

## Workshop 2: Habilidades emocionais, habilidades sociais

**Grupo alvo:** Pais, Educadores e Professores do 1.º ciclo

**Duração:** 1,5 hour

**Materiais:** apresentação, laptop, projetor, tela, flip-chart, canetas, marcador, papel, bola de lã, ficha de frases de apoio

### Link Canva para a apresentação:

[https://www.canva.com/design/DAF9n\\_V7H\\_8/GPsE5aaBpqetZRjmmr8E\\_Q/edit?utm\\_content=DAF9n\\_V7H\\_8&utm\\_campaign=designshare&utm\\_medium=link2&utm\\_source=sharebutton](https://www.canva.com/design/DAF9n_V7H_8/GPsE5aaBpqetZRjmmr8E_Q/edit?utm_content=DAF9n_V7H_8&utm_campaign=designshare&utm_medium=link2&utm_source=sharebutton)

## Planificação das atividades

Duração	Descrição da atividade	Instruções
5 min	<p><b>Rodada introdutória para quebrar o gelo</b> - O líder pede aos participantes para dizer como se sentem no momento usando expressões para a previsão do tempo (p. ex., ensolarado com nuvens, chuvoso, ventoso, etc.).</p>	<p>Depois do discurso de boas-vindas, o líder explica as regras da atividade introdutória. O líder começa primeiro.</p> <p>Em vez desta atividade ou como uma atividade adicional, a seguinte atividade pode ser realizada: Quais são suas preocupações, sentimentos e memórias?</p> <p>O líder pede aos participantes que escrevam 3 notas:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>● Post it com pensamentos/ preocupações/ perguntas sobre a transição das crianças para a escola primária.</li> <li>● Post it com os sentimentos dos pais sobre a transição de seus filhos para a escola primária.</li> <li>● Post it com uma memória positiva dos pais no primeiro dia de escola.</li> </ul> <p>Depois disso, os participantes caminham em pares. Por exemplo, uma pessoa é a criança e a outra o pai. A forma como um anda afecta o outro. Através deste simples jogo vivencial, os participantes podem entender o quanto as preocupações ou pensamentos dos pais</p>

		afetam seus filhos. Esta atividade pode levar mais de 5 minutos.
10 min	<b>Bola de lã jogo:</b> O líder começa o jogo. Ele segura um pedaço de lã em suas mãos e joga a bola para um dos participantes. Aquele que pega a bola de lã deve responder Por que é importante ter desenvolvido habilidades emocionais e sociais? O jogo termina quando cada participante tiver dito a sua opinião.	Se os participantes não se lembram da resposta, é bom que o líder tenha alguns exemplos preparados (ex. para que saibamos lidar com o fracasso na vida, para que possamos comunicar melhor com os outros, para que saibamos negociar...).
10 min	<b>Apresentação:</b> O apresentador faz uma breve apresentação sobre habilidades emocionais e sociais.	Para esta atividade, pode usar-se a parte do currículo dedicada a este tópico.
20 min	<b>Trabalho em grupo:</b> Divida os participantes em dois grupos. Um grupo lidará com habilidades emocionais e o outro com habilidades sociais. A tarefa de cada grupo será listar exemplos de como essas habilidades são desenvolvidas e incentivadas no jardim de infância, em casa e na escola (quais são as situações, atividades, exemplos...).	É desejável que haja pais, educadores e professores em cada grupo para que todos possam apresentar sua perspectiva.
40 min	<b>Role play/ Resolver situações:</b> O líder dá um cenário para cada par. A tarefa do casal é encontrar uma maneira de um adulto reagir em uma determinada situação.  Quando os pares terminarem, eles podem representar a situação ou, se não estiverem confortáveis, podem recontar a solução que encontraram.  Os outros pares dão suas sugestões e ideias sobre a solução proposta.  Cenários e papel do adulto (esta segunda parte é apenas para o líder):  1. Partilhar um brinquedo popular:  - Cenário: A criança (A) tem um brinquedo favorito com o qual outra criança (B) quer brincar. A criança B expressa frustração, e a criança A não tem certeza sobre o compartilhamento.  - Papel do adulto: O adulto percebe a situação, aproxima-se com um comportamento calmo. O adulto assume o papel de mediador, instruindo as crianças a expressar suas necessidades, a ouvir umas às outras e a encontrar uma solução que satisfaça ambas. O adulto não oferece soluções prontas, mas orienta as crianças a encontrar soluções elas mesmas. Como um megafone, ele repete o que eles dizem, a	Aqui estão cenários de dramatização envolvendo situações cotidianas, onde uma criança pode enfrentar dificuldades com emoções emergentes. Cada cenário envolve uma criança e um adulto, destacando possíveis desafios e formas de o adulto responder.  Em cada cenário de dramatização, o papel do adulto é vital para reconhecer e responder às emoções da criança, promovendo um ambiente de apoio e orientando-os através de situações desafiadoras.  O líder pode escolher quais cenários usar e, se quiser, também pode criar os seus próprios cenários.

fim de iluminar suas próprias necessidades e sentimentos de outras crianças.

2. Sobrecarregado durante o tempo de atividade artesanal:

- Cenário: A criança (A) é sobrecarregada durante uma atividade artesanal, sem saber por onde começar. O adulto (B) nota a hesitação e o desconforto da criança.

- Papel do adulto: O adulto aproxima-se, encoraja-o com delicadeza, divide a tarefa em passos mais pequenos e oferece assistência. Eles elogiam o esforço e a criatividade da criança, criando uma atmosfera de apoio.

3. Conflito sobre o espaço de jogo:

- Cenário: Duas crianças (A e B) querem brincar na mesma área, levando a um desacordo. Ambos expressam frustração e não sabem como resolvê-la.

- Papel do adulto: O adulto intervém, ouve ambas as crianças, valida os seus sentimentos e facilita um compromisso. Eles orientam as crianças a encontrar uma solução em conjunto e elogiam sua capacidade de trabalhar através do conflito. Adulto ajudá-los a encontrar a maneira correta de expressar seus sentimentos e resolver problemas.

4. Ansiedade de separação no momento da entrega:

- Cenário: A criança (A) é hesitante e chorosa durante a entrega, experimentando ansiedade de separação. O adulto (B) percebe a angústia da criança.

- Papel do adulto: O adulto aproxima-se com empatia, assegura à criança que se divertirá, estabelece uma rotina consistente de entrega e envolve a criança numa atividade envolvente para facilitar a transição.

5. Dificuldade de seguir as instruções do grupo:

- Cenário: A criança (A) esforça-se por seguir as instruções durante uma atividade de grupo, levando à frustração. O adulto (B) observa os desafios da criança.

- Papel do adulto: O adulto aborda, divide as instruções em etapas mais simples, fornece orientação individual e elogia a criança pelo esforço. Eles criam um ambiente positivo para a aprendizagem e participação.

6. Zanga de amizade durante o jogo:

- Cenário: Dois amigos (A e B) têm um desacordo sobre como jogar um jogo, resultando em sentimentos feridos. Ambas as crianças expressam frustração.

- Papel do adulto: O adulto aborda, ouve a perspectiva de cada criança, ajuda-os a compreender os sentimentos uns dos outros e orienta-os a encontrar um compromisso. Eles enfatizam a importância da comunicação positiva nas amizades.

7. Não querer partilhar o espaço pessoal:

- Cenário: A criança (A) fica perturbada quando outra criança (B) invade o seu espaço pessoal durante o tempo do círculo. A criança expressa desconforto.

- Papel do adulto: O adulto percebe a situação, valida os sentimentos da criança A e reforça a importância do espaço pessoal. Eles orientam ambas as crianças a respeitar os limites umas das outras e modelar o comportamento apropriado.

8. Desilusão num projeto artístico:

- Cenário: A criança (A) sente-se desiludida com a sua criação artística, expressando tristeza. O adulto (B) nota a resposta emocional da criança.

- Papel do adulto: O adulto aborda, reconhece os sentimentos da criança, elogia o seu esforço e sugere formas de modificar ou melhorar a arte. Eles enfatizam o processo de aprendizagem e criatividade individual.

9. Frustração porque não pode ficar no parque

- Cenário: A criança (A) está a chorar porque quer ficar no parque. O progenitor insiste que vão para casa porque é hora de almoço.

- Papel do adulto: O pai respeita o desejo da criança (vejo que você quer ficar no parque), mas assume a responsabilidade pelo bem-estar da criança (Mas temos que ir para casa porque é hora do almoço). Ele dá à criança a oportunidade de terminar sua atividade e decisivamente anuncia sua partida (Você pode descer o slide mais duas vezes e depois vamos.)

10. A criança chora porque não conseguiu um brinquedo na loja

Cenário: Depois que os pais o proibiram de comprar um brinquedo, a criança chora. O pai lembra-lhe que ele já escolheu um doce e que ele não pode ter o brinquedo.

	<p>Papel do adulto: Os pais respeitam o desejo da criança (eu vejo que queres um brinquedo), mas lembra a criança das regras previamente acordadas (No entanto, não concordamos dessa forma. O acordo era que tu escolherias um doce e ajudavas-me nas compras). Ofereça à criança uma escolha (Podes comporta-te de acordo com o que tínhamos combinado ou vamos parar de fazer compras e vamos para casa).</p>	
5 min	<p><b>Fim:</b> O líder agradece a todos pela participação, anuncia o próximo workshop.</p>	<p>O líder pode distribuir <b>as frases de apoio</b> aos participantes.</p>