para as suas questões emocionais.

3 – Em que critérios se baseia para escolher um bom livro infantil?

Os critérios que me baseio para escolher um bom livro infantil são, num primeiro momento, texto, ilustração e edição. Depois, numa segunda instância, tento perceber se o livro e a sua narrativa ressoam dentro de mim, se me trazem algo de novo, se me inquietam ou se me deixam a pensar, por vezes acontece que me tiram o sono. Um bom livro para crianças será sempre um bom livro para adultos. Este é o segredo para uma boa seleção/escolha. Importa que as narrativas textual e visual não sejam literais, mas sim que convoquem leituras plurais e que suscitem inúmeras revisitações ao longo da vida.

4 – Acredita que exista alguma limitação em trabalhar as emoções através do livro infantil?

Nenhuma. Todavia, será necessário saber fazê-lo. Oferecer às crianças leituras pictóricas e literárias pobres que nada lhes acrescenta não deve ser, no meu entender, o caminho escolhido. Os contos de fadas, transmitidos na oralidade ou nos livros são narrativas de excelência para trabalhar as emoções. Contudo, é premente fazer uma boa seleção dos mesmos. Existe no mercado muitas edições folclóricas que limpam o esqueleto dos contos, atribuindo uma roupagem totalmente diferente. Outras são naturalmente interessantes, mas antes será necessário conhecer o que Perrault ou os Grimm recolheram para depois comparar com edições ousadas do ponto de vista estético e literário. A título de exemplo, quando a bruxa má da Branca de Neve morre é para ser lida ou contada assim.

Assim que entrou no salão de baile, a rainha reconheceu imediatamente Branca de Neve. Ficou paralisada de terror. É que tinham ordenado aquecer sobre o cravão em brasa as socas de ferro com que, naquela altura, se castigavam as bruxas. Com umas tenazes, puseram-nas à sua frente. A terrível madrasta teve de calçar as socas incandescentes, dançar e dar voltas e mais voltas no meio dos convidados, até que caiu morta (Grimm & Lacombe, 2010, p. 44). Grimm, J. & W. & Lacombe, B. (2012). *Branca de Neve*. Braga: Paleta de Letras.

A “A Psicanálise dos Contos de Fadas” do psicólogo vienês Bruno Bettelheim ajuda a perceber a importância de manter a transmissão das narrativas tal como elas são na sua essência.

5 – Conhece a coleção *As Emoções do Gastão*? Se sim, o que pensa da mesma enquanto elemento para trabalhar as emoções, seja em contexto de trabalho ou para, por exemplo, recomendar aos pais que leiam os livros aos filhos?

Não conheço a coleção. Fui pesquisar e parece-me paupérrimo. Esse será sempre um título que eu não irei escolher, pelo motivo que o próprio já nos diz tudo, não deixando espaço para o pensamento. Na minha opinião, no nosso mercado livresco há opções de maior qualidade. Porém, também depende do trabalho que se pretende desenvolver e qual o destinatário da nossa ação. Esta é a opinião que eu teço enquanto mediadora do livro e da leitura e contadora de estórias.

6 – A autora e ilustradora desta coleção é especialista em sofrologia, método para controlar as emoções que aplica na educação pré-escolar. Conhece este método? O que pensa acerca do mesmo?

Não conheço o método. Como tal, não poderei comentar.

Anexo XIII — Entrevista realizada à Contadora de Histórias 2

Habilitações: Licenciatura em Estudos Portugueses e Lusófonos e Pós-Graduação em Estudos Literários, Culturais e Interartes

Profissão que exerce: Contadora de Histórias e Mediadora de Leitura, Coach e PNL Practitioner, Mentora de Estudantes na Conta Outra

1 – Nos últimos anos, tem havido uma aposta por parte das editoras nacionais e internacionais em livros infantis sobre as emoções. Considera que sejam uma boa ferramenta para trabalhar as emoções em contexto de trabalho? E familiar?

Acredito que é fundamental desde muito cedo educar para as emoções, ajudando as crianças a aprender a identificar as muitas emoções que vão acontecendo dentro de si próprias e que vão encontrando nos outros, dotando-as de ferramentas simples e intuitivas para processar essas mesmas emoções - interiormente ou num contexto de interação social.

Todavia, confesso que tenho algumas reservas em relação a livros que servem como um catálogo de emoções - com foco descritivo, explicativo e, por vezes, moralista.

2 – Enquanto profissional, de que forma utiliza os livros infantis para trabalhar a questão das emoções?

Por essa razão, enquanto mediadora, prefiro trabalhar as emoções através de livros com personagens que encarnem as emoções num contexto narrativo que as contextualize.

Nenhuma emoção chega do nada ou sozinha - há sempre uma razão, outras emoções envolvidas, o que a nossa reação a essas emoções vai fazer delas.... É assim na vida e é assim nas histórias. Por isso acredito ser muito mais poderoso uma história que conte a tristeza do luto de alguém do que um livro que explique as emoções provocadas pelo luto. Mais do que dar às nossas crianças uma codificação das emoções, é preciso ensiná-las a descodificar as emoções dentro de si e no outro. Até porque a expressão das emoções varia de pessoa para pessoa e é importante normalizarmos essa ideia.

Ouvir histórias treina a nossa capacidade de ler as emoções do outro e as emoções que a história faz acontecer dentro de nós - enquanto mediadora é este o caminho que sigo para trabalhar as emoções.

3 – Em que critérios se baseia para escolher um bom livro infantil?

Para escolher um livro infantil foco-me antes de tudo o mais na qualidade literária do texto e na qualidade estética da ilustração. Tudo o resto vem sempre depois destes dois critérios.

4 – Acredita que exista alguma limitação em trabalhar as emoções através do livro infantil?

Não sei se se trata de uma limitação, será mais algo que penso que devemos ter em conta e estar atentos sempre que mediamos um livro. Uma mesma história, um mesmo texto, uma mesma imagem, podem provocar mil e uma emoções diferentes em diferentes pessoas ou até para a mesma pessoa, e isto torna-se ainda mais verdade quando falamos de crianças. E todas essas emoções têm o direito de ser escutadas e integradas, devendo o mediador evitar cair na tentação de acolher apenas as emoções que esperava provocar, ignorando todas as outras, sobretudo as que possam incomodar mais.

5 – Conhece a coleção *As Emoções do Gastão*? Se sim, o que pensa da mesma enquanto elemento para trabalhar as emoções, seja em contexto de trabalho ou para, por exemplo, recomendar aos pais que leiam os livros aos filhos?

Não conhecia a coleção pelo nome, depois de uma breve pesquisa identifiquei apenas visualmente, não tendo assim dados para tecer um comentário sério.

6 – A autora e ilustradora desta coleção é especialista em sofrologia, método para controlar as emoções que aplica na educação pré-escolar. Conhece este método? O que pensa acerca do mesmo?

Confesso que não conheço esta especialidade.

Anexo XIV — Entrevista realizada à Editora Joana Gonçalves

Nome: Joana Gonçalves

Habilitações: Licenciatura em Ciências da Comunicação

Profissão que exerce: Editora da Divisão Infantil e Juvenil da Penguin Random House Grupo Editorial

1 – Além da coleção *As Emoções do Gastão*, a Nuvem de Letras tem feito uma aposta noutros livros infantis que versam as emoções. Quais as razões dessa aposta?

Tem havido, de há uns anos a esta parte, um interesse crescente no tema das emoções, sobretudo da parte de pais e educadores. A inteligência emocional é uma aptidão cada vez mais importante e existe a ideia de que, quanto mais cedo ensinarmos as crianças a controlar as suas emoções, melhor estarão preparadas para enfrentar a vida futura. Esta aposta nos livros sobre emoções responde precisamente a esse interesse.

2 – Enquanto editora, em que critérios se baseia para escolher um bom livro infantil? E, mais especificamente, um que trate o tema das emoções?

No fundo, a escolha de um livro a publicar é sempre subjectiva – tal como o é a escolha de um livro a comprar. Uma boa história, ilustrações atraentes, informação correcta, linguagem adequada, interesse do tema, abordagem inovadora são apenas alguns dos critérios que ajudam nessa escolha.

3 – Porque motivo se destacou a coleção do Gastão em relação a outras?

A colecção *As Emoções do Gastão* destacou-se imediatamente por dois motivos principais: por sugerir o método da sofrologia para controlar as emoções, o que era uma novidade em relação aos livros já existentes; e por ter como personagem principal um unicórnio, uma figura muito querida das crianças.

4 – Este género de livros, e a coleção do Gastão em específico, têm feito sucesso no mercado português?

A colecção *As Emoções do Gastão* tem tido uma muito boa receptividade, tanto assim que já reeditámos alguns títulos e prevemos lançar mais títulos em 2021. Mais do que essa colecção, têm tido enorme procura os livros do *Monstro das Cores*, que retratam igualmente as emoções atribuindo-lhes cores específicas.

5 – Qual o feedback de que dispõe sobre o uso desta colecção em contexto educativo ou profissional?

Embora não tenha tanto contacto com educadores como gostaria, as reacções que vou vendo em feiras do livro e redes sociais são muito boas. Como os livros do Gastão enquadram as emoções numa história, é mais fácil atrair os alunos e levá-los a identificar-se com o Gastão. E os exercícios de respiração em contexto escolar também são muito positivos.

6 – De que forma tem sido divulgada a colecção *As Emoções do Gastão*? Lançamentos para o público em geral, em escolas ou infantários, divulgação online (com o apoio de bloggers ou instagramers, por exemplo), jornais/revistas com secção literária, etc.?

Além da promoção em livrarias e feiras do livro, a divulgação tem sido feita sobretudo através das redes sociais e do boca-a-boca. Além disso, tal como todos os nossos livros, também os promovemos junto da imprensa e de *influencers* interessados nos temas.