



**FACULDADE DE EDUCAÇÃO
PROGRAMA DE PÓS-GRADUAÇÃO
MODALIDADE PROFISSIONAL - PPGEMP**

PATRICIA PINA VIEIRA

**EDUCAÇÃO EMOCIONAL TAMBÉM É FUNDAMENTAL –
A EXPERIÊNCIA DA METODOLOGIA STAR COMO UM TREINAMENTO DE
HABILIDADES SOCIOEMOCIONAIS PARA ADOLESCENTES**

BRASÍLIA / DF

2023

PATRICIA PINA VIEIRA

**EDUCAÇÃO EMOCIONAL TAMBÉM É FUNDAMENTAL –
A EXPERIÊNCIA DA METODOLOGIA STAR COMO UM TREINAMENTO DE
HABILIDADES SOCIOEMOCIONAIS PARA ADOLESCENTES**

Dissertação de mestrado apresentada ao Programa de Pós-Graduação em Educação Modalidade Profissional da Universidade de Brasília, como requisito parcial para a obtenção do título de Mestre em Educação Modalidade Profissional.

Orientadora: Prof^a Girlene Ribeiro de Jesus

BRASÍLIA / DF

2023

FICHA CATALOGRÁFICA

Ficha catalográfica elaborada automaticamente,
com os dados fornecidos pelo(a) autor(a)

VV658e Vieira , Patricia Pina
EDUCAÇÃO EMOCIONAL TAMBÉM É FUNDAMENTAL - A EXPERIÊNCIA DA
METODOLOGIA STAR COMO UM TREINAMENTO DE HABILIDADES
SOCIOEMOCIONAIS PARA ADOLESCENTES / Patricia Pina Vieira ;
orientador Girlene Ribeiro de Jesus. -- Brasília, 2023.
187 p.

Tese (Mestrado Profissional em Educação) -- Universidade
de Brasília, 2023.

1. Educação Emocional . 2. Metodologia STAR. 3.
Habilidades Socioemocionais . 4. Saúde Mental . 5. Políticas
Públicas . I. Jesus, Girlene Ribeiro de , orient. II.
Titulo.

PATRICIA PINA VIEIRA

**EDUCAÇÃO EMOCIONAL TAMBÉM É FUNDAMENTAL –
A EXPERIÊNCIA DA METODOLOGIA STAR COMO UM TREINAMENTO DE
HABILIDADES SOCIOEMOCIONAIS PARA ADOLESCENTES**

Dissertação apresentada ao Programa de Pós-graduação *Stricto sensu* em Educação - Modalidade Profissional, da Faculdade de Educação da Universidade de Brasília, como requisito parcial para a obtenção do título de Mestre em Educação. Área de concentração: Políticas Públicas e Gestão da Educação.

Aprovado em: 28/08/2023

Banca Examinadora

Prof^a Dra. Girlene Ribeiro de Jesus – Orientadora / Presidente
(Universidade de Brasília)

Prof^a Dra. Daiane dos Santos Correa Cabanha – Membro Externo
(Unigran)

Prof^a Dra. Alcyone Vasconcelos - Membro Interno
(Universidade de Brasília)

Prof^a Dra. Danielle Xabregas Pamplona Nogueira – Suplente
(Universidade de Brasília)

Dedico este trabalho

A Deus, que me conduziu através
da ciência para salvar minha vida.

À minha querida mãe Neuza, meu pai
Hamilton, meu “paidrasto” Milton, meus
amados irmãos Cinthia, Hamilton, Luiza e
minha afilhada Giulia.

Em especial a meu coração que bate
fora de mim, minha filha Pietra, que foi
minha estrela, a luz que me fez querer
sair da escuridão.

Gratidão eterna, amo vocês...

AGRADECIMENTOS

Em primeiro lugar, dedico a Deus essa obra, que não é nossa e, sim, Dele, pois, sem Ele, jamais teria chegado até aqui. Estendo meus agradecimentos a muitas pessoas que me incentivaram, conduziram, ampararam, acreditaram e investiram na minha vida.

Em especial à minha orientadora, Professora Girlene de Jesus Ribeiro, pois sei que, como aluna da academia, possivelmente muitas vezes exigi mais explicações que meus colegas de mestrado, pois minha paixão e vontade de unir a experiência prática profissional aos referenciais teóricos nem sempre foram da forma ou no tempo que eu gostaria. Professora, gratidão pela paciência, pela condução tranquila, pelo acolhimento, pela confiança, por acreditar neste projeto mesmo com tantos percalços, apesar de dois diagnósticos de COVID, inúmeras mudanças, dificuldades pessoais, familiares e empresariais mediante um período de pandemia. Minha eterna gratidão porque, apesar de todas as turbulências, a senhora sempre me estendeu a mão, me ouviu, me orientou, me ensinou, me esticou, me fez crescer como investigadora e pesquisadora científica. Sei que tenho muito ainda a desenvolver, mas, como sempre digo, tudo é um treinamento. E estar com a senhora nesta caminhada, conduzindo-me com todas as suas habilidades socioemocionais e experiências inquestionáveis como exímia pesquisadora e profissional que é, foi, com absoluta certeza, fundamental para a conclusão desta obra.

A todos os professores da banca, gratidão e honra por tê-los como julgadores deste trabalho que retrata não só um trabalho científico, uma pesquisa de união de teoria e prática por meio da minha experiência profissional e minhas vivências pessoais.

Minha admiração por todo o corpo docente desta conceituada instituição, Universidade de Brasília - UNB que me possibilitou a realização de um grande e inestimável sonho, além de cumprir com um papel importante na sociedade, realizando, por meio deste trabalho, os principais objetivos de um mestrado profissional:

I – Capacitar profissionais qualificados para o exercício da prática profissional avançada e transformadora de procedimentos, visando atender demandas sociais, organizacionais ou profissionais e do mercado de trabalho;

- II – Transferir conhecimento para a sociedade, atendendo a demandas específicas e de arranjos produtivos com vistas ao desenvolvimento nacional, regional ou local;
- III – Promover a articulação integrada da formação profissional com entidades demandantes de naturezas diversas, visando melhorar a eficácia e a eficiência das organizações públicas e privadas por meio da solução de problemas, geração e aplicação de processos de inovação apropriados;
- IV – Contribuir para agregar competitividade e aumentar a produtividade em empresas, organizações públicas e privadas.

Agradeço a todos meus colegas de mestrado, pois todos me ensinaram e somaram com a construção e realização deste trabalho, com destaque para a minha nova amiga Maria Elena.

À minha filha Pietra Pina e à minha mãe Neuza Pina Cordilha — jamais terei como agradecê-las, pois não existem palavras para mensurar o que significam para mim. Vocês são minhas estrelas: minha mãe, sempre luz de Deus na minha vida, e minha filha, meu maior tesouro e o maior e mais valioso presente, são os meus motivos.

A toda minha família tão unida e abençoada: meu pai Hamilton Vieira e meu paidrasto Milton Cordilha, minhas irmãs Cinthia Pina e Luiza Vieira, meu mano Hamilton Júnior, minha sobrinha afilhada Giulia Pina e Paulo Pereira, meu eterno amigo e pai da nossa filha.

Às minhas psicólogas e mestres de graduação e vida Adriana Magalhães, Ângela Perez, Elizabete Shineidr e ao médico Dr. Sérgio Voronoff, minha eterna gratidão por não terem me deixado morrer.

A toda a equipe Teen Mentors, em especial às mentoras da Metodologia STAR, do Teen Mentors e Missão Teen, primeiramente à Charzade, nossa mentora de Maputo, Moçambique, que acreditou em nosso crescimento internacional antes mesmo de mim, levando o projeto para outro país com toda a sua sabedoria e bravura. E de forma especial a toda a equipe que me auxiliou na execução do Projeto Amor pela Família, gratidão a Cláudia Infante, Clara Muniz, Paulo Pereira, Fabiana Gaia, Bruno Tozzati, Patrícia Oliveira, Danielle Barbosa, Valéria Uchida, Andrea Magalhães, às contadoras da Intercon Assessoria Letícia e Renata e ao Presidente do Instituto Liderar Janderson Evans, porque, sem vocês, esse sonho não teria saído do papel.

À minha amiga irmã Vanessa Krominski, que, com toda a sua experiência e habilidade, agrega muito valor à nossa missão e foi diretamente responsável pela minha inscrição e conclusão deste mestrado. Te amo, minha irmã.

Meus agradecimentos a todos os adolescentes, que chamo de Precursores, que passaram pelo Teen Mentors por meio de todos os projetos de Formação de Habilidades Socioemocionais, Desafio GG, Palestras Tem Jeito e Vale a Pena e do Projeto Amor pela Família. Obrigada por terem acreditado em mim, na equipe, mas, principalmente, por terem acreditado em vocês. Nossos mais sinceros agradecimentos e orgulho pela sua coragem de mudarem suas histórias.

A todas as famílias que acreditaram e confiaram seus maiores tesouros a nós, a todos que investiram em nossa Instituição de Educação Emocional Teen Mentors, em especial aos Pais Precursores Erika e Bruno, Nancy e Luizinho, à mamãe Eliete e à diretora D. Ivone, da primeira escola que nos recebeu em 2016 e que foram os primeiros a investir no nosso instituto com toda a confiança e amor que jamais teremos como agradecer e mensurar.

Meus mais carinhosos agradecimentos à Direção do CEM 12 Mirtes Corrêa de Jesus e Daniela de Barcelos, às Orientadoras Educacionais Ravelle Vaz e Renata Evangelista da Silva, aos professores do Projeto de Vida do Novo Ensino Médio Adriano Rodrigues Lima, Sonia Isabel Ferreira, Fatima Christiane Barros, Jane Veras Coelho, e, em especial, à professora Isabel Formiga, responsável pelo convite para dar a primeira palestra no CEM 12, resultando anos depois na parceria para a execução do projeto Amor pela Família.

Meus agradecimentos e reconhecimento pela iniciativa do Governo do Distrito Federal, representado pelo Governador Ibaneis Rocha Barros Júnior, pela criação da Secretaria Extraordinária da Família que, sob coordenação do Secretário Iliobaldo Vivas Da Silva em união com a Secretária de Estado de Educação do Distrito Federal Hélvia Paranaguá, acreditaram e executaram a administração do projeto de política pública na educação por meio do termo de fomento do Deputado Distrital Martins Machado. Agradeço a toda a equipe da SEFAM, em especial ao Sr. Iliobaldo Vivas, Sirley Azevedo, Otoniel Batista De Araújo, Mateus Lolas, Aldair Silva, Filipi Alencar, Cesma Alves, Flávio da Silva Cavalcante e ao Deputado Distrital Martins Machado por tornarem possível o Projeto de Política Pública de Educação Emocional Amor pela Família para 300 adolescentes e famílias.

“É importante ressaltar que o Projeto Amor pela Família foi idealizado para auxiliar famílias na formação e educação emocional de pais e filhos, propiciando o desenvolvimento de habilidades socioemocionais com objetivo de melhorar o relacionamento intrafamiliar. Temos clareza que parceria entre família e escola é um dos principais elementos para o sucesso da educação e por isso foi primordial a aplicação deste em ambiente escolar.”.

Iliobaldo Vivas Da Silva

(Secretário Extraordinário da Família do Distrito Federal)

Esta obra é o resultado da união de muitas histórias que se reuniram em amor para cumprir nossa missão de ajudar adolescentes a resgatarem seus propósitos e serem luz no mundo.

“Vocês são a luz do mundo... Assim brilhe a luz de vocês diante dos homens, para que vejam as suas boas obras e glorifiquem ao Pai de vocês, que está nos céus.”

Mateus 5:16

Gratidão,
Patricia Pina Vieira

MEMORIAL

"Qual a importância das metodologias para desenvolver as habilidades socioemocionais? Afinal, o quanto as habilidades socioemocionais influenciam nas relações familiares? E o quanto isso muda as tomadas de decisões e definem o futuro de um indivíduo?"

Para responder essas perguntas, gostaria de iniciar este trabalho compartilhando minha jornada profissional, acadêmica e pessoal em busca dessas respostas, mas a principal pergunta que me motivou a chegar até aqui é: - Afinal, o que estou fazendo aqui?

É notório e comprovado que nossas vidas têm inúmeras possibilidades e que diversos fatores influenciam nossas escolhas e destinos. No entanto, no contexto atual pós-pandêmico em que vivemos, a discussão sobre a necessidade de desenvolver as habilidades socioemocionais, que inicialmente era científica, fica cada vez mais evidente nos debates e no senso comum da nossa sociedade.

Poderia dizer que a maneira que desenvolvemos nossos pensamentos, sentimentos e comportamentos está diretamente ligada à forma com que nos entendemos e entendemos o outro, e é a partir dessa visão de si e do mundo que tomamos as decisões que definem nossa jornada.

Por isso resolvi escrever este memorial, como uma linha no tempo até chegar a esta dissertação, pois acredito que este projeto de mestrado não se iniciou somente quando ingressei nesta tão conceituada universidade, mas, sim, quando eu tinha 12 anos.

Essa história começou quando pedi para minha mãe me levar em uma psicóloga. Ela disse que eu não precisava, pois não era "maluca". Hoje eu entendo o ponto de vista dela, afinal, eu era aparentemente "normal". A questão é que nem ela e nem eu poderíamos imaginar que, apesar de ser uma filha estudiosa, responsável, amorosa e que cuidava dos irmãos, teria tantas dúvidas e incertezas que me levariam a desencadear um processo de ansiedade e, posteriormente, uma depressão.

Hoje, posso afirmar que toda a minha depressão foi desencadeada por uma crise existencial, precoce possivelmente, mas profunda o suficiente para moldar e mudar o rumo da minha vida.

- Como uma adolescente entende um alcoolismo de um pai?
- Como uma adolescente entende o seu futuro?
- Como uma adolescente toma as decisões que podem definir a sua vida?

- Como uma adolescente reage ao bullying, à indiferença e à solidão?
- Como se fazem amigos? Quem são os verdadeiros amigos?
- Como se escolhe uma profissão?
- Como ficar pronta para ser adulta?

As perguntas acima retratam apenas uma das inquietações de uma jovem em pleno século XXI. Porém, ao longo dos últimos séculos, o número de questionamentos só aumenta em virtude da globalização, e, na era da informação, uma geração inteira foi bombardeada com milhões de informações sem filtro, sem classificação, sem fiscalização, sem referências, sem dados estatísticos seguros, muito menos científicos e sem algum critério e/ou censura. Essa gama de informações invadiu nossas casas e a mente de uma geração imatura, que se tornou um alvo frágil, influenciável, dessas informações de senso comum e superficial.

E como uma menina de 12 anos pode desenvolver uma crise existencial? Seria precoce refletir sobre o objetivo de sua existência, questionar o motivo de algumas barbaridades no mundo, não entender certos comportamentos de nossos pais, atitudes de amigos, não saber por onde começar e a quem pedir ajuda? O que poderia gerar mais dúvida ao ser humano do que o sentido de sua existência? A frase que não saiu de minha mente, que resumiu longos anos da minha vida foi: Afinal, o que estou fazendo aqui?

Eu tinha apenas 12 anos, mas entendi que precisava de ajuda, apesar de tirar notas boas, ser responsável por cuidar dos meus 2 irmãos, fazer os trabalhos de casa, ser calma, meiga e bem tranquila, eu sabia que precisava de ajuda. Mas onde encontrar?

Me perdia em inúmeros questionamentos, me perguntava: como um corpo tão perfeito e um mundo tão maravilhoso era só para acordar, comer, trabalhar e dormir? Pensei: “Deve ter algum propósito para tudo isso”; “Afinal, o que estou fazendo aqui?”.

Anos se passaram, e a pergunta não tinha resposta. Com 14 anos, percebia que a agressividade do meu pai só aumentava, principalmente quando bebia. Aquela situação começou a me dar medo e, de uma certa forma, aumentou meu senso de proteção com meus irmãos. Esse medo foi aumentando à medida que via e ouvia as coisas que meu pai falava e fazia contra a minha mãe.

Próximo ao meu aniversário de 15 anos, eu tentei defendê-la de um dos ataques de fúria do meu pai, e ele me espancou severamente. Dizia que iria me matar, e, de fato, naquela noite, uma parte minha morreu.

Uma Patricia realmente morreu! A Patricia sonhadora, generosa, criativa e feliz. E a partir daquele dia, iniciei um novo treinamento. Com aquele acontecimento traumático, eu deduzi que ser calma, meiga e tranquila não me levaria a lugar nenhum. Então, mesmo sendo tímida, entrei para o teatro da escola para treinar interpretação, imitação de voz e coragem de falar com as pessoas. De forma instintiva, busquei caminhos para desenvolver minhas habilidades.

O que na época não foi visto é que, por traz daquele novo treinamento, havia uma mistura de sentimentos como mágoa, raiva, medo e insegurança. O intuito não era positivo, com 15 anos iniciei um treinamento para me vingar do meu pai. E por quase 5 anos me dediquei a mudar minha forma de pensar, sentir e me comportar. E consegui, treinei bastante e, com a prática, tornei-me uma pessoa muito agressiva, incisiva, mentirosa, egoísta, individualista, raivosa, estressada e manipuladora.

Quem poderia imaginar que todo aquele treinamento de mágoa e de raiva me levaria a um ressentimento e sentimento de vingança que quase destruiu a minha vida? Aqueles sentimentos duelavam dentro de mim. Questionava-me se eu era uma pessoa boa ou má. Afinal, o que estou fazendo aqui?

A dúvida do que de fato deveria fazer, pensar e ser, as perguntas sem respostas, a solidão, a insegurança por trás da falsa segurança estavam presentes. Essa dualidade de pensamentos com a sobrecarga emocional me levou a 4 tentativas de suicídio e a centenas de pensamentos suicidas. Por inúmeras vezes, acreditei que minha vida não tinha mais recuperação, minha vida não tinha jeito e não valia a pena.

Até que, com 19 anos, fui buscar ajuda profissional. Comecei meu processo de autoconhecimento, fui à tão sonhada psicóloga, acreditando que meus problemas seriam todos resolvidos. Eu já não aguentava mais e busquei uma profissional para me ajudar a lidar com todas as minhas angústias, perdas, mágoas e pensamentos conflitantes. Agora eu já não era mais uma menininha, era esposa e estava grávida, com diversas demandas e total inexperiência em meio a tantas pressões e responsabilidades.

A essa altura, eu tinha desenvolvido uma depressão profunda, já tinha sido abusada sexualmente, já havia abandonado uma faculdade federal, me envolvido

emocionalmente com pessoas erradas, tentado suicídio, chegado algumas vezes muito perto do perigo e até da morte. Possuía diversos traumas e crenças limitantes. Eu era uma mãe jovem, inexperiente e emocionalmente imatura e tinha me tornado uma pessoa sem perspectivas positivas do futuro, uma pessoa que acreditava que o ser humano era o erro da natureza.

Com essa visão limitada de futuro, tornei-me uma pessoa fria, egoísta e individualista, eu desconfiava do mundo, tinha um olhar de insegurança e desesperança. Essa era eu aos 20 anos.

Fui buscar ajuda profissional e comecei a estudar sobre mente humana e comportamento. Lembrei-me de que, aos 12 anos, eu era outra menina. Era meiga, educada, generosa, sonhadora. Então, de forma lógica, percebi que poderia mudar novamente meus pensamentos, sentimentos e comportamentos para me tornar uma nova Patrícia.

A partir daí, não parei mais. Foram 8 anos de terapia, de muito estudo, cursos, treinamentos e bastante leitura sobre a mente humana e o desenvolvimento pessoal. E mesmo tendo alcançado estabilidade financeira, uma família estruturada, tendo saúde, dinheiro na conta, sendo feliz com meu casamento, com a filha dos meus sonhos e uma cachorrinha muito fofinha, eu continuava me questionando: - Afinal, o que estou fazendo aqui?

Foi logo então que sofri um acidente de carro que mudou minha vida. Após tantos anos buscando a felicidade em bens materiais, havia me tornado uma pessoa bem-sucedida e respeitada, mas era infeliz, estressada, agressiva, triste, vazia e sem propósito. Então, fiz uma promessa que, se sobrevivesse ao acidente, eu iria fazer minha vida valer a pena.

Sobrevivi! E para cumprir minha promessa, resolvi fazer a faculdade de Psicologia, em busca do conhecimento que mudou minha vida. E com um ano de curso, já estava encantada com a mente e a capacidade do ser humano. Então, tudo começou a fazer sentido, consegui ressignificar meus traumas, perdoar meu pai, na verdade, consegui compreendê-lo, aprendi a não julgar mais, desenvolvi resiliência, compaixão e empatia. Percebi que podemos desenvolver habilidades socioemocionais e minha sede pelo conhecimento me levou a nunca mais parar de estudar e me desenvolver.

Mergulhei fundo e, aos 33 anos, decidi iniciar um novo treinamento na minha vida, desenvolver novas habilidades, aquelas que admirava nas pessoas e me tornar

uma pessoa grata, feliz e realizada. No meu TCC da graduação, escrevi “nascendo aos 33”. Descobri que Educação Emocional também era fundamental, mas por que não aprendi isso antes? Eu só queria iniciar a minha nova história.

Porém, ao final da faculdade, deparei-me com um desafio ainda maior: a depressão de Pietra, minha filha, então com 14 anos. Como ajudá-la? Agora sou psicóloga, por onde começar? Por que tenho que passar por isso novamente? Eu não queria que ela passasse por aquele sofrimento.

No primeiro ano da depressão dela, eu achei que daria conta sozinha. Quando ela fez 15 anos, eu e o pai dela nos separamos, e ela perdeu quase tudo. O mundo dela desabou. Perdeu o pai, a casa em um sítio, o cavalo dos sonhos, a família, os amigos, a estabilidade, a segurança, os sonhos.

Foi quando ela começou a se mutilar, e começamos a visitar diversos profissionais: psicólogos, psiquiatras, neurologistas, psicanalistas, os melhores e mais recomendados. Os comportamentos eram cada vez mais destrutivos. Minha filha não tinha perspectiva de futuro. A visão de mundo dela havia mudado, e ela não acreditava mais em mim, no pai, na sociedade, nos médicos e nem nela mesma.

Desencadearam-se nela inúmeros sentimentos de medo, insegurança, instabilidade, mágoa, frustração, o sentimento de abandono, o sentimento de não ser verdadeiramente amada, de não ser capaz de lidar com todas as perdas, o luto em vida de seus sonhos, tudo de uma vez só e ela não sabia como gerenciar.

Aos 15 anos, ela afirmava que não seria nada, que não queria nada, que não servia para nada, e disse a mim: “Você vai ter que me sustentar para o resto da vida, e eu espero que não passe de amanhã”. Era muito frustrante e doloroso ver minha filha assim; eu me sentia impotente, apesar de ter conhecimento até mesmo acadêmico sobre a sua situação. Mas, naquele contexto, eu não era psicóloga, eu era mãe. Uma mãe que errou muito também, afinal, por muitos anos, eu também não sabia lidar com as minhas emoções, meus pensamentos e meus comportamentos me sabotavam.

Foi então que eu mergulhei ainda mais nos livros, cursos, workshops, palestras, filmes, entrevistas. Foram inúmeras madrugadas estudando. Recordo-me de dizer a ela:

- Filha, se você visse a vida com os meus olhos por 5 minutos, você estaria curada.

E foi assim que tudo aconteceu para hoje eu estar aqui, escrevendo essa dissertação. Após 4 anos de luta pela sobrevivência da minha filha, quando ia completar 18 anos, ela fez uma pergunta a mim:

- Mãe, será que dá tempo?
- Tempo de quê, filha?
- Tempo de mudar meu treinamento.

E, nesse momento, parece que ela finalmente havia entendido que precisava desenvolver suas habilidades socioemocionais. E percebi que tudo que vivi na minha adolescência e como mãe precisava ser compartilhado com outras famílias.

Foi aí que eu pensei: - Serei psicóloga, mas serei uma psicóloga diferente. Vou montar uma metodologia para desenvolver as habilidades socioemocionais dos adolescentes. Pois foi na minha adolescência e na adolescência da minha filha que nossos pensamentos e comportamentos mudaram e nos levaram à morte.

E assim nasceu a Metodologia STAR (Sistêmico Treinamento de Autoconhecimento Relacional). Aos 39 anos de idade, eu encontrei, finalmente, a resposta para a pergunta da minha vida: Afinal, o que estou fazendo aqui?

Meu propósito de vida passou a ser ajudar adolescentes e famílias a não passarem pelo que passei. Ajudar cada um a desenvolver suas habilidades, a acender essa estrela que temos dentro de nós, essa luz, essa capacidade de aprender, de se desenvolver, que, por vezes, não é descoberta.

Eu entendi meu propósito e toda missão por trás de todos os anos de perseverança, perdas, vitórias, lágrimas, dor e o sentido para tal conhecimento. Eu entendi, na prática, porque as habilidades socioemocionais têm que ser desenvolvidas o quanto antes, a importância desse treinamento, por isso hoje afirmo: Educação emocional também é fundamental.

Atualmente, eu e minha filha temos um excelente relacionamento. Tanto eu como ela desenvolvemos inúmeras habilidades socioemocionais. Ela, a menina que se dizia incapaz, hoje é independente, tem sua empresa, sua casa, é uma jovem muito responsável, determinada, focada e uma excelente profissional.

Com apenas 25 anos, minha filha é feliz, realizada profissionalmente e tem sonhos, vive seu mundo com excelentes perspectivas, uma visão clara e positiva do futuro, e eu mais ainda. Como mãe, tenho a convicção de que o caminho do conhecimento nos salvou, e sou eternamente grata por tudo que vivemos e vencemos.

Foi assim que, em 2016, idealizei a Escola de Educação Emocional *Teen Mentors*, escrevi a Metodologia STAR (Sistêmico Treinamento de Autoconhecimento Relacional) e iniciamos a aplicação em uma escola particular da rede Objetivo no GAMA /DF, hoje com o nome de Colégio OCTA. Fizemos a implantação, execução das ferramentas, ajustes, pesquisas, análises, testes, oficinas práticas, inventários, palestras com os pais, rodas de conversas com os professores, orientadores e direção ao longo de 8 meses, atendendo a 332 alunos do Ensino Fundamental II e Ensino Médio.

Criamos um site com nossa missão, valores e visão e deixamos claro em nosso slogan que o principal objetivo do *Teen Mentors* é mudar o mundo por meio do conhecimento e autoconhecimento, porém esse slogan gerou questionamentos, e a primeira a me questionar foi minha filha:

- Mãe, que história é essa de mudar o mundo? Mãe, você não vai mudar o mundo. Disse Pietra.

- Filha, eu mudei meu mundo, mudando a forma como o vejo o mundo. Hoje, eu sou totalmente diferente. Olha a pessoa em que me transformei. E você, filha? Você mudou seu mundo. Lembra o que você fazia, falava e pensava?

- É verdade, mãe! Eu mudei meu mundo. Tem razão! Que incrível!

- Viu? O mundo continua com seus problemas, corrupção, violência, drogas, traições, frustrações, mas a forma que reagimos a tudo isso faz toda a diferença. Nós mudamos o mundo quando mudamos nossa forma de ver e reagir a ele.

E foi assim que a mesma pergunta que me levou à depressão, à mudança de meus pensamentos e comportamentos, às tentativas de suicídio, também me trouxe até aqui: Afinal, o que estamos fazendo aqui?

A resposta foi construir um método que ajudasse outros adolescentes e suas famílias a adquirirem um conhecimento que pudesse propiciar o desenvolvimento de habilidades e conhecimentos úteis para lidar melhor com as emoções e comportamentos de forma prática, essas habilidades que, na maioria das vezes, não aprendemos na escola ou, pelo menos, não com um método prático e efetivo que possa ser replicado e aplicado por inúmeros profissionais.

O objetivo da Metodologia STAR é ajudar jovens a mudarem seu mundo por meio do conhecimento, do autoconhecimento e do desenvolvimento prático das suas habilidades socioemocionais. Após 5 anos de aplicação da metodologia e a comprovação do impacto positivo dessa abordagem de treinamento por meio da

Metodologia STAR, resolvi trazê-la para o campo acadêmico, para que pudesse passar por um aperfeiçoamento científico e aprofundamento teórico.

E, como forma de gratidão a tudo que vivi até aqui, tudo que aprendi com o desenvolvimento das minhas habilidades socioemocionais, gostaria de deixar uma contribuição científica à sociedade por meio de um produto técnico, com ferramentas exclusivas da Metodologia STAR, que consiste em um livro de atividades para outros educadores e profissionais da saúde ajudarem a milhares de jovens no desenvolvimento de suas habilidades socioemocionais. Afinal, Educação Emocional também é fundamental.

Patricia Pina Vieira
Agora Patricia Estrela

RESUMO

Este trabalho tem como objetivo apresentar a metodologia STAR (Sistêmico Treinamento de Autoconhecimento Relacional) como uma opção para auxiliar educadores e profissionais de saúde no desenvolvimento de habilidades socioemocionais em adolescentes. Os adolescentes enfrentam desafios no mundo conectado atual, e o desenvolvimento dessas habilidades é essencial para superar tais desafios. O estudo utiliza o método qualitativo, por meio da abordagem do estudo de caso em uma escola pública do Distrito Federal. Foram aplicados questionários a educadores e educandos, visando compreender melhor o impacto da abordagem no aprendizado socioemocional. Além disso, foi elaborado um produto técnico, em formato de caderno de atividades, que compila algumas atividades no objetivo de auxiliar na aplicação da metodologia STAR por profissionais da educação e saúde. Pode-se concluir que o trabalho ratifica a importância de promover o desenvolvimento socioemocional dos adolescentes e destaca a metodologia STAR como uma ferramenta relevante nesse contexto.

Palavras-chave: Educação. Metodologia STAR. Habilidades Socioemocionais. Educação Emocional. Saúde Mental. Políticas Públicas.

ABSTRACT

This work aims to present the STAR methodology (Systemic Self-awareness and Relational Training) as an option to assist educators and healthcare professionals in developing socioemotional skills in adolescents. Adolescents face challenges in the current interconnected world, and the development of these skills is essential to overcome such challenges. The study employs a qualitative method through a case study approach in a public school in the Federal District. Questionnaires were administered to educators and students, aiming to better understand the impact of the approach on socioemotional learning. Additionally, a technical product was developed in the form of an activity booklet, which compiles some activities to aid in the implementation of the STAR methodology by education and health professionals. It can be concluded that the work reinforces the importance of promoting adolescents' socioemotional development and highlights the STAR methodology as a relevant tool in this context.

Keywords: Education. STAR Methodology. Socioemotional Skills. Emotional Education. Mental Health. Public Policies.

LISTA DE QUADROS

Quadro 1 – Características das Categorias.....	42
Quadro 2 – Competências e objetivos – Metodologia STAR (1).....	67
Quadro 3 – Competências e objetivos – Metodologia STAR (2).....	68
Quadro 4 – Competências e objetivos – Metodologia STAR (3).....	69
Quadro 5 – Cronograma de execução.....	71
Quadro 6 – Ação 1 da Metodologia STAR no Projeto Amor pela Família.....	73
Quadro 7 – Ação 2 da Metodologia STAR no Projeto Amor pela Família.....	73
Quadro 8 – Ação 3 da Metodologia STAR no Projeto Amor pela Família.....	74
Quadro 9 – Ação 4 da Metodologia STAR no Projeto Amor pela Família.....	75
Quadro 10 – Ação 5 da Metodologia STAR no Projeto Amor pela Família.....	76
Quadro 11 – Ação 6 da Metodologia STAR no Projeto Amor pela Família.....	77
Quadro 12 – Ação 7 da Metodologia STAR no Projeto Amor pela Família.....	77
Quadro 13 – Ação 8 da Metodologia STAR no Projeto Amor pela Família.....	78

Quadro 14 – Ação 9 da Metodologia STAR no Projeto Amor pela Família.....	79
Quadro 15 – Ação 10 da Metodologia STAR no Projeto Amor pela Família.....	80
Quadro 16 – Ação 11 da Metodologia STAR no Projeto Amor pela Família.....	80
Quadro 17 – Ação 12 da Metodologia STAR no Projeto Amor pela Família.....	81
Quadro 18 – Ação 13 da Metodologia STAR no Projeto Amor pela Família.....	82
Quadro 19 – Ação 14 da Metodologia STAR no Projeto Amor pela Família.....	83
Quadro 20 – Ação 15 da Metodologia STAR no Projeto Amor pela Família.....	84
Quadro 21 – Pilares da Educação (UNESCO).....	99

LISTA DE ABREVIATURAS E SIGLAS

BNCC	Base Nacional Comum Curricular
CEM	Centro de Ensino Médio
SEL	Social Emotional Learning / Aprendizagem Socioemocional
ASE	Aprendizagem Socioemocional
CASEL	Colloborative for Academic, Social, and Emotional Learnig / Colaborativo para Aprendizagem Acadêmica, Social e Emocional
Pisa	Programme for International Student Assessment / Programa Internacional de Avaliação de Estudantes
STAR	Sistêmico Treinamento de Autoconhecimento Relacional
DF	Distrito Federal
LDB	Lei de Diretrizes e Bases da Educação Nacional
Ocde	Organização para Cooperação e Desenvolvimento Econômico
PPGEMP	Programa de Pós-Graduação em Educação Modalidade Profissional
SEEDF	Secretária de Estado de Educação
SEFAM	Secretaria Extraordinária da Família
IAS	Instituto Ayrton Senna
LIV	Laboratório de Inteligência de Vida e Escola da Inteligência
UnB	Universidade de Brasília
Unesco	Organização das Nações Unidas para a Educação a Ciência e a Cultura
Unicef	Fundo das Nações Unidas para a Infância

SUMÁRIO

1. INTRODUÇÃO	23
1.1 Justificativas	26
1.2 As Metodologias Existentes	26
1.3 Metodologia STAR	32
1.4. Objetivos	39
1.4.1. Objetivo Geral	39
1.4.2 Objetivos Específicos	39
2. REFERENCIAL TEÓRICO	39
2.1 Habilidades socioemocionais	39
2.2 Fases do desenvolvimento socioemocional na adolescência	42
2.3 Importância das habilidades socioemocionais na vida dos adolescentes	49
2.4 A essencialidade do desenvolvimento de habilidades socioemocionais em adolescentes	50
2.5 Estratégias de desenvolvimento de habilidades socioemocionais em adolescentes	53
2.6 Importância da formação dos educadores para o desenvolvimento de HSE em adolescentes	55
2.7 As HSE na OCDE (Organização para a Cooperação e Desenvolvimento Econômico)	56
2.7.1 As HSE no PISA (Programa Internacional de Avaliação de Estudantes)	58
2.8 As estratégias de desenvolvimento das HSE no Instituto Ayrton Senna	60
2.9 Abordagens e estratégias de desenvolvimento de HSE	62
3. METODOLOGIA DE PESQUISA	65
3.1 As Oficinas da metodologia STAR	70
3.1.1 Cronograma de execução do programa Amor pela Família do GDF	73
3.1.2 Detalhamento das oficinas do programa Amor pela Família do GDF	76
4. ANÁLISE DOS DADOS E DISCUSSÃO DOS RESULTADOS	91
4.1 Categoria 1 - Sonhos dos estudantes	91
4.2 Categoria 2 - Metodologia STAR e oficinas temáticas	92
4.3 Categoria 3 - Reflexões: antes e depois da participação no projeto	96
4.4 Categoria 4 - Avaliação docente e benefícios adquiridos com o projeto.....	96
4.5 Análise geral -	99
5. PRODUTO TÉCNICO	102
6. CONCLUSÃO.....	104
REFERÊNCIAS	110
APÊNDICES.....	115
ANEXOS	164

1. INTRODUÇÃO

Na era da informação em que vivemos, os jovens estão expostos a uma quantidade massiva de informações provenientes de diversas fontes, como mídias sociais, notícias on-line e conteúdo digital. No entanto, muitos desses jovens ainda estão em processo de desenvolvimento de suas habilidades socioemocionais, além de todas as mudanças fisiológicas e hormonais da adolescência e com isso podem enfrentar dificuldades em lidar com essa avalanche de informações. Essa falta de maturidade emocional pode resultar em consequências negativas para seu bem-estar mental e emocional (SHAH, 2019).

A falta de habilidades socioemocionais adequadas pode levar a um uso problemático da internet, como o vício em redes sociais, o cyberbullying e a exposição excessiva a conteúdos prejudiciais. Com isso, existe a necessidade de desenvolvimento de habilidades socioemocionais nos jovens como forma de capacitação para lidar de maneira mais saudável e equilibrada com a quantidade de informações a que são expostos diariamente (SHAH, 2019).

Diante desse cenário, é fundamental que as instituições de ensino, os educadores e profissionais de saúde estejam conscientes da importância de promover o desenvolvimento dessas habilidades socioemocionais, oferecendo um ambiente de aprendizagem que estimule o autoconhecimento, a autorregulação, a empatia, as habilidades sociais e a tomada de decisão responsável. Essas habilidades fornecem aos jovens as ferramentas necessárias para filtrar, interpretar e gerenciar as informações que recebem, ajudando-os a tomar decisões mais conscientes e a lidar de forma saudável com os desafios emocionais decorrentes da era digital.

As diretrizes do Novo Ensino Médio do Brasil destacam a importância do desenvolvimento socioemocional dos jovens como parte integrante de uma educação abrangente. O documento reconhece que as habilidades socioemocionais desempenham um papel fundamental no processo de formação integral dos estudantes, preparando-os não apenas para o mundo acadêmico, mas também para a vida em sociedade.

Essas diretrizes são baseadas na Base Nacional Comum Curricular (BNCC), que foi aprovada em 2017 e serve como referência para a elaboração dos currículos escolares no país. A fonte principal das diretrizes é a própria BNCC, que estabelece os conhecimentos, competências e habilidades que todos os estudantes brasileiros

devem desenvolver ao longo da educação básica. No caso específico do ensino médio, a BNCC destaca a importância das habilidades socioemocionais como um componente essencial da formação integral dos estudantes.

As diretrizes enfatizam que o desenvolvimento socioemocional deve ser abordado de maneira transversal e integrado às demais áreas de conhecimento. Além disso, destacam a necessidade de promover competências, como autoconhecimento, autorregulação, empatia, habilidades sociais e tomada de decisão responsável.

A proposta do Novo Ensino Médio busca, portanto, incentivar práticas pedagógicas que promovam o desenvolvimento socioemocional dos estudantes, visando formar cidadãos mais completos e preparados para enfrentar os desafios do século XXI.

É importante ressaltar que as diretrizes do Novo Ensino Médio compõem um documento em constante evolução e está no segundo ano de implementação, dessa forma, sua aplicação pode variar entre as instituições e redes de ensino. Dito isso, é necessário que se esclareça que o texto não especifica, em momento algum, programas específicos para abordar o tema das habilidades socioemocionais. As diretrizes fornecem orientações gerais e princípios para a educação como um todo, incluindo a importância do desenvolvimento socioemocional dos jovens.

No entanto, a implementação dessas diretrizes e a seleção de programas e abordagens são de responsabilidade das escolas e das redes de ensino, não havendo uma política oficial que abranja todo o território nacional no que tange ao tema, além de percebermos a necessidade do desenvolvimento das habilidades socioemocionais já desde o Ensino Fundamental.

Atualmente, as escolas podem utilizar diferentes abordagens e recursos para trabalhar o desenvolvimento socioemocional, como programas estruturados, práticas de educação emocional, atividades extracurriculares, parcerias com organizações da sociedade civil e outras estratégias. A seleção e implementação dessas abordagens varia de acordo com as escolas e suas decisões pedagógicas.

Cabe ressaltar que, devido à natureza dinâmica das políticas educacionais, é sempre importante consultar as fontes oficiais do Ministério da Educação (MEC) e das Secretarias Estaduais de Educação para obter as informações mais atualizadas sobre as diretrizes e políticas educacionais em vigor.

O presente trabalho traz uma exposição sobre a Metodologia STAR (Sistêmico Treinamento de Autoconhecimento Relacional), coordenado e idealizado por esta

pesquisadora que após ter conquistado uma graduação em psicologia, superando diversos problemas emocionais e dificuldades de cunho pessoal e familiar, conforme relato do Memorial elaborado, que a levaram buscar na ciência como desenvolver habilidades socioemocional em busca de qualidade de vida.

A Metodologia STAR faz um trabalho direcionado ao desenvolvimento das habilidades socioemocionais dos adolescentes em escolas públicas e privadas, ou em ambiente presencial e virtual on-line, bem como uma orientação de pais e educadores, com o intuito de que os ensinamentos ultrapassem o ambiente escolar e tornem-se parte da vida cotidiana dos alunos. A metodologia será explorada de forma mais detalhada mais à frente, na seção 1.3.

Conforme citado anteriormente, de acordo com as diretrizes do Novo Ensino Médio, as escolas e profissionais da educação têm liberdade para buscar referências e materiais específicos sobre programas e práticas de habilidades socioemocionais que sejam adequados às suas necessidades e contextos, levando em consideração a formação dos professores, recursos disponíveis e características dos estudantes. A metodologia STAR apresenta-se como uma opção de programa que pode ser utilizado pelas instituições de ensino e outros profissionais da educação e saúde.

1.1 Justificativas

A compreensão da relevância do tema abordado nesta pesquisa transcende a experiência pessoal da pesquisadora, conforme exposto em seu memorial. As vivências traumáticas e os desafios interpessoais e de resolução de conflitos são uma realidade ubíqua na adolescência, independentemente de sua localização geográfica. Portanto, o presente estudo se justifica com base nas seguintes fundamentações:

- a- Relevância e atualidade do tema: As habilidades socioemocionais estão ganhando cada vez mais destaque no contexto educacional e na formação dos jovens. Compreender e desenvolver essas habilidades é essencial para promover o bem-estar, o sucesso acadêmico e a preparação dos adolescentes para os desafios do mundo atual.
- b- Necessidade de abordagem integral da educação: Além do conhecimento acadêmico, é fundamental que os estudantes desenvolvam

competências socioemocionais, contribuindo para sua adaptação social, autoestima e habilidades de vida.

c- Apresentar uma nova metodologia que vem sendo aplicada por esta pesquisadora nomeada como Metodologia STAR para que possa se tornar uma alternativa de auxílio para educadores e profissionais de saúde no desenvolvimento das habilidades socioemocionais em adolescentes.

A adolescência é uma fase de transição e desenvolvimento caracterizada por mudanças físicas, cognitivas, emocionais e sociais significativas. Durante esse período, os jovens estão em um processo de descoberta de sua identidade, exploração de novas experiências e enfrentamento de desafios emocionais e sociais. Eles podem encontrar dificuldades na interpretação de situações, expressão de suas emoções, comunicação interpessoal e resolução de conflitos.

Essas dificuldades podem ser influenciadas por uma variedade de fatores, incluindo mudanças hormonais, desenvolvimento cerebral, pressões sociais e expectativas familiares e culturais, entre outros. Além disso, o aumento do uso de tecnologias e mídias sociais também pode desempenhar um papel na forma como os adolescentes interpretam e lidam com os conflitos.

É importante ressaltar que as dificuldades de interpretação e resolução de conflitos na adolescência são comuns, mas podem variar dependendo do contexto cultural e social de cada país. As abordagens e estratégias para lidar com essas dificuldades também podem diferir, dependendo das políticas educacionais, sistemas de apoio e recursos disponíveis em cada localidade.

É fundamental que pais, educadores e profissionais de saúde estejam cientes dessas dificuldades e proporcionem um ambiente de apoio, comunicação aberta e educação socioemocional adequada para auxiliar os adolescentes na interpretação de situações e no desenvolvimento de habilidades saudáveis para a resolução de conflitos.

1.2 As Metodologias Existentes

Nesta seção, é realizada uma revisão de literatura abrangendo outras abordagens metodológicas que têm sido empregadas para o desenvolvimento de

habilidades socioemocionais. Essa análise visa promover uma reflexão sobre a relevância do aprimoramento e implementação de métodos eficazes no contexto do desenvolvimento dessas habilidades.

Foram levantados alguns métodos e instituições, porém para tal, serão consideradas duas abordagens específicas, já que ambas já estão sendo utilizadas em escolas particulares por mais de quatro anos: o LIV (Laboratório Inteligência de Vida) e a Escola da Inteligência.

O programa LIV (Laboratório Inteligência de Vida) é uma abordagem que visa o desenvolvimento de habilidades socioemocionais em crianças e adolescentes, desde o Ensino Fundamental I ao Ensino Médio. A seguir, são apresentados os pontos positivos e pontos de desenvolvimento associados a esse programa:

Pontos positivos:

1. **Enfoque abrangente:** O LIV aborda uma ampla gama de habilidades socioemocionais, incluindo autoconhecimento, autogestão, empatia, habilidades de relacionamento interpessoal, tomada de decisão e resolução de problemas. Isso permite uma abordagem holística para o desenvolvimento socioemocional dos participantes;
2. **Envolvimento da família:** O programa LIV reconhece a importância do envolvimento da família no desenvolvimento socioemocional dos participantes. Ele oferece recursos e estratégias para envolver os pais ou responsáveis na prática das habilidades socioemocionais em casa, promovendo uma parceria entre a escola e a família;
3. **Metodologia estruturada:** O programa oferece uma estrutura metodológica bem definida, com materiais de apoio e atividades que podem auxiliar os facilitadores no processo de ensino-aprendizagem das habilidades socioemocionais. Isso contribui para a consistência e efetividade do programa;

Pontos de desenvolvimento:

1. **Possível dependência da habilidade do facilitador:** Embora o LIV ofereça uma estrutura metodológica, pode haver uma dependência excessiva do desempenho do facilitador na implementação efetiva do programa. Isso pode limitar a capacidade dos participantes de desenvolverem as habilidades socioemocionais;

2. **Limitações de generalização:** Embora o LIV possa ser eficaz em melhorar as habilidades socioemocionais dos participantes dentro do ambiente controlado da sala de aula, há desafios em garantir que essas habilidades sejam transferidas e generalizadas para diferentes contextos da vida dos participantes, como em casa ou em outras situações sociais;

3. **Avaliação contínua:** É essencial realizar avaliações de impacto rigorosas para verificar a eficácia do programa LIV. Para garantir a qualidade e eficácia do programa, é importante realizar avaliações contínuas do impacto do LIV. Isso inclui monitorar o progresso dos participantes, coletar *feedback* dos facilitadores e dos próprios jovens e realizar ajustes quando necessário. A falta de avaliação contínua pode limitar a capacidade de aprimorar e adaptar o programa às necessidades dos participantes.

No entanto, como observadora e pesquisadora do tema, é importante ressaltar duas considerações que podem ter implicações significativas na implementação dessa abordagem. A primeira observação diz respeito à promoção da autonomia, onde é apresentado na proposta como protagonismo. O LIV busca capacitar os participantes a serem autônomos na gestão de suas emoções, na resolução de conflitos e na tomada de decisões, aspectos fundamentais para o desenvolvimento das habilidades de autorregulação e autonomia pessoal. No entanto, é crucial que o desenvolvimento da autonomia seja acompanhado de uma estrutura sólida para o desenvolvimento de outras habilidades, como empatia, compaixão, capacidade de perdão, resiliência e pensamento crítico. Isso evita que os jovens confundam protagonismo com individualismo ou egoísmo, o que poderia acarretar prejuízos no processo de formação socioemocional.

Outro ponto de alerta que merece ser destacado é o fato de que, com o objetivo de atrair o público jovem, o programa estabeleceu parcerias com instrutores que não são profissionais com qualificações na área educacional ou de saúde mental para ministrar as aulas. Em diversos vídeos e aulas apresentados, na tentativa de engajar na participação, utilizam blogueiros, influenciadores digitais ou atores para debater ou encenar assuntos relevantes. No entanto, muitas vezes, o conteúdo veiculado por essas pessoas em suas redes sociais não condiz com o que é ensinado na metodologia do LIV. Essa incongruência pode levar à perda de credibilidade do método e até mesmo resultar em uma desinformação dos jovens e insatisfação por parte dos pais.

Silva (2021), em seu trabalho “Educação afetiva: análise do programa LIV (laboratório inteligência de vida) na educação infantil”, de 2021, analisa inteiramente o programa, tendo como base de sua pesquisa uma escola particular na cidade de Goiânia, que adota o citado método. Sobre o tema, ela escreve:

Como já apresentado, as aulas do LIV e o material é lido e usado uma vez por semana, não é algo que está no cotidiano das crianças. A luz da teoria de Henri Wallon entende-se, assim, que envolver os conteúdos do cotidiano, sentimentos, e experiências vividas das pessoas naquilo que nutre o currículo escolar é imprescindível, pois a afetividade faz parte da constituição do humano e do processo ensino aprendizagem. Começa no acolhimento, resulta no processo de envolvimento e beneficia a todos os sujeitos envolvidos [...] No LIV as interações que as crianças têm são com as histórias do personagem principal na tentativa de relacionar suas vivências e descobertas com a do personagem. Wallon (1995) discorre que a dimensão afetiva constitui as primeiras respostas emitidas pelo recém-nascido, e não aos três anos aprendendo a nomear suas emoções como apresenta o programa, portanto, a base da estrutura psíquica a partir da qual o desenvolvimento humano ocorrerá, ou seja, as interações afetivas iniciam desde muito pequeno, e assim vão se formando e aprimorando a estrutura da afetividade. Além disso, Wallon (1995) indica que é por meio do contato com o outro que o indivíduo se percebe como pessoa, isto é, como um ser único. Portanto, o desenvolvimento humano depende, especificamente, das relações sociais e de sua inserção e participação na cultura (SILVA, 2021. p. 49-50).

Silva (2021) conclui que os materiais fornecidos aos profissionais do ensino são superficiais e que, caso este realmente se interesse em atingir o objetivo que o programa propõe, terá que fazer muito mais do que o próprio material indica a ser feito.

Essas considerações destacam a importância de abordagens consistentes e alinhadas com profissionais qualificados na implementação de programas de desenvolvimento socioemocional, a fim de evitar equívocos e garantir a eficácia e a confiança na abordagem adotada.

O segundo programa analisado é chamado de “Escola da Inteligência”, idealizado pelo psiquiatra brasileiro Augusto Cury, famoso escritor, publicado em diversos países. Inicialmente, pode-se destacar três pontos positivos e três pontos de desenvolvimento da metodologia Escola da Inteligência. Pontos positivos:

1. **Abordagem abrangente:** O programa cobre uma variedade de habilidades socioemocionais importantes, como autoconhecimento, empatia, autorregulação emocional e habilidades sociais;
2. **Embasamento teórico:** O programa é baseado nas teorias do psiquiatra Augusto Cury, fornecendo uma base sólida para o desenvolvimento das habilidades socioemocionais dos alunos;
3. **Enfoque no autoconhecimento:** A Escola da Inteligência enfatiza o desenvolvimento do autoconhecimento como base para o crescimento pessoal e o bem-estar emocional. Por meio de atividades e ferramentas específicas, os participantes são incentivados a explorar suas emoções, pensamentos e comportamentos, promovendo uma maior compreensão de si mesmos.

Pontos de desenvolvimento do programa Escola da Inteligência do Augusto Cury:

1. **Foco excessivo na teoria do autor:** Alguns críticos apontam que a Escola da Inteligência dá uma ênfase excessiva nas teorias e conceitos desenvolvidos pelo próprio Augusto Cury, o que pode limitar a diversidade de abordagens e perspectivas no programa. Isso pode restringir a compreensão e a aplicação de outras teorias relevantes no campo do desenvolvimento socioemocional;
2. **Adaptabilidade a diferentes contextos:** Embora o programa tenha sido desenvolvido para ser aplicado em diferentes contextos educacionais, pode haver desafios na adaptação do conteúdo e das estratégias para atender às necessidades específicas de diferentes escolas e culturas. É importante considerar a relevância e a adequação do programa em diferentes realidades antes de sua implementação;
3. **Necessidade de suporte contínuo:** Para obter resultados efetivos, é necessário fornecer suporte contínuo aos facilitadores e professores envolvidos na implementação do programa. Isso inclui treinamentos regulares, acompanhamento e recursos atualizados para garantir a qualidade da aplicação das atividades e estratégias propostas. Ao fazer uma breve pesquisa sobre a metodologia, encontra-se um descontentamento por parte da equipe docente, da direção das escolas e dos pais sobre a falta desse suporte contínuo.

Existem também outras críticas ao programa, já que a base da metodologia utilizada é feita com analogias lúdicas a histórias com animais, o que funciona bem para o ensino de crianças nos anos iniciais, porém, não cria mais nenhum tipo de atração em adolescentes do ensino médio. Isso culmina com a não renovação de diversas escolas quando o programa tenta avançar junto à jornada escolar do aluno com o passar dos anos.

Ainda há críticas mais severas ao programa, sob o ponto de vista financeiro. Uma rápida pesquisa na internet nos faz encontrar reclamações de alguns pais sobre o preço do material didático e algumas reclamações sobre a falta de entrega de materiais e problemas com o atendimento. Para esta pesquisadora, métodos como os dois citados avançaram rapidamente com o objetivo de dominarem grandes fatias do mercado, tanto no que diz respeito às escolas públicas, por meio de acordos com os governos das três esferas (municipal, estadual e federal), quanto às escolas privadas. Isso faz com que as metodologias se transformem em produto de massa, fazendo com que se perca, em algum momento do processo, o caráter educacional e pedagógico, que deve ser considerado como o principal, o mais importante a ser mantido.

Ainda sobre a questão financeira, Martins (2018) critica o programa Escola da Inteligência e sua suposta relação com grandes corporações, insinuando que não há, segundo sua crítica, real interesse no desenvolvimento socioemocional dos alunos, e sim um interesse em formar cidadãos que se tornem subservientes ao modelo capitalista de sociedade. Ao escrever sobre a parceria entre o método Escola da Inteligência e a Prefeitura de Florianópolis-SC, ela faz a seguinte reflexão:

Ou seja, a Escola da Inteligência, tratada como uma alteração normal pela Prefeitura de Florianópolis, está relacionada às mais diversas esferas do capital, o qual pretende difundir sua compreensão de mundo e possuem um projeto bem organizado para a educação e para a sociedade. Tanto que suas teorias sociais estão ligadas sempre às análises teóricas sobre a produção das condições materiais da vida social, sendo capazes de realizar um deslocamento argumentativo e colocar os problemas, que são do próprio modo de produção capitalista, na educação, e é nisso que embasam suas alterações nos modelos educacionais (MARTINS, 2018, p. 1).

Ao avaliar esses pontos adicionais, é possível ter uma visão mais abrangente dos aspectos positivos e desafios associados aos programas LIV e Escola da

Inteligência, auxiliando na compreensão de suas potencialidades e limitações a serem desenvolvidas.

O objetivo desta sucinta análise é principalmente para demonstrar que mesmo metodologias que estão sendo aplicadas em grandes redes de ensino ainda sim precisam ser aprimoradas, aprofundadas e avaliadas quanto a efetividade em relação a resultados práticos, por isso a necessidade de mais práticas e metodologias em busca da melhoria da qualidade de vida e saúde mental em especial na adolescência.

1.3 Metodologia STAR

A Metodologia STAR foi desenvolvida por essa pesquisadora no ano de 2016, quando fundou sua empresa com nome fantasia Teen Mentors, com o objetivo de oferecer mentoria e orientação para adolescentes e famílias através do treinamento de habilidades socioemocionais. A Sigla STAR significa “Sistêmico Treinamento de Autoconhecimento Relacional”, o qual:

Sistêmico - O programa adota uma abordagem sistêmica, com o objetivo de promover o desenvolvimento integral do ser humano, abrangendo todos os aspectos de sua vida. Ao longo do programa, são identificados e explorados 12 departamentos distintos, que têm o potencial de impactar o indivíduo, sua família e o mundo ao seu redor;

As ideias sistêmicas começam, em termos modernos, a serem constituídas, em primeiro lugar, pela primazia da importância dos relacionamentos, ao invés das partes isoladas. Isto exige um movimento em sentido contrário ao atomismo ou ao reducionismo. Este movimento ocorre no reconhecimento do contexto de uma parte, resultando no holismo, que significa reconhecer a parte em relação às demais partes e ao todo maior. Esta recomposição do todo a partir dos relacionamentos permite reconhecer as complexas redes formadoras dos todos, a importância das relações circulares como estruturas essenciais da manutenção e existência dos sistemas e da relevância da dinâmica e dos processos de mudança para compreendê-los. Estas ideias, encadeadas histórica e logicamente, concebem o conjunto de ideias norteadoras do Pensamento Sistêmico. (ANDRADE, 2001, p. 6).

Treinamento - O programa é estruturado como um conjunto de oficinas temáticas, com o propósito de promover a aquisição de conhecimento e autoconhecimento em

relação aos temas abordados. O treinamento representa um processo pelo qual um indivíduo é capacitado a desenvolver determinada habilidade ou competência por meio de orientação e mentoria;

Treinamento tem sido entendido como o processo pelo qual a pessoa é preparada para desempenhar de maneira excelente as tarefas específicas do cargo que deverá ocupar. Modernamente o treinamento é considerado um meio de desenvolver competência nas pessoas para que elas se tornem mais produtivas, criativas e inovadoras afim de contribuir melhor para os objetivos. (CHIAVENATO, 2004, p.338).

Autoconhecimento - A autoconsciência é o fundamento que proporciona ao aluno o caminho para um melhor autoconhecimento e desenvolvimento pessoal. Sobre a definição de autoconhecimento, Sisto (2010) resume na compreensão e a percepção que o indivíduo tem de si. Trata-se do conhecimento intrapessoal, compreendendo suas características, qualidades, hábitos, sentimentos e comportamentos;

Relacional - O ser humano é inerentemente relacional e, portanto, está constantemente envolvido em diversas formas de interações, sejam elas de natureza familiar, acadêmica, social ou profissional. Discute-se, assim, que a ausência de consenso sobre a definição do termo relacional pode ter como consequências a incompreensão de seus objetivos e a negligência dos seus pressupostos e benefícios. Porém nosso objetivo central consiste em aprimorar os relacionamentos entre diferentes indivíduos e circunstâncias, reconhecendo a importância dessas interações para o desenvolvimento humano.

A metodologia STAR é fundamentada com conhecimentos científicos da área da psicologia, administração, pedagogia, filosofia, física quântica, empreendedorismo e marketing. Sua aplicação é união de técnicas e dinâmicas sensoriais para despertar interesse e interação com os jovens. Utiliza-se recursos visuais, auditivos e sinestésicos como vídeos, filmes, metáforas, dinâmicas, ferramentas, perguntas socráticas, jogos e desafios ao longo de todo o método.

O treinamento em habilidades socioemocionais por meio da Metodologia STAR (Sistêmico Treinamento de Autoconhecimento Relacional) se desenvolve por meio da aplicação de diversas oficinas temáticas na área do desenvolvimento humano, por

meio de uma abordagem de forma lúdica e pragmática da união de teorias científicas, livros, pesquisas em conjunto com dinâmicas, filmes, documentários, ferramentas e jogos, com o objetivo de desenvolver o pensar e o processo reflexivo, levando a novas descobertas e, conseqüentemente, a novas decisões. Sendo idealizado e desenvolvido por esta pesquisadora e aplicado desde 2016 por meio do Instituto *Teen Mentors* de Educação Emocional e Autoconhecimento EIRELI, com sede em Brasília/DF.

A Metodologia STAR vem alcançando, ao longo dos últimos anos, resultados comprovadamente eficazes em sua prática, conforme inúmeros depoimentos de adolescentes, pais e educadores. Composto por oficinas práticas, temáticas muito dinâmicas e interativas que, apesar da complexidade de alguns temas, sua didática e comunicação jovial oferecem aos adolescentes a compreensão de temas relevantes ao desenvolvimento desta geração.

Diferentemente da psicologia clínica, na qual o processo terapêutico se desenvolve por meio das demandas trazidas pelo paciente. No entanto, vale ressaltar que, no caso de crianças e adolescentes, suas demandas, angústias e ansios geralmente se apresentam em meio a muitas emoções difusas, que muitas vezes ainda não estão desenvolvidas, a ponto de que esses jovens consigam estruturá-las e verbalizá-las no ambiente terapêutico, podendo, dessa forma, gerar uma necessidade de prazo maior para gerar o *rapport*, isto é, uma conexão, vínculo para uma relação harmoniosa, empática e de maior confiança para com o profissional de saúde que faz o atendimento, e só assim o início do processo terapêutico efetivo.

Tal conexão e vínculo é indispensável para que, de fato, haja o início do processo terapêutico. Porém, essa possível demora inicial pode gerar um desânimo, incredulidade e/ou resistência ao processo de tratamento e ainda, por muitas vezes, também faz nascer uma oposição até mesmo a outros tipos de tratamentos e/ou de ajuda que é necessária ao indivíduo.

Já no processo de mentoria com a abordagem da Metodologia STAR, utiliza-se técnicas educacionais e do processo terapêutico, cujo um dos maiores diferenciais com relação a outros métodos (como os citados na introdução deste trabalho) é a efetiva prática que o mentor deve possuir, para que toda a jornada de atendimento seja aplicada da melhor maneira. O mentor é aquele que conduz, desenvolve, orienta e gera verdade e congruência na teoria e na prática.

Outra grande vantagem da metodologia é a força do grupo, já que os jovens são seres ainda mais relacionais. Como a metodologia foi desenvolvida para atendimento em grupo, ter um ambiente de construção de conhecimento, valores, princípios e habilidades é altamente favorável ao processo do desenvolvimento.

A Metodologia STAR poderia ser comparada a um processo de alfabetização socioemocional, assim chamada por sua idealizadora, já que como a alfabetização traz as bases fundamentais para compreensão do indivíduo para seu início de desenvolvimento estudantil e acadêmico, a alfabetização socioemocional entrega uma base na estruturação emocional do indivíduo para lidar com o mundo atual, no qual muitos jovens, apesar de uma boa formação acadêmica, ainda encontram dificuldades em se desenvolver no mundo VUCA e BANI¹.

A Metodologia STAR foi desenvolvida após 20 anos de estudo e aplicação em diversas áreas do desenvolvimento humano, onde esta pesquisadora, Patrícia Estrela, graduada em psicologia, com diagnóstico de altas habilidades, apaixonada pela mente humana, mais de 40 cursos na área do desenvolvimento humano, treinadora, consultora e gestora de diversas empresas, após encontrar uma forma de obter equilíbrio emocional, qualidade de vida e sucesso profissional, desenvolveu a metodologia que já sendo utilizada nos últimos 10 anos por meio, primeiramente, da aplicação na vida de sua filha e hoje na vida de milhares alunos precursores, formados na metodologia STAR, obtendo resultados comprovados tanto pela pesquisadora como por suas mentoras licenciadas do método que se encontram em alguns estados do Brasil e em Moçambique/África.

O método STAR foi criado utilizando princípios judaico-cristãos, valores familiares e uma união de saberes e ciências com a psicologia, filosofia, pedagogia, marketing, administração, programação neurolinguística e neurociência do comportamento pesquisados ao longo dos últimos 20 anos por meio de mais de 50 cursos e treinamentos realizados por essa pesquisadora.

O Instituto Teen Mentors vem ampliando sua capacidade de acolhimento e treinamento de adolescentes e famílias por meio do programa de formação de mentores intitulado Missão Teen, onde a metodologia STAR é licenciada, após um

¹ O termo VUCA nasceu do acrônimo das palavras em inglês Volatility, Uncertainty, Complexity e Ambiguity (em português: volatilidade, incerteza, complexidade e ambiguidade, respectivamente) e pós pandemia surge o mundo BANI, Brittle, Anxious, Non-linear, Incomprehensible (Frágil, Ansioso, Não linear e Incompreensível).

ano de treinamento e supervisão, onde os profissionais interessados passam por um minucioso processo de seleção e qualificação. Atualmente, somos 16 mentores formados,, licenciados e orientados por esta pesquisadora, atuando com a metodologia STAR em diversos estados do Brasil, além de Moçambique, Angola e Portugal.

Esse seria um dos maiores diferenciais da metodologia STAR, o treinamento inicial abrangente oferecido a todos os mentores, com o intuito de capacitá-los a implementar o processo de forma contínua no cotidiano dos alunos. Esse treinamento visa fornecer aos mentores as competências e habilidades necessárias para aplicar efetivamente a metodologia em suas interações diárias com os alunos.

Ao receber orientações detalhadas sobre os princípios e as estratégias da metodologia, os mentores são habilitados a integrar as práticas da Metodologia STAR em suas atividades de ensino e orientação. Isso permite que eles promovam o desenvolvimento socioemocional dos alunos de maneira consistente ao longo do tempo, adaptando as abordagens e estratégias conforme necessário para atender às necessidades dos estudantes. O treinamento abrangente proporciona uma base sólida para que os mentores se tornem facilitadores eficazes da metodologia STAR, contribuindo para o crescimento e o bem-estar dos alunos em diversos contextos, tanto dentro quanto fora da sala de aula.

Isso é realizado por meio de desafios e atividades complementares, não se limitando apenas a momentos pré-determinados durante a semana. Embora as ferramentas sejam aplicadas em sala de aula, em horários apropriados, há uma compreensão clara de que o método tem uma importância maior ao se envolver ativamente na vida cotidiana de professores, alunos, pais e responsáveis.

O treinamento inicial dos educadores e profissionais de saúde na Metodologia STAR preenche uma lacuna presente em outras abordagens, que geralmente fornecem apenas treinamentos limitados ao material didático e pedagógico, sem enfatizar o desenvolvimento das habilidades socioemocionais dos próprios profissionais. É essencial que os profissionais passem pelo processo de aprendizagem para identificar e desenvolver suas próprias habilidades socioemocionais, com o objetivo de fortalecer os laços afetivos e aumentar a empatia em relação aos seus alunos.

Sendo assim, uma das características principais da Metodologia STAR é a preocupação em preparar os mentores, uma vez que os facilitadores, instrutores e/ou

educadores são desenvolvidos para se tornarem mentores, isto significa que precisam passar pelo processo pessoal e por todas as atividades como seus mentorados/alunos para, só assim, estarem aptos a aplicar a metodologia. Professores que possuem um bom domínio das habilidades socioemocionais são mais capazes de criar um ambiente de sala de aula positivo, engajar os alunos, estabelecer relacionamentos saudáveis e lidar efetivamente com desafios comportamentais (BRACKETT, 2015).

Brackett (2015) examinou a relação entre a habilidade de regulação emocional dos professores, o esgotamento profissional (*burnout*) e a satisfação no trabalho. Os resultados mostraram que os professores com maior habilidade de regulação emocional apresentaram menor nível de esgotamento profissional e maior satisfação no trabalho. Isso indica que desenvolver habilidades socioemocionais pode ser uma estratégia eficaz para promover o bem-estar dos professores e melhorar sua experiência no ambiente escolar.

Além desse estudo específico, há uma vasta literatura que destaca a importância do desenvolvimento das habilidades socioemocionais dos professores para a promoção do ambiente escolar saudável e o sucesso dos alunos. Isso inclui a capacidade de os professores cultivarem relações positivas, demonstrarem empatia, gerenciar conflitos e serem modelos de comportamento socioemocionalmente competentes.

A competência socioemocional é um fator crítico a ser alvo de intervenções preventivas universais realizadas nas escolas porque o construto (a) associa-se a resultados sociais, comportamentais e acadêmicos que são importantes para o desenvolvimento saudável; (b) prevê resultados importantes da vida na idade adulta; (c) pode ser melhorado com intervenções viáveis e custo-efetivas; e (d) desempenha um papel crítico no processo de mudança de comportamento (DOMITROVICH *et al.*, 2017, p. 40)

A importância das habilidades socioemocionais em adolescentes é amplamente reconhecida pela comunidade acadêmica e científica. Investir no desenvolvimento dessas habilidades é fundamental para promover o bem-estar e o sucesso dos jovens nessa fase crucial de suas vidas. Além disso, as habilidades socioemocionais têm sido associadas a melhores resultados acadêmicos, maior engajamento escolar, habilidades de resolução de problemas e maior capacidade de lidar com desafios e adversidades.

Nesse contexto, é relevante considerar a implementação de abordagens e metodologias que auxiliem os educadores no desenvolvimento das habilidades socioemocionais dos adolescentes. Uma opção a ser avaliada é a metodologia STAR (Sistêmico Treinamento de Autoconhecimento Relacional), a qual busca fornecer ferramentas e estratégias para promover o autoconhecimento e o desenvolvimento das habilidades socioemocionais dos alunos.

Outro aspecto relevante a ser destacado na metodologia STAR é a sua integração com a família, por meio de oficinas específicas para pais e filhos, bem como de um treinamento exclusivo direcionado aos pais. Essa abordagem reconhece a importância da participação ativa da família no processo de desenvolvimento socioemocional do adolescente.

No entanto, é igualmente importante ressaltar que a metodologia STAR também se desenvolve independentemente da participação da família do adolescente. Isso ocorre devido ao reconhecimento de que nem todas as famílias têm condições de oferecer o suporte necessário ou de acompanhar plenamente o desenvolvimento de seus filhos.

Essa abordagem baseia-se na compreensão de que o ambiente familiar pode variar amplamente em termos de recursos financeiros, conhecimento acadêmico e disponibilidade de tempo e dos pais. Portanto, a metodologia STAR busca oferecer ferramentas e estratégias que permitam ao adolescente se beneficiar do programa, mesmo na ausência de uma participação ativa da família.

Ao reconhecer essa realidade e adaptar-se a diferentes contextos familiares, a metodologia STAR busca fornecer suporte integral ao adolescente, visando desenvolver suas habilidades socioemocionais de forma independente, promovendo, assim, o seu bem-estar e sucesso no processo de crescimento e amadurecimento.

Diante desse cenário, o presente estudo tem como objetivo apresentar a eficácia da metodologia STAR como uma alternativa para auxiliar educadores e profissionais de uma escola pública do Distrito Federal no desenvolvimento das habilidades socioemocionais em adolescentes. A pesquisa buscará investigar os impactos dessa abordagem no ambiente de aprendizagem, considerando tanto o corpo discente quanto o corpo docente. Por meio dessa análise, espera-se fornecer subsídios para aprimorar as práticas educacionais e promover o desenvolvimento integral dos adolescentes, fortalecendo suas habilidades socioemocionais e contribuindo para seu sucesso acadêmico e pessoal.

1.4. Objetivos

1.4.1. Objetivo Geral

Apresentar a metodologia STAR (Sistêmico Treinamento de Autoconhecimento Relacional) como uma opção para auxiliar educadores de uma escola pública do Distrito Federal no desenvolvimento de habilidades socioemocionais em adolescentes.

1.4.2 Objetivos Específicos

1. Analisar os impactos sobre a perspectiva de futuro dos adolescentes após a aplicação da metodologia STAR em adolescentes em uma escola pública do Distrito Federal;
2. Avaliar a qualidade e eficácia do treinamento da metodologia STAR junto ao corpo docente que participaram da aplicação do modelo estudado;
3. Desenvolver um Produto Técnico: Caderno de atividades práticas voltado para o desenvolvimento das habilidades socioemocionais em adolescentes, contendo exercícios, dinâmicas e reflexões que estimulem o autoconhecimento, a empatia, a resolução de problemas e outras competências socioemocionais par auxiliar educadores e profissionais na área da saúde.

2. REFERENCIAL TEÓRICO

2.1 Habilidades socioemocionais

As habilidades socioemocionais representam um conjunto de competências que envolvem o reconhecimento, compreensão e regulação das emoções, além da capacidade de estabelecer relacionamentos saudáveis e lidar efetivamente com as demandas sociais. Elas compreendem uma pluralidade de aspectos, incluindo a consciência emocional, a empatia, a comunicação eficaz, a resolução de conflitos, a automotivação e a tomada de decisões responsáveis.

Podemos definir cada um dos aspectos citados da seguinte maneira (ELIAS; TOBIAS, 1997; ZINS *et al.*, 2004):

- Consciência emocional é o termo referente à capacidade de reconhecer, compreender e expressar emoções, tanto as próprias quanto as de outras pessoas. Logo, ter uma consciência emocional desenvolvida é ter consciência dos próprios sentimentos e a habilidade de interpretar as emoções e sentimentos que o indivíduo nota em outros indivíduos, alcançando, por meio dessa habilidade socioemocional, uma melhor compreensão de mundo e construindo laços e conexões emocionais junto a quem se convive;
- A empatia é a capacidade de se colocar no lugar do outro, compreendendo e compartilhando seus sentimentos. É a habilidade socioemocional de reconhecer e gerar respostas adequadas às emoções as quais o indivíduo é exposto pelos outros. A empatia gera relacionamentos saudáveis e apoio social;
- Comunicação eficaz é, como o próprio termo sinaliza, a capacidade de se comunicar de forma eficaz. Ou seja, ter habilidade de expressão verbal de forma clara, transmitindo sentimentos e pensamentos, porém, de maneira gentil e respeitosa. Comunicação também engloba a escuta ativa, que é essencial para solucionar conflitos;
- A resolução de conflitos refere-se à capacidade de gerenciar divergências, desentendimentos e desacordos com pacificidade e com foco na resolução, que deve ser mutuamente benéfica. Resolução de conflitos compreende competências como cooperação e negociação, a fim de minimizar e/ou evitar possíveis escaladas conflituosas nas relações;
- Automotivação é definir metas e se manter firme perante aos desafios que surgem na busca por seu cumprimento. A motivação é intrínseca em cada indivíduo e envolve o cultivo da resiliência, do otimismo e do foco no autodesenvolvimento, fatores que são os responsáveis pelo alcance de melhores performances no que se pretende executar;
- A tomada de decisões responsáveis envolve uma boa capacidade de optar por caminhos éticos, analisar informações e ter ciência de que cada ação/ato implica em consequências. O pensamento crítico e a avaliação dos riscos inserem-se nessa habilidade socioemocional, que é fundamental para que o indivíduo balize suas escolhas, enxergando os benefícios que elas trarão para si e para os

outros, demonstrando senso de responsabilidade não apenas pessoal, mas também enquanto membro de uma comunidade e sociedade.

De acordo com as contribuições de autores como Sigmund Freud (1905) e Jacques Lacan (1949), estudados pela academia desde os seus primeiros escritos, as habilidades socioemocionais são moldadas por uma combinação complexa de fatores intrapessoais e interpessoais. Freud, por exemplo, destacou a importância do desenvolvimento emocional na infância e estudou como experiências precoces podem afetar o equilíbrio emocional ao longo da vida (FREUD, 1905). Lacan (1949), por sua vez, enfatizou a construção da identidade por meio das relações com o outro.

Portanto, o entendimento das habilidades socioemocionais em adolescentes requer uma perspectiva multidimensional (BRACKETT, 2019), que considera tanto os aspectos teóricos, como os propostos por Freud e Lacan, quanto às evidências empíricas provenientes de estudos sobre desenvolvimento socioemocional e competências psicossociais em adolescentes.

Ainda sobre Brackett (2019), ele enfatiza a perspectiva multidimensional no entendimento das habilidades socioemocionais em adolescentes, argumentando que compreender plenamente as habilidades socioemocionais requer uma abordagem holística, considerando diversos aspectos interconectados, como as emoções, os pensamentos, os comportamentos e os contextos sociais. Ele propõe um modelo chamado RULER, que se baseia em cinco habilidades-chave: reconhecer, entender, rotular, expressar e regular as emoções. Brackett (2019) enfatiza que abordar as habilidades socioemocionais de forma multidimensional é fundamental para promover o bem-estar emocional e o sucesso dos adolescentes.

As cinco habilidades-chave descritas por ele em seu modelo são (BRACKETT, 2019):

- Reconhecer as emoções: Refere-se à capacidade de identificar e nomear as emoções que estão sendo experimentadas. Envolve a habilidade de reconhecer sinais físicos, expressões faciais e padrões comportamentais que indicam diferentes emoções;
- Entender as emoções: Envolve a compreensão das causas e consequências das emoções, bem como o reconhecimento de como as emoções podem influenciar o pensamento, o comportamento e as interações sociais. Isso inclui

o entendimento de que as emoções são reações normais e naturais a diferentes situações;

- Rotular as emoções: Trata-se de usar uma linguagem precisa e adequada para descrever as emoções. Isso implica desenvolver um vocabulário emocional rico e variado, permitindo que as pessoas expressem com precisão o que estão sentindo;
- Expressar as emoções: Refere-se à capacidade de expressar as emoções de forma apropriada e construtiva, levando em consideração o contexto social e as normas culturais. Isso envolve a comunicação eficaz das emoções por meio de palavras, expressões faciais, linguagem corporal e outros meios de expressão;
- Regular as emoções: É a habilidade de gerenciar as emoções de maneira saudável e adaptativa. Isso inclui estratégias para lidar com emoções intensas, regular os próprios estados emocionais e responder às emoções de forma equilibrada e positiva.

Essas habilidades são consideradas fundamentais para o desenvolvimento socioemocional e são projetadas para ajudar os indivíduos a cultivar uma maior inteligência emocional e bem-estar emocional (BRACKETT, 2019).

2.2 Fases do desenvolvimento socioemocional na adolescência

A adolescência é reconhecida pela ciência como um período complexo há muito tempo. Stanley Hall, desde 1904, definiu esse período da vida como de intensas mudanças físicas, cognitivas, sociais e emocionais, marcado por uma busca pela identidade e independência. O pioneiro autor ainda se referiu à adolescência como uma fase de “tempestade e estresse”, marcada por mudanças rápidas e intensas. (HALL, 1904)

É importante pontuar que existem perspectivas que trazem abordagens diferentes da apresentada por Hall (1904), como a de Lerner e Finkelstein (2001), que discutem a importância de adotar uma perspectiva positiva e de valorizar as capacidades e recursos dos adolescentes, em vez de se concentrar apenas nos desafios e dificuldades que podem surgir durante essa fase. Em sua obra, "Adolescence in America – An Encyclopedia", Lerner e Finkelstein (2001) pontuam

que não se trata de uma crítica às ideias de Hall (ano???), porém estimulam a necessidade de se olhar a fase da adolescência por uma visão mais positiva e menos negativa.

De volta a Hall (1904), sua obra enfatiza que a adolescência é um período marcado por mudanças rápidas e intensas, tanto físicas quanto psicológicas, que podem ser desafiadoras para os jovens. Esse autor argumenta que, durante a adolescência, os indivíduos passam por transformações físicas notáveis, como o estirão de crescimento, o desenvolvimento sexual secundário e a maturação cerebral. Essas mudanças físicas são acompanhadas por uma série de alterações hormonais que podem influenciar o humor, as emoções e o comportamento dos jovens.

Ele destaca que a adolescência é um período em que ocorrem importantes mudanças psicológicas e sociais. Os jovens passam por um processo de reavaliação e reestruturação de sua identidade pessoal, buscando uma compreensão mais clara de quem são e de como se encaixam no mundo. Eles enfrentam questões relacionadas à autoidentificação, valores, crenças e objetivos de vida, o que pode gerar conflitos internos e uma busca por autonomia e independência. (HALL, 1904)

Hall (1904) justifica sua visão de que a adolescência é uma fase de “tempestade e estresse” com base em suas observações e pesquisas. Ele conduziu extensos estudos empíricos e entrevistas com adolescentes, buscando compreender suas experiências e os desafios enfrentados nessa fase da vida. Suas investigações o levaram a concluir que a adolescência é um período de transição tumultuado, caracterizado por mudanças físicas, emocionais, cognitivas e sociais que podem resultar em instabilidade, confusão e tensão.

Em seu artigo científico intitulado "The adolescent brain", Casey, Getz e Galván (2008) exploram as mudanças que ocorrem no cérebro durante a adolescência. Eles identificaram algumas mudanças estruturais e funcionais relevantes que ocorrem nessa fase da vida, destacando:

Mudanças estruturais: Durante a adolescência, o cérebro passa por uma série de mudanças estruturais significativas. Uma das principais mudanças é a remodelação do córtex pré-frontal, que está envolvido no controle executivo, tomada de decisões e regulação emocional. Essa região do cérebro passa por um processo de refinamento e amadurecimento durante a adolescência [...]. Desenvolvimento da matéria cinzenta e branca: A matéria cinzenta, que inclui os corpos celulares dos neurônios, diminui em algumas regiões do cérebro durante a adolescência, enquanto a matéria branca, que compreende as fibras de conexão entre os neurônios, aumenta. Essas mudanças

podem estar relacionadas ao desenvolvimento de redes neurais mais eficientes [...] Plasticidade sináptica: A adolescência é um período de intensa plasticidade sináptica, ou seja, as conexões entre os neurônios estão sendo refinadas e fortalecidas. Essa plasticidade permite que o cérebro se adapte a novas experiências, aprendizado e ambiente. [...] Desenvolvimento do sistema de recompensa: Durante a adolescência, o sistema de recompensa do cérebro, que é responsável pela busca de sensações prazerosas, está em pleno desenvolvimento. Isso pode levar a uma maior busca por recompensas e comportamentos de risco durante essa fase da vida [...]. Regulação emocional: A capacidade de regular emoções e impulsos também está em desenvolvimento durante a adolescência. O córtex pré-frontal, que desempenha um papel importante nesse processo, ainda está em maturação, o que pode resultar em dificuldades na regulação emocional em alguns adolescentes. (CASEY; GETZ; GALVÁN, 2008 p. 62-77).

Portanto, compreende-se que o cérebro adolescente está passando por mudanças substanciais em termos de estrutura, função e conectividade. Essas transformações podem ter implicações para o comportamento, o processamento emocional e a tomada de decisões durante a adolescência.

Piaget (1972) descreve a adolescência como um período em que ocorrem mudanças significativas na forma como os indivíduos pensam e raciocinam sobre o mundo ao seu redor. Ele destaca que, durante a adolescência, ocorre um avanço cognitivo importante chamado de "desenvolvimento do pensamento abstrato". Ele argumentou que os adolescentes adquirem a capacidade de pensar de forma mais complexa e abstrata, indo além do pensamento concreto e limitado, que caracteriza as fases anteriores do desenvolvimento.

O desenvolvimento do pensamento abstrato permite aos adolescentes lidar com conceitos e ideias abstratas, como justiça, liberdade, amor e moralidade, que não podem ser facilmente representados ou compreendidos em termos concretos. Essa capacidade permite que os adolescentes ponderem sobre questões filosóficas, éticas e morais, questionem suposições estabelecidas e considerem múltiplas perspectivas e possibilidades (PIAGET, 1972).

Além disso, Piaget (1972) também enfatiza a importância da "capacidade de raciocínio hipotético-dedutivo" durante a adolescência. Ele observa que os adolescentes se tornam capazes de pensar logicamente sobre hipóteses e deduções, formulando suposições e testando-as mentalmente sem a necessidade de experimentação direta.

Essa capacidade de raciocínio hipotético-dedutivo permite que os adolescentes desenvolvam habilidades de pensamento científico, resolvam problemas complexos e

façam inferências lógicas com base em premissas e condições hipotéticas. Eles são capazes de antecipar as consequências de diferentes ações, considerar possibilidades futuras e refletir sobre diferentes cenários.

O autor ainda enfatiza que essas mudanças cognitivas na adolescência são o resultado de uma reorganização interna dos esquemas mentais à medida que os jovens lidam com desafios intelectuais e experiências do mundo real. Ele acreditava que o desenvolvimento cognitivo ocorre em estágios sequenciais, em que cada estágio constrói a base para o próximo.

Nessa seara, Erikson (1968) desenvolveu uma teoria do desenvolvimento psicossocial que destaca a importância da adolescência como um período de busca de identidade e autonomia. Segundo o autor, a adolescência é uma fase crítica em que os indivíduos enfrentam o desafio psicossocial de desenvolver uma identidade coesa e definida. O autor descreve que, durante a adolescência, os jovens estão em um estágio de transição entre a infância e a idade adulta. Nesse estágio, eles começam a explorar e questionar quem são, o que desejam e qual é o seu lugar no mundo. A busca pela identidade envolve a exploração de diferentes papéis, valores, crenças e aspirações.

Os adolescentes enfrentam uma crise de identidade, na qual precisam encontrar uma resposta satisfatória para a pergunta "Quem sou eu?". Essa crise é marcada por um período de confusão e ambiguidade à medida que os adolescentes experimentam diferentes identidades e se confrontam com a necessidade de tomar decisões importantes sobre o futuro.

A busca pela identidade também está ligada à necessidade de autonomia e independência dos pais e figuras de autoridade. Durante a adolescência, os jovens buscam estabelecer uma identidade separada e distinta dos pais, desenvolvendo uma sensação de individualidade e agência pessoal.

Para enfrentar com sucesso o desafio da identidade, os adolescentes precisam passar por um processo de autodescoberta, autodireção e integração. Isso envolve explorar diferentes opções, interesses e valores, experimentar papéis e experiências, e eventualmente adotar uma identidade que seja coerente e autêntica. A teoria de Erikson (1968) baseia-se na ideia de que o desenvolvimento da identidade é influenciado por fatores sociais, culturais e históricos, bem como pelas interações entre o indivíduo e seu ambiente. Ele argumentou que a identidade não é um estado

fixo, mas um processo contínuo ao longo da vida adulta, à medida que os indivíduos enfrentam novos desafios e transições.

Marcia (1966) oferece uma perspectiva importante sobre o desenvolvimento da identidade, destacando a natureza dinâmica desse processo ao longo do tempo. De acordo com essa teoria, existem quatro categorias de status de identidade do ego, que refletem diferentes níveis de exploração e compromisso: Identidade Difusa, Moratória, Identidade Foreclosure e Identidade Conquistada.

Por meio do quadro abaixo, podemos visualizar as características de cada uma dessas categorias:

Quadro 1 – Características das Categorias.

Categorias	Descrição
Identidade Difusa	Indivíduos que não têm um senso claro de quem são e não estão ativamente envolvidos na exploração de diferentes opções e valores. Podem estar confusos e indecisos em relação à sua identidade.
Moratória	Indivíduos engajados em uma exploração ativa de diferentes opções e valores, mas ainda não chegaram a um compromisso firme. Estão abertos a diferentes possibilidades e estão buscando ativamente sua identidade.
Identidade Foreclosure	Indivíduos que adotaram um conjunto de crenças, valores e objetivos sem uma exploração significativa. Podem ter aceitado essas ideias de figuras de autoridade, como os pais, sem questioná-las ou explorar alternativas.
Identidade Conquistada	Indivíduos que passaram por um processo ativo de exploração e reflexão sobre diferentes opções e valores e chegaram a um compromisso pessoal fundamentado em suas próprias escolhas e experiências.

Fonte: Elaborado pela autora, a partir de Marcia (1966).

Essas categorias representam estágios distintos pelos quais os indivíduos podem passar ao longo de sua jornada de formação da identidade. É importante ressaltar que essas categorias não são mutuamente exclusivas, e os indivíduos

podem transitar entre elas à medida que avançam em sua exploração e reflexão sobre quem são e o que desejam para si mesmos.

A identidade conquistada é considerada o objetivo ideal e saudável do desenvolvimento da identidade de acordo com Marcia (1966). Indivíduos que alcançam esse *status* tendem a ter uma maior autoestima, um senso de direção e propósito em suas vidas e são capazes de tomar decisões mais autônomas e responsáveis.

A teoria de Marcia (1966) fornece um arcabouço conceitual valioso para compreender as diferentes trajetórias que os adolescentes podem percorrer ao buscar e construir sua identidade. Essa compreensão é essencial para orientar intervenções e apoio adequados durante esse período de desenvolvimento.

Segundo Erikson (1987), a adolescência é caracterizada pela crise de identidade *versus* confusão de identidade. Durante a fase da adolescência inicial (entre 10 e 13 anos), os jovens estão explorando diferentes papéis e experimentando mudanças físicas e hormonais. Nesse estágio, eles podem sentir-se confusos e inseguros sobre quem são e quem desejam se tornar. É uma fase crucial para a formação da identidade, na qual os adolescentes buscam um senso de si mesmos e buscam estabelecer sua identidade pessoal, lidando com questionamentos sobre valores, interesses e objetivos futuros.

Na adolescência média (entre 14 e 17 anos), os jovens tendem a consolidar sua identidade, desenvolvendo uma compreensão mais clara de quem são e do que valorizam. Eles se tornam mais envolvidos em relacionamentos íntimos e exploram diferentes papéis sociais. Nessa fase, o desenvolvimento de habilidades socioemocionais, como a empatia e a capacidade de estabelecer relacionamentos saudáveis, é fundamental para o desenvolvimento de uma identidade estável e a construção de relacionamentos significativos com os outros.

Finalmente, na adolescência tardia (entre 18 e 21 anos), os jovens estão cada vez mais preparados para assumir responsabilidades adultas. Eles buscam autonomia e independência, ao mesmo tempo em que enfrentam a pressão de tomar decisões importantes relacionadas à educação, carreira e relacionamentos. Nessa fase, o desenvolvimento das habilidades socioemocionais, como a tomada de decisões responsáveis e a resolução de conflitos, torna-se essencial para que os adolescentes enfrentem os desafios e transições da vida adulta (ERIKSON, 1987).

Piaget (1972) propôs que os adolescentes entram no estágio das operações formais, caracterizado pelo pensamento abstrato, raciocínio hipotético-dedutivo e uma maior capacidade de compreender pontos de vista alternativos. Essas habilidades cognitivas avançadas influenciam o desenvolvimento socioemocional, permitindo que os adolescentes considerem perspectivas mais complexas e desenvolvam um senso mais sofisticado de empatia e compreensão social.

Em suma, as fases do desenvolvimento socioemocional na adolescência envolvem a exploração da identidade, o estabelecimento de relacionamentos saudáveis e a preparação para a vida adulta. Compreender essas fases é fundamental para promover o desenvolvimento saudável dos adolescentes e fornecer suporte adequado durante esse período de transição (ERIKSON, 1987).

Erikson (1987) concentrou-se na área da psicossocialidade, examinando o desenvolvimento da identidade ao longo da vida. Em sua teoria dos estágios psicossociais, ele descreveu uma série de crises de desenvolvimento que os indivíduos enfrentam em diferentes fases da vida, incluindo a adolescência. O autor propôs que a formação da identidade é uma tarefa central na adolescência, envolvendo uma exploração ativa e a resolução bem-sucedida da crise de identidade *versus* confusão de identidade.

Por outro lado, Piaget (1972) concentrou-se no desenvolvimento cognitivo, descrevendo os estágios do pensamento e raciocínio que ocorrem ao longo da infância e da adolescência. O estudioso propôs que os adolescentes entram no estágio das operações formais, no qual eles desenvolvem habilidades cognitivas avançadas, como o pensamento abstrato e o raciocínio hipotético-dedutivo. Essas habilidades cognitivas influenciam a forma como os adolescentes compreendem e interagem com o mundo social e emocional ao seu redor.

É importante reconhecer que o campo do desenvolvimento humano é complexo e multidimensional (BRONFENBRENNER, 1989), e diferentes teóricos fornecem perspectivas complementares que ajudam a compreender a riqueza desse processo. Portanto, ao estudar o desenvolvimento socioemocional na adolescência, considerar as contribuições de Erikson (1987), Piaget (1972) e outros teóricos oferece uma visão mais abrangente e completa do assunto.

Em sua teoria ecológica do desenvolvimento humano, Bronfenbrenner (1989) enfatiza a importância de considerar os diversos contextos e sistemas nos quais as pessoas estão inseridas ao longo de suas vidas. Ele propõe que o desenvolvimento

humano é influenciado por interações complexas entre fatores individuais, ambientais e sociais. Ainda de acordo com o autor, o desenvolvimento humano ocorre em diferentes níveis de ambiente, desde o microsistema (contextos imediatos, como a família e a escola) até o macrosistema (valores culturais, crenças e instituições sociais). Ele argumenta que esses diferentes níveis de influência interagem dinamicamente e afetam o desenvolvimento de maneiras complexas.

Portanto, ao considerar a complexidade e a multidimensionalidade do desenvolvimento humano, a teoria ecológica de Bronfenbrenner (1989) é uma importante referência. Ele destaca a necessidade de examinar não apenas os fatores individuais e cognitivos, mas também as influências contextuais e ambientais que moldam o desenvolvimento socioemocional na adolescência e ao longo da vida.

2.3 Importância das habilidades socioemocionais na vida dos adolescentes

Greenberg *et al.* (2003) ressaltam que as habilidades socioemocionais permitem aos adolescentes compreender e gerenciar suas próprias emoções, bem como reconhecer e responder de maneira adequada às emoções dos outros. Essas habilidades promovem o desenvolvimento de um senso de autoconsciência, empatia, autorregulação emocional e habilidades sociais, que são cruciais para estabelecer e manter relacionamentos saudáveis.

Além disso, as habilidades socioemocionais estão intrinsecamente ligadas à saúde mental e ao bem-estar dos adolescentes. Elas ajudam os jovens a lidar com o estresse, a enfrentar desafios e a desenvolver resiliência. A capacidade de expressar emoções de forma saudável e construtiva, bem como lidar com as pressões sociais e acadêmicas, é essencial para o desenvolvimento emocional e psicológico dos adolescentes. Essas habilidades também têm um impacto significativo na tomada de decisões dos adolescentes. Por meio do desenvolvimento da inteligência emocional, os jovens adquirem habilidades de pensamento crítico e reflexivo, o que lhes permite avaliar situações, considerar diferentes perspectivas e tomar decisões informadas e responsáveis (DURLAK *et al.*, 2011)

No contexto dos relacionamentos interpessoais, as habilidades socioemocionais desempenham um papel fundamental no desenvolvimento de competências, como a comunicação eficaz, a negociação, a resolução de conflitos e a cooperação. Essas habilidades são fundamentais para estabelecer relacionamentos

saudáveis e construtivos com pares, familiares e outras pessoas importantes na vida dos adolescentes (DURLAK *et al.*, 2011).

Segundo os autores, as habilidades socioemocionais, como a inteligência emocional e as habilidades sociais, são essenciais para o desenvolvimento de relacionamentos interpessoais positivos e significativos. Essas habilidades permitem aos adolescentes expressar seus sentimentos de maneira apropriada, entender as emoções dos outros e responder de maneira empática. Além disso, elas capacitam os jovens a comunicar suas necessidades e desejos de forma assertiva e a resolver conflitos de maneira construtiva (BRACKETT *et al.*, 2019).

2.4 A essencialidade do desenvolvimento de habilidades socioemocionais em adolescentes

As habilidades socioemocionais são fundamentais para o sucesso pessoal e profissional dos indivíduos, desempenhando um papel crucial em suas vidas. Além disso, para se formar um indivíduo sadio emocionalmente, é essencial que haja um desenvolvimento satisfatório da autoconsciência emocional, que é a capacidade de reconhecer e compreender as próprias emoções e como elas afetam o comportamento. Sendo assim, os adolescentes que desenvolvem essa habilidade são mais capazes de lidar com os desafios emocionais da vida, controlar impulsos e tomar decisões conscientes (GOLEMAN, 1995).

Goleman (1995) também ressalta a importância da autorregulação emocional, que envolve a capacidade de gerenciar e regular as próprias emoções. Ele argumenta que os adolescentes que desenvolvem essa habilidade são mais propensos a lidar de forma saudável com o estresse, controlar a raiva e a ansiedade e se adaptar a diferentes situações.

Em sua obra, Goleman (1995) também descreve a importância das habilidades sociais, que envolvem a capacidade de estabelecer e manter relacionamentos saudáveis com os outros. Ele enfatiza a importância da empatia e da habilidade de se comunicar de forma eficaz. Os adolescentes que desenvolvem essas habilidades são mais propensos a construir relacionamentos positivos e duradouros.

O desenvolvimento de habilidades socioemocionais é fundamental na vida dos adolescentes, capacitando-os a lidar com as complexidades emocionais da adolescência e a estabelecer relacionamentos saudáveis. Essas habilidades são

essenciais para o bem-estar emocional, o sucesso acadêmico e profissional e a construção de uma sociedade mais empática e colaborativa.

Desenvolver a inteligência emocional é essencial para o bem-estar humano e para o sucesso em todas as áreas da vida. Ao compreender e gerenciar nossas emoções, somos capazes de cultivar relacionamentos saudáveis, tomar decisões sábias e enfrentar os desafios de forma resiliente. A inteligência emocional envolve habilidades como a autopercepção, a autorregulação, a empatia e as habilidades sociais. Ao aprender a reconhecer nossas emoções, podemos entender melhor nossos próprios pensamentos e comportamentos, permitindo-nos responder de maneira mais consciente e construtiva. Além disso, a capacidade de lidar efetivamente com as emoções é fundamental para navegar por conflitos, resolver problemas e manter relacionamentos interpessoais saudáveis. Portanto, investir no desenvolvimento da inteligência emocional é um investimento valioso para alcançar uma vida plena e significativa (GOLEMAN, 1995, p. 49).

O desenvolvimento de habilidades socioemocionais é importante para os adolescentes enfrentarem os desafios da vida, lidarem com a pressão acadêmica e social e desenvolverem relacionamentos saudáveis. Ela argumenta que as habilidades socioemocionais promovem a autorregulação emocional, permitindo que os adolescentes gerenciem suas emoções e se adaptem a situações adversas.

O conceito de mentalidade de crescimento ressalta a crença de que as habilidades e capacidades não são fixas, mas sim mutáveis e desenvolvíveis ao longo do tempo. Nessa perspectiva, os adolescentes são incentivados a abraçar desafios, persistir diante de obstáculos e ver o esforço como uma parte essencial do processo de aprendizagem e crescimento. A mentalidade de crescimento promove a ideia de que as falhas e erros são oportunidades de aprendizado e que o desenvolvimento pessoal está enraizado no engajamento ativo e na dedicação contínua. Ao adotar uma mentalidade de crescimento, os adolescentes se tornam mais propensos a buscar o autodesenvolvimento, a assumir riscos saudáveis e a abraçar a aprendizagem ao longo da vida. Essa mentalidade nutre a resiliência, a autodeterminação e a busca pela excelência, promovendo o florescimento pessoal e o sucesso acadêmico e profissional (DWECK, 2006, p. 40)

Cameron (2012) vai um pouco mais além ao afirmar que o impacto positivo do indivíduo possuir habilidades socioemocionais desenvolvidas também se estendem ao coletivo, incluindo habilidades como a gratidão, a compaixão e a resiliência, para o florescimento humano e o alcance de uma vida plena. Ele argumenta que o desenvolvimento dessas habilidades promove um senso de propósito e significado na

vida dos adolescentes, além de fortalecer sua capacidade de lidar com os desafios e adversidades.

Ao desenvolver habilidades socioemocionais, os adolescentes são mais propensos a experimentar níveis mais elevados de bem-estar emocional, relacionamentos positivos e melhor desempenho acadêmico. Essas habilidades também são transferíveis para a vida adulta, contribuindo para o sucesso pessoal e profissional.

O cultivo de virtudes positivas, como a gratidão, a esperança e a resiliência, desempenha um papel fundamental no desenvolvimento socioemocional dos adolescentes e contribui para o florescimento humano. Essas virtudes não apenas fortalecem as habilidades socioemocionais, mas também promovem uma perspectiva otimista, uma maior resiliência diante das adversidades e um senso de propósito e significado na vida. Ao incentivar os adolescentes a cultivarem essas virtudes e a utilizá-las em suas interações cotidianas, podemos criar um ambiente favorável ao crescimento pessoal e ao bem-estar emocional. A incorporação dessas virtudes no currículo educacional e nas práticas pedagógicas pode ajudar os adolescentes a desenvolverem uma base sólida para enfrentar os desafios da vida e construir relacionamentos saudáveis e significativos (CAMERON, 2012, p. 36).

O ambiente escolar é fundamental na promoção do desenvolvimento socioemocional dos adolescentes. As escolas contribuem de forma extremamente positiva ao criarem um ambiente de apoio e segurança emocional, ao promover a aprendizagem socioemocional de forma intencional e ao oferecer oportunidades para a prática e o aprimoramento dessas habilidades (SPRENGER, 2020).

Sprenger (2020) também enfatiza que o desenvolvimento socioemocional não se limita apenas à sala de aula, mas deve ser uma parceria entre a escola, a família e a comunidade. Ele destaca a importância da colaboração entre esses diferentes atores na promoção do desenvolvimento socioemocional dos adolescentes, proporcionando um ambiente consistente e de apoio em todos os aspectos de suas vidas.

A educação socioemocional desempenha um papel vital no desenvolvimento dos jovens, preparando-os para enfrentar os desafios da vida de maneira saudável e produtiva. Ao fornecer um currículo e um ambiente que cultivam habilidades como a consciência emocional, a empatia, a resolução de conflitos e a tomada de decisões responsáveis, estamos capacitando os adolescentes a se tornarem indivíduos mais equilibrados,

resilientes e capazes de contribuir positivamente para a sociedade. (Sprenger, 2020, p.21)

2.5 Estratégias de desenvolvimento de habilidades socioemocionais em adolescentes

Uma estratégia promissora é a implementação de programas de educação socioemocional nas escolas. Esses programas oferecem atividades estruturadas e oportunidades de aprendizagem que visam desenvolver as habilidades socioemocionais dos adolescentes. Um exemplo de programa amplamente utilizado é o Programa de Aprendizagem Emocional e Social (CASEL), que combina a educação acadêmica com a aprendizagem de competências socioemocionais. Esses programas têm mostrado resultados positivos, promovendo a melhoria do ambiente escolar, a redução de problemas de comportamento e o aumento do desempenho acadêmico dos estudantes (DURLAK *et al.*, 2011).

Além disso, abordagens baseadas em intervenções individuais e grupais também têm se mostrado eficazes. A terapia cognitivo-comportamental, por exemplo, pode ser utilizada para auxiliar os adolescentes no desenvolvimento de habilidades socioemocionais, promovendo a identificação e a mudança de padrões de pensamento e comportamento disfuncionais (STALLARD, 2006). Grupos de apoio e aconselhamento também oferecem um espaço seguro para os adolescentes compartilharem experiências, desenvolverem empatia e aprenderem habilidades de comunicação e resolução de conflitos (SANTROCK, 2011).

Outra estratégia importante é a parceria entre escola e família. O envolvimento dos pais no desenvolvimento socioemocional dos adolescentes é fundamental. Por meio de programas de orientação aos pais e envolvimento em atividades escolares, os pais podem fornecer apoio emocional, orientação e estabelecer limites saudáveis, promovendo o desenvolvimento socioemocional dos adolescentes (DURLAK *et al.*, 2011; SANTROCK, 2011).

A comunicação e o envolvimento dos pais são aspectos essenciais nessa parceria. Pesquisas têm mostrado que pais envolvidos no ambiente escolar estão mais sintonizados com as necessidades emocionais e sociais de seus filhos adolescentes, promovendo um ambiente de apoio e suporte (DESFORGES; ABOUCHAAR, 2003). Essa comunicação entre escola e família pode envolver

reuniões regulares, boletins informativos, comunicação por meio de plataformas online, como e-mails ou aplicativos, e a participação dos pais em eventos escolares.

Programas de orientação aos pais também podem ser eficazes na promoção do desenvolvimento socioemocional dos adolescentes. Esses programas fornecem orientações práticas aos pais, ajudando-os a compreender as mudanças e desafios que os adolescentes enfrentam, além de oferecer estratégias para apoiar o desenvolvimento socioemocional de seus filhos. Ao desenvolver habilidades parentais, como a escuta ativa, a empatia e a promoção da comunicação aberta, os pais podem participar mais ativamente no desenvolvimento socioemocional dos adolescentes (WEISSBERG; CASCARINO, 2013).

É importante ressaltar que essa parceria colaborativa deve ser baseada em uma abordagem de respeito mútuo, entendimento e confiança entre a escola e a família. Ambos os contextos possuem conhecimentos e perspectivas únicas sobre os adolescentes, e a colaboração efetiva reconhece a importância dessas contribuições complementares.

Além disso, a parceria entre a escola e a família pode se estender além do contexto escolar. Programas que envolvem atividades conjuntas entre pais e adolescentes, como workshops, palestras ou projetos comunitários, podem fortalecer os laços familiares e promover o desenvolvimento socioemocional dos adolescentes. Ao estabelecer uma parceria sólida entre a escola e a família, é possível criar um ambiente de apoio coeso, que reforça consistentemente as habilidades socioemocionais dos adolescentes em diferentes contextos. Essa colaboração amplia as oportunidades de aprendizagem, fortalece os relacionamentos interpessoais e facilita o desenvolvimento de uma base sólida de competências socioemocionais. (SCALES; BENSON; MANNES, 2006).

2.6 Importância da formação dos educadores para o desenvolvimento de habilidades socioemocionais em adolescentes

Os educadores devem estar constantemente em processo de formação e atualização, desenvolvendo uma postura de aprendizes e buscando aprimorar suas habilidades e conhecimentos pedagógicos. Ele destaca a importância de os educadores se engajarem em um processo de autoeducação contínua, ampliando

seus horizontes e se mantendo atualizados em relação às questões educacionais e sociais (FREIRE, 1996).

Posto isto, o treinamento dos educadores não deve se limitar apenas à aquisição de técnicas pedagógicas, mas também deve envolver uma reflexão crítica sobre a própria prática educativa e a compreensão dos princípios éticos e políticos que norteiam a educação libertadora. Desse modo, o treinamento dos educadores não deve ser um processo passivo de transmissão de conhecimentos, mas, sim, um diálogo ativo e participativo, no qual os educadores são desafiados a questionar suas próprias concepções e práticas, a refletir sobre suas experiências e a buscar novas abordagens e perspectivas (FREIRE, 1996).

Não há docência sem discência, as duas se explicam e seus sujeitos, apesar das diferenças que os conotam, não se reduzem à condição de objeto, um do outro. Quem ensina aprende ao ensinar e quem aprende ensina ao aprender. Quem ensina, ensina alguma coisa a alguém. Por isso é fundamental que o professor, superando a ideia de que seja o único que ensina, assuma-se como ser que educa na medida em que se autoeduca, que se forma e se transforma permanentemente. [...] O professor que ensina, aprende e o aluno que aprende, ensina, não só porque ensinar é dar testemunho, mas também porque, ao ensinar, o professor, como sujeito do processo educativo, é impelido a buscar a significação do que ensina, a indagar sobre o sentido do que sua prática está gerando. E, buscando essa significação, encontra a necessidade de sistematizar sua prática, o que exige dele um permanente estudo. [...] Sua prática docente, além de estar alicerçada numa boa formação teórico-metodológica, implica uma relação dialógica com os educandos (FREIRE, 1996, p. 34-35).

A formação dos educadores é ponto obrigatório no desenvolvimento de habilidades socioemocionais em adolescentes. Os educadores têm a responsabilidade de criar um ambiente de aprendizagem que promova o desenvolvimento integral dos estudantes, incluindo suas competências socioemocionais.

A primeira etapa para capacitar os educadores é fornecer uma compreensão sólida das habilidades socioemocionais e de sua importância no desenvolvimento dos adolescentes. Isso inclui conhecimento sobre os diferentes aspectos das habilidades socioemocionais, como a inteligência emocional, a autorregulação, a empatia e a resolução de conflitos. Os educadores precisam entender como essas habilidades se relacionam com o bem-estar emocional, o sucesso acadêmico e as relações interpessoais dos adolescentes (JONES; BOUFFARD, 2012).

Além disso, os educadores devem ser treinados em estratégias e práticas pedagógicas que promovam ativamente o desenvolvimento das habilidades socioemocionais em sala de aula. Isso pode incluir a incorporação de atividades práticas, como jogos de simulação, discussões em grupo, projetos colaborativos e reflexões individuais, que estimulem os adolescentes a explorar e desenvolver suas habilidades socioemocionais (GREENBERG *et al.*, 2017).

A formação dos educadores também deve incluir a conscientização e a prática de estratégias de gerenciamento de sala de aula que promovam um ambiente seguro, inclusivo e respeitoso. Os educadores devem ser capazes de criar um clima positivo, estabelecer normas e expectativas claras, gerenciar conflitos e promover a participação ativa dos estudantes (MCCORMICK; CAPPELLA; O'CONNOR, 2015).

Os educadores devem ter oportunidades de compartilhar práticas eficazes, trocar ideias e receber suporte mútuo entre si. Isso pode ser feito por meio de treinamentos, grupos de estudos, observação de aulas e discussões em equipe. (JONES; BOUFFARD, 2012).

2.7 As habilidades socioemocionais na OCDE (Organização para a Cooperação e Desenvolvimento Econômico)

A OCDE (Organização para a Cooperação e Desenvolvimento Econômico) é uma organização internacional composta por 38 países-membros, que tem como objetivo promover políticas que visam aprimorar o bem-estar econômico e social das pessoas ao redor do mundo.

A organização foi fundada em 1961, a partir da junção da Organização para Cooperação Econômica Europeia (OCEE) e da Organização de Cooperação Econômica (OCE), com o intuito de estabelecer uma plataforma de diálogo e cooperação entre os países membros.

A OCDE surgiu em um contexto de crescente interdependência econômica e necessidade de cooperação entre os países para enfrentar os desafios globais. Seu objetivo principal é promover políticas baseadas em evidências e compartilhar boas práticas para impulsionar o desenvolvimento econômico sustentável, a melhoria do padrão de vida das pessoas e o fortalecimento da cooperação internacional.

A organização atua em diversas áreas, incluindo economia, comércio, educação, ciência, tecnologia, meio ambiente, governança, saúde e desenvolvimento social. Por meio de pesquisas, análises e recomendações políticas, a OCDE busca

fornecer orientações e apoio aos seus membros na implementação de reformas e políticas que promovam o progresso social e econômico.

Em relação à educação, a OCDE realiza pesquisas e desenvolve relatórios, como o PISA (Programa Internacional de Avaliação de Estudantes), para analisar o desempenho dos sistemas educacionais e fornecer informações e orientações para aprimorar a qualidade e a equidade da educação em nível global.

A OCDE lançou o relatório sobre habilidades socioemocionais como parte de seu compromisso em promover políticas educacionais abrangentes e informadas por evidências. A organização reconhece que as habilidades socioemocionais são cada vez mais importantes para o sucesso dos indivíduos em um mundo em constante mudança.

Um dos principais relatórios da OCDE sobre o tema é intitulado "Habilidades sociais e emocionais para o sucesso e bem-estar do aluno: estrutura conceitual para o estudo da OCDE sobre habilidades sociais e emocionais" ("Social and emotional skills for student success and wellbeing: conceptual framework for the OECD study on social and emotional skills"), publicado em 2018. Nesse relatório, a OCDE explora a importância das habilidades socioemocionais para o sucesso dos alunos em diversos aspectos da vida.

O relatório destaca os benefícios que as habilidades socioemocionais desempenham no desenvolvimento dos jovens, não apenas no contexto educacional, mas também em suas perspectivas de empregabilidade e bem-estar geral. Ele enfatiza a necessidade de promover a educação socioemocional nas escolas, reconhecendo que as habilidades como resiliência, empatia, colaboração e tomada de decisões éticas são tão importantes quanto as habilidades cognitivas tradicionais.

Além disso, o relatório apresenta evidências de pesquisas que demonstram a relação entre habilidades socioemocionais e resultados positivos na escola, no trabalho e na vida pessoal dos indivíduos. Ele também destaca a importância de estratégias de ensino e de um ambiente escolar favorável para o desenvolvimento dessas habilidades.

O relatório da OCDE sobre habilidades socioemocionais é uma leitura relevante para educadores, formuladores de políticas e pesquisadores interessados no tema, fornecendo uma base sólida de conhecimento e evidências para embasar a importância dessas habilidades na educação e no desenvolvimento dos jovens.

A OCDE está comprometida em fornecer uma visão abrangente da educação e em identificar políticas e práticas eficazes para melhorar os resultados educacionais em seus países membros. Nesse sentido, o estudo das habilidades socioemocionais e seu impacto na educação faz parte do escopo de trabalho da organização. Ao realizar pesquisas e fornecer orientações sobre essas habilidades, a OCDE busca contribuir para o aprimoramento dos sistemas educacionais e para o desenvolvimento de competências essenciais nos alunos, preparando-os para os desafios do mundo contemporâneo.

2.7.1 As habilidades emocionais no PISA (Programa Internacional de Avaliação de Estudantes)

O Programa Internacional de Avaliação de Estudantes (PISA, da sigla em inglês) é uma iniciativa da Organização para Cooperação e Desenvolvimento Econômico (OCDE) que tem como objetivo avaliar o desempenho dos alunos de 15 anos em diferentes países, nas áreas de Leitura, Matemática e Ciências. O PISA foi criado em 1997 e é realizado a cada três anos desde então.

A importância do PISA para a formação de alunos reside no fato de que ele fornece uma visão abrangente do desempenho dos estudantes em nível internacional, permitindo comparações entre países e identificação de tendências educacionais. Os resultados do PISA ajudam os governos, educadores e pesquisadores a entenderem melhor os sistemas educacionais, identificar pontos fortes e fracos e informar políticas e práticas educacionais.

O PISA vai além da avaliação do conhecimento acadêmico, buscando também compreender as habilidades dos alunos em aplicar seus conhecimentos na resolução de problemas do mundo real e em contextos diversos. Além disso, o programa inclui a avaliação de competências socioemocionais, como motivação, autoestima e colaboração, reconhecendo a importância dessas habilidades para o sucesso educacional e para a vida dos estudantes.

Os resultados do PISA têm influenciado políticas educacionais em todo o mundo, servindo de referência para a tomada de decisões relacionadas à melhoria dos sistemas educacionais. Por meio das análises e comparações entre países, o PISA oferece *insights* valiosos sobre as práticas mais eficazes e os fatores que contribuem para o sucesso educacional, contribuindo para a implementação de políticas educacionais baseadas em evidências.

O Programa Internacional de Avaliação de Estudantes (PISA) tem se envolvido cada vez mais com a avaliação das habilidades socioemocionais dos estudantes. Embora o PISA seja conhecido principalmente por avaliar o desempenho acadêmico em disciplinas como matemática, leitura e ciências, nos últimos anos, houve um reconhecimento crescente da importância das habilidades socioemocionais para o sucesso dos alunos.

O PISA começou a incluir uma dimensão socioemocional em suas avaliações por meio do módulo opcional chamado "Questionário do Aluno". Esse questionário visa coletar informações sobre as atitudes dos alunos em relação à escola, ao ambiente de aprendizado e às suas próprias habilidades socioemocionais. As perguntas são projetadas para medir competências como a autoestima, a motivação, a resiliência, a autorregulação e a satisfação com a vida.

Ao incluir o módulo socioemocional, o PISA reconhece que as habilidades socioemocionais são fundamentais no desenvolvimento global dos alunos, influenciando não apenas seu desempenho acadêmico, mas também sua saúde mental, bem-estar, relações interpessoais e sucesso futuro na vida adulta.

A inclusão das habilidades socioemocionais no PISA reflete a crescente compreensão de que a educação não deve se limitar apenas ao desenvolvimento cognitivo dos alunos, mas também abordar o aspecto socioemocional. Essas competências são vistas como essenciais para capacitar os alunos a enfrentarem os desafios do mundo moderno, como a resolução de problemas complexos, a colaboração, a comunicação eficaz e a adaptação a mudanças.

Por meio da avaliação das habilidades socioemocionais, o PISA busca fornecer informações valiosas aos governos, educadores e pesquisadores sobre as políticas e práticas educacionais que promovem o desenvolvimento integral dos alunos. Essa abordagem mais abrangente da avaliação educacional reconhece a importância não apenas do conhecimento acadêmico, mas também das competências socioemocionais para o sucesso dos estudantes em diferentes áreas da vida.

2.8 As estratégias de desenvolvimento das habilidades socioemocionais no Instituto Ayrton Senna

O Instituto Ayrton Senna (IAS) é uma organização sem fins lucrativos liderada por Viviane Senna, irmã do falecido piloto de Fórmula 1, o tricampeão mundial, Ayrton

Senna. O Instituto foi fundado após o trágico acidente que culminou com a sua morte, em 1994, e tem como missão ampliar oportunidades de desenvolvimento humano por meio da educação.

A instituição desenvolve programas e projetos educacionais em parceria com escolas, governos e comunidades, com vistas à promoção da qualidade da educação pública no Brasil. Seu trabalho está voltado para a formação de educadores, o desenvolvimento de metodologias pedagógicas inovadoras e a criação de soluções educacionais que consideram as habilidades socioemocionais como parte fundamental do processo de aprendizagem.

O IAS possui uma forte relação com as habilidades socioemocionais em crianças e adolescentes e desenvolve várias iniciativas e programas nessa área uma vez que também tem como objetivo promover a educação integral e o desenvolvimento de competências socioemocionais para melhorar a qualidade da educação no Brasil.

Uma das iniciativas recentes do instituto foi a palestra “A Ciência por trás das Competências Socioemocionais dos Professores”, em parceria com a faculdade SEBRAE, instituição comandada pelo Serviço Brasileiro de Apoio às Micro e Pequenas Empresas (SEBRAE), que tratou sobre o tema “o panorama sobre as bases e tendências científicas ligadas às competências socioemocionais de educadores e sua relação com a educação empreendedora”.

Outro programa que teve as habilidades socioambientais como tema central foi o “Volta ao Novo – Programa de Desenvolvimento de Competências Socioemocionais”, que, de acordo com o seu texto de apresentação, teve a seguinte pretensão:

A iniciativa pretende oferecer apoio às secretarias municipais de educação em relação às competências socioemocionais. O projeto visa ressaltar a importância de habilidades como tolerância à frustração, empatia, entusiasmo, foco, imaginação criativa, e muitas outras para o acolhimento da comunidade escolar como um todo e também no planejamento para o retorno às aulas presenciais, independentemente de quando ele aconteça em cada localidade. A iniciativa, que já mobilizou 26 secretarias estaduais de educação entre junho e setembro deste ano por meio de parceria com o Consed (Conselho nacional de secretários estaduais de Educação), agora tem potencial de atingir também as redes de ensino dos 5.568 municípios brasileiros, e considera especialmente os possíveis efeitos do isolamento social para o bem-estar de educadores (IAS, 2022, online).

No endereço eletrônico do IAS, existe uma página (aba) denominada “O que defendemos”, onde o instituto externa suas principais bandeiras, que são:

- Educação Integral;
- Competências Socioemocionais dos estudantes;
- Competências socioemocionais para professores;
- Criatividade e pensamento crítico;
- Motivação.

Ainda navegando pelo endereço eletrônico, vê-se como as habilidades socioemocionais são essenciais para nortear o trabalho do IAS, uma vez que existem diversas publicações em forma de artigos e notícias que dão conta de iniciativas por diversos estados da federação que contam com a participação do IAS, que têm como pano de fundo principal o tema das habilidades socioemocionais.

Um exemplo é o artigo “Competências socioemocionais e violência escolar e *bullying*: contribuições da ciência”, que discorre sobre como o desenvolvimento das habilidades socioemocionais fazem parte da estratégia de combate ao *bullying*.

De acordo com a definição adotada pelo *National Academies of Sciences, Engineering, and Medicine* (2016), o *bullying* envolve a exposição repetida de uma pessoa a ações negativas por parte de outra pessoa ou grupo, com um desequilíbrio de poder entre eles. Essas ações podem ser físicas, verbais ou relacionadas ao uso de tecnologia e têm o objetivo de causar sofrimento, humilhação ou isolamento à vítima.

Dentre as tantas iniciativas e programas que o IAS oferece aos educadores, com o intuito de auxiliá-los no desenvolvimento de suas próprias habilidades socioemocionais e de municiá-los com informações para que estes consigam ter participação efetiva no desenvolvimento das mesmas habilidades em seus alunos, destacam-se:

E-book “Competências socioemocionais”, que traz perspectivas teóricas e estudos sobre a importância do desenvolvimento socioemocional de estudantes.

Curso Competências Socioemocionais na Escola, que indica caminhos teóricos e práticos para o desenvolvimento intencional do socioemocional em sala de aula.

Jornada Socioemocional de Professores”, uma jornada completa focada no socioemocional de professores, que conta com um instrumento autoavaliativo, cursos e a possibilidade de traçar seu próprio plano de desenvolvimento pessoal (IAS, 2023, online).

Essas iniciativas e outras ações do Instituto Ayrton Senna refletem o compromisso da organização em promover o desenvolvimento das habilidades socioemocionais em crianças e adolescentes, reconhecendo a importância dessas habilidades para o sucesso acadêmico, pessoal e profissional dos jovens.

2.9 Abordagens e estratégias de desenvolvimento de habilidades socioemocionais

Existem diversas abordagens e estratégias que têm sido utilizadas para promover o desenvolvimento de habilidades socioemocionais em adolescentes. Essas abordagens são fundamentadas em evidências empíricas e experiências relatadas por diferentes autores. As habilidades trabalhadas também podem variar de acordo com os autores pesquisados, como, por exemplo, as citadas no item 1 do presente texto, que diferem das que serão demonstradas abaixo.

Uma das abordagens amplamente reconhecidas é proposta pela *Collaborative for Academic, Social, and Emotional Learning* (CASEL). CASEL é uma organização formada por diversos pesquisadores, sem fins lucrativos, cujo principal objeto de estudo são as habilidades socioemocionais, bem como as suas influências ao longo da vida dos indivíduos. A organização foi fundada em 1994 na cidade de Chicago, nos Estados Unidos da América. (CASEL, 2017)

A CASEL ajudou a aumentar a aprendizagem social e emocional (SEL) de uma teoria promissora para uma parte essencial da educação. Como líder apartidário e sem fins lucrativos na SEL, estamos posicionados de maneira única para avaliar a programação, selecionar pesquisas, informar a legislação e fazer parceria na implementação. Quer estejamos compartilhando o que aprendemos por meio de um jornal acadêmico ou apoiando distritos escolares parceiros, todos os nossos esforços são unificados por um compromisso com o SEL baseado em evidências para apoiar o aprendizado e o desenvolvimento de todos os alunos (CASEL, 2023, p.38).

A CASEL (2017) identificou cinco conjuntos de habilidades socioemocionais essenciais para o desenvolvimento dos adolescentes: autoconsciência, autorregulação, habilidades sociais, consciência social e tomada de decisão responsável. A associação defende um modelo de abordagem que enfatize a importância de promover o ensino explícito dessas habilidades por meio de currículos estruturados, atividades práticas e oportunidades de aplicação no contexto escolar.

As supracitadas habilidades emocionais possuem, cientificamente, as seguintes definições:

- Autoconsciência: é a capacidade de reconhecer e ter consciência de si mesmo como um indivíduo separado, distinto dos outros e consciente de seus próprios estados mentais e emocionais. Ela envolve a habilidade de refletir sobre si mesmo, ter uma imagem interna do *self* e entender suas próprias características, emoções e pensamentos (GALLAGHER, 2000). A autoconsciência também pode ser compreendida como a capacidade de monitorar e regular a própria cognição, emoções e comportamentos. Ela envolve a percepção e o reconhecimento de estados internos, a compreensão das próprias forças e fraquezas e a capacidade de se autoavaliar e ajustar de acordo com os objetivos e valores pessoais (VOHS; BAUMEISTER, 2016);
- A autorregulação em adolescentes refere-se à capacidade de controlar e regular o próprio comportamento, emoções e pensamentos de acordo com metas, padrões ou valores internos. Envolve processos cognitivos, emocionais e comportamentais que permitem aos adolescentes planejar, monitorar e ajustar seu próprio comportamento de forma adaptativa (ZIMMERMAN; SCHUNK, 2011). Autorregulação pessoal em adolescentes também pode ser entendida como a capacidade de autogerenciar e controlar seu próprio comportamento e processos cognitivos, emocionais e motivacionais. Isso inclui a capacidade de estabelecer metas, monitorar o progresso em direção a essas metas, lidar com distrações e obstáculos, regular as emoções e adaptar estratégias de aprendizagem e resolução de problemas conforme necessário. (DUCKWORTH; STEINBERG, 2015);
- As habilidades sociais são um conjunto de competências que envolvem a capacidade de interagir e se comunicar efetivamente com outras pessoas, demonstrar empatia, resolver conflitos de forma construtiva e estabelecer relacionamentos saudáveis. Essas habilidades são fundamentais para a adaptação social e o bem-estar psicológico dos indivíduos (MATSON; ROTATORI, 2019). Habilidades sociais também podem ser definidas como o conjunto de comportamentos e competências que permitem aos indivíduos interagir de forma adequada e eficaz com os outros, incluindo habilidades de comunicação verbal e não verbal, escuta ativa, assertividade, resolução de problemas interpessoais e negociação. (SPENCE, 2003);

- A consciência social é a capacidade de compreender e responder às necessidades dos outros, desenvolvendo empatia, reconhecendo as emoções e perspectivas dos demais, e demonstrando comportamentos prossociais. Ela envolve a sensibilidade para os aspectos sociais e emocionais do ambiente, promovendo relações saudáveis e contribuindo para a construção de uma sociedade mais justa e inclusiva (EISENBERG *et al.*, 2015). Consciência social também pode ser definida como a capacidade de entender e reconhecer os aspectos sociais do ambiente, incluindo normas, papéis sociais e dinâmicas interpessoais. Ela envolve uma compreensão das expectativas sociais, respeito pela diversidade e a habilidade de agir de acordo com as demandas sociais de forma construtiva. (JONES; BOUFFARD, 2012);
- A tomada de decisão na adolescência é o processo pelo qual os jovens avaliam diferentes opções, consideram os possíveis resultados e escolhem a melhor alternativa com base em suas metas, valores e informações disponíveis. Envolve a capacidade de pesar os prós e contras, antecipar as consequências e tomar decisões responsáveis e adaptativas (STEINBERG, 2007). A tomada de decisão na adolescência também pode ser definida como o processo cognitivo, emocional e social pelo qual os jovens escolhem entre diferentes alternativas, considerando seus próprios desejos, normas sociais, expectativas futuras e informações disponíveis. Ela envolve a capacidade de avaliar riscos e benefícios, gerenciar emoções e considerar as consequências a curto e longo prazo das escolhas (REYNA; FARLEY, 2006).

De acordo com as informações disponíveis no endereço eletrônico da associação CASEL, estas são a missão e a visão do coletivo de pesquisadores, respectivamente:

A missão da CASEL é ajudar a tornar a aprendizagem social e emocional baseada em evidências (SEL) parte integrante da educação desde a pré-escola até o ensino médio [...]. Nós visualizamos todas as crianças e adultos como autoconscientes, atenciosos, responsáveis, engajados e aprendizes ao longo da vida que trabalham juntos para alcançar seus objetivos e criar um mundo mais inclusivo, justo e equitativo (CASEL, 2023, p. 02)

Outra perspectiva relevante é abordada por Dusenbury et al. (2015) em seu estudo sobre intervenções embasadas em provas para aprimorar o crescimento socioemocional dos jovens. Eles ressaltam a importância de programas preventivos e

intervenções específicas que tenham como objetivo a melhoria do ambiente escolar, o fortalecimento dos laços entre os alunos e a criação de oportunidades de aprendizado socioemocional. Essas intervenções podem englobar a aplicação de métodos para solução de conflitos, a promoção de ambientes que ofereçam apoio emocional, o desenvolvimento de competências de comunicação e a estabelecimento de espaços seguros para a expressão de emoções.

Ao abordar as práticas mais efetivas, é essencial considerar as evidências empíricas e as experiências relatadas pelos autores citados. Pesquisas têm revelado que intervenções que combinam estratégias de ensino direto, modelagem de comportamentos, oportunidades de prática e suporte contínuo são mais bem-sucedidas na promoção do crescimento socioemocional dos jovens (CASEL, 2017; Dusenbury et al., 2015).

3. METODOLOGIA DE PESQUISA

Trata-se de uma pesquisa que utiliza a metodologia qualitativa, definida por Creswell (2010) como uma forma para compreender o significado que os indivíduos conferem ao analisarem determinadas situações, seu foco principal está na interpretação da situação analisada.

Nesta pesquisa, optou-se por realizar um estudo de caso, que, segundo Yin (2015), é um método apropriado para investigar fenômenos e situações contemporâneas, além de possibilitar a observação direta e a descrição dos eventos no momento em que estão acontecendo. Nesse sentido, o estudo de caso permite ao pesquisador observar comportamentos, interações e representações dos participantes da pesquisa.

A pesquisa foi realizada a partir do levantamento bibliográfico e análise dos documentos oficiais do programa Amor pela Família, realizado através de um programa de política pública com supervisão técnica e elaboração por esta pesquisadora através do instituto *Teen Mentors* em parceria com o Instituto Liderar, a Secretaria da Família, Secretaria de Educação do Governo do Distrito Federal na Escola CEM 12 em Ceilândia, Distrito Federal, no qual foi aplicado a metodologia STAR.

Como instrumento para a coleta de dados, foi utilizado o questionário, definido por Gil (2011) como uma técnica de coleta de dados e informações, que permite conhecer opiniões, sentimentos, crenças, expectativas, vivências etc. e tem como objetivo coletar informações que facilitem a compreensão de uma determinada realidade. O questionário foi composto por questões abertas e/ou questões fechadas.

INFORMAÇÕES DA PESQUISA	
Metodologia Utilizada	Metodologia STAR
Objetivo	Treinamento e desenvolvimento de Habilidades socioemocionais de adolescentes
Local de aplicação da pesquisa	Escola CEM 12, Ceilândia/DF
Participantes	300 alunos do 1º e 2º ano do ensino médio e 9 educadores sendo 7 professores e 2 orientadores educacionais.
Idade dos alunos	15 a 18 anos
Executor do Programa	Instituto Teen Mentors de Educação Emocional e Autoconhecimento em Parceria com o Instituto LIDERAR
Supervisão Técnica e aplicação	Realizada pela pesquisadora Sob supervisão da Secretaria Extraordinária da Família e Secretaria de Educação do GDF
Política Pública sob supervisão e monitoramento de quais órgãos	Secretaria Extraordinária da Família e Secretaria de Educação do GDF
Programa de Política Pública	Nomeado como "Amor pela Família"
Período de execução da pesquisa	07/12/2021 à 26/05/2022.

Fonte: A autora (2021).

Este quadro resume as informações fornecidas sobre o estudo que utilizou a metodologia STAR na escola CEM 12 em Ceilândia/DF. Ele destaca os participantes, os executores do programa, a supervisão técnica e o contexto do programa como política pública nomeado "Amor pela Família".

Os estudantes responderam a um questionário, chamado de "TCC – Trabalho de Conclusão de Curso, com 6 questões, sendo 2 de múltipla escolha e 4 abertas. Ao todo, foram 300 alunos da 1º e 2º ano do Ensino Médio, de 15 a 18 anos, e 9 educadores, sendo 7 professores e 2 orientadores educacionais, que responderam um questionário final específico chamado de "pesquisa de avaliação", com 9 questões.

No total de 309 participantes, houve uma média de 12% de faltas e/ou abstenções ao longo da execução das oficinas. A quantidade de alunos que responderam a avaliação TCC proposta ao final do treinamento foi de 281.

Os questionários foram aplicados aos estudantes e educadores ao final das oficinas, com o auxílio da equipe de docentes da própria escola e por esta pesquisadora, que também foi a responsável pela análise dos dados coletados.

Após a aplicação dos questionários, foram selecionados 30 questionários de estudantes e 9 de professores para serem categorizados, buscando identificar temas, padrões e significados presentes nas respostas dos participantes.

Para analisar as questões abertas, foi utilizada a análise de conteúdo, envolvendo a categorização e interpretação dos dados qualitativos coletados. Para Bardin (2021), a análise de conteúdo é um conjunto de técnicas que possibilitam ao pesquisador realizar inferências, deduções e interpretações das mensagens contidas nas respostas dos participantes da pesquisa.

Os dados e informações encontrados serão analisados seguindo Bardin (2021), considerando três fases de organização dos dados a serem analisados:

- (i) pré-análise – é a fase da organização, da sistematização das ideias iniciais e da escolha dos documentos para o plano de análise;
- (ii) exploração do material – consiste em operações de codificação, decodificação, decomposição e/ou enumeração a partir de regras preestabelecidas;
- (iii) tratamento dos resultados obtidos – nessa fase, os dados são interpretados, e os resultados da pesquisa ganham significado.

Conforme já mencionado, trata-se de uma pesquisa qualitativa, que visa avaliar a aceitação do Metodologia STAR entre alunos e professores, e não traçar qualquer tipo de perfil psicológico de algum participante. Sendo assim, decidiu-se fazer o estudo sobre as respostas discursivas das questões 4, 5 e 6 e das questões 2 e 4 do questionário dos educadores, que traduzem com mais fidelidade a experiência vivida, sob a ótica dos próprios alunos e dos educadores.

Nesse estudo, os participantes da pesquisa serão identificados da seguinte forma: E1, E2, E3, E4 e assim sucessivamente até o E30, para os estudantes participantes da pesquisa. Os educadores participantes serão identificados assim: P1, P2, P3 até o P9. Essa identificação fictícia é necessária para manter o anonimato dos estudantes e educadores que participaram da pesquisa.

O programa em questão, a ser analisado, é a Metodologia STAR, aplicada por esta pesquisadora, onde o período selecionado para aplicação do programa foi entre 07/12/2021 e 26/05/2022, na escola CEM 12, em Ceilândia, no Distrito Federal, conforme comprovação por meio de documento anexo de emissão do governo do DF e Diário Oficial (Ver anexos).

A Metodologia STAR foi escolhida como referência para executar suas oficinas de treinamento em habilidades socioemocionais na escola do GDF – Governo do Distrito Federal – por meio da Secretaria Extraordinária da Família, pelo projeto de política pública Amor pela Família, em parceria com o Instituto Liderar e a Escola de Educação Emocional *Teen Mentors*.

De acordo com a Resolução n.º 7, de 11 de dezembro de 2017, emitida pelo Ministério da Educação por meio da CAPES (Coordenação de Aperfeiçoamento de Pessoal de Nível Superior), o mestrado profissional tem os seguintes objetivos:

Art. 4º São objetivos do mestrado profissional:

I – capacitar profissionais qualificados para o exercício da prática profissional avançada e transformadora de procedimentos, visando atender demandas sociais, organizacionais ou profissionais e do mercado de trabalho;

II – transferir conhecimento para a sociedade, atendendo demandas específicas e de arranjos produtivos com vistas ao desenvolvimento nacional, regional ou local;

III – promover a articulação integrada da formação profissional com entidades demandantes de naturezas diversas, visando melhorar a eficácia e a eficiência das organizações públicas e privadas por meio da solução de problemas e geração e aplicação de processos de inovação apropriados;

IV – contribuir para agregar competitividade e aumentar a produtividade em empresas, organizações públicas e privadas. (CAPES, 2017, online)

E por que a regulamentação dessa categoria de mestrado é uma preocupação do Governo Federal? Porque, como podemos notar na lista de objetivos, esse tipo de programa cumpre um papel importante na sociedade, uma vez que transfere conhecimento a ela.

Segunda a Portaria n.º 80, de 1998, também da CAPES, uma das motivações para o reconhecimento da categoria foi:

A necessidade da formação de profissionais pós-graduados aptos a elaborar novas técnicas e processos, com desempenho diferenciado de egressos dos cursos de mestrado que visem preferencialmente um aprofundamento de conhecimentos ou técnicas de pesquisa científica, tecnológica ou artística (CAPES, 1998, p. online).

Com isso, decidiu-se também promover a elaboração de um produto técnico por meio da presente pesquisa, para estar em harmonia com o objetivo do curso, segundo os referidos trechos acima citados, da portaria de n.º 80 e da resolução de n.º 7.

A pesquisadora lançou o livro chamado “Tem jeito e vale a pena” em 2020. E durante o curso do presente mestrado, foi criado o produto técnico do livro, que seria um caderno de atividades chamado “Livro de Atividades Tem jeito e Vale a pena” para facilitar a aplicação e condução de algumas ferramentas e dinâmicas da Metodologia STAR por parte dos docentes e futuramente para outros educadores e profissionais da área da saúde, para que possam ter um acesso direto e mais prático às ferramentas que o projeto propõe para serem utilizadas em sala de aula ou ambiente terapêutico.

3.1 As Oficinas da Metodologia STAR

A Metodologia STAR é, atualmente, organizada em oficinas temáticas, que abrangem um conteúdo exclusivo apresentado de forma dinâmica e acessível, incluindo discussões sobre livros best-sellers relevantes. Durante a aplicação da Metodologia STAR, os mentores têm como principal objetivo desenvolver quatro competências, oito inteligências e cinco habilidades socioemocionais, conforme detalhado nos quadros a seguir:

Quadro 2 – Competências e objetivos – Metodologia STAR (1).

Competência	Objetivo
Autoconhecimento	Promover a exploração e compreensão do próprio indivíduo, aumentando a autoconsciência, a automotivação e o amor-próprio. Trabalhar a autoestima, a aceitação, o respeito, a gratidão e o perdão.
Desenvolvimento Pessoal	Estimular e potencializar as capacidades individuais, por meio da compreensão da autorresponsabilidade, para que o indivíduo se torne o gestor de sua própria vida. Reconhecer habilidades pessoais e compreender os princípios da educação financeira.
Inteligência Emocional	Compreender o funcionamento das emoções e gerenciá-las adequadamente diante de situações de frustração, imprevistos, medo, insegurança, irritabilidade, ansiedade, depressão, pânico, angústia e euforia. Desenvolver habilidades para lidar de forma saudável com as próprias emoções.
Orientação Profissional	Compreender a importância do empreendedorismo na vida pessoal e profissional. Gerenciar eficientemente o tempo destinado a cada área da vida, identificar vocações naturais e utilizar a comunicação assertiva como recurso favorável. Desenvolver competências relacionadas à consciência social nas diferentes profissões.

Fonte: A autora (2023).

Quadro 3 – Inteligências e objetivos – Metodologia STAR (2)

Inteligência	Descrição
Inteligência Interpessoal	Capacidade de compreender o comportamento, os sentimentos e as motivações dos outros.
Inteligência Intrapessoal	Reflexão e compreensão de si mesmo e de seus pensamentos. (Empatia)

Inteligência Emocional	Habilidade em gerenciar suas emoções de forma adequada.
Inteligência Naturalista	Compreensão, respeito e promoção do equilíbrio entre as pessoas, os animais e a natureza.
Inteligência Lógico-Matemática	Raciocínio, coleta de dados, análise de possibilidades e construção de estratégias.
Inteligência Financeira	Capacidade de prosperidade e independência financeira.
Inteligência Linguística	Habilidade na comunicação assertiva e não violenta.
Inteligência Empreendedora	Mentalidade de sucesso na vida pessoal e profissional.

Fonte: A autora (2023).

Quadro 4 – Habilidades Socioemocionais e objetivos – Metodologia STAR (3)

Habilidades Socioemocionais	Descrição
Autoconsciência	Conhecimento de si mesmo, incluindo suas forças, limitações e um compromisso com o crescimento pessoal.
Autogestão	Gerenciamento eficaz do estresse, controle de impulsos e estabelecimento de metas pessoais.
Consciência Social	Prática da empatia e capacidade de se colocar no lugar dos outros, valorizando a diversidade.

Habilidades de Relacionamento	Habilidades de comunicação empática, expressão clara, cooperação, resistência à pressão social inadequada (como bullying), resolução construtiva de conflitos e apoio aos outros quando necessário.
Tomada de Decisão Responsável	Realização de escolhas pessoais e interações sociais de acordo com as normas, segurança e padrões éticos da sociedade.

Fonte: A autora (2023).

As oficinas foram desenvolvidas com uma linguagem jovial, dinâmica e descontraída para estimular o interesse do adolescente. Para isso, são utilizados recursos visuais, como slides com imagens e vídeos; recursos sonoros, como músicas; e recursos cenestésicos, como dinâmicas. Além disso, são utilizados desafios, que são realizados individualmente, em grupos ou com a família.

Todas as oficinas têm um tema central, com início, meio e fim bem delimitados. Em cada início de oficina, estimula-se o compartilhamento dos motivos de gratidão da semana que se passou, a fim de se expor resultados do aprendizado da oficina anterior. Entrega-se um conteúdo que é debatido com análise de livros *best-sellers*, que são auxiliares no aprofundamento de cada tema proposto, apresenta-se uma ferramenta para que o conteúdo possa ser analisado segundo a realidade do adolescente e inicia-se o processo de conclusão do tema com a sugestão de tomada de decisões mais assertivas sobre o exposto.

Ao final, é feita uma atividade (individual ou grupal) para gerar a reflexão de tomada de consciência, percebendo uma síntese do conhecimento aprendido e quais comportamentos precisam ser redesenhados para a mudança comportamental.

A metodologia STAR tem diversas oficinas temáticas de acordo com o tema e objetivo a ser desenvolvido. No programa Amor pela Família, realizado na Escola CEM 12, foram aplicadas 12 oficinas da metodologia STAR.

3.1.1 Cronograma de execução do programa Amor pela Família do GDF

O programa abrangeu em média 200 horas de treinamento e mentoria. E ao longo do projeto foram desenvolvidas 15 ações, no total de 12 oficinas temáticas conforme cronograma abaixo:

Ações da Metodologia STAR no Programa Amor pela Família:

- Ação 1 – Oficina Abertura;
- Ação 2 – Oficina 1 – Autoconhecimento – Como funciona minha mente?;
- Ação 3 – Reunião Corpo Docente e Direção CEM 12;
- Ação 4 – Oficina 2 – Desenvolvimento Pessoal – Quais Inteligências posso desenvolver?;
- Ação 5 – Oficina 3 – Inteligência Emocional – Como gerencio minhas emoções?;
- Ação 6 – Oficina 4 – Amor pela Família – Como compreender as Linguagens de Amor?;
- Ação 7 – Oficina 5 – Inteligência Intrapessoal – Quem eu sou;
- Ação 8 – Oficina 6 – Inteligência Interpessoal – Como compreender os Perfis Comportamentais?;
- Ação 9 – Oficina 7 – Um novo Futuro – Por que é importante ter metas e objetivos?;
- Ação 10 – Oficina 8 – Autorresponsabilidade – Meu papel na mudança da minha família (Para os pais);
- Ação 11 – Oficina 9 – Habilidades Socioemocionais (Para Educadores);
- Ação 12 – Oficina 10 – Como alinhar pensamentos, sentimentos e comportamentos? Extrato da Vida;
- Ação 13 – Oficina 11 – Amor pela Família – Perdoe rápido e peça perdão rápido;
- Ação 14 – Oficina 12 – Um novo Futuro – Mural dos Sonhos da Família e TCC – Apresentação do Trabalho de Conclusão de Curso;
- Ação 15 – Encerramento e Homenagens.

Quadro 5 – Cronograma de execução.

CRONOGRAMA EXECUTIVO #amor pela família		
Ações realizadas	INÍCIO	TÉRMINO
Contratação dos Recursos Humanos	06.12.2021	30.12.2021
Abertura – Boas vindas e aprovação do cadastramento	07.12.2021	17.02.2021
Oficina 1 - Autoconhecimento	08.12.2021	08.12.2021
Reunião Orientação Pedagógica e Direção CEM 12	10.12.2022	10.12.2021
Férias Escolares		
Oficina 2 - Desenvolvimento Pessoal	09.03.2022	10.03.2022
Oficina 3 - Inteligência Emocional	22.04.2022	23.04.2022
Correção de atividades		
Oficina 4 - Linguagens de Amor	29.03.2022	30.03.2022
Oficina 5 - Quem sou EU - Identidade	05.04.2022	06.04.2022
Oficina 6 - Perfis Comportamentais	12.04.2022	13.04.2022
Correção de atividades		
Oficina 7 - Um novo Futuro / Metas	26.04.2022	26.04.2022
Oficina 8 - Autorresponsabilidade	26.04.2022	26.04.2022
Oficina 9 - Habilidades Socioemocionais	03.05.2022	04.05.2022
Correção de atividades		
Oficina 10 - Extrato da Vida / Família	10.05.2022	11.05.2022
Oficina 11 - Perdoe	17.05.2022	18.05.2022
Oficina 12 - Mural dos Sonhos e TCC	24.05.2022	25.05.2022
Finalização dos parâmetros e aferição		
Encerramento Oficial	26.05.2022	26.05.2022

AÇÃO	INÍCIO	TÉRMINO
Supervisão Técnica - Monitoramento	06.12.2021	26.05.2022
Programação	Data	Turno
Reunião com os colaboradores	06.12.2021	Vespertino
Contratação dos Recursos Humanos	06.12.2021	Vespertino
Atividades de Atendimento	07.12.2021 a 25.05.2022	Matutino/ Vespertino
Data do Término do Termo de Fomento	26.05.2022	
Prestação de Contas	06.06.2022	

Fonte: A autora (2023).

3.1.2 Detalhamento das oficinas do programa Amor pela Família do GDF

Quadro 6 – Ação 1 da Metodologia STAR no Projeto Amor pela Família.

Ação 1- Oficina de Abertura e Seleção para inscrição dos alunos interessados				
Nº de aplicação desta ação	Data	Turnos	Carga Horária	Participantes
7	07.12.2021	Manhã, Tarde e Noite	10,5 horas	Adolescentes, educadores e mentores
Atividades Desenvolvidas		Objetivos		
Apresentação do programa Amor pela Família e objetivos;		Conscientizar sobre a importância da família e promover a educação socioemocional;		
Apresentação da metodologia STAR – Sistêmico Treinamento de Autoconhecimento Relacional;		Envolver os jovens para participar do programa Amor pela Família;		
Depoimento da monitora adolescentes que conta da sua mudança após passar pelo treinamento de habilidades socioemocionais;		Apresentar a importância das habilidades socioemocionais para sua vida familiar, acadêmica e profissional.		
Dinâmica de interação e reflexão sobre o livro “Tem Jeito e Vale a Pena” – Patrícia Estrela (pesquisadora);		Gerar um vínculo e conexão com o programa e os mentores;		
Inscrição no programa, através do preenchimento do formulário de entrevista.		Desenvolver tomada de decisões gerando senso de responsabilidade.		

Fonte: A autora (2023).

Quadro 7 – Ação 2 da Metodologia STAR no Projeto Amor pela Família.**Ação 2 - Oficina 1: Autoconhecimento – Como funciona minha mente?**

Nº de aplicação desta ação	Data	Turnos	Carga Horária	Participantes
6	08.12.2021	Manhã e Tarde	9 horas	Adolescentes, educadores e mentores
Atividades Desenvolvidas		Objetivos		
Apresentação do programa Amor pela Família e objetivos;		Conscientizar sobre a importância o treinamento da vida;		
Explicação de como funciona a mente humana e seu impacto nas escolhas;		Desenvolver habilidades socioemocionais ligadas as habilidades de relacionamento;		
Debate sobre o livro “Tem Jeito e Vale a Pena” – Patrícia Estrela (pesquisadora);		Gerar consciência social e esperança sobre a mudança e perspectivas de um futuro positivo e repleto de possibilidades;		
Compartilhamento de depoimentos e reflexão sobre decisões tomadas;		Realização de escolhas pessoais e tomada de decisão responsável.		
Momento de interação: doação de livros autografados e fotografia;		Gerar a decisão pelo combate dos fatores que impedem o desenvolvimento produtivo e saudável do indivíduo.		

Fonte: A autora (2023).

Quadro 8 – Ação 3 da Metodologia STAR no Projeto Amor pela Família.**Ação 3 – Reunião de equipe com corpo docente e direção da escola**

Nº de aplicação desta ação	Data	Turnos	Carga Horária	Participantes
3	10.12.2021	Manhã e Tarde	6 horas	Professores, Orientadores Pedagógicos e Direção do CEM 12.
Atividades Desenvolvidas		Objetivos		
Apresentação do programa Amor pela Família e objetivos;		Conscientizar sobre a importância da participação principalmente dos professores do Projeto de Vida;		
Apresentação da metodologia STAR – Sistêmico Treinamento de Autoconhecimento Relacional;		Desenvolver habilidades socioemocionais ligadas as habilidades de relacionamento entre professores e alunos;		
Estruturar um novo cronograma de atendimentos para manter a eficácia do projeto;		Desenvolver nos docentes a tomada de decisão responsáveis;		
Elaborar plano de ação para realizar mais Inscrições de alunos do 1o e 2o ano, já que não poderiam mais participar os alunos do 3o ano, pois iriam sair da escola no ano seguinte;		Estabelecimento de metas acadêmicas, pessoais e profissionais durante a execução programa.		
Dinâmica de interação e reflexão sobre a aplicação das ferramentas.		Envolver os professores em todo o processo gerando autoconsciência e consciência social.		

Fonte: A autora (2023).

Quadro 9 – Ação 4 da Metodologia STAR no Projeto Amor pela Família.

Ação 4 – Oficina 2 – Desenvolvimento Pessoal				
Nº de aplicação desta ação	Data	Turnos	Carga Horária	Participantes
12	09.03.2022 e 10.03.2022	Manhã e Tarde	18 horas	Adolescentes, educadores e mentores
Atividades Desenvolvidas		Objetivos		
Reabertura Solene com a Participação da equipe e do Secretário da Secretaria Extraordinária da Família.		Refletir sobre suas habilidades natas e as que podem ser desenvolvidas;		
Apresentação do Programa Amor pela Família e da metodologia STAR;		Desenvolver uma autoimagem positiva;		
Aplicação da dinâmica “Eu sou e Eu não sou e aplicação da atividade 3 “Eu Escolho” (conforme anexo Produto Técnico – Livro de Atividades);		Resgate da identidade através de perguntas de sabedoria que geram autoconsciência;		
Compartilhamento de depoimentos e quais decisões após este conhecimento;		Debater o conceito de desenvolvimento pessoal e habilidades socioemocionais;		
Dinâmica de interação e reflexão sobre a aplicação das ferramentas.		Demonstrar de forma prática a capacidade do ser humano em desenvolver novas habilidades e competências;		

Fonte: A autora (2023).

Quadro 10 – Ação 5 da Metodologia STAR no Projeto Amor pela Família.**Ação 5 – Oficina 3 – Inteligência Emocional - Como gerencio minhas emoções?**

Nº de aplicação desta ação	Data	Turnos	Carga Horária	Participantes
11	22.03.2022 e 23.03.2022	Manhã e Tarde	18 horas	Adolescentes, educadores e mentores
Atividades Desenvolvidas		Objetivos		
Explicação do funcionamento da mente humana: consciente, subconsciente e inconsciente;		Refletir sobre suas habilidades natas e as que podem ser desenvolvidas;		
Debate sobre o livro “O Poder do Subconsciente – Joseph Murphy;		Desenvolver uma autoimagem positiva;		
Aplicação da atividade 5 “Quem sou eu” (conforme anexo Produto Técnico – Livro de Atividades);		Compreender quais pensamentos de pântano (ruins) e quais são de jardim (bons);		
Compartilhamento de depoimentos e quais decisões após este conhecimento;		Construir um plano de ação para uma reprogramação emocional;		
Dinâmica de interação e reflexão sobre a aplicação das ferramentas.		Demonstrar de forma prática a capacidade do ser humano em desenvolver novas habilidades e competências;		

Fonte: A autora (2023).

Quadro 11 – Ação 6 da Metodologia STAR no Projeto Amor pela Família.

Ação 6 – Oficina 4 – Como compreender as Linguagens do Amor?				
Nº de aplicação desta ação	Data	Turnos	Carga Horária	Participantes
12	29.03.2022 e 30.03.2022	Manhã e Tarde	18 horas	Adolescentes, educadores e mentores
Atividades Desenvolvidas		Objetivos		
Compreender que existem diversas formas de amar e ser amado;		Compreender as diferenças da comunicação e as relações humanas de forma mais ampla e profunda;		
Debater sobre o livro “As 5 Linguagens de Amor” – Gary Chapman;		Identificar a sua linguagem de amor, de sua família e amigos;		
Aplicação da dinâmica do amor e acolhimento, onde todos têm que dar e receber uma palavra de afirmação;		Compreender que a decisão de aplicar o conhecimento é individual;		
Compartilhamento de depoimentos e quais decisões após este conhecimento;		Entender o poder das palavras positivas e o poder do “Eu te amo” e das palavras de afirmação;		
Dinâmica de interação e reflexão sobre a aplicação das ferramentas.		Aceitar o desafio do amor, para aplicação do conhecimento ao longo da semana.		

Fonte: A autora (2023).

Quadro 12 – Ação 7 da Metodologia STAR no Projeto Amor pela Família.

Ação 7 – Oficina 5 – Quem eu Sou? Identidade.				
Nº de aplicação desta ação	Data	Turnos	Carga Horária	Participantes
12	05.04.2022 e 06.04.2022	Manhã e Tarde	18 horas	Adolescentes, educadores e mentores
Atividades Desenvolvidas		Objetivos		
Compreender que existem diversas formas de amar e ser amado;		Desenvolver o autoconhecimento - Compreendendo que características temos e quais não temos;		
Debate sobre o livro “Os 7 Hábitos das Pessoas Altamente Eficazes” – Stephen Covey;		Aprender a desenvolver o potencial máximo de nossas capacidades;		
Aplicação da atividade 4 “O que me move?” (conforme anexo Produto Técnico – Livro de Atividades);		Desenvolver a autoconsciência - Olhar para si e rever sua história, suas escolhas e seus possíveis destinos a partir do treinamento de suas habilidades socioemocionais;		
Compartilhamento de depoimentos e quais decisões após este conhecimento;		Desenvolver a autoconfiança – Perceber que tem inúmeras habilidades socioemocionais, que basta treinar mais para se tornar a pessoa que mais admira;		
Dinâmica de interação e reflexão sobre a aplicação das ferramentas.		Treinar a gratidão – Ficar entusiasmado e grato ao se conhecer profundamente e saber que é muito mais do que imaginava;		

Fonte: A autora (2023).

Quadro 13 – Ação 8 da Metodologia STAR no Projeto Amor pela Família.

Ação 8 – Oficina 6 – Como compreender os perfis comportamentais?				
Nº de aplicação desta ação	Data	Turnos	Carga Horária	Participantes
12	12.04.2022 e 13.04.2022	Manhã e Tarde	18 horas	Adolescentes, educadores e mentores
Atividades Desenvolvidas		Objetivos		
Debater sobre perfis comportamentais;		Compreender que existem padrões de comportamentos que se repetem;		
Debate sobre o livro “Decifre e Influencie Pessoas” - Paulo Vieira;		Desenvolver o amor-próprio e aceitação de suas características e habilidades;		
Apresentar a base da análise comportamental DISC de William Marston (1893-1947);		Gerar a reflexão sobre o que podemos aprender com as diferenças de cada perfil comportamental;		
Compartilhamento de depoimentos e quais decisões após este conhecimento;		Perceber quais características que admiramos no outro e podemos desenvolver;		
Dinâmica de interação e reflexão sobre a aplicação das ferramentas.		Realização de escolhas pessoais e interações sociais com mais responsabilidade e sabedoria.		

Fonte: A autora (2023).

Quadro 14 – Ação 9 da Metodologia STAR no Projeto Amor pela Família.

Ação 9 – Oficina 7 – Um novo Futuro / Metas				
Nº de aplicação desta ação	Data	Turnos	Carga Horária	Participantes
6	26.04.2022	Manhã e Tarde	9 horas	Adolescentes, educadores e mentores
Atividades Desenvolvidas		Objetivos		
Compreender os conceitos sobre: foco, disciplina, resiliência, determinação, organização, planejamento;		Compreender sobre o sucesso em vários departamentos da vida;		
Debate sobre o livro “Mindset: A Nova Psicologia do Sucesso” – Carol Dweck;		Conhecimento de si mesmo, incluindo suas forças, limitações.		
Aplicação da atividade 1 e 2 “Realidade Atual e Minha Empresa Minha Vida” (conforme anexo Produto Técnico – Livro de Atividades);		Compromisso com o crescimento com o treinamento de habilidades socioemocionais;		
Compartilhamento de depoimentos e quais decisões após este conhecimento;		Promover a exploração e compreensão do próprio indivíduo, aumentando a autoconsciência, a automotivação e o amor-próprio.		
Dinâmica de interação e reflexão sobre a aplicação das ferramentas.		Realização de escolhas pessoais para que o indivíduo se torne o gestor de sua própria vida (pioneirismo com responsabilidade).		

Fonte: A autora (2023).

Quadro 15 – Ação 10 da Metodologia STAR no Projeto Amor pela Família.**Ação 10 – Oficina 8 – Autorresponsabilidade – Meu papel na minha família.**

Nº de aplicação desta ação	Data	Turnos	Carga Horária	Participantes
2	26.04.2022 e 21.05.2022	Noite e Manhã	4 horas	Pais, educadores e mentores
Atividades Desenvolvidas		Objetivos		
Apresentação do programa Amor pela Família e objetivos;		Auxiliar na reconstrução da intimidade familiar através da comunicação não violenta;		
Apresentação da metodologia STAR – Sistêmico Treinamento de Autoconhecimento Relacional;		Possibilitar um espaço de acolhimento e escuta genuína com os pais;		
Debate sobre o livro “Comunicação Não Violenta” - Marshall Rosenberg;		Compromisso com o crescimento com o treinamento de habilidades socioemocionais da família;		
Debate sobre o livro “O Poder da Autorresponsabilidade” – Paulo Vieira;		Compreender o conceito da autorresponsabilidade na criação e educação socioemocional dos seus filhos;		
Compartilhamento de depoimentos e quais decisões após este conhecimento;		Aprender sobre as diferenças das linguagens e perfis comportamentais na família e priorizar um diálogo com uma comunicação mais assertiva.		

Fonte: A autora (2023).

Quadro 16 – Ação 11 da Metodologia STAR no Projeto Amor pela Família.

Ação 11 – Oficina 9 – Habilidades Socioemocionais para Professores				
Nº de aplicação desta ação	Data	Turnos	Carga Horária	Participantes
2	03.05.2022 e 04.05.2022	Manhã e Tarde	4 horas	Professores e Orientadores pedagógicos.
Atividades Desenvolvidas		Objetivos		
Apresentação do programa Amor pela Família e objetivos;		Capacitar e orientar os educadores na participação do programa Amor pela Família;		
Apresentação da metodologia STAR – Sistêmico Treinamento de Autoconhecimento Relacional;		Possibilitar um espaço de acolhimento, escuta genuína e fala para os professores;		
Apresentação dos livros de indicação de estudo abordados na metodologia STAR;		Compromisso com o crescimento com o treinamento de habilidades socioemocionais da escola;		
Depoimento da monitora adolescentes que conta da sua mudança após passar pelo treinamento de habilidades socioemocionais;		Apresentar a importância das habilidades socioemocionais para sua vida familiar, acadêmica e profissional.		
Aplicação da dinâmica “Eu sou e Eu não sou e aplicação da atividade 3 “Eu Escolho” (conforme anexo Produto Técnico – Livro de Atividades);		Resgate da identidade e do propósito do educador através da atividade e de perguntas de sabedoria que geram autoconsciência;		
Compartilhamento de depoimentos e quais decisões após este conhecimento;		Aprender sobre as diferenças das linguagens e perfis comportamentais na família e priorizar um diálogo com uma comunicação mais assertiva.		

Fonte: A autora (2023).

Quadro 17 – Ação 12 da Metodologia STAR no Projeto Amor pela Família.

Ação 12 – Oficina 10 – Extrato da Vida / Importância da Família				
Nº de aplicação desta ação	Data	Turnos	Carga Horária	Participantes
12	10.05.2022 e 11.05.2022	Manhã e Tarde	18 horas	Adolescentes, educadores e mentores.
Atividades Desenvolvidas		Objetivos		
Apresentação do programa Amor pela Família e objetivos;		Compreender que a vida funciona como um jogo, com regras, normas e consequências;		
Aplicação da dinâmica “Extrato da Vida”, uma dinâmica prática da vida em forma de jogo;		Perceber as consequências de suas escolhas, consequências de escolhas de terceiros e por vezes consequências da própria vida/sociedade;		
Compartilhamento de depoimentos e quais decisões após este conhecimento;		Entender que quando buscamos culpados, estamos perdendo a chance de nos responsabilizarmos pelas soluções;		
Dinâmica de interação e reflexão sobre a aplicação das ferramentas.		Gerar uma percepção profunda e prática da autogestão e tomada de decisão responsável.		

Fonte: A autora (2023).

Quadro 18 – Ação 13 da Metodologia STAR no Projeto Amor pela Família.**Ação 13 – Oficina 11 – Perdoe rápido e peça perdão rápido**

Nº de aplicação desta ação	Data	Turnos	Carga Horária	Participantes
12	17.05.2022 e 18.05.2022	Manhã e Tarde	18 horas	Adolescentes, educadores e mentores
Atividades Desenvolvidas		Objetivos		
Compreender os conceitos sobre: perdão, gratidão, compaixão e ressignificação;		Ressignificar momentos de frustração, dor e trauma;		
Debater sobre o livro “As 5 Linguagens do Perdão” – Gary Chapman;		Perceber a importância da compaixão e do não julgamento;		
Aplicação da atividade 6 “Exercitando a Sabedoria – As 3 cartas que curam” (conforme anexo Produto Técnico – Livro de Atividades);		Desenvolver a capacidade prática da tomada de decisão responsável e consciência social;		
Compartilhamento de depoimentos e quais decisões após este conhecimento;		Promover a prática da empatia e capacidade de se colocar no lugar dos outros, valorizando a diversidade;		
Dinâmica de interação e reflexão sobre a aplicação das ferramentas.		Aplicar a autogestão, controle de impulsos e nova perspectiva de vida.		

Fonte: A autora (2023).

Quadro 19 – Ação 14 da Metodologia STAR no Projeto Amor pela Família.

Ação 14 – Oficina 12 – Mural dos Sonhos e TCC				
Nº de aplicação desta ação	Data	Turnos	Carga Horária	Participantes
12	24.05.2022 e 25.05.2022	Manhã e Tarde	18 horas	Adolescentes, educadores e mentores
Atividades Desenvolvidas		Objetivos		
Nesta oficina fazemos uma revisão de toda a trajetória e contextualizamos os ganhos com a Educação Socioemocional;		Auto avaliação – Entender a importância de celebrar pequenos grandes passos, valorizar as conquistas e momentos de superação e conhecimento;		
Os convidamos a praticar a gratidão e a inteligência emocional através da ferramenta de TCC – Trabalho de Conclusão de Curso;		Alinhamento – Entender que existe um processo e não um fim, que se inicia um ciclo e outro recomeça. Alinhar seus pensamentos, sentimentos e comportamentos ao futuro que deseja e merece.		
Os conduzimos a olhar para sua trajetória, celebrar por cada pequena conquista;		Rever todos os objetivos do programa e a efetividade dos resultados;		
Aplicação da atividade 7 “Mural dos Sonhos” (conforme anexo Produto Técnico – Livro de Atividades);		Cumprimento dos parâmetros de aferição e monitoramento do Programa Amor pela Família;		
Entrega do certificado em Treinamento em habilidades Socioemocionais, para cada participante que obteve a frequência de 75% e concluiu seu TCC;		Celebração – Entrega dos certificados e parabenizaram a todos que tiveram a coragem de olhar para si mesmo, reconhecer seus comportamentos nocivos e ajustar os lemes do jogo da vida.		

Fonte: A autora (2023)

Quadro 20 – Ação 15 da Metodologia STAR no Projeto Amor pela Família.

Ação 15 – Encerramento Oficial				
Nº de aplicação desta ação	Data	Turnos	Carga Horária	Participantes
1	26.05.2022	Manhã e Tarde	3 horas	Adolescentes, educadores, equipe da SEFAM e SEEDF, parlamentares e convidados.
Atividades Desenvolvidas		Objetivos		
Foram apresentados os depoimentos de alunos, orientadoras educacionais, professores ao vivo;		Auto avaliação – Entender a importância de celebrar pequenos grandes passos, valorizar as conquistas e momentos de superação e conhecimento;		
Apresentação de um vídeo com o resumo do programa Amor pela Família e agradecimento a todo corpo docente e discente do CEM 12;		Entender que existe um processo e não um fim, que se inicia um ciclo e outro recomeça. Alinhar seus pensamentos, sentimentos e comportamentos ao futuro que deseja e merece.		
Homenageamos e agradecemos a Secretaria da Família com a presença do Secretário Léo Vivas e sua equipe e técnicos que acompanharam o programa;		Rever todos os objetivos do programa e a efetividade dos resultados para o cumprimento dos parâmetros de aferição e monitoramento do Programa Amor pela Família;		
Agradecimento e homenagem ao deputado Martins Machado por ter sido o parlamentar que acreditou e apoiou na implantação da Metodologia STAR como um programa de política pública;		Celebração – Entrega dos certificados e parabenizaram a todos que tiveram a coragem de olhar para si mesmo, reconhecer seus comportamentos nocivos e ajustar os lemes do jogo da vida.		

Fonte: A autora (2023)

4. ANÁLISE DOS DADOS E DISCUSSÃO DOS RESULTADOS

Nesta seção, serão apresentadas as principais conclusões e *insights* extraídos dos questionários aplicados. A análise cuidadosa dos dados permite identificar padrões, tendências e *insights* significativos, que ajudam a responder às questões de pesquisa e alcançar os objetivos propostos. Para efetuar a análise dos dados, foi utilizada a análise de conteúdo temática, que, segundo Bardin (2021), tem como objetivo evidenciar o significado da resposta do participante, descobrindo o núcleo de sentido e a contribuição para o objeto/fenômeno estudado.

O projeto segue as normas do Comitê de Ética em Pesquisa em Ciências Humanas e Sociais da Universidade de Brasília (CEP CHS), onde aos participantes do programa Amor pela Família, na aplicação prática da metodologia STAR foi assegurado o anonimato. Ressaltando que a inscrição e participação foi voluntária, e, os participantes poderiam desistir do programa a qualquer momento.

A análise dos dados foi realizada considerando quatro categorias temáticas: sonhos dos estudantes; metodologia STAR e oficinas temáticas; reflexões: antes e depois da participação no projeto e avaliação, saberes e benefícios adquiridos com o projeto em congruência com o objetivo da pesquisa.

4.1 Categoria 1 - Sonhos dos estudantes

Uma das variáveis mais importantes quando se trata de um processo de autoconhecimento é que o indivíduo a partir do desenvolvimento de suas habilidades socioemocionais possa ter uma nova visão de mundo, o ideal esperado é um olhar ressignificado do passado, um olhar mais resiliente do presente e um olhar mais claro e positivo do futuro.

Em virtude disso, a análise dos sonhos e sua perspectiva do futuro é muito significativa para se perceber o impacto da aplicação da metodologia na vida do adolescente.

Após a participação nas oficinas de treinamento em habilidades socioemocionais, os estudantes foram convidados a fazer uma lista de sonhos. Ao analisarmos a lista de sonhos dos estudantes, observamos que os sonhos ligados à profissão, à faculdade e à estabilidade financeira foram os mais

citados. Isso nos permite inferir que esses sonhos fazem parte do imaginário de muitos adolescentes.

Outro sonho apontado inúmeras vezes pelos estudantes está relacionado à família, seja a família da qual faz parte ou a família que pretende constituir; muitos jovens, ao se referirem às suas famílias, falaram do desejo em propiciar uma vida melhor para seus membros.

Como podemos ver nas respostas

E1- Conseguir ter minha estabilidade financeira (trabalho, casa, carro e renda boa); ter minha família, me casar com a minha namorada e ter três filhos; ajudar minha mãe financeiramente e conseguir minha carreira de atleta de Jiu-Jitsu.

E15 - Ter um bom emprego, me casar, ser rico, ter reconhecimento, orgulhar minha mãe, dar uma condição melhor a ela.

E17- Ser feliz, começar e terminar minha faculdade, morar em Portugal, ter uma família e ser bem resolvida em todas as áreas da minha vida.

Nessa perspectiva, podemos inferir que os estudantes participantes da pesquisa vivenciam momentos de reflexão, pensamento crítico, perspectiva positiva do futuro. Esse dado também é descrito por iniciativas e ações do Instituto Ayrton Senna, que refletem o compromisso da organização em promover o desenvolvimento das habilidades socioemocionais em crianças e adolescentes, reconhecendo a importância dessas habilidades para o sucesso acadêmico, pessoal e profissional dos jovens (IAS, s.d.).

Ao desenvolver habilidades socioemocionais, os adolescentes são mais propensos a experimentar níveis mais elevados de bem-estar emocional, relacionamentos positivos e melhor desempenho acadêmico. Essas habilidades também são transferíveis para a vida adulta, contribuindo para o sucesso pessoal e profissional (CAMERON, 2012)

4.2 Categoria 2 - Metodologia STAR e oficinas temáticas

As oficinas temáticas utilizam a metodologia STAR como referência para o treinamento das habilidades socioemocionais e permitem ao estudante, a partir da participação nas oficinas, perceber novas formas de enfrentar os desafios e resolver situações ora pendentes em suas vidas.

Com o objetivo de avaliar a qualidade e eficácia do treinamento da metodologia STAR, na atividade de TCC – Trabalho de Conclusão de Curso eles destacam a oficina que mais gosta e falam o motivo da importância destas determinadas oficinas. As oficinas consideradas mais relevantes pelos estudantes foram: cartas que curam; extrato da vida; linguagem de amor; e perfis comportamentais, como podemos ver nas verbalizações

E2- A do extrato da vida. Achei ótima e interessante, me fez ver a vida diferente e que devemos dar mais valor para as coisas e sonhos.

E10- Gostei da oficina “cartas que curam”, porque me fez sentir melhor e me libertar da tristeza que eu guardava dentro de mim.

E14 - As das cartas que curam, quando decidi escrever as coisas que eu guardava e me machucavam eu saí do pântano, perdoei as pessoas que me fizeram mal e pedi perdão a mim mesma por guardar mágoa por tanto tempo. Obrigada!

E16 - A oficina dos perfis comportamentais, porque eu pude saber melhor em qual perfil eu me encaixo e me conhecer melhor

E27- Linguagem do amor, pude começar a entender mais sobre mim e sobre as pessoas que conheço

Os estudantes, ao destacarem as oficinas que mais gostaram, citaram questões que têm levando-os a momentos de tristeza, solidão, desesperança, ansiedade, baixa autoestima e falta de perspectiva positiva da vida.

Com base nas respostas, foi possível identificar padrões e temas recorrentes relacionados à percepção dos participantes sobre as oficinas e os benefícios do projeto. As respostas destacam a valorização de oficinas específicas, as mais citadas foram:

Oficina “cartas que curam” - O aluno faz 3 cartas, lembrando de algum fato marcante negativo de sua vida, que considera ter gerado uma grande dor emocional, muitas vezes ainda não cicatrizada. A primeira carta é escrita para a pessoa que causou a dor, o aluno explica todo o ocorrido sob a sua ótica e expõe a dor causada. Na segunda carta, o aluno escreve assumindo o papel da pessoa que ele acusa de ter causado a dor, destinada a ele mesmo e como se a pessoa a tivesse pedindo desculpas. O objetivo não é justificar o momento traumático, mas sim trazer uma explicação plausível, uma nova forma de ver a mesma situação com os recursos

socioemocionais que tem agora desenvolvendo a compaixão e capacidade de perdão, podendo concluir com um processo de ressignificação do trauma. Na terceira e última carta, o aluno escreve para si mesmo, com três ações claras: dizer motivos porque se ama, motivos pelo qual se perdoa, e motivos pelo qual é grato. Fazendo uma carta de despedida do passado e boas-vindas para um futuro promissor e de crescimento a partir daquele momento. As cartas são rasgadas no final. O objetivo é ressignificar o trauma, dar início a um processo de perdão e gerar um compromisso de mudança com essa nova visão de passado, presente e futuro.

Oficina “extratos da vida” – É uma dinâmica, em formato de jogo onde os alunos devem identificar as 12 ferramentas mais importantes para que eles vençam as etapas do jogo da vida. No exercício proposto, eles têm direito a carregar essas 12 ferramentas pela vida, que devem ser selecionadas entre coisas materiais, pessoas, *hobbies* e sonhos. Ao longo da dinâmica, eles se deparam com desafios que os fazem selecionar o que de fato é importante, pois a cada etapa eles precisam abandonar algo para seguir em frente. Ao final, eles têm uma grande revelação: ainda possuem todas ferramentas, não as perderam. A grande reflexão é que no jogo da vida eles tem muito mais do que as 12 ferramentas escolhidas. Dessa forma, eles são confrontados com os reais valores das coisas que possuímos e das pessoas que temos ao nosso lado. O objetivo é valorizar a família, minimizar as comparações, as tendências que geram o processo de ansiedade e minimizar o valor dos bens menos significados ao longo da vida.

Oficina “linguagens do amor” – Dinâmica, baseada no livro “As 5 linguagens do amor”, no qual eles aprendem que as pessoas expressam o amor de forma diferente uma das outras. Tempo de qualidade, toque físico, palavras de afirmação, presentes e atos de serviço são as linguagens debatidas. O objetivo é fazer com que, mesmo que eles achem que não estejam sendo amados, eles notem que recebem amor de outras maneiras, que apenas não estavam sendo reconhecidas. Ou seja, aprendem a reconhecer suas próprias linguagens de amor e a reconhecer nos outros com quem convivem. O objetivo é aprender a amar e se sentir amado de várias formas. Compreender que as pessoas têm preferências diferentes, mas isso não invalida reconhecer o amor, o carinho e o zelo de diversas formas.

Oficina “perfil de comportamento” - Oficina na qual é feito uma análise de perfil comportamental, traçando uma analogia com animais. Tubarão: perfil dominante, gosta de executar tarefas de forma objetiva, com foco na ação. Águia: Influente,

criativo e que gosta de executar as tarefas de forma diferente. Gato: Estável, gosta de executar tarefas em conjunto e se preocupa com o outro. Tem a empatia bem desenvolvida e evita discussões. Lobo: Que é o perfil Conforme, analítico e organizado, gosta de seguir regras e fazer as coisas da maneira mais correta possível.

O objetivo é esclarecer que todas as pessoas possuem capacidade de desenvolver as características dos quatro perfis abordados. Essa análise comportamental tem influência da análise comportamental DISC², porém, na metodologia STAR, nosso objetivo não é caracterizar os adolescentes, e sim debater os conceitos das diferenças e como podemos aprender com o próximo. Ao longo da vida, algumas dessas características ficam menos expostas, porém, podemos desenvolvê-las de acordo com as necessidades que enfrentamos, principalmente em nossas atividades profissionais e acadêmicas.

Os entrevistados expressaram uma conexão pessoal com essas oficinas, mencionando que se sentiram tocados, identificados e impactados de maneira positiva. As atividades oferecidas pelo projeto foram percebidas como ferramentas eficazes para promover o autoconhecimento, a reflexão, a superação de traumas e a valorização de aspectos importantes da vida. Como é o caso da verbalização seguinte: E 28 – “O projeto de vida todo em si, porque fomos impactados de todas as formas no emocional e, principalmente, foi muito importante estar aqui e participar do projeto”.

Ao analisar as mensagens, podemos perceber o quanto é necessário o desenvolvimento de políticas públicas e programas educacionais que propiciem o fortalecimento das habilidades socioemocionais dos estudantes, que fazem parte do ensino público do Brasil, pois mesmo após vivenciarmos momentos desafiadores durante e pós-pandemia, ainda não enxergamos no horizonte o planejamento e a implementação de políticas públicas que venham ao encontro do atendimento e do desenvolvimento de habilidades socioemocionais. Mesmo sabendo da importância dessas habilidades para o sucesso escolar dos estudantes, ainda não há proposições para essa finalidade sendo desenvolvidas, muito menos na constância necessária.

² Avaliação DISC é um teste psicométrico, comportamental, construído com base em uma teoria descrita pelo psicólogo Dr. William Moulton Marston em seu livro "Emotions of Normal People"(1928), publicado pela primeira vez em português no ano de 2014, com o nome de "As Emoções das Pessoas Normais", que determina alguns padrões de comportamento.

4.3 Categoria 3 - Reflexões: antes e depois da participação no projeto

Os estudantes foram convidados a relatarem sobre a percepção deles em relação a vida antes e depois da participação no projeto. E após refletirem concluíram que

E1-Não dava atenção para o futuro e meus sonhos, acho que mudou muito minha perspectiva de vida e fez eu refletir sobre meu futuro.

E7-Me sentia impotente em relação ao meu futuro e minha vida, aprendi que eu sou capaz de transformar minha vida

E11- Achava que não tinha salvação, não tinha esperanças e nem sonhos. O que mudou foi que eu encontrei sentido na minha vida e aprendi a melhorar.

E24 - Eu olhava a vida com certo ceticismo, eu tinha um olhar triste e limitado. Hoje eu tenho um olhar muito otimista sobre o futuro

Em relação à visão de vida antes do projeto, muitos participantes mencionaram sentimentos de desilusão, falta de propósito, um afastamento da família e falta de valorização das coisas e dos próprios sonhos. No entanto, após participarem do projeto, houve uma mudança significativa em suas perspectivas. Eles relataram um aumento da positividade, um maior cuidado consigo mesmos e com os outros, melhor relação familiar, uma visão mais focada no futuro e nos sonhos, além do desenvolvimento do amor próprio e do autoconhecimento.

Podemos perceber que alguns estudantes enfrentam alguns desafios típicos da adolescência. Com o desenvolvimento do projeto, eles puderam ter novas expectativas e, assim, planejar e vivenciar novas oportunidades e vivências.

4.4 Categoria 4 - Avaliação docente, saberes e benefícios adquiridos com o projeto

Os educadores e estudantes participantes do projeto, ao responderem sobre os ganhos obtidos a partir do desenvolvimento do projeto, mencionaram como os principais ganhos: desenvolvimento pessoal; foco; determinação; nunca desistir dos sonhos; compreensão das diferentes formas de expressão do amor; positividade; identificação das próprias linguagens do amor; superação de traumas; cuidado com a

saúde mental; valorização das relações familiares; entendimento dos comportamentos pessoais; e a importância de dar valor ao que é amado.

O que os estudantes verbalizam sobre seus ganhos::

E3- Entender meus comportamentos, superar traumas que me machucam muito e cuidar da minha saúde mental.

E14 - Consegui me libertar do passado, parei de ter medo de correr atrás dos meus sonhos e finalmente consegui dizer um “eu te amo” para minha mãe. Esse foi um dos meus maiores ganhos.

E18- Reflexão sobre alguns de meus comportamentos como pessoa, organização mental e social e me colocar no meu lugar (meus direitos) e me colocar no lugar do próximo.

Nessa perspectiva, podemos dizer que foram identificados diversos padrões e tendências que refletem a experiência dos participantes com o programa de habilidades socioemocionais. As respostas revelaram uma percepção geralmente positiva em relação às atividades propostas, destacando seu impacto na melhoria das relações interpessoais, no autoconhecimento, na aprendizagem e na tomada de decisões, o que, mais uma vez, justifica o desenvolvimento de habilidades socioemocionais, como forma de melhorar a aprendizagem e as relações sociais e emocionais dos estudantes.

Na avaliação dos educadores, o projeto trouxe um ganho pessoal para os educadores e estudantes, afirmam que o conteúdo desenvolvido pelo projeto trouxe melhorias em suas estratégias pedagógicas, maior empatia com os estudantes e a importância de compartilhar o conhecimento adquirido com outras pessoas próximas, e até familiares. Isso demonstra que a metodologia também impacta positivamente os professores envolvidos.

Em relação ao diferencial encontrado no projeto, os educadores apontaram que

P1 - A abordagem de inteligência emocional. Os estudantes tiveram acesso a conceitos e a experiências que não são apresentadas formalmente em nenhuma etapa do ensino. Tudo foi feito com técnicas muito intimistas, que envolvem os participantes e os levam à reflexão de suas próprias experiências.

P2 - O projeto está em consonância com as demandas do Novo Ensino Médio: 6ª Competência da BNCC (Base Nacional Comum Curricular) - Trabalho e Projeto de Vida; 8ª Competência: autoconhecimento e autocuidado. São habilidades necessárias ao estudante.

Nesse sentido, o desenvolvimento do projeto permite trabalhar e atuar conforme os pressupostos previstos na BNCC, com a finalidade de capacitar educadores para atender as demandas pedagógicas contemporâneas, como previsto nas Diretrizes do novo Ensino Médio (BRASIL, 2017)

Os educadores também refletiram sobre o projeto desenvolvido e mencionaram os principais ganhos obtidos por eles:

P1- Inevitavelmente isso ocorre. Afinal todos temos experiências emocionais mal trabalhadas em qualquer fase da vida. A oficina nos convida a olhar para si e para o passado. Também estimula a olhar o futuro com otimismo. Outro ganho foi o profissional. Pude ver na prática o trabalho com temáticas muito próximas às do Projeto de vida. E, por fim, participar dos encontros aumenta a empatia em relação aos adolescentes.

P2 - Sim. Esse contexto de retorno às aulas presenciais após o período mais crítico da pandemia nos trouxe vários desafios. É de fundamental importância que os estudantes e os educadores tenham acesso a essas iniciativas que promovam o crescimento pessoal. O projeto me ajudou a acreditar mais no meu potencial de agente transformadora da realidade dos nossos estudantes, valorizando as minhas potencialidades e sabendo conviver melhor com minhas fragilidades.

P3- Sim. Percebi a importância de dinâmicas que envolvam o estudante emocionalmente como fator de motivação para o desenvolvimento de um bom trabalho.

Nesse viés, podemos inferir que o projeto foi muito positivo também para os professores, já que os docentes vivenciaram as oficinas e puderam refletir e desenvolver suas habilidades socioemocionais.

Os educadores que trabalham para o desenvolvimento de suas habilidades socioemocionais e conseguem se autorregular são educadores que apresentam maior grau de satisfação com o contexto escolar, indicando que essa pode ser uma estratégia de promoção para a melhoria da educação. (BRACKETT, 2015)

Os dados encontrados e analisados fornecem uma visão valiosa e rica das percepções e experiências dos participantes, permitindo uma compreensão mais aprofundada dos efeitos do programa de habilidades socioemocionais. A análise desses dados servirá como base sólida para aprimorar o programa, ampliar a quantidade de oficinas temáticas e fornecer recomendações para a implementação futura.

Sob a ótica dos educadores entrevistados, também houve grande aprovação ao projeto, com 100% de respostas positivas. Ao analisar as respostas dos educadores, pode-se observar que a metodologia STAR foi bem recebida e teve um impacto significativo na escola. As respostas positivas dos entrevistados reforçam a consistência das percepções sobre o projeto. Esses resultados são consistentes com o que Creswell (2010) destaca sobre o estudo de caso, evidenciando a importância de coletar dados de múltiplas fontes, para obter uma visão abrangente do fenômeno estudado.

4.5 Avaliação geral

As respostas positivas demonstram de forma consistente que a metodologia STAR teve um impacto significativo no desenvolvimento socioemocional dos participantes. As experiências compartilhadas destacam a eficácia das atividades propostas, que foram capazes de promover mudanças positivas nas perspectivas, nos comportamentos e nas relações dos entrevistados.

Portanto, a análise dos dados confirma a eficácia do projeto no desenvolvimento das habilidades socioemocionais dos adolescentes. Os depoimentos destacam a importância das oficinas específicas, os benefícios alcançados e as transformações pessoais experimentadas. Essas descobertas apoiam a conclusão de que o programa teve um impacto significativo e positivo na vida dos adolescentes, auxiliando-os no desenvolvimento de habilidades socioemocionais essenciais para uma vida mais saudável e satisfatória.

Em relação à metodologia STAR, pode-se identificar seis principais pontos positivos levantados e três pontos de melhoria:

1. 1. Competência da equipe: Os entrevistados destacam a competência da equipe responsável por conduzir o projeto. Eles valorizam a capacidade dos profissionais em lidar com os alunos e estabelecer uma sintonia pessoal e pedagógica. Isso retrata a importância da capacitação de profissionais habilitados a desenvolver as habilidades socioemocionais de forma congruente ao que está sendo ensinado. A capacitação da equipe é considerada um diferencial importante, pois contribui para o sucesso da metodologia e consequentemente resultando no desenvolvimento dos alunos.

2. Reflexões pertinentes: Os entrevistados afirmam que as oficinas do projeto proporcionaram aos adolescentes reflexões relevantes para suas vidas. Eles mencionam exemplos de estudantes que foram beneficiados e impactados em suas vidas cotidianas pelas reflexões promovidas pelo projeto. Isso demonstra que a metodologia aborda questões significativas para os alunos.

3. Exemplos atuais: Os entrevistados destacam a importância de trazer exemplos atuais sobre a realidade vivenciada pelos jovens. Eles acreditam que isso contribuiu para a metodologia, tornando-a mais conectada com as propostas pedagógicas das disciplinas escolares e com os aprendizados acadêmicos. Os exemplos concretos proporcionam uma maior compreensão por parte dos alunos.

4. Melhoria das relações sociais interpessoais: Os entrevistados evidenciam a compreensão melhor de si e do outro, o desenvolvimento do autoconhecimento, a habilidade de lidar com experiências e emoções, lidar com as diferenças, e aumentando o nível de empatia, desenvolvendo o processo de perdão, e tomada de decisão responsáveis. Essas características são consideradas fundamentais para a melhoria das relações sociais, principalmente da família.

5. Visão positiva do futuro: Durante a análise das entrevistas, se destaca inúmeras vezes a mudança da visão de futuro dos entrevistados, onde retratam de forma bem pragmática a mudança de como viam a vida antes e após o projeto. Essa mudança de perspectiva ressalta a importância do desenvolvimento das habilidades socioemocionais para a melhoria efetiva nas habilidades de autogestão, tomada de decisão responsáveis e consciência social, interferindo positivamente na construção de uma nova realidade para esses jovens.

6. Ampliação do projeto para outras escolas: Todos os entrevistados concordam que a metodologia STAR pela Família deve alcançar outras escolas. Eles destacam a importância de desenvolver a inteligência emocional dos estudantes em um contexto escolar e familiar, que enfrentam desafios e violência. Acreditam que o projeto pode contribuir para a melhoria da educação e o desenvolvimento dos alunos em outras instituições.

Destaca-se quatro pontos de melhoria:

1. **Desenvolver mais ferramentas de monitoramento:** Elaborar mais métricas de monitoramento quantitativas para auxiliar no aprofundamento de estudos e pesquisas como essa;
2. **Ampliação da capacitação pedagógica:** Capacitar mais mentores do método para aplicação em maior escala e outras escolas e/ou instituições;
3. **Construção de um programa anual:** Com objetivo de integrar a grade horária escolar, sugere-se a ampliação do método e com isso a criação de mais oficinas para que se torne um programa anual como uma disciplina;
4. **Envolvimento mais efetivo da família:** Percebe-se que na dinâmica da escola muitos pais tem dificuldade de ir até a escola, principalmente em virtude da carga horária do trabalho. Sendo assim, apesar de termos oferecido oficinas para pais e filhos e oficinas de conscientização e orientação para as famílias, percebesse um baixo quórum para a execução das atividades propostas. Fale estudar dinâmicas para serem realizadas em casa, ou em sistema online facilitando a participação de toda família. Em virtude disso a metodologia STAR já implementou a metodologia um aplicativo de comunicação com a família com atividades, dinâmicas, desafios e sorteios, onde percebemos a melhora na participação porém ainda sendo aprimorada.

Sob a ótica dos educadores entrevistados, também houve grande aprovação ao projeto, com 100% de respostas positivas. Ao analisar as respostas dos educadores, pode-se observar que a metodologia STAR foi bem recebida e teve um impacto significativo na escola. As respostas positivas dos entrevistados reforçam a consistência das percepções sobre o projeto. Esses resultados são consistentes com o que Creswell (2010) destaca sobre o estudo de caso, evidenciando a importância de coletar dados de múltiplas fontes, para obter uma visão abrangente do fenômeno estudado.

Em geral, os pontos positivos e de melhoria levantados evidenciam que os participantes valorizam a competência da equipe, a abordagem atual e a capacidade de transformação do projeto. Pelos dados coletados pelos participantes adolescentes e pelo corpo docente indicam que a metodologia STAR tem sido efetiva em promover reflexões relevantes, desenvolver habilidades socioemocionais e melhorar o ambiente familiar e escolar.

5. PRODUTO TÉCNICO

O produto técnico desenvolvido como parte deste trabalho é um livro de atividades para auxiliar os professores, orientadores educacionais, psicólogos e profissionais de educação na implementação de algumas ferramentas da metodologia STAR (ver apêndices).

O caderno de atividades foi concebido como um recurso complementar ao livro social da metodologia existente, chamado “Tem Jeito e Vale a Pena”, escrito e lançado por esta pesquisadora em 2020, com o objetivo de facilitar ao educador o treinamento prático das habilidades socioemocionais e fornecer um material compilado de exercícios propostos ao longo da aplicação do método.

O produto faz parte da metodologia STAR e foi idealizado para a aplicação na escola CEM 12, localizada em Ceilândia, no Distrito Federal, Brasil, mesmo projeto no qual foi colhido os depoimentos de alunos e professores citados no capítulo anterior, “análise dos dados coletados”. Professores e alunos participaram ativamente da aplicação do método STAR, e o caderno de atividades vem propor um suporte para o desenvolvimento das atividades que compõem grande parte do programa.

O livro de atividades é uma peça única e essencial dentro do contexto da metodologia STAR, visto que integra algumas práticas pedagógicas propostas no método. Com sua elaboração, busca-se fornecer aos professores uma ferramenta prática e organizada, que reúne algumas das atividades propostas durante a implementação da metodologia STAR. Dessa forma, o produto contribui significativamente para o desenvolvimento efetivo das aulas/oficinas e para a promoção de uma aprendizagem mais participativa e engajada dos alunos.

Um produto técnico como esse, tem muita relevância como ferramenta de trabalho para educadores, uma vez que desempenha o papel de aprimorar o processo de ensino e aprendizagem, conforme escreve Justino (2011):

No universo da educação, a utilização de recursos didáticos e da tecnologia inovadora, somados a prática pedagógica adequada, busca despertar o interesse para o aprendizado, pois oferecem um conjunto de recursos importantes e ferramentas de comunicação e informações, tornando-se, assim, um componente essencial de pesquisa e um potente instrumento de ensino-aprendizagem. (JUSTINO, 2011, p. 73)

O Livro de Atividades Tem Jeito e Vale a Pena fundamentado por meio de aprofundamento científico, referencial teórico e observações práticas da Metodologia

STAR vem com o intuito de auxiliar no desenvolvimento dos quatro pilares da Educação, segundo UNESCO, onde preconiza-se o: aprender a conhecer, aprender a fazer, aprender a conviver e aprender a ser, conforme quadro a seguir:

Quadro 21 – Pilares da Educação

Pilares da Educação (UNESCO)	Descrição
Aprender a conhecer	Envolve a aquisição de conhecimentos, habilidades e competências essenciais para a compreensão do mundo. Isso inclui o desenvolvimento do pensamento crítico, a capacidade de pesquisar, analisar informações e utilizar o conhecimento de forma efetiva.
Aprender a fazer	Refere-se à capacidade de aplicar conhecimentos em situações reais, desenvolver habilidades práticas e competências profissionais. É importante promover a criatividade, a iniciativa e o espírito empreendedor, preparando os indivíduos para enfrentar desafios e contribuir para a sociedade.
Aprender a conviver	Diz respeito ao desenvolvimento das habilidades sociais, éticas e interculturais necessárias para viver em sociedade. Inclui o respeito pelos outros, a valorização da diversidade, a resolução pacífica de conflitos e a construção de relacionamentos saudáveis.
Aprender a ser	Enfatiza o desenvolvimento integral dos indivíduos, incluindo aspectos emocionais, éticos e espirituais. Além do conhecimento intelectual, é importante cultivar valores como autonomia, responsabilidade, autoestima e bem-estar. O objetivo é preparar os indivíduos para uma vida plena e para contribuir positivamente para a sociedade.

Fonte: Elaborado pela autora, a partir da UNESCO (1999).

No entanto, também é válido destacar que, apesar do supracitado livro escrito por esta orientadora ter usabilidade adequada para qualquer pessoa que se interesse pelo tema das habilidades socioemocionais, o “Livro de Atividades Tem Jeito e Vale a Pena” desenvolvido no decorrer do presente trabalho possui como foco ser aplicado apenas por profissionais da educação e saúde mental, mesmo quando estes não

estejam trabalhando a metodologia STAR em si, bastando que queiram oferecer aos seus educandos o conteúdo que versa sobre habilidades socioemocionais.

Portanto, a criação do produto técnico, com o objetivo de fornecer um recurso tangível, vem para auxiliar os educadores e profissionais de saúde no planejamento e execução de atividades e dinâmicas de habilidades socioemocionais mais eficazes e assertivas para o desenvolvimento integral de seus alunos.

6. CONCLUSÃO

À fase do exposto, e em decorrência dos resultados evidenciados na presente pesquisa, em especial nas declarações dos adolescentes, no qual destaco a profundidade da fala de um dos participantes:

E27- Eu via a vida como um poço sem fundo, mas depois do projeto, pude perceber que não é assim, e o lado bom de chegar no fundo do poço é que agora só dá para ir para cima. Comecei a mudar minha visão do mundo e agora vejo todas as maravilhas que há nele, também melhorei minha relação com a família e amigos.

Com intuito de agregar o valor devido a esta pesquisa, que vai além de todo o aprofundamento teórico e prático somando mais de 200 horas de aplicação de pesquisa em campo, onde a construção da comprovação científica, vai além dessas linhas, vai além desses depoimentos, vai além das referências bibliográficas, além da própria ciência.

Em virtude disso, gostaria de acrescentar minha observação e experiência enquanto pesquisadora, psicóloga e idealizadora da metodologia STAR, que ao intitular esta pesquisa com a afirmação que “Educação Emocional também é Fundamental”, já que sem ela, sem o desenvolvimento das minhas próprias habilidades socioemocionais, hoje eu não estaria aqui.

Confesso que apesar de me dedicar, exclusivamente os últimos oito anos, na construção, aplicação e atualização da metodologia STAR, seja no meu próprio Instituto Teen Mentors, ou em escolas, institutos, ONGs, igrejas, condomínios, jamais terei como descrever tudo o que aconteceu na escola CEM 12 durante o programa Amor pela família.

Nesta seção, optou-se por uma narrativa em primeira pessoa, com o intuito de apresentar ao/a leitor/a as percepções da autora.

Nosso objetivo principal de estudo desta pesquisa, foi em apresentar a metodologia STAR (Sistêmico de Treinamento e Autoconhecimento Relacional) como uma opção para auxiliar educadores, mas o que presenciamos foi além da eficácia de um projeto de pesquisa, onde 100% do corpo docente aprovou a metodologia.

Posso ressaltar como pesquisadora e ministrante das 110 oficinas temáticas, aplicadas no projeto, que sementes de conhecimento valiosas como esperança e expectativa positiva do futuro foram semeadas nesta escola.

Presenciar jovens não faltando mais a escola nos dias das oficinas, jovens pedindo para trazer amigos, jovens chorando de emoção, se abraçando, nos abraçando, se amando, se perdoando, acreditando neles, vendo famílias sendo reestruturadas, professores perguntando quando iríamos ampliar para outras escolas, pais nos agradecendo é simplesmente um privilégio.

Eu realmente sobrevivi, para que hoje pudesse viver como pesquisadora a experiência da transformação que o desenvolvimento das habilidades socioemocionais pode fazer na vida milhares de adolescentes, gerando uma nova visão de mundo.

A importância de desenvolver as habilidades socioemocionais foi fundamentada através de todo referencial teórico e a análise criteriosa dos dados foi fundamental para identificar padrões, tendências e *insights* significativos, que ajudaram a responder às questões de pesquisa e alcançar os objetivos propostos. Ao longo da pesquisa podemos destacar que se cumpriu o objetivo geral de apresentar a metodologia STAR (Sistêmico Treinamento de Autoconhecimento Relacional) como uma opção para auxiliar educadores de uma escola pública do Distrito Federal no desenvolvimento de habilidades socioemocionais em adolescentes.

E os objetivos específicos também foram trabalhados ao longo do projeto:

1. Analisar os impactos sobre a perspectiva de futuro dos adolescentes após a aplicação da metodologia STAR em adolescentes em uma escola pública do Distrito Federal;
2. Avaliar a qualidade e eficácia do treinamento da metodologia STAR junto ao corpo docente que participaram da aplicação do modelo estudado;
3. Desenvolver um Produto Técnico: Caderno de atividades práticas voltado para o desenvolvimento das habilidades socioemocionais em adolescentes, contendo exercícios, dinâmicas e reflexões que estimulem o autoconhecimento, a empatia, a

resolução de problemas e outras competências socioemocionais par auxiliar educadores e profissionais na área da saúde.

Existem diversos materiais com alto grau de credibilidade e confiabilidade disponíveis nas bibliotecas digitais sobre as habilidades socioemocionais, acessíveis a todos. O relatório da OCDE, por exemplo, é uma leitura relevante para educadores, formuladores de políticas e pesquisadores interessados no tema, fornecendo uma base sólida de conhecimento e evidências para embasar a importância dessas habilidades na educação e no desenvolvimento dos jovens.

Conforme constatou-se no desenvolvimento do trabalho, com riqueza de referências científicas sobre o tema, o processo de aprendizagem socioemocional (ASE) é parte integrante da educação e do desenvolvimento humano. Iniciativas como a citada, a CASEL (2022), formada por um conjunto de especialistas na área, reforçam e reverberam a ideia de que a aprendizagem socioemocional é um processo pelo qual toda criança, jovem e adulto adquirem e aplicam conhecimentos, habilidades e atitudes para desenvolver identidades saudáveis, gerenciar emoções, alcançar objetivos pessoais e coletivos, sentir e demonstrar empatia pelos outros, estabelecer e manter relacionamentos de apoio e tomar decisões responsáveis e cuidadosas.

Sendo assim, a ASE atua como uma verdadeira promotora da excelência educacional uma vez que permite o acontecimento de parcerias efetivas entre escola, família e comunidade com confiança e mútua colaboração entre todos os envolvidos. Além disso, os processos de ensino das habilidades socioemocionais, ao possuírem currículo estruturado, instruções conduzidas por profissionais do ensino com preparo para tal e avaliações contínuas, contribuem com a criação de escolas prósperas, comunidades mais seguras e justas.

Ao final desta pesquisa, foi possível constatar, de forma prática e contundente, a importância do desenvolvimento das habilidades socioemocionais nos adolescentes como um caminho eficaz para uma vida mais plena e satisfatória além da promoção da saúde mental. Ao longo da pesquisa nosso objetivo não foi trazer o detalhamento de diagnósticos psiquiátricos e transtornos mentais. Porém vale ressaltar que o desenvolvimento das habilidades socioemocionais é uma ação de promoção a educação alinhada com a prevenção no que se trata de saúde mental.

As respostas coletadas dos participantes confirmaram a efetividade da metodologia STAR, programa utilizado neste estudo, em auxiliar os adolescentes a

desenvolverem suas habilidades socioemocionais e alcancarem uma melhor qualidade e perspectiva de vida.

Os resultados obtidos revelaram que os participantes do programa experimentaram mudanças significativas em suas vidas, demonstrando uma melhora nas habilidades de comunicação, resolução de conflitos, empatia e autoconhecimento. As atividades propostas pelo programa proporcionaram um ambiente seguro e acolhedor, no qual os adolescentes puderam explorar e aprimorar suas habilidades socioemocionais de forma prática e significativa.

No ofício da Secretaria Extraordinária da Família à Secretaria de Educação do GDF, o Secretário Iliobaldo Vivas Da Silva após a conclusão do programa de política pública Amor pela Família, menciona a importância e efetividade da metodologia STAR. No documento oficial, ele escreve que, “conforme pode-se verificar nos relatórios, uma verdadeira mudança de mentalidade daqueles que fizeram parte do projeto Amor pela Família” (ILIOBALDO SILVA, 2022, p. 1)

Já a diretora do CEM 12, Mirtes Corrêa de Jesus, por meio do atestado de capacidade técnico-operacional, afirma que foram apresentados bom desempenho operacional.

Registramos que a empresa prestou serviços de Oficinas de Mentoria de Habilidades Socioemocionais com os estudantes desta unidade pública de Ensino, apresentando resultados significativos na conduta, desempenho acadêmico, desenvolvendo uma visão de futuro positiva e melhoras nas relações familiares, detendo qualificação técnica para os serviços prestados (MIRTES CORRÊA, 2022)

Portanto, a metodologia STAR se mostrou eficaz na promoção do desenvolvimento socioemocional dos adolescentes, fornecendo-lhes ferramentas valiosas para lidar com os desafios do cotidiano, para fortalecer seus relacionamentos interpessoais e enfrentar as demandas do mundo contemporâneo. A abordagem abrangente e estruturada do programa, aliada à competência e à dedicação dos facilitadores, contribuiu para o sucesso e a efetividade das intervenções realizadas.

Além disso, a presente pesquisa também evidenciou a importância de se investir em programas e iniciativas que visem o desenvolvimento das habilidades socioemocionais dos adolescentes. Os resultados obtidos reforçam a necessidade de uma abordagem educacional mais holística e sistêmica do indivíduo, que valorize não apenas o conhecimento acadêmico, mas também o desenvolvimento integral dos jovens, contemplando suas necessidades emocionais e sociais.

Mediante a importância e eficácia de metodologias para o desenvolvimento das habilidades socioemocionais, sugerimos mais estudos e pesquisas científicas e práticas como esta, na qual a união com a teoria e prática possam suscitar novas técnicas e dinâmicas no auxílio e condução desses jovens.

Em relação a metodologia STAR, percebe-se a necessidade de construção de mais oficinas e temas para que se possa estender a metodologia durante diversos anos de aprendizagem e formação mais completa de educadores mentores, além de criação ou utilização de instrumentos, estudos estatísticos, métricas de aferição e monitoramento das análises e medição das habilidades socioemocional, no entanto fica evidente os resultados positivos e transformadores após a aplicação de apenas 12 oficinas da metodologia STAR, pois vale destacar que todos os ganhos e relatos foram alcançados em apenas 4 meses de execução do programa.

De acordo com a Organização Mundial da Saúde (OMS), cerca de 1 bilhão de pessoas em todo mundo vivem com algum transtorno mental, o que corresponde a 13% da população global, sendo a depressão uma das principais causas de incapacidade, inclusive em crianças e adolescentes. Essa e outras lamentáveis comprovações estatísticas já seriam suficientes para inspirar mais pesquisadores o aprofundamento do tema, além de outros estudos que demonstram o aumento de consumo de drogas, álcool, diagnósticos de transtornos mentais como ansiedade, THAH, TOD, THB, BORDERLINE e outros transtornos de personalidade desencadeando comportamentos nocivos, como a automutilação, *bullying* e até mesmo tentativas de suicídio no período da adolescência (OMS, 2022).

Por fim, os resultados desta pesquisa reforçam a relevância deste estudo acadêmico da metodologia STAR como uma estratégia eficaz no auxílio ao desenvolvimento das habilidades socioemocionais dos adolescentes.

A implementação desse programa em escolas e instituições educacionais, tanto quanto sua ampliação na formação de mais profissionais mentores da metodologia STAR, pode contribuir significativamente para o aprimoramento da formação dos jovens, preparando-os de maneira mais abrangente e consciente para enfrentar os desafios e oportunidades da vida, bem como para construir relacionamentos saudáveis e uma sociedade mais harmoniosa e equilibrada.

Destacamos a fala do professor de projeto de vida, Adriano Rodrigues Lima, que participou do programa Amor pela Família, realizado na escola CEM 12, por meio da metodologia STAR, como uma reflexão que resume a profundidade da

necessidade do desenvolvimento das habilidades socioemocionais na adolescência: “Um projeto como esse é simplesmente imprescindível, porque são as asas dos sonhos destes jovens”.

Conclui-se, de forma embasada em evidências científicas, que a educação emocional desempenha um papel fundamental, especialmente como parte de programas voltados ao combate à vulnerabilidade social e no contexto do desenvolvimento sustentável no Brasil. É notável que, embora seja necessário realizar ajustes na metodologia STAR e em outras metodologias relacionadas ao desenvolvimento das habilidades socioemocionais, é inquestionável que a produção e a implementação de métodos estruturados cientificamente já demonstram uma evolução na educação socioemocional, gerando resultados positivos relevantes no cenário atual e, sobretudo, nas perspectivas futuras dos adolescentes.

Essa pesquisa vai além dos objetivos centrais do mestrado profissional, também provocando reflexões para educadores, profissionais de saúde e responsáveis pela formulação de políticas públicas, tanto em nosso país quanto no âmbito global. E que ao desenvolvermos nossas próprias habilidades socioemocionais, possamos ter consciência social e exercer uma tomada de decisão responsável, visando estender a Educação Emocional nas escolas, já que se conclui que a implementação em um maior número de instituições de ensino resultará em uma mudança significativa no rumo da educação e nas políticas públicas do nosso país.

A mais bela obra já empreendida por homens e mulheres, é lidar com espíritos jovens. O máximo cuidado deve ser tomado, na educação da juventude, para variar de tal maneira a instrução que desperte as nobres e elevadas faculdades da mente. (WHITE, 2007, p. 15)

REFERÊNCIAS

ANDRADE, Hugo et al. Pensamento sistêmico. **Diversidad en búsqueda de unidad. Ediciones Universidad Industrial de Santander, Bucaramanga, 2001.**

BARDIN, L. **Análise de Conteúdo**. Lisboa, Portugal: Edição 70, 2021.

BRACKETT, M. A. *et al.* Emotion-regulation ability, burnout, and job satisfaction among British secondary-school teachers. **Psychology in the Schools**, v. 52, n. 3, p. 333-337, 2015.

BÍBLIA SAGRADA. Edição Revista e Corrigida. Tatuí, SP: Casa Publicadora Brasileira, 2007.

BRASIL. **Lei nº. 13.415, de 16 de fevereiro de 2017**. Dispõe sobre a reforma do ensino médio brasileiro, Brasília DF, 2017. Disponível em: https://www.planalto.gov.br/ccivil_03/_ato2015-2018/2017/lei/l13415.htm. Acesso em: 24 jun. 2023.

BRASIL. Ministério da Educação. **Resolução no 4, de 17 de dezembro de 2018**. Institui a Base Nacional Comum Curricular na Etapa do Ensino Médio (BNCC-EM), como etapa final da Educação Básica, nos termos do artigo 35 da LDB, completando o conjunto constituído pela BNCC da Educação Infantil e do Ensino Fundamental, com base na Resolução CNE/CP no 2/2017, fundamentada no Parecer CNE/CP no 15/2017. Diário Oficial da União, Brasília, n. 242, p. 120, 18 dez. 2018. Seção 1.

BRONFENBRENNER, U. A ecologia do desenvolvimento humano: experimentos naturais e planejados. Porto Alegre: Artes Médicas, 1996.

BRONFENBRENNER, U. Ecological systems theory. **Annals of Child Development, Greenwich, CT, JAI Press**, n. 6, p. 187-249, 1989.

CAMERON, K. S. **Positive Leadership: Strategies for Extraordinary Performance**. Berrett-Koehler Publishers, 2012.

CAPES. **Resolução nº7 de 11 de dezembro de 2017**. Disponível em <http://portal.mec.gov.br/docman/dezembro-2017-pdf/78281-rces007-17-pdf/file>. Acesso em: 24 jun. 2023.

CASEL. **CASEL Guide: Effective Social and Emotional Learning Programs - Preschool and Elementary School Edition**. Collaborative for Academic, Social, and Emotional Learning, 2017.

CHIAVENATO, Idalberto. **Gestão de pessoas: o novo papel dos recursos humanos nas organizações**. Rio de Janeiro: Campus. 2004.

CRESWELL, J. W. **Projeto de pesquisa: métodos qualitativo, quantitativo e misto**. Tradução Magda Lopes; consultoria, supervisão e revisão técnica desta edição Dirceu da Silva. - 3. ed. - Porto Alegre: Artmed, 2010. 296 p.

DESFORGES, C.; ABOUCHAAR, A. **The impact of parental involvement, parental support and family education on pupil achievements and adjustment: A literature review.** Research report RR433. Department for Education and Skills, 2023.

DOMITROVICH, C. E. *et al.* Social-emotional competence: An essential factor for promoting positive adjustment and reducing risk in school children. **Child development**, v. 88, n. 2, p. 408-416, 2017.

DUCKWORTH, A. L.; STEINBERG, L. Unpacking Self-Control. **Child Development Perspectives**, v. 9, n. 1, p. 32-37, 2015.

DURLAK, J. A. *et al.* The impact of enhancing students' social and emotional learning: A meta-analysis of school-based universal interventions. **Child Development**, v. 82, n. 1, p. 405-432, 2011.

DUSENBURY, L.; WEISSBERG, R. P.; GOREN, P. School-based social and emotional learning interventions. *In*: J. A. Durlak, C. E. Domitrovich, R. P. Weissberg, & T. P. Gullotta (Eds.), **Handbook of Social and Emotional Learning: Research and Practice.** Guilford Press, 2015, p. 253-268.

DWECK, C. **Mindset: A Nova Psicologia do Sucesso.** Objetiva, 2006.

EISENBERG, N.; SPINRAD, T. L.; KNAFO-NOAM, A. Prosocial Development. *In*: M. E. Lamb; R. M. Lerner (Eds.), **Handbook of Child Psychology and Developmental Science.** Wiley, 2015, p. 610-656.

ELIAS, M. J. **Social Emotional Learning and the Brain: Strategies to Help Your Students Thrive.** Teachers College Press, 2018.

ELIAS, M. J.; ARNOLD, H. (Eds.). **The Educator's Guide to Emotional Intelligence and Academic Achievement: Social-Emotional Learning in the Classroom.** Corwin Press, 2006.

ERIKSON, E. H. **Identity: Youth and crisis.** Norton, 1968.

ERIKSON, E. H. **Identidade Juventude e Crise.** Guanabara, 1987.

ESTRELA, Patricia. **Tem Jeito e Vale a Pena.** 1ª edição. Brasília: Editora independente, 2020.

FREIRE, P. **Pedagogia da Autonomia: Saberes Necessários à Prática Educativa.** Editora Paz e Terra, 1996.

CASEY, B. J.; GETZ, S.; GALVÁN, A. The adolescent brain. **Developmental Review**, v. 28, n. 1, p. 62-77, 2008.

FREUD, SIGMUND. **Três ensaios sobre a teoria da sexualidade, análise fragmentária de uma histeria ("O caso Dora") e outros textos.** Tradução Paulo César de Souza. -11 ed.-São Paulo: Companhia das Letras, 2016.

GALLAGHER, S. Philosophical Conceptions of the Self: Implications for Cognitive Science. **Trends in Cognitive Sciences**, v. 4, n. 1, p. 14-21, 2000.

GIL, A. C. **Métodos e técnicas de pesquisa social**. 6.ed. São Paulo: Atlas, 2011.

GOLEMAN, D. **Inteligência Emocional: A Teoria Revolucionária que Redefine o que é Ser Inteligente**. Objetiva, 1995.

GREENBERG, M. T.; BROWN, J. L.; ABENAVOLI, R. M. Teacher stress and health effects on teachers, students, and schools. *In*: J. L. Harrison; T. L. Collier-Meek (Eds.). **School Mental Health Services for Adolescents**. Springer, 2017, p. 71-86.

GREENBERG, M. T. *et al.* Enhancing school-based prevention and youth development through coordinated social, emotional, and academic learning. **American Psychologist**, v. 58, n. 6-7, p. 466-474, 2003.

HALL, G. S. **Adolescence: Its psychology and its relations to physiology, anthropology, sociology, sex, crime, religion and education**, Vol. 1. D Appleton & Company, 1904. Disponível em: <https://doi.org/10.1037/10616-000>. Acesso em: 24 jun. 2023.

Instituto Ayrton Senna. (s.d.). **IAS online**. Habilidades Socioemocionais. Disponível em: <https://institutoayrtonsenna.org.br/temas/habilidades-socioemocionais/>. Acesso em: 24 jun. 2023.

JONES, S. M.; BOUFFARD, S. M. Social and emotional learning in schools: From programs to strategies. **Social Policy Report**, v. 26, n. 4, p. 1-33, 2012.

JUSTINO, M. N. **Pesquisa e recursos didáticos na formação e prática docente**. Curitiba: Ibpex, 2011.

LACAN, J. O estágio do espelho como formador da função do eu tal como nos é revelada na experiência psicanalítica. *In*: J. Lacan. **Escritos**. Rio de Janeiro: Jorge Zahar. (Trabalho original publicado em 1949), 1998, p. 96-103.

LERNER J. V.; LERNER R. M.; FINKELSTEIN, J. Adolescence in America: An Encyclopedia. **ABC-CLIO**, 2001. (ABC-CLIO classic folk and fairy tales). Disponível em: <https://books.google.com.br/books?id=MtaTpxCqITwC>. Acesso em: 24 jun. 2023.

MARC A. *et al.* RULER: A Theory-Driven, Systemic Approach to Social, Emotional, and Academic Learning, **Educational Psychologist**, v. 54, n. 3, p. 144-161, 2019.

MARCIA, J. E. Development and validation of ego-identity status. **Journal of Personality and Social Psychology**, v. 3, n. 5, p. 551–558, 1996. Disponível em: <https://doi.org/10.1037/h0023281>. Acesso em: 24 jun. 2023.

MARTINS, MORGANA. O que há por trás das escolas de inteligência e das competências socioemocionais? **UFSC À ESQUERDA**, 2018. Disponível em:

<https://ufscaesquerda.com/debate-o-que-ha-por-tras-das-fachadas-das-escolas-de-inteligencia-e-das-competencias-socioemocionais/>. Acesso em: 24 jun. 2023.

MATSON, J. L.; ROTATORI, A. F. **Social Skills Assessment and Training with Children: An Empirically Based Handbook**. Springer, 2019.

MCCORMICK, M. P.; CAPPELLA, E.; O'CONNOR, E. E. Teacher–child relationships and academic achievement: A multi-level propensity score model approach. **Journal of School Psychology**, v. 53, n. 4, p. 299-314, 2015.

NEVES, A. A. B. Portaria nº 80, de 16 de dezembro de 1998. **Revista Brasileira de Pós-graduação**, [S. l.], v. 2, n. 4, 2011. DOI: 10.21713/2358-2332.2005.v2.88. Disponível em: <https://rbpg.capes.gov.br/rbpg/article/view/88>. Acesso em: 19 maio. 2023. Acesso em: 24 jun. 2023.

OCDE. **Social and emotional skills for student success and wellbeing: conceptual framework for the oecd study on social and emotional skills**, 2018.

OECD. PISA 2018 Results (Volume I): What Students Know and Can Do. **OECD**, online, 2020. Disponível em: <https://www.oecd-ilibrary.org/docserver/5f07c754-en.pdf>. Acesso em: 24 jun. 2023.

OECD. PISA 2022 Draft Collaborative Problem Solving Framework. **OECD**, online, 2021. Disponível em: <https://www.oecd.org/pisa/pisaproducts/pisa2022-draft-collaborative-problem-solving-framework.pdf>. Acesso em: 24 jun. 2023.

OMS. **World Mental Health Report – Transforming mental health for all**, 2022.

PIAGET. J. **A psicologia da criança**. 18ª edição. Editora Bertrand Brasil, 1972.

REYNA, V. F.; FARLEY, F. Risk and rationality in adolescent decision making: Implications for theory, practice, and public policy. **Psychological Science in the Public Interest**, v. 7, n. 1, p. 1-44, 2006.

SANTOS, A. P. S. **Educação afetiva: análise do programa LIV (Laboratório Inteligência de Vida) na educação infantil**. Aparecida de Goiânia, 2021. 56 f.

SANTROCK, J. W. **Adolescence**. McGraw-Hill Education, 2011.

SCALES, P. C.; BENSON, P. L.; MANNES, M. **The contribution of developmental assets to the prediction of thriving among**, 2006.

SHAH J. D. P.; MUTHIAH N.; MILANAİK R. New age technology and social media: adolescent psychosocial implications and the need for protective measures. **Curr Opin Pediatr**, v. 31, n. 1, p. 148-156, 2019.

SISTO, F.F., Rueda, F. J. M., Urquilo, S. **Relación entre los constructos autocontrol y autoconcepto em niños e jóvenes**. *Liberabit*, 16(2), 217 – 226, 2010.

SPENCE, S. H. **Social Skills Training: Enhancing Social Competence with Children and Adolescents**. Australian Psychological Society, 2003.

STALLARD, P. **Think good-feel good: A cognitive-behavioural therapy workbook for children and young people**. John Wiley & Sons, 2006.

STEINBERG, L. Risk taking in adolescence: What changes, and why? **Annals of the New York Academy of Sciences**, 1064, 51-58, 2007.

VOHS, K. D.; BAUMEISTER, R. F. **Handbook of Self-Regulation: Research, Theory, and Applications**. The Guilford Press, 2016.

WEISSBERG, R. P.; CASCARINO, J. Academic Learning + Social-Emotional Learning = National Priority. *Phi Delta Kappan*, v. 95, n. 2, 8-13, 2013.

WHITE, Ellen G. **Fundamentos da Educação Cristã**. Tatuí, SP: Casa Publicadora Brasileira, 2007.

YIN, R. K. **Estudo de caso: planejamento e métodos**. 2. ed. Porto Alegre: Bookman, 2015.

ZIMMERMAN, B. J.; SCHUNK, D. H. **Handbook of Self-Regulation of Learning and Performance**. Routledge, 2011.

MURPHY, J. **O Poder do Subconsciente**. 1ª edição. São Paulo: Best Seller, 2016.

CHAPMAN, G. **As 5 Linguagens do Amor**. 1ª edição. São Paulo: Mundo Cristão, 2015.

COVEY, S. R. **Os 7 Hábitos das Pessoas Altamente Eficazes**. 34ª edição. Rio de Janeiro: Editora BestSeller, 2013.

VIEIRA, P. **Decifre e Influencie Pessoas**. 1ª edição. São Paulo: Gente, 2017.

DWECK, C. S. **Mindset: A nova psicologia do sucesso**. 1ª edição. Rio de Janeiro: Objetiva, 2017.

VIEIRA, P. **O Poder da Autorresponsabilidade**. 1ª edição. São Paulo: Gente, 2013.

ROSENBERG, M. B. **Comunicação Não Violenta**. 1ª edição. São Paulo: Agora, 2015.

APÊNDICES

Apêndice A – Produto Técnico.



@copyright 2023 por Estrela, Patricia
Título Original: Livro de Atividades Tem jeito e Vale a Pena
Autor: Patricia Estrela
Revisora: Danilo
Epígrafe: Otoniel de Lima Ferreira
Ficha Catalográfica: Uariton Boaventura
Diagramador: Pinacria
Projeto Gráfico: Pinacria
Capista: Ricardo Henrique

Instituto Teen Mentors de Educação Emocional e Autoconhecimento Eireli
CNPJ 33.148.675/0001-31 - Contatos: +55 61 3548-7899 / 9 8133-7899

Site: www.teenmentors.com.br ou www.teenmentors.com.br/tjvp

Impresso no Brasil / Printed in Brazil
Tiragem: 100 cópias e distribuição gratuita do livro digital

Todos os direitos desta edição e obra são reservados a Patricia Estrela Pina Vieira.

Proibida a reprodução total ou parcial, incluindo textos, imagens e desenhos, por qualquer meio, quer por sistemas gráficos, reprográficos, fotográficos, digital, assim como memorização e/ou recuperação parcial, ou inclusão deste trabalho em qualquer sistema ou arquivo de processamento de dados, sem a autorização prévia e escrita do autor.

Ficha catalográfica elaborada automaticamente,
com os dados fornecidos pelo(a) autor(a)

VV659e Vieira , Patricia Pina
 EDUCAÇÃO EMOCIONAL TAMBÉM É FUNDAMENTAL - A EXPERIÊNCIA DA
METODOLOGIA STAR COMO UM TREINAMENTO DE HABILIDADES
SOCIOEMOCIONAIS PARA ADOLESCENTES / Patricia Pina Vieira ;
orientador Gírlene Ribeiro de Jesus. -- Brasília, 2023.
 187 p.

 Tese (Mestrado Profissional em Educação) -- Universidade
de Brasília, 2023.

 1. Educação Emocional . 2. Metodologia STAR. 3.
Habilidades Socioemocionais . 4. Saúde Mental . 5. Políticas
Públicas . I. Jesus, Gírlene Ribeiro de , orient. II.
 Título.

Esse livro em forma
de abraço pertence a:

Receba seu presente
com amor e gratidão.


Patricia Estrela



Dedico este trabalho à Deus, que com sua infinita misericórdia e graça, me conduziu através da ciência por um caminho para salvar minha vida.

Em especial à minha querida mãe e ao meu coração que bate fora de mim, minha amada filha Pietra, que foi minha estrela, a luz que me fez querer sair da escuridão.

Minha eterna gratidão!

I dedico

atória

Em primeiro lugar, dedico a Deus essa obra, que não é nossa e, sim, Dele, pois, sem Ele, jamais teria chegado até aqui. Estendo meus agradecimentos a muitas pessoas que me incentivaram, conduziram, ampararam, acreditaram e investiram na minha vida.

Em especial à minha orientadora, Professora Girlene de Jesus Ribeiro, pois sei que, como aluna da academia, possivelmente muitas vezes exigi mais explicações que meus colegas de mestrado, pois minha paixão e vontade de unir a experiência prática profissional aos referenciais teóricos nem sempre foram da forma ou no tempo que eu gostaria. Professora, gratidão pela paciência, pela condução tranquila, pelo acolhimento, pela confiança, por acreditar neste projeto mesmo com tantos percalços, apesar de dois diagnósticos de COVID, inúmeras mudanças, dificuldades pessoais, familiares e empresariais mediante um período de pandemia. Minha eterna gratidão porque, apesar de todas as turbulências, a senhora sempre me estendeu a mão, me ouviu, me orientou, me ensinou, me esticou, me fez crescer como investigadora e pesquisadora científica. Sei que tenho muito ainda a desenvolver, mas, como sempre digo, tudo é um treinamento. E estar com a senhora nesta caminhada, conduzindo-me com todas as suas habilidades socioemocionais e experiências inquestionáveis como exímia pesquisadora e profissional que é, foi, com absoluta certeza, fundamental para a conclusão desta obra.

A todos os professores da banca, gratidão e honra por tê-los como julgadores deste trabalho que retrata não só um trabalho científico, uma pesquisa de união de teoria e prática por meio da minha experiência profissional e minhas vivências pessoais.

Minha admiração por todo o corpo docente desta conceituada instituição, Universidade de Brasília - UNB que me possibilitou a realização de um grande e inestimável sonho, além de cumprir com um papel importante na sociedade, realizando, por meio deste trabalho, este produto técnico "Livro de Atividades tem Jeito e Vale a Pena."

Agradeço a todos meus colegas de mestrado, pois todos me ensinaram e somaram com a construção e realização deste trabalho, com destaque para a minha nova amiga Maria Elena.

À minha filha Pietra Pina e à minha mãe Neuza Pina Cordilha — jamais terei como agradecê-las, pois não existem palavras para mensurar o que significam para mim. Vocês são minhas estrelas: minha mãe, sempre luz de Deus na minha vida, e minha filha, meu maior tesouro e o maior e mais valioso presente, são os meus motivos. A toda minha família tão unida e abençoada: meu pai Hamilton Vieira e meu pai drasto Milton Cordilha, minhas irmãs Cinthia Pina e Luiza Vieira, meu mano Hamilton Júnior, minha sobrinha afilhada Giulia Pina e Paulo Pereira, meu eterno amigo e pai da nossa filha.

Às minhas psicólogas e mestres de graduação e vida Adriana Magalhães, Ângela Perez, Elizabete Shineidr e ao médico Dr. Sérgio Voronoff, minha eterna gratidão por não terem me deixado morrer.

A toda a equipe Teen Mentors, meu agradecimento à todas as mentoras da Metodologia STAR, primeiramente à Charzade Araújo, nossa mentora de Maputo, Moçambique, do Teen Mentors que acreditou em nosso crescimento internacional antes mesmo de mim, levando o projeto para outro país com toda a sua sabedoria e bravura. E todas as mentoras do Missão Teen do Brasil e exterior.

E de forma bem especial a toda a equipe que me auxiliou na execução do Projeto Amor pela Família, gratidão a Cláudia Infante, Clara Muniz, Paulo Pereira, Fabiana Gaia, Bruno Tozzati, Patrícia Oliveira, Danielle Barbosa, Valéria Uchida, Andrea Magalhães, às contadoras da Intercon Assessoria Letícia e Renata e ao Presidente do Instituto Liderar Janderson Evans, porque, sem vocês, esse sonho não teria saído do papel.

À minha amiga irmã Vanessa Krominski, que, com toda a sua experiência e habilidade, agrega muito valor à nossa missão e foi diretamente responsável pela minha inscrição e conclusão deste mestrado. Te amo, minha irmã.

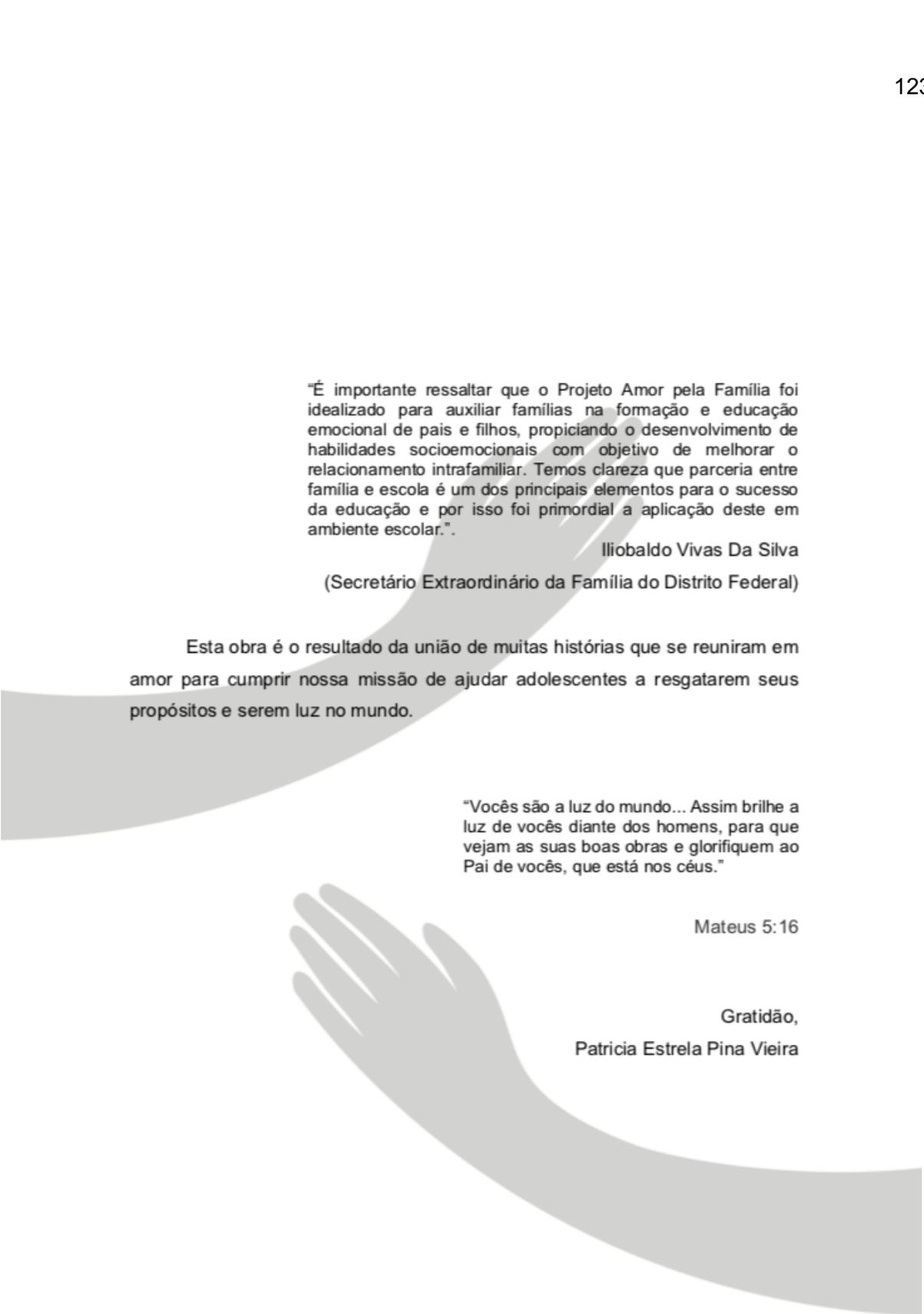
Meus agradecimentos a todos os adolescentes, que chamo de Precursores, que passaram pelo Teen Mentors e Missão Teen, por meio dos projetos de Formação de Habilidades Socioemocionais, Desafio GG, Palestras Tem Jeito e Vale a Pena e do Projeto Amor pela Família. Obrigada por terem acreditado em mim, na equipe, mas, principalmente, por terem acreditado em

vocês. Nossos mais sinceros agradecimentos e orgulho pela sua coragem de mudarem suas histórias.

A todas as famílias que acreditaram e confiaram seus maiores tesouros a nós, a todos que investiram em nossa Instituição de Educação Emocional Teen Mentors, em especial aos Pais Precursores Erika e Bruno, Nancy e Luizinho, à mamãe Eliete e à diretora D. Ivone, da primeira escola que nos recebeu em 2016 e que foram os primeiros a investir no nosso instituto com toda a confiança e amor que jamais teremos como agradecer e mensurar.

Meus mais carinhosos agradecimentos à Direção do CEM 12 Mirtes Corrêa de Jesus e Daniela de Barcelos, às Orientadoras Educacionais Ravelle Vaz e Renata Evangelista da Silva, aos professores do Projeto de Vida do Novo Ensino Médio Adriano Rodrigues Lima, Sonia Isabel Ferreira, Fatima Christiane Barros, Jane Veras Coelho, e, em especial, à professora Isabel Fomiga, responsável pelo convite para dar a primeira palestra no CEM 12, resultando anos depois na parceria para a execução do projeto Amor pela Família.

Meus agradecimentos e reconhecimento pela iniciativa do Governo do Distrito Federal, representado pelo Governador Ibaneis Rocha Barros Júnior, pela criação da Secretaria Extraordinária da Família que, sob coordenação do Secretário Iliobaldo Vivas Da Silva em união com a Secretária de Estado de Educação do Distrito Federal Hέλvia Paranaguá, acreditaram e executaram a administração do projeto de política pública na educação por meio do termo de fomento do Deputado Distrital Martins Machado. Agradeço a toda a equipe da SEFAM, em especial ao Sr. Iliobaldo Vivas, Sirley Azevedo, Otoniel Batista De Araújo, Mateus Lolas, Aldair Silva, Filipi Alencar, Cesma Alves, Flávio da Silva Cavalcante e ao Deputado Distrital Martins Machado por tornarem possível o Projeto de Política Pública de Educação Emocional Amor pela Família para 300 adolescentes e famílias.



“É importante ressaltar que o Projeto Amor pela Família foi idealizado para auxiliar famílias na formação e educação emocional de pais e filhos, propiciando o desenvolvimento de habilidades socioemocionais com objetivo de melhorar o relacionamento intrafamiliar. Temos clareza que parceria entre família e escola é um dos principais elementos para o sucesso da educação e por isso foi primordial a aplicação deste em ambiente escolar.”.

Iliobaldo Vivas Da Silva

(Secretário Extraordinário da Família do Distrito Federal)

Esta obra é o resultado da união de muitas histórias que se reuniram em amor para cumprir nossa missão de ajudar adolescentes a resgatarem seus propósitos e serem luz no mundo.

“Vocês são a luz do mundo... Assim brilhe a luz de vocês diante dos homens, para que vejam as suas boas obras e glorifiquem ao Pai de vocês, que está nos céus.”

Mateus 5:16

Gratidão,

Patricia Estrela Pina Vieira



Tem Jeito e Vale a Pena

Este produto técnico desenvolvido como parte do trabalho de Dissertação de mestrado apresentada ao Programa de Pós-Graduação em Educação Modalidade Profissional da Universidade de Brasília, como requisito para a obtenção do título de Mestre em Educação Modalidade Profissional da UNB.

Orientadora: Profª Girlene Ribeiro de Jesus

EDUCAÇÃO EMOCIONAL TAMBÉM É FUNDAMENTAL – A EXPERIÊNCIA DA METODOLOGIA STAR COMO UM TREINAMENTO DE HABILIDADES SOCIOEMOCIONAIS PARA ADOLESCENTES

Este produto técnico é um caderno de atividades para auxiliar os professores, orientadores educacionais, psicólogos e profissionais de educação na implementação de algumas ferramentas da metodologia STAR. O caderno de atividades foi concebido como um recurso complementar ao livro social da metodologia existente, chamado “Tem Jeito e Vale a Pena”, escrito e lançado por esta pesquisadora em 2020, com o objetivo de facilitar ao educador o treinamento prático das habilidades socioemocionais e fornecer um material compilado de exercícios propostos ao longo da aplicação de algumas ferramentas e atividades do método.

O produto faz parte da metodologia STAR e foi idealizado para a aplicação no programa de política pública Amor pela Família, executado na escola CEM 12, localizada em Ceilândia, no Distrito Federal, Brasil, com 300 adolescentes. O mesmo programa no qual foi colhido os depoimentos de alunos e professores citados na pesquisa. E o caderno de atividades vem a propor um suporte para o desenvolvimento das atividades que compõem grande parte do programa. O caderno de atividades é uma peça única e essencial dentro do contexto da metodologia STAR, visto que integra algumas das práticas pedagógicas propostas no método.



Tem Jeitô e Vale a Pena

Com sua elaboração, busca-se fornecer a professores, educadores e profissionais uma ferramenta prática e organizada, que reúne algumas das atividades propostas durante a implementação da metodologia STAR. Dessa forma, o produto contribui significativamente para o desenvolvimento efetivo de aulas, dinâmicas, workshops, palestras sobre Habilidades Socioemocionais para promoção de uma aprendizagem mais participativa e engajada dos alunos.

Um produto técnico como esse tem muita relevância como ferramenta de trabalho para educadores, uma vez que desempenha o papel de aprimorar o processo de ensino e aprendizagem, conforme escreve Justino (2011):

No universo da educação, a utilização de recursos didáticos e da tecnologia inovadora, somados a prática pedagógica adequada, busca despertar o interesse para o aprendizado, pois oferecem um conjunto de recursos importantes e ferramentas de comunicação e informações, tornando-se, assim, um componente essencial de pesquisa e um potente instrumento de ensino-aprendizagem. (JUSTINO, 2011, p. 73)

Portanto, a criação do produto técnico foi idealizada por esta pesquisadora com o objetivo de fornecer um recurso tangível, que auxilie os educadores no planejamento e execução de atividades educacionais eficazes e assertivas. Além disso, o caderno de exercício supre a necessidade da criação de ferramentas prática para o desenvolvimento das habilidades socioemocionais como contribuição para a sociedade.

No entanto, também é válido destacar que, apesar do supracitado livro escrito por esta pesquisadora ter usabilidade adequada para qualquer pessoa que se interesse pelo tema das habilidades socioemocionais, este caderno de atividades, possui como foco ser utilizado por profissionais, mesmo quando estes não estejam trabalhando com a metodologia STAR em si, bastando que queiram oferecer aos seus educandos um conteúdo prático que versa sobre habilidades socioemocionais com muito amor e responsabilidade.

Qualquer dúvida ou feedback, estou a disposição, Patricia Estrela.



LIVRO DE ATIVIDADES

Bem-Vindo
ao seu
Treinamento

*"Saia do modo sobrevivência,
o próximo nível é VIVER!"*

PATRICIA ESTRELA

Tem Jeito e
Vale a Pena

1 Atividade

REALIDADE ATUAL

Para compreender o processo de treinamento, precisamos compreender por que passar por esse processo. Para que isso ocorra, temos que nos tornar conscientes do que está em nosso inconsciente. Para isso, propomos que faça esta atividade da forma mais sincera com você mesmo. Aqui não há resposta certa ou errada, apenas a sua realidade atual. E é por isso que estamos aqui, para mudar essa realidade. Combinado?

INSTRUÇÕES:

1 Iremos separar sua vida em 10 departamentos, assim como ocorre em uma empresa: Familiar, Relacional, Social, Saúde, Intelectual, Profissional, Emocional, Solidariedade, Futuro e Espiritual;

Vamos agora dar notas de 0 a 10 para cada um desses departamentos. Estas notas representam, de maneira numérica, a sua realidade atual. Leia antes todas as perguntas e orientações para respondê-las da forma mais consciente possível;

Nome: _____

Data: / /

Este material faz parte do Projeto Social do Instituto Teen Mentors.



Tem Jeito e Vale a Pena

REALIDADE ATUAL

3 Imagine cada departamento funcionando com excelência, com alta produtividade. Essa imagem que visualizou de cada departamento é a nota 10.

Agora, fazendo a comparação do que você gostaria, a partir da sua imagem de nota 10, faça uma autoavaliação de qual a nota mais justa para este departamento da sua vida em sua realidade atual.

5 A nota dos departamentos que estão mais longe de se tornarem o que você deseja, aqueles que geram angústia, tristeza, mal-estar, estresse e inquietação devem ser inferiores a 5. Já os departamentos que estão funcionando bem e em evolução devem ter uma nota de 6 a 9.

Não é recomendado colocar a nota máxima em algum departamento, mesmo que esteja tudo maravilhoso, pois, ao colocar o máximo, seu cérebro entenderá que não precisa mais investir nesta área de sua vida.

7 Para ajudá-lo, quero fazer algumas perguntas acerca de cada departamento, a fim de conduzi-lo na sua tomada de consciência e reflexão.

Familiar: Como anda seu relacionamento familiar? Você tem que nível de intimidade com seus pais? E com seus filhos (caso já os tenha)? Você participa de atividades em família? Como é essa relação? Vocês conversam? Têm empatia e colaboração? Existe sentimento de gratidão de uns pelos outros? Fazem surpresas de amor uns para os outros?

Nome: _____

Data: / /

Este material faz parte do Projeto Social do Instituto Teen Mentors.



Tem Jeito e Vale a Pena

REALIDADE ATUAL

Relacional: Você tem algum relacionamento amoroso? Se sente feliz com seu parceiro(a)? Você acredita que essa relação agrega valor à sua vida? Vocês têm sonhos em comum? Seus valores e princípios são semelhantes?

Caso não tenha um relacionamento: Essa condição o incomoda? Isso o angustia e traz tristeza? Ou é algo tranquilo para você estar sozinho?

Social: Você tem amigos? Na quantidade que gostaria? Na qualidade que gostaria? O quanto pode contar com eles? O quanto se relaciona com eles? Marcam para sair? Compartilham vitórias e derrotas?

Saúde: Como anda se alimentando? Se alimenta na hora certa? Alimentos saudáveis fazem parte de seu cardápio? Faz alguma atividade física? Como é seu sono? Tem insônia ou acorda com frequência durante a noite?

Intelectual: Você estuda? O quanto se dedica aos seus estudos? O quanto organiza e prioriza este departamento da sua vida? Você tem hábito de leitura? Quantos livros lê por ano? Faz cursos regularmente? Está sempre se atualizando? Tem técnicas de estudo: mapa mental, resumos, autoexplicação, interrogação elaborativa?

Profissional: Você tem um emprego? Trabalha no que gosta? Se dedica 100% às suas funções? Você reclama muito ou agradece por sua vida profissional? Você

Nome: _____

Data: / / _____

Este material faz parte do Projeto Social do Instituto Teen Mentors.



Tem Jeito e Vale a Pena

REALIDADE ATUAL

tem interesse em conhecer coisas novas? É proativo e verdadeiramente interessado?

Caso não trabalhe: Você gostaria de trabalhar com o quê? Você está se empenhando ao máximo neste departamento? Está realmente disposto a ser um bom profissional? Você observa e estuda sobre as possíveis profissões que pode exercer?

Emocional: O quanto gerencia suas emoções? Você se arrepende muito de seus atos? É impulsivo? Estressado? Reclama todos os dias? O quanto já perdeu oportunidades em virtude de seu temperamento? É autoritário? Ou passivo demais? Fica ansioso? Está depressivo? Sente-se cansado, esgotado? Consegue se relacionar bem com a maioria das pessoas? Ou tem muitos conflitos pessoais? Tem amizades de longo prazo? Bom relacionamento com a família? Tudo isso está ligado à sua gestão emocional.

Solidariedade: Você ajuda alguém? Você tem doado seu tempo ou recursos para ajudar alguma causa, instituição e/ou pessoa? Você tem espírito de um doador? Se sente bem ao ajudar? Contribui em sua escola, trabalho, comunidade? O que faz semanalmente para ajudar o próximo? Você se dedica ou pensa sobre esse seu departamento?

Futuro: Este departamento é muito importante, porém com o corre-corre do dia a dia deixamos muitas vezes de programar ou sequer pensar sobre o nosso futuro. Você sabe o que deseja de seu futuro? Você escreve

Nome: _____

Data: / / _____

Este material faz parte do Projeto Social do Instituto Teen Mentors.



Tem Jeito e Vale a Pena

REALIDADE ATUAL

suas metas e objetivos em algum lugar? Planeja seu futuro? Estrutura sua semana? Organiza seu tempo?

Espiritual: Você acredita em Deus? O quanto se dedica a este departamento da sua vida? Independente de religião, o quanto compromete seu tempo para se dedicar a sua espiritualidade? Você consulta seus princípios religiosos antes de tomar uma decisão? O quanto você se conecta com o Criador? Você ora ou reza todos os dias? Você conversa com Ele? Investe nesta relação? Vocês tem intimidade?

Agora que refletiu sobre cada departamento da sua vida em sua realidade atual, preencha as janelas a seguir com a nota de cada departamento.

Após olhar cada área de sua vida com carinho e com sinceridade, perceba quais departamentos você abandonou há algum tempo. Veja quais precisam de sua atenção urgente, antes que sua empresa entre em falência. E tome uma decisão, uma atitude, a ação por onde vai iniciar seu processo de retomada. Calma, temos como recuperar, independentemente de onde esteja. Comece com pequenos GRANDES passos. Lembre-se:

“Nenhum problema é tão grave que não tenha solução e nada é tão bom que não possa melhorar”.

Mediante tudo que aprendeu e entendeu até agora, qual decisão você toma?

Nome:

Data: / /

Este material faz parte do Projeto Social do Instituto Teen Mentors.



Tem Jeito e Vale a Pena

Atividade 2

MINHA EMPRESA, MINHA VIDA

FUTURO	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	ESPIRITUAL
EMOCIONAL	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	SOLIDARIEDADE
INTELECTUAL	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	PROFISSIONAL
SOCIAL	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	SAÚDE
FAMILIAR	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	RELACIONAL

Nome: _____ Data: / /

Este material faz parte do Projeto Social do Instituto Teen Mentors.



Tem Jeito e Vale a Pena

Decisões

DEPARTAMENTO: _____

AÇÃO: _____

Eu decido que hoje irei iniciar o gerenciamento da minha Empresa Vida, me dedicando a cada departamento para estruturação da minha vida.

_____, _____ de _____ de _____.

Assinatura

Mediante tudo que aprendeu e entendeu até agora, qual decisão você toma?

Nome: _____ Data: / /

Este material faz parte do Projeto Social do Instituto Teen Mentors.



*Tem Jeito e
Vale a Pena*

3 Atividade

EU ESCOLHO

Você prefere levar sua vida como está ou prefere ter o conhecimento que o fará ser mais seguro e assertivo em suas escolhas?

Você prefere tentar ou prefere ter a certeza de que desistiu mais uma vez?

Você prefere superar seus medos ou prefere viver na sombra deles todos os dias?

Você vai se dar uma oportunidade real de conhecer algo novo baseado em centenas de pesquisas ou vai continuar com as suas próprias certezas?

Nome: _____

Data: / / _____

Este material faz parte do Projeto Social do Instituto Teen Mentors.





Tem Jeito e Vale a Pena

Você compreendeu que assumir suas escolhas é aceitar seu passado e que isso significa abandonar todo o tempo de ignorância do conhecimento ou você prefere continuar se vitimando?

Você quer dar um basta nesse ciclo autodestrutivo e fazer sua primeira escolha decisiva e consciente?

Você é um escolhido? Então escolha se capacitar?

Escreva 3 vezes: “Eu escolho mudar meu mundo!”

Faça uma mensagem para você, explicando com o máximo de sentimentos e argumentos, a sua escolha de hoje.

Envie sua escolha para nosso e-mail e, ao final de sua leitura, terá uma surpresa lhe esperando.

E-mail: temjeitoevaleapena@teenmentors.com.br

Mediante tudo que aprendeu e entendeu até agora, qual decisão você toma?

Nome:

Data: / /

Este material faz parte do Projeto Social do Instituto Teen Mentors.



Tem Jeito e
Vale a Pena

Atividade

O QUE ME MOVE?

Quais são meus vícios?

Quais são os meus principais comportamentos nocivos, tanto para mim, como com os outros?

O que me faz perder tempo?

Quais são as atividades que mais gosto de fazer, com as quais me sinto bem?

Quais desafios superei que mais me orgulham?

Nome: _____

Data: / / _____

Este material faz parte do Projeto Social do Instituto Teen Mentors.





Tem Jeito e Vale a Pena

O que meus amigos falam que sou bom fazendo?

O que faço por horas sem perceber o tempo passar?

Quais são os sonhos que já realizei?

Quais são os sonhos que quero realizar?

O que desejo para minha família?

O que desejo para as pessoas que mais amo?

O que desejo para o mundo?

O que acredito ser possível, mesmo que bem desafiador?

Nome: _____

Data: / / _____

Este material faz parte do Projeto Social do Instituto Teen Mentors.



Tem Jeito e Vale a Pena

E, agora, pense:

O que eu posso fazer para contribuir com isso tudo?

Entende que o real motivo para prosseguir vai além de você?

Se comprometa por você, mas também por sua família, pelas pessoas que ama, que o ajudaram até aqui. Faça isso pelo seu **eu do futuro**, pelo que vai se tornar, pelas pessoas que vai ajudar, por aquelas que ainda vão nascer e que precisarão de você. Faça isso por seus filhos, netos, pacientes, alunos, fornecedores, clientes, amigos; pessoas que estão presas em sua dor e que estão esperando alguém dizer que TEM JEITO E VALE A PENA. E essa pessoa pode até mesmo ser você.

Então, por si mesmo e por todos nós que esperamos por você no seu futuro, motive-se!

Gratidão! Eu sabia que você era um escolhido!

E os escolhidos são capacitados. Então, foi dada a largada! Tome sua injeção de Benzetacil e inicie sua nova vida.

Você escolheu que *Tem Jeito e Vale a Pena*.

Mediante tudo que aprendeu e entendeu até agora, qual decisão você toma?

Nome:

Data: / /

Este material faz parte do Projeto Social do Instituto Teen Mentors.



Tem Jeito e
Vale a Pena

5 Atividade

QUEM SOU EU?

MEU PÂNTANO, OU MEU JARDIM?

Convido você a ir mais fundo agora. Convido-o a se conhecer por inteiro e a entender o que as pessoas, as circunstâncias e as suas escolhas guardam dentro de você e como elas moldam seu comportamento e sua identidade atualmente.

Porém, preciso de sua responsabilidade neste momento. Preciso de seu compromisso de que vai fazer a atividade até o final. Você não pode parar no meio do caminho. Vamos levar em torno de 30 minutos de total dedicação. Preciso que dê a devida importância a este momento, pois ele é essencial para ter jeito e valer a pena cada palavra deste treinamento.

Então leia atentamente as instruções:

1 Você vai avisar a uma pessoa de confiança que vai fazer um exercício de autoconhecimento profundo e vai pedir que, em 30 minutos, essa pessoa ligue para você e diga: Parabéns!

Você precisa ter alguém ciente de que está lendo este livro-treinamento e de que você precisa voltar em 30 minutos.

2

Nome: _____

Data: / /

Este material faz parte do Projeto Social do Instituto Teen Mentors.



Tem Jeito e Vale a Pena

3 Você não pode ser interrompido, tocado ou chamado durante este exercício;

Você precisa tirar o som do seu celular e necessita encontrar um ambiente tranquilo e seguro;

5 Se desejar, coloque uma música instrumental que goste e que lhe traga leveza e tranquilidade. Pode ser um som de natureza ao fundo para ajudá-lo na conexão com você mesmo.

Você precisa levar a sério e dar prioridade a este treinamento, pois estamos em um processo de autoconhecimento e isso poderá mudar definitivamente a sua vida.

Temos um Acordo?

Sim () NÃO ()

_____, _____ de _____ de _____

Assinatura

Nome: _____ Data: / /

Este material faz parte do Projeto Social do Instituto Teen Mentors.





Tem Jeito e Vale a Pena

Vamos começar nossa viagem ao subconsciente...

Respire lentamente;

Sinta sua respiração e relaxe seu corpo;

Tente se sentir leve e feliz, afinal você é um corajoso que quer se conhecer por completo;

Sinta paz e tranquilidade;

Agora imagine que está andando em um jardim, em um lindo jardim florido e perfumado;

Permita-se sentir o perfume e a brisa em seu rosto. Você está feliz;

A cada aroma, você lembra de um momento de alegria;

Sinta este momento: seu nascimento, aprender a andar, lembre-se de algo que conquistou, das pequenas coisas que eram grandiosas para você quando criança, daquele sorriso sincero, da alegria. Vá andando por este jardim e vendo um filme da sua vida passando por todas as suas vitórias e conquistas. Todas elas têm um perfume especial;

Agora, pare de ler, feche os olhos e sinta esses perfumes e momentos especiais por 5 minutos pelo menos. Não tenha pressa, lembre-se de que é um processo e, para avançar, você precisa passar por algumas etapas.

Nome: _____

Data: / / _____

Este material faz parte do Projeto Social do Instituto Teen Mentors.



Tem Jeito e Vale a Pena

Agora preciso que imagine que, ao lado desse jardim, há um pântano cheio de pedras, de dor, um lugar escuro e sem luz;

Você vai agora entrar no pântano e se deparar com a sua dor e identificar as pedras que carregou para que nunca mais precise levá-las com você;

Agora escreva: o que está em seu pântano? Quem está lá? Quais momentos merecem ser esquecidos e abandonados? Quem o levou até lá? Quem o ensinou esse caminho? Quais circunstâncias o levaram a ficar sentado nesta pedra? O que o fez chorar, ter medo, sofrer? Qual a sua dor mais profunda a ponto de senti-la fisicamente? Você já sentiu essa dor que corrói o coração? Dor que rasga? Escreva aqui tudo o que tem neste pântano. Para cada pedra, dê um nome;

Agora respire. Volte aqui. Caso não se sinta bem, não pare antes de finalizar esta atividade até o final;

Vamos fazer o mesmo com o jardim. Escreva em cada flor um momento de alegria, de satisfação, de vitória, um momento de superação;

Lembre-se de coisas simples que lhe geraram boas risadas;

Escreva pelo menos 10 flores do seu jardim e, se conseguir se lembrar, escreva também 10 pedras do seu pântano;

Respire, olhe com um olhar agora racional para seu pântano e para seu jardim;

Nome: _____

Data: / / _____

Este material faz parte do Projeto Social do Instituto Teen Mentors.





Tem Jeito e Vale a Pena

Saia da dor por alguns minutos. Deixe cada pedra em seu lugar;

Olhe de cima, de fora, como se não fosse você. Como um juiz de futebol, seja imparcial. Apenas observe os dois lados;

Agora responda: onde tem ficado mais tempo?

Em que lado vem cultivando suas sementes?

Você vem adubando seu jardim? Ou passa dias em seu pântano?

Você estava preso no pântano? Não sabia que também tinha um jardim?

Precisamos de mais 5 minutos apenas;

Estou contigo aqui e preciso que acredite que, da mesma forma que o pântano tem portas de entrada, também tem portas de saída;

Quais sementes deseja regar, adubar e deixar crescer em você a partir de hoje?

Vamos cultivar nosso jardim? Mesmo que esteja pequeno, podemos fazer ele florescer;

Só mais 2 coisas: veja o desenho dos portões entre seu jardim e seu pântano;

Nome: _____

Data: / / _____

Este material faz parte do Projeto Social do Instituto Teen Mentors.

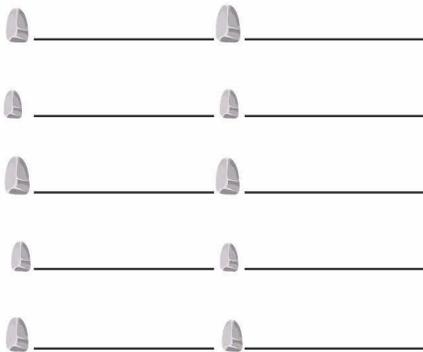


Tem Jeito e Vale a Pena

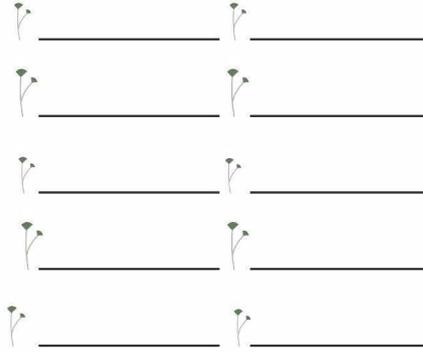
Agora, desenhe cadeados e sirenes de alerta para não ficar entrando em seu pântano todos os dias. Feche essa porta, você já sabe o que tem lá e nem será preciso se esforçar para lembrar de coisas que não estão lá, pois você decidiu viver no jardim e você precisa trabalhar com afinco para que ele cresça em sua vida, embeleze e perfume a sua vida e todos daqueles que virão depois de você.

Escreva na ilustração a seguir o que viu. Agora seja grato e aprenda a respeitar sua história.

Pântano



Jardim



Mediante tudo que aprendeu e entendeu até agora, qual decisão você toma?

Nome: _____ Data: / / _____

Este material faz parte do Projeto Social do Instituto Teen Mentors.



Tem Jeito e
Vale a Pena

Atividade 6

EXERCITANDO A SABEDORIA

Então chegamos ao momento de começar sua capacitação na prática da gratidão. Nosso objetivo é levá-lo a viver realmente no seu jardim e a contemplar o que já plantou e colheu de bom em sua vida.

Chegou a hora de valorizar cada semente de vitória, começando com seu nascimento — que já é o milagre da vida —, passando por seu crescimento, por aprender a ler, pelos lugares que morou, pelas noites de frio nas quais teve um cobertor, pelos dias que teve comida, pelos aniversários que celebrou, pelas doenças de que se curou, pelas amizades que construiu, pelos dias em que sorriu e cantou, pelos momentos em que orou, rezou, clamou por um caminho — e chegamos ao hoje. Estamos aqui.

Convido-o a fazer o um exercício poderoso, lembrando que quanto maior a entrega maior a mudança. Então, siga as instruções:

Nome: _____

Data: / / _____

Este material faz parte do Projeto Social do Instituto Teen Mentors.



Tem Jeito e Vale a Pena

1 Coloque uma música instrumental que goste e lhe dê paz e serenidade;

2 Agora você vai fazer 3 cartas com toda sua dedicação e sinceridade;

3 Esse momento é um presente para você. Permita-se fazer com toda a calma;

4 Possivelmente leve em média 30 minutos, sendo 10 minutos para cada carta;

5 Desligue seu celular para não ser interrompido e avise na sua casa para não o chamarem;

6 Atenção: ao acabar as 3 cartas, você irá colocar fogo ou picar bem picado e jogar no vaso sanitário a carta 1 e a carta 2. A carta 3, você pode guardar se desejar.

7 Não leia o tema da carta 2 e da 3 antes que finalizar a carta 1. Você precisa respeitar o processo. Caso não siga as orientações, o resultado poderá ser inválido. Faça o passo a passo. Escreva a carta 1, só depois leia a explicação e faça a carta 2 e, por último, leia as instruções e faça a carta 3.

8 Não se esqueça da música instrumental. Ela irá ajudá-lo a se conectar com sua verdadeira essência.

Nome: _____

Data: / / _____

Este material faz parte do Projeto Social do Instituto Teen Mentors.



Tem Jeito e
Vale a Pena

Carta 2

Lined writing area for the letter.

Nome: _____ Data: / /

Este material faz parte do Projeto Social do Instituto Teen Mentors.





Tem Jeito e Vale a Pena

Carta 3

SEU PERDÃO

Escreva uma carta para você mesma. Converse com você e se perdoe. Diga que não sabia que poderia escolher sair do pântano, que tinha medo, que aprendeu a acreditar que não era capaz, que você errou, pecou, mentiu. Diga que, durante momentos da sua vida, você foi uma suicida emocional, que matou sonhos, que desistiu de pessoas e de projetos, que abandonou sua identidade mesmo sem saber e que parou de servir e de se sentir útil e, com isso, treinou a mágoa, a tristeza, a vaidade, a luxúria, os vícios, as amizades tóxicas; que se afastou de hábitos saudáveis que lhe faziam bem, que começou a se transformar em uma pessoa amarga, estressada e possivelmente também assassinou sonhos de outras pessoas, magoando, decepcionando, traindo, usando, abusando, mentindo, enganado, roubando e manipulando. Agora finalize sua carta para você com todo seu amor, perdão e gratidão por ter dado esse grande passo na sua vida ao escolher acreditar em você mesmo não sabendo que tinha jeito e valia a pena. Diga pelo menos 3 motivos pelo qual é grato e 3 motivos pelo qual se ama.

Nome: _____

Data: / / _____

Este material faz parte do Projeto Social do Instituto Teen Mentors.



Tem Jeito e
Vale a Pena

Carta 3

Handwritten notes area with horizontal lines.

Mediante tudo que aprendeu e entendeu até agora, qual decisão você toma?

Handwritten answer area with horizontal lines.

Nome: _____ Data: / /

Este material faz parte do Projeto Social do Instituto Teen Mentors.



*Tem Jeito e
Vale a Pena*

7 Atividade

MURAL DOS SONHOS

Agora você já entendeu que tem um potencial muito maior do que imaginava. Agora já compreende que pode treinar até se tornar o que deseja, que você pode sonhar mais alto. Certo?

Então, escreva aí de 6 a 10 sonhos que deseja realizar. Lembra-se de que você é o CEO da sua empresa chamada vida? Lembra-se de que você precisa gerenciar vários departamentos?

Logo, escreva a seguir seus sonhos para cada departamento e o que cada sonho vai lhe trazer de resultados e sentimentos. Exemplo: eu tenho uma foto no meu mural dos sonhos em que estou autografando um livro que será um best-seller. Será que será deste livro?

Agora separe imagens da internet — imagens para representar cada um de seus sonhos no futuro. Não pode ser foto sua (fotografia é passado). Escolha pelo menos 6 imagens de pessoas felizes, imagens que representem sonhos em departamentos diferentes da sua vida, tais como: casamento, família, estudo, formatura, casa, emprego, amigos, saúde, sua relação com Deus.

Nome: _____

Data: / / _____

Este material faz parte do Projeto Social do Instituto Teen Mentors.



Tem Jeito e Vale a Pena

Após escolher as imagens, faça uma montagem dessas fotos e salve em seu celular e, se puder ir além, faça o seu mural dos sonhos. Isso mesmo, imprima essas imagens e faça um mural na parede. Cole na porta do armário ou em um quadro de avisos e todos os dias escolha uma das imagens e comece a desenvolver a técnica da visualização.

Você pode ir até o seu futuro através de seus pensamentos. Isso é chamado de visualização positiva de futuro. Essa é uma das práticas que mais me ajudam a ser perseverante em meus objetivos. Quando você coloca um sonho no papel, coloca data e cria um pequeno passo a passo de como pode chegar até lá, como um plano de ação, esse sonho se torna uma meta.

Você vai se especializando em visualizar suas metas. Assim, você direciona seus pensamentos, sentimentos e comportamentos e, com eles alinhados a um mesmo propósito, você multiplica a possibilidade de realizar seus sonhos e, com isso, mudar a sua história.

Nome: _____

Data: / / _____

Este material faz parte do Projeto Social do Instituto Teen Mentors.



Tem Jeito e
Vale a Pena

Atividade 8

7 PASSOS DA SOBREVIVÊNCIA

E, agora, vá colocar em prática todas as suas decisões e escolhas. Lembre-se:

Conhecimento + Estratégia + Prática = Treinamento Eficaz

Então para seu treinamento ser realmente eficaz, precisamos estabelecer um passo a passo. Ok?

Para ficar mais claro, antes de finalizar esta atividade, veja os vídeos sobre os 7 Passos da Sobrevivência.

Fizemos um e-book em 2017 com este material e foi a partir dele que se iniciou nosso projeto social, por meio do qual já levamos essa palestra para mais de 5.000 adolescentes. Com todas as histórias de superação que vimos e ouvimos até hoje, nos inspiramos para expandir este projeto e distribuir gratuitamente este livro-treinamento.

Agora, anote os 7 passos para nunca se esquecer deles e veja a surpresa dos vídeos que fiz para você falando um pouquinho de cada passo. Fiz questão de não regravar os vídeos, para você lembrar que deve sempre usar os recursos e ferramentas que têm, os quais às vezes podem até parecer pequenos, mas, com a prática e com a gratidão, serão pequenos GRANDES passos que mudarão a sua vida e a vida daqueles que ama.

Nome: _____

Data: / / _____

Este material faz parte do Projeto Social do Instituto Teen Mentors.



Tem Jeito e Vale a Pena

Então, anote:

- 1 **DECIDA SER FELIZ;**
- 2 **ACREDITE NA MUDANÇA;**
- 3 **SAIA DO CICLO DA AUTOSSABOTAGEM;**
- 4 **ENCHA SUA CAIXA DE FERRAMENTAS;**
- 5 **FIQUE LIGADO NA GRATIDÃO;**
- 6 **ESTABELEÇA METAS: FUTURO CLARO;**
- 7 **AUTORRESPONSABILIDADE: INSPIRAR PESSOAS.**

Veja cada vídeo no canal do Youtube do Teen Mentors / Playlist / Passo a Passo da Sobrevivência #TJVP

Acesse:

<https://www.youtube.com/playlist?list=PLUJyPRr9tZe3nHkAccBxjvmFnj3dal0PT>

E agora? Qual sua decisão?
Tem jeito e vale a pena mesmo?

Qual a história que vai contar para seus filhos e netos?

Que tal contar pra gente?

Eu vou querer saber o que fez para dar jeito e fazer valer a pena.

Mande sua história para o nosso e-mail:
temjeitoevaleapena@teenmentors.com.br

Calma aí, não acabou!

Mediante tudo que aprendeu e entendeu até agora, qual decisão você toma?

Nome:

Data: / /

Este material faz parte do Projeto Social do Instituto Teen Mentors.



Tem Jeito e
Vale a Pena

Atividade

TROCANDO O ÓCULOS

Entendemos que para alcançarmos a autorrealização e maturidade espiritual precisamos treinar essa visão dos acontecimentos do mundo e dar novos significado através do óculos da gratidão.

Desta forma selecione 4 momentos no qual pensou, sentiu ou teve medo, ódio, inveja e raiva e agora transforme o mesmo momento e salve esse instante com um novo significado. Isso mesmo, responda:

1. Lembre-se de um momento que teve medo e hoje vê, que se aventurou, sendo corajoso para viver o novo. Que momento foi esse?
2. Lembre-se de um momento que teve inveja e hoje vê, que na verdade, é uma grande oportunidade de se inspirar em algo que seja também para seu desenvolvimento? Que momento foi esse?
3. Lembre-se de um momento que teve ódio e hoje vê, que na verdade é uma grande oportunidade de gerar amor, compaixão e perdão. Que momento foi esse?
4. Lembre-se de um momento que teve raiva e hoje vê, que

Nome: _____

Data: / /

Este material faz parte do Projeto Social do Instituto Teen Mentors.



Tem Jeito e Vale a Pena

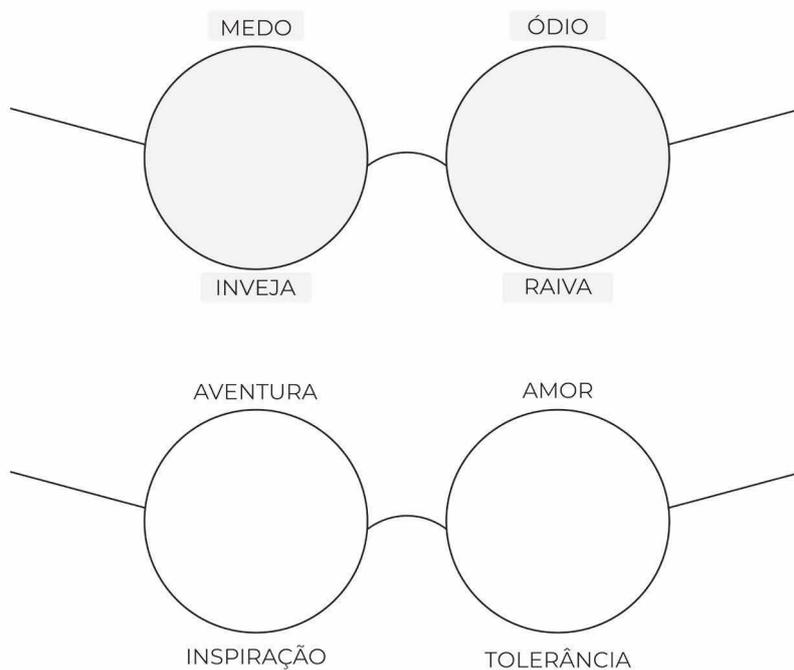
na verdade é uma grande oportunidade de gerar tolerância e temperança. Que momento foi esse?

Preencha na ilustração a seguir.

Vamos ressignificar o passado e construir um novo futuro?

Mude seus óculos e veja sua nova realidade chamada futuro.

Trocando o Óculos



Mediante tudo que aprendeu e entendeu até agora, qual decisão você toma?

Nome:

Data: / /

Este material faz parte do Projeto Social do Instituto Teen Mentors.





PATRICIA ESTRELA

Filha amada de Deus, mãe da Pietra, escritora, mentora, gratidóloga, psicóloga, analista comportamental, especialista na psicologia positiva, psicologia cognitiva comportamental, neurociência do comportamento e eterna aprendiz.

Atualmente é CEO da Escola de Educação Psicosocioemocional Teen Mentors. Ao longo de 23 anos de experiência e mais de 40 cursos na área do desenvolvimento humano idealizou uma metodologia exclusiva de treinamento pessoal que já impactou mais de 13.000 jovens.

Apesar de uma adolescência difícil e conturbada, Patricia Estrela obteve seu sucesso profissional, pessoal, emocional e espiritual provando, na prática, que tem jeito e vale a pena.

teenmentors.com.br/tjvp

Tem Jeito e Vale a Pena!

Seja bem-vindo ao nível viver...
PRONTO PARA SERVIR?

Este material faz parte do livro-treinamento **Tem Jeito e Vale a Pena**.
Projeto Social e totalmente gratuito do Instituto de **Educação Teen Mentors e Patricia Estrela**.
Baixe seu exemplar completo no: www.teenmentors.com.br/tjvp

Teen
MENTORS
VAMOS MUDAR O MUNDO

ANEXOS

Anexo A – Ofício da escola CEF 306 Norte solicitando a Metodologia STAR.



GOVERNO DO DISTRITO FEDERAL
SECRETARIA DE ESTADO DE EDUCAÇÃO DO DISTRITO FEDERAL
Coordenação Regional de Ensino do Plano Piloto
Centro de Ensino Fundamental 306 Norte

Ofício Nº 4/2022 - SEE/CREPP/CEF 306 NORTE

Brasília-DF, 16 de novembro de 2022.

Ilustríssimo Senhor

Secretário de Estado da Secretaria Extraordinária da Família - DF

Ao cumprimentá-lo cordialmente, solicitamos a inclusão desta Instituição Pública de Ensino no rol de instituições que receberão as ações vinculadas ao "Projeto Amor pela Família."

Tal solicitação prende-se ao fato de que esta equipe gestora tem buscado ações que possam amenizar e reduzir os prejuízos, não somente os pedagógicos, mas aqueles de ordem sócio-emocionais-afetivos, acarretados pela pandemia do COVID-19. Atualmente, nossa escola *não conta com nenhum profissional de atendimento especializado*, orientador, psicólogo, pedagogo, professor em sala de apoio, toda a demanda apresentada e as necessidades urgentes de nossos estudantes, de aspecto emocional, tem sido na medida do possível, acolhida pelos membros da equipe gestora e os casos mais graves, o que contabilizam mais de 60%, encaminhados para atendimento nas Unidades Básicas de Saúde, que doravante também não tem conseguido absorver prontamente toda a demanda.

Pode-se observar que diariamente um número elevado, crescente e preocupante de estudantes com crise de ansiedade, relatos depressivos, episódios de agressividade, violência verbal, ameaças, automutilação, inclusive casos em que ameaças de suicídio concretizaram-se.

A Proposta Político Pedagógica do CEF 306 Norte tem como proposta de trabalho para o ano de 2022 uma discussão central que tem se dado em torno da temática "Respira Fundo... Que pela frente ainda tem muito mundo!", atrelado à temática temática central de 2021, em alusão à comemoração dos 50 anos de fundação da escola, que buscava resgatar e valorizar nossas raízes, nossas histórias, bem como trabalhar a construção da identidade do estudante através do processo de coparticipação e cocriação da história de cada um relacionando diretamente com a história do CEF 306 NORTE, que não foi desenvolvida em sua integralidade em virtude do isolamento social causado pela pandemia da Covid-19.

Por fim, consideramos que embora o ano letivo esteja próximo ao seu fim, a realização das oficinas do Projeto Amor pela família, metodologia STAR, validada, e com resultados comprovados vem de encontro ao que o PPP propõe para o encerramento do ciclo da retomada pós pandêmica iniciada em fevereiro do ano em curso:

4º Bimestre – A HISTÓRIA QUE QUEREMOS CONTAR

O que você almeja para o futuro? O que queremos para o futuro de todos nós?

Na certeza de contar com Vossa atenção e presteza no que concerne ao deferimento do pleito, despeço-me dispensando votos de estima e apreço, ensejando excelentes gestões em prol de um futuro, onde a superação de desafios seja possível através da soma das competências intelectuais e das competências emocionais para nossas crianças.

Atenciosamente,

Ana Paula Salim Bastos de Lima Santos

Anexo B - Ofício da escola CEF 102 solicitando a Metodologia STAR.

13/05/2022 17:22

SEI/GDF - 86426828 - Ofício



GOVERNO DO DISTRITO FEDERAL
SECRETARIA DE ESTADO DE EDUCAÇÃO DO DISTRITO FEDERAL
Coordenação Regional de Ensino do Plano Piloto
Centro de Ensino Fundamental 102 Norte

Ofício Nº 3/2022 - SEE/CREPP/CEF 102 NORTE

Brasília-DF, 13 de maio de 2022.

À sua Excelência, a Senhora
Hélvia Paranaguá
Secretária de Educação do DF

Ao cumprimentá-la cordialmente, colocamos esta Unidade de Ensino à disposição para que seja implantado o Projeto Amor pela Família.

Em um ambiente de mudanças aceleradas, e pós-ensino remoto, fica cada vez mais evidente a necessidade de cultivar não somente as habilidades intelectuais, mas, acima de tudo, as competências emocionais. Atualmente, a equipe de apoio do CEF 102 Norte é composta apenas por um Orientador Educacional e com a Sala de Recursos Generalista. Porém, com a alta demanda apresentada, nossa equipe não tem conseguido atender às necessidades urgentes dos nossos estudantes e professores.

Temos presenciado diariamente muitos estudantes com crise de ansiedade, relatos depressivos, episódios de agressividade, violência verbal, ameaças, automutilação, e até mesmo um caso concreto de tentativa de suicídio.

A Proposta Político Pedagógica do CEF 102 Norte tem como Projeto estruturante o Projeto #102INOVA, que envolve inovação no espaço físico, nas relações humanas e na prática pedagógica. Todos os outros projetos da escola estão inseridos no #102INOVA, como por exemplo, o Projeto ComViva. Este é o projeto de convivência para este ano de 2022, que está sendo trabalhado transversalmente nas disciplinas, por meio de uma metodologia chamada Aprendizagem Baseada em Projetos. Tem como referência os cinco pilares do Manifesto pela Paz da ONU 2000, que são: Preservar a Vida, Rejeitar a Violência, Preservar o Planeta, Ouvir para Compreender e Ser Generoso, temas estes que serão trabalhados em cada um dos 4 Bimestres do ano de 2022. Inclusive, no primeiro bimestre, trabalhamos o pilar Preservar a Vida, que engloba temáticas como saúde mental, autoestima, ansiedade e depressão.

Nesse sentido, O CEF 102 Norte tem muito interesse em participar do Projeto Amor pela família, principalmente por ser uma metodologia STAR, validada, e com resultados comprovados, o que vai ao encontro do Projeto ComViva e das competências socioemocionais que o CEF 102 Norte vem trabalhando com os estudantes. Nossos estudantes precisam desse acompanhamento psicológico e terapêutico. Temos acompanhado os resultados na escola CEM 12 e gostaríamos muito de implantar nesta Unidade de Ensino. A superação de obstáculos só é possível com a junção de robustas capacidades intelectuais a intensas competências emocionais.

Desde já agradecemos e nos colocamos à disposição para quaisquer esclarecimentos que se fizerem necessários.

Atenciosamente,

Viviane Coelho da Silva de Lima

Anexo C - Ofício de escola CEF 04 solicitando a Metodologia STAR.

	SECRETARIA DE ESTADO E EDUCAÇÃO DO DISTRITO FEDERAL SUBSECRETARIA DE EDUCAÇÃO BÁSICA CORDENAÇÃO REGIONAL DE ENSINO DE CEILÂNDIA CENTRO DE ENSINO FUNDAMENTAL 04 DE CEILÂNDIA	
Ceilândia - DF, 17 de maio de 2022.		
Ofício nº 04 /2022		
<u>Assunto: Projeto Amor pela Família.</u>		
Senhora Secretária,		
<p>O pós pandemia trouxe uma nova realidade para dentro das escolas. Com o isolamento social houve um impulsionamento dos casos de ansiedade, depressão, automutilação, ideação suicida, bem como os casos de violência. Pensando na necessidade de um treinamento das habilidades socioemocionais para nossos estudantes e famílias devido às dificuldades de sociabilidade, convivência e solução de conflitos, pensamos na necessidade e importância de um trabalho coletivo. Mediante isso, conhecemos o projeto Amor pela Família que está sendo executado no CEM 12 de Ceilândia. Conversamos com a equipe do projeto e a diretora e ambos relataram melhorias significativas no ambiente escolar. Por este motivo, gostaríamos de solicitar para que esse projeto Amor pela Família seja disponibilizado para nossa escola. O projeto é executado pela Secretaria da Família, com objetivo de melhorar o ambiente familiar e consequentemente favorecer o desenvolvimento e aprendizado dos nossos alunos.</p>		
<p>Atualmente o CEF 04 de Ceilândia tem o quantitativo de 286 estudantes do 6º e 7º ano no turno matutino e 301 do 8º e 9º ano do turno vespertino. Frente as dificuldades enfrentadas pela comunidade escolar, já relatadas, é de suma importância a adesão da escola ao projeto.</p>		
<p>A SENHORA HÉLVIA MIRIDAN PARANAGUÁ FRAGA SECRETÁRIA DE EDUCAÇÃO DO DISTRITO FEDERAL.</p>		

Anexo D - Ofício da escola CEM 12 solicitando a Metodologia STAR para mais alunos.

GOVERNO DE BRASÍLIA
SECRETARIA DE ESTADO DE EDUCAÇÃO
COORDENAÇÃO REGIONAL DE CEILÂNDIA
CENTRO DE ENSINO MÉDIO 12
EQNP 13 - ÁREA ESPECIAL - SETOR P NORTE - 3901 6905/3901 6906
cem12@ceccoilandia.com



Brasília/DF, 13 de maio de 2022

Do: Centro de Ensino Médio 12 de Ceilândia

Assunto: Necessidade de Ampliação de Servidores

Para: Para a Secretaria Extraordinária da Família

Exmo. Sr. Secretário Léo Vivas,

O CEM12 teve a honra de receber o Projeto Social Amor pela Família, onde foi oferecido um atendimento terapêutico através da metodologia STAR - Sistemico Treinamento de Autoconhecimento Relacional desenvolvido pela psicóloga Patrícia Estrela Pina Vieira e sua equipe de colaboradores.

Foram atendidos cerca de 300 estudantes através de um programa semanal de mentoria e orientação, por meio de oficinas incluídas na Grade Horária dos jovens no Componente Curricular PROJETO DE VIDA.

Estamos passando por momentos difíceis no que se trata da saúde mental e emocional das famílias. O MOMENTO PÓS PANDEMIA está exigindo da Escola estratégias diversificadas para que os estudantes retomem suas vidas "normais", pois após o isolamento social observamos um considerável aumento no número de casos de distúrbios psiquiátricos principalmente no que se trata a ansiedade, depressão e ideação suicida, causados por toda a crise social que acontece desde o ano de 2020.

Para o retorno presencial foi nos apresentado/fornecido documentos e uma série de protocolos com os cuidados necessários para minimizar o risco de transmissão do coronavírus e acolher o estudante e sua família. Mas nenhum trabalho ou atendimento foi realizado para tratar da saúde mental de Professores e estudantes. Os



GOVERNO DE BRASÍLIA
SECRETARIA DE ESTADO DE EDUCAÇÃO
COORDENAÇÃO REGIONAL DE CEILÂNDIA
CENTRO DE ENSINO MÉDIO 12
EQNP 13 – ÁREA ESPECIAL – SETOR P NORTE – 3901 6965/3901 6966
cem12@seecelmea.com



resultados são jovens doentes emocionalmente que se expressam das mais diversas formas (choros, desmaios, crises emocionais, agressividade, violência, ansiedade, transtornos alimentares) em um mesmo ambiente sem pessoal qualificado para o atendimento.

Percebemos no projeto uma oportunidade única de ajudar estudantes e docentes a enfrentar essas angústias. Ficou evidente, ao longo das oficinas, o desenvolvimento socioemocional através do processo de autoconhecimento que resultou em tomadas de decisões mais consciente, interesse aos estudos e reaproximação familiar dos alunos.

Dessa forma, gostaríamos de solicitar a renovação do projeto para que possamos disponibilizar o projeto Amor pela Família para mais alunos no CEM 12, dando continuidade a um processo de reestruturação de vida e autoconhecimento, promovendo um melhor relacionamento consigo mesmo, com a família e com a sociedade.

É de suma importância ressaltar que nesse momento de violência nas escolas, devido a retomada das aulas presenciais, existe uma real e urgente necessidade de desenvolvimento das habilidades socioemocionais para um melhor convívio dos alunos e das famílias, devendo-se considerar que todos os segmentos dentro da Unidade trabalham para o perfeito andamento das atividades pedagógicas que irão garantir a aprendizagem dos estudantes, nosso objetivo primordial.

Confiantes na boa acolhida a esta solicitação, desde já agradecemos a atenção que nos dispensa e, aguardando resposta, colocamo-nos à disposição para outras informações que julgue necessárias.

Atenciosamente,

Daniela de Barcelos Vieira Lima

Vice Diretora CEM12



Anexo E - Carta SEFAM à Secretaria de Educação do DF.**GOVERNO DO DISTRITO FEDERAL****SECRETARIA EXTRAORDINÁRIA DA FAMÍLIA DO DISTRITO
FEDERAL**

Gabinete

Ofício Nº 143/2022 - SEFAM/GAB

Brasília-DF, 23 de junho de 2022.

Prezada Secretária,

A par de meus cumprimentos venho por meio deste agradecer a parceria desta diletta Secretaria de Estado, que propiciou a aplicação do Projeto Amor pela Família na Unidade Educacional Centro de Ensino Médio 12 de Ceilândia.

Registro os cumprimentos e agradecimentos, a equipe gestora e aos profissionais do CEM 12 da Ceilândia, que ao longo desse semestre participaram ativamente das oficinas propiciadas pelo projeto, bem como contribuíram significativamente para a concretude do Projeto em tela, executado pelo Instituto Liderar em parceria com a Secretaria Extraordinária de Família do Distrito Federal.

É importante ressaltar que o Projeto Amor pela Família, foi idealizado para auxiliar famílias na formação e educação emocional de pais e filhos, propiciando o desenvolvimento de habilidades socioemocionais com objetivo de melhorar o relacionamento intrafamiliar. Temos clareza que parceria entre família e escola é um dos principais elementos para o sucesso da educação e por isso foi primordial a aplicação deste em ambiente escolar.

Esperamos que mais oportunidades como esta se concretizem, pois se faz necessário que possamos a cada dia implementar ferramentas que auxiliem nessa rede de proteção aos nossos jovens e famílias para que juntos alcancemos o progresso da nossa comunidade, motivando o desenvolvimento pleno dos indivíduos, e sabemos que é no precioso espaço escolar que podemos lançar as boas sementes com a certeza que colheremos frutos profícuos e duradouros.

Nesse contexto, destacamos também a importância da destinação da emenda parlamentar do Dep. Martins Machado na monta **R\$135.000,00 (cento e trinta e cinco mil reais) que possibilitou o atendimento de aproximadamente 300 alunos do CEM 12 da Ceilândia**, como também a recepção por parte dessa diletta Secretaria de Estado e sua equipe, para que pudéssemos alcançar, conforme pode-se verificar nos relatórios, uma verdadeira mudança de mentalidade daqueles que fizeram parte do projeto Amor pela Família.

Com os votos de estima e consideração, mais uma vez renovo meus agradecimentos, e encaminho para conhecimento o "Relatório Final de Execução do projeto Amor pela Família"

Atenciosamente,

ILIOBALDO VIVAS DA SILVA

Secretário

Anexo F - Atestado de Capacidade Técnico-Operacional – Escola CEM12.

GOVERNO DE BRASÍLIA
SECRETARIA DE ESTADO DE EDUCAÇÃO
COORDENAÇÃO REGIONAL DE CEILÂNDIA
CENTRO DE ENSINO MÉDIO 12
EQNP 13 – ÁREA ESPECIAL – SETOR P NORTE – 3901 6905/3901 6906
cem12@creceilandia.com

ATESTADO DE CAPACIDADE TÉCNICO-OPERACIONAL

CENTRO DE ENSINO MÉDIO 12 DE CEILÂNDIA inscrita no CNPJ nº: 01 927 657 0001-61 com sede na QNP 13 Área Especial S/N, nº do INEP 53007425, por intermédio de seu representante legal, o(a) Sr.(a) MIRTES CORRÊA DE JESUS, infra-assinado, portador(a) da Carteira de Identidade nº 1 734 689 e do CPF/MF nº 821 423 431-04, **ATESTA**, para os devidos fins, que a empresa **INSTITUTO TEENS MENTORS**, inscrita no CNPJ nº 33.148.175/0001-31, com sede no ST SRTV/SUL Qd 701 Conjunto L, Bloco 01, nº 38, sala 729, Parte 136, Asa Sul, Brasília/DF, CEP 70.340-906, prestou serviço compatível com o objeto do Edital Alterado – Tomada de Preço nº 7434/2022, com o Ministério da Mulher, da Família e dos Direitos Humanos – MMFDH, segundo preconiza o artigo 30 da Lei nº 8.666/93.

Registramos que a empresa prestou serviços de Oficinas de Mentoria de Habilidades Sócioemocionais com os estudantes desta Unidade Pública de Ensino, apresentando resultados significativos na conduta, desempenho acadêmico, desenvolvendo uma visão de futuro positiva e melhorias nas relações familiares, detendo qualificação técnica para os serviços prestados.

Atestamos, ainda, que a prestação dos serviços acima referidos apresentou bom desempenho operacional, tendo a empresa cumprido fielmente com suas obrigações, nada constando que a desabone técnica e comercialmente, até a presente data.

Ceilândia, 20 de abril de 2022.

Mirtes Corrêa de Jesus
Diretora - Matr. 201.297-5
DDDF nº 01.41.02/01/2020
CEB/DF - CEM 12 Ceilândia

MIRTES CORRÊA DE JESUS
Diretora do CEM 12

Anexo G – Minuta do Termo de Execução de Fomento – Governo do DF.

01/11/2021 21:13

SEI/GDF - 72927048 - Termo de Fomento (MROSC)



GOVERNO DO DISTRITO FEDERAL

CASA CIVIL DO DISTRITO FEDERAL

Diretoria de Acompanhamento e Controle de Contratos

Termo de Fomento (MROSC) N.º 3/2021

MINUTA

TERMO DE FOMENTO

MINUTA	TERMO DE FOMENTO que entre si celebram o Distrito Federal, por intermédio da Secretaria da Família e da Casa Civil do Distrito Federal; e o Instituto Liderar.
	Processo SEI-GDF n.º 04027-00000163/2021-41

O **DISTRITO FEDERAL**, por meio da **SECRETARIA EXTRAORDINÁRIA DA FAMÍLIA**, cuja delegação de competência foi outorgada pelo Decreto n.º 39.610/2019, situada no Setor Comercial Sul, Edifício Luiz Carlos Botelho, quadra 4, Bloco A, 5 andar, Asa Sul, Brasília/DF, CEP.: 70304-000 doravante denominada **ADMINISTRAÇÃO PÚBLICA**, neste ato representado por **ILIOBALDO VIVAS DA SILVA**, matrícula: 1.700.269-X, portador da Cédula de Identidade n.º 3.983.106 – SSP/DF e inscrito no CPF n.º 551.955.987-20, na qualidade de Secretário de Estado da Secretaria da Família do Distrito Federal, e a Organização da Sociedade Civil **INSTITUTO LIDERAR** doravante denominada **ORGANIZAÇÃO DA SOCIEDADE CIVIL**, inscrita no CNPJ sob o n.º 10.794.172/0001-38, com sede no Edifício Trade Center Central 1 Lotes 1/12 Sala 412, Taguatinga-DF - CEP: 72.010-010, neste ato representada por **JANDERSON EVANS GONÇALVES NEVES**, brasileiro, portador do documento de identificação n.º 000724426 – SSP/MS, inscrito no CPF sob n.º 580.210.431-72, que exerce a função de Coordenador Geral, resolvem celebrar este TERMO DE FOMENTO, regendo-se pelo disposto na Lei Nacional Complementar n.º 101, de 4 de maio de 2000, nas leis orçamentárias do Distrito Federal, na Lei Nacional n.º 13.019, de 31 de julho de 2014, respectivos regulamentos e demais atos normativos aplicáveis, mediante as cláusulas seguintes:

1. CLÁUSULA PRIMEIRA - DO OBJETO

1.1. Este instrumento tem por objeto a realização do Projeto Social Amor pela Família no âmbito do Distrito Federal. Será oferecido um atendimento terapêutico através da metodologia STAR – Sistemico Treinamento de Autoconhecimento Relacional desenvolvido pela psicóloga Patricia Estrela Pina Vieira.

Anexo H – Diário Oficial.

PÁGINA 93

Diário Oficial do Distrito Federal

Nº 230, SEXTA-FEIRA, 10 DE DEZEMBRO DE 2021

2.9. Recurso cujo teor desrespeite a banca examinadora será preliminarmente indeferido.
 2.10. A banca examinadora constitui última instância administrativa para recurso, razão pela qual não caberão recursos adicionais.
 3. DAS DISPOSIÇÕES FINAIS
 3.1. A retificação do edital do resultado preliminar da prova discursiva de conhecimentos jurídicos dos candidatos do concurso público para provimento de vagas e formação de cadastro de reserva no cargo de Delegado de Polícia da carreira de Delegado de Polícia do Distrito Federal (PCDF) fica devidamente homologado nesta data.
 3.2. É de inteira responsabilidade do candidato acompanhar a publicação de todos os atos, editais e comunicados referentes a este concurso público no Diário Oficial do Distrito Federal.

YURI PEREIRA FERNANDES

SECRETARIA DE ESTADO DE
TRANSPORTE E MOBILIDADE

SUBSECRETARIA DE ADMINISTRAÇÃO GERAL

RECONHECIMENTO DE DÍVIDA

Processo: 00098-00010088/2019-45. Interessados: ALBERTO BOFF, BRUNO OLIVEIRA BOCCI, CARLOS SILVESTRIN, EDSON BATISTA LOPES, GABRIELA MACIEL MARQUES, JOSÉ CARLOS DOS SANTOS FILHO, LARA PEREIRA MENDES e NUBIA OLIVEIRA GOMES, inscrita na UG/Gestão 200101/00001, Assunto: Reconhecimento de Dívida. Com fulcro nos artigos 86 e 88, do Decreto nº 32.598, de 15 de dezembro de 2010, que estabelece Normas de Planejamento, Orçamento, Finanças, Patrimônio e Contabilidade do Distrito Federal, combinado com os artigos 29, 30, II, IV e V e artigo 59 do Decreto nº 32.598/2010, alterado pelo Decreto nº 39.014/2018, e no uso das atribuições regimentais previstas no artigo 15 do Decreto nº 38.036, de 03 de março de 2017, e diante da delegação de competências contida no art. 3º, inciso XIV, da Portaria nº 146-SEMOB, de 6 de outubro de 2020, publicada no DODF nº 191, de 7 de outubro de 2020, e ainda consoante as informações e justificativas contidas no presente processo, RECONHEÇO A DÍVIDA, referente ao pagamento de despesas pessoais de 2012. Autorizo a realização da despesa, bem como a emissão de Nota de Empenho, Liquidação da Despesa e emissão de Previsão de Pagamento no valor total de R\$ 23.908,43 (vinte e três mil novecentos e oito reais e quarenta e três centavos). As despesas correrão nos Programas de Trabalho 26.122.8216.8502/0105 ADMINISTRAÇÃO DE PESSOAL – DISTRITO FEDERAL e 26.122.8216.8504/0089 CONCESSÃO DE BENEFÍCIOS A SERVIDORES – DISTRITO FEDERAL, conforme Nota de Créditos constantes no processo 00090-00021265/2021-59. Natureza de Despesa: 33.90.92 - Despesas de Exercícios Anteriores. Publique-se e encaminhe-se à Coordenação de Gestão de Pessoas, Orçamento e Finanças - CGPOF/SLAG/SEMOB para as demais providências cabíveis. Brasília/DF, 08 de dezembro de 2021. WALLACE MOREIRA BASTOS, Subsecretário de Administração Geral.

DEPARTAMENTO DE ESTRADAS DE RODAGEM

EXTRATO DO CONTRATO Nº 51/2021

Processo: 00113-00016269/2020-00, SIGGO: 045313, 045314, 045315; CONTRATANTE: DEPARTAMENTO DE ESTRADAS DE RODAGEM DO DISTRITO FEDERAL, CNPJ 00.070.532/0001-03, CONTRATADA: CONSÓRCIO VIADUTO DO RIACHO composto pelas empresas ETERC Engenharia Ltda., CNPJ nº 03.987.285/0001-94, Sociedade Geral de Empreitada Limitada - SOGEL, CNPJ nº 92.694.348/0001-44; GEOSONDA S/A, CNPJ 60.681.789/0001-73; OBJETO: Contratação da execução do sistema de readequação viária com viaduto e trincheira na entrada do Riacho Fundo I, na Rodovia DF-075 (EPNB) – trecho entre a DF-079 e a DF-001 (EPCT) - Plínio Sul; VALOR: R\$ 22.398.445,93 (vinte e dois milhões, trezentos e noventa e oito mil quatrocentos e quarenta e cinco reais e noventa e três centavos); DOTAÇÃO ORÇAMENTÁRIA: Unidade Orçamentária: 26.205; Programa de Trabalho: 26.782.6216.5902/0011 - Construção de Viaduto; Natureza da Despesa: 44.90.51; Fonte de Recursos: 161, ID 0. (Recursos provenientes de Dividendos da CLH Holding); NOTA DE EMPENHO: Emitida as notas de empenho iniciais em 03/12/2021, na modalidade Global conforme a seguir: 2021NE02063, no valor de R\$ 354.287,73 (trezentos e cinquenta e quatro mil duzentos e oitenta e sete reais e setenta e três centavos), FT 161, ID 0, em favor ETERC Engenharia Ltda. e 2021NE02084 no valor de R\$ 177.143,86 (cento e setenta e sete mil cento e quarenta e três reais e oitenta e seis centavos), FT 161, ID 0, em favor da Sociedade Geral de Empreitada Limitada - SOGEL, e 2021NE02085 no valor de R\$ 59.047,95 (cinquenta e nove mil quatrocenta e sete reais e noventa e cinco centavos), FT 161, ID 0, em favor da GEOSONDA S/A. O DER/DF poderá utilizar as formas de recursos 100, 135, 220, 221, 237, 248, 232, 321, 335, 437, 448, 732 dentre outras que forem autorizadas, para fim de pagamento da despesa; EXECUÇÃO: 365 (trezentos e sessenta e cinco) dias contados do dia de recebimento da Ordem de Serviços; VIGÊNCIA: Início na data da assinatura do Contrato, expirando 30 (trinta) dias após o término do prazo de execução; DATA DA ASSINATURA: 03/12/2021; ASSINANTES: Pelo DER/DF: Diretor Geral Eng. FALZI NACFUR JUNIOR; Pela Contratada: CONSÓRCIO VIADUTO DO RIACHO - ALEXANDRE LAGE COSTA (ETERC), JOÃO MIGUEL SIQUEIRA BASTIAN (SOGEL), e CLÓVIS SALONI JUNIOR (GEOSONDA).

COMISSÃO JULGADORA PERMANENTE

RESULTADO FINAL DO JULGAMENTO

CONCORRÊNCIA Nº 06/2021

Tornamos público o Resultado Final, referente à CONCORRÊNCIA supracitada. Empresa 1ª classificada: COSTA BRAVA PROFETOS E CONSTRUÇÕES LTDA, no valor de R\$ 9.541.677,24 (nove milhões, quinhentos e quarenta e um mil, seicentos e setenta e sete reais e vinte e quatro centavos).

Brasília/DF, 09 de dezembro de 2021

REINALDO TEIXEIRA VIEIRA

Presidente

SECRETARIA DE ESTADO
DE JUSTIÇA E CIDADANIA

SECRETARIA EXECUTIVA

EXTRATO DO TERMO DE COLABORAÇÃO Nº 01/2021 – SEJUS/FDCA-DF E OSC
INSTITUTO DE EDUCAÇÃO, ESPORTE, CULTURA
E ARTES POPULARES – IECAAP

Processo: 00400-00003630/2021-93, PARTES: SECRETARIA DE ESTADO DE JUSTIÇA E CIDADANIA DO DISTRITO FEDERAL/FDCA-DF X ORGANIZAÇÃO DA SOCIEDADE CIVIL INSTITUTO DE EDUCAÇÃO, ESPORTE, CULTURA E ARTES POPULARES – IECAAP. OBJETO: Este instrumento tem por objeto a execução do projeto "Janela do Futuro", o qual visa a operacionalização de atividades de acompanhamento e atendimento de adolescentes, excepcionalmente até os 21 anos, egressos de medida socioeducativa de internação, semiliberdade e meio aberto com intuito de prepará-los para o processo de transição entre a medida socioeducativa e o retorno à vida familiar e social com oferta mínima de 630 vagas por mês para adolescentes participarem de atividades de cultura, esporte, lazer, cursos profissionalizantes e acompanhamento psicossocial individualizado nas Regiões Administrativas de Samambá e Ceilândia do Eixo Sul, cujas atividades e finalidades estão voltadas à política de promoção, proteção, garantia e defesa dos direitos humanos da criança e do adolescente, a ser executada na Unidade Samambá: QS 402, Conjunto G, lote 01 – Samambá e Unidade Ceilândia: QNN 13 – AE Módulo B – 1º Andar, Brasília/DF, conforme detalhamento contido no Plano de Trabalho, Planilha Orçamentária e Tabela de Detalhamento de Encargos Sociais. VALOR: A ADMINISTRAÇÃO PÚBLICA repassará a ORGANIZAÇÃO DA SOCIEDADE CIVIL-OSC o valor global de R\$ 1.691.611,24 (um milhão, seiscentos e noventa e um mil seiscentos e onze reais e vinte e quatro centavos). O empenho inicial é de R\$ 374.339,84 (trezentos e setenta e quatro mil trezentos e trinta e nove reais e oitenta e quatro centavos), a título de Subvenção Social conforme Nota de Empenho nº 2021NE00079, emitida em 17/11/2021, sob o evento nº 400097, na modalidade Ordinária, sendo que o restante do repasse dependerá de disponibilidade orçamentária a conta do exercício subsequente. DOTAÇÃO ORÇAMENTÁRIA: As despesas com a execução desta Parceria, correrão à conta da seguinte Dotação Orçamentária: Unidade Orçamentária: 44908; Programa de Trabalho: 14.243.6211.9078.0016; Natureza da Despesa: 33.50.43; Fonte de Recursos: 100. DA VIGÊNCIA: O prazo de vigência desta Parceria é de 19 (dezenove) meses, com início em 07/12/2021 e término em 07/07/2023, DATA DE ASSINATURA: 07/12/2021. SIGNATÁRIOS: Pelo DISTRITO FEDERAL: JAIME SANTANA DE SOUSA, na qualidade de Secretário Executivo, da Secretaria de Estado de Justiça e Cidadania, e pelo ORGANIZAÇÃO DA SOCIEDADE CIVIL: RENATA APARECIDA DE OLIVEIRA, na qualidade de Representante da OSC.

SECRETARIA DE ESTADO DA SECRETARIA
EXTRAORDINÁRIA DA FAMÍLIA

EXTRATO AO TERMO DE FOMENTO Nº 11/2021

Processo: 04027-00000163/2021-41, PARTES: Secretaria Extraordinária da Família e Instituto Líder. OBJETO: realização do Projeto Social Amor pela Família no âmbito do Distrito Federal. Será oferecido um atendimento terapêutico através da metodologia STAR – Sistema de Tratamento de Autoconhecimento Relacional desenvolvido pela psicóloga Patrícia Estrela Pina Vieira, conforme especificações e condições estabelecidas no Plano de Trabalho (75347689), no Termo de Fomento Nº 11/2021 (75401608), na Lei nº 13.019/2014 e Decreto Distrital nº 37.843/2016, DA VIGÊNCIA: de 07/12/2021 até 30/12/2021. DATA DE ASSINATURA: 06/12/2021. DA DOTAÇÃO ORÇAMENTÁRIA: Unidade Orçamentária: 09101, Programa de Trabalho: 11.244.6228/9071.0021, Natureza da Despesa: 33.50.41, Fonte de Recursos: 100, com empenho de R\$ 135.000,00 (cento e trinta e cinco mil reais), conforme Nota de Empenho nº 2021NE000762, emitida em 1º de dezembro de 2021, sob o evento nº 400091, na modalidade 2 - Estimativo. SIGNATÁRIOS: Pelo DISTRITO FEDERAL: ILIOBALDO VIVAS DA SILVA, na qualidade de Secretário de Estado da Família e pelo Instituto Líder: JANDERSON EVANS GONÇALVES NUNES, na qualidade de Coordenador Geral.

Anexo I – Pesquisa e avaliação do corpo docente

Pesquisa de avaliação do corpo docente CEM 12

Sua opinião é muito importante para nós. :)

O Projeto Amor pela Família agradece imensamente a todos os professores, orientadores e direção pela participação, apoio, dedicação, entrega e amor por todo o processo que vivenciamos juntos.

Gostaríamos de contar mais uma vez com sua ajuda para preencher este pequeno formulário de avaliação do projeto, com o máximo de detalhamento possível. Podemos contar com você?

⚠ Duração média de 5 a 8 minutos.

Gratidão,
Patricia Estrela e
Equipe Amor pela Família

** Indica uma pergunta obrigatória*

1. Seu nome COMPLETO: *

2. Seu Whatsapp com DDD *

3. Qual seu função na escola? *

4. Como educador que participou o projeto Amor pela Família, o que você destaca *
como diferencial no projeto?

5. Você considera que as oficinas do projeto proporcionaram aos adolescentes *
reflexões pertinentes as suas vidas? Exemplifique.

6. Foram dados exemplos atuais sobre a realidade que os jovens vivenciam? O *
quanto você acredita que isso contribuiu na metodologia?

7. Quais 3 características positivas que você gostaria de destacar sobre a *
Metodologia STAR - Sistemico Treinamento de Autoconhecimento Relacional?

8. Quais problemáticas abordadas que você acredita que foram trabalhadas ao longo do projeto? *

Marque todas que se aplicam.

- Amizadas tóxicas
- Falta de perdão
- Agressividade
- Falta de diálogo familiar
- Drogas e vícios
- Violência
- Baixa autoestima
- Ansiedade
- Depressão
- Outro: _____

9. Quais resultados você observou ao final do projeto? *

Marque todas que se aplicam.

- Autoconsciência: Envolve o conhecimento de cada pessoa, bem como de suas forças e limitações, sempre mantendo uma atitude otimista e voltada para o crescimento.
- Autogestão: Relaciona-se ao gerenciamento eficiente do estresse, ao controle de impulsos e à definição de metas.
- Consciência social: Necessita exercício da empatia, do colocar-se "no lugar dos outros", respeitando a diversidade.
- Habilidades de relacionamento: Relacionam-se com as habilidades de ouvir com empatia, falar clara e objetivamente, cooperar com os demais, resistir à pressão social inadequada (ao bullying, por exemplo), solucionar conflitos de modo construtivo e respeitoso, bem como auxiliar o outro quando for o caso.
- Tomada de decisões responsável: Preconiza as escolhas pessoais e as interações sociais de acordo com as normas, os cuidados com a segurança e os padrões éticos de uma sociedade.

10. Olhando para você como educador, o conteúdo desenvolvido lhe trouxe ganhos pessoais? Compartilhe conosco.

11. Você acredita que o Projeto Amor pela Família deve alcançar outras escolas? *
Por que?

12. Compartilhe conosco seus comentários, dúvidas, críticas ou sugestões. *

Gratidão por sua confiança e participação. Quando amamos a família, cuidamos de toda a sociedade.

Anexo J – Modelo TCC final alunos participantes.


TCC – Trabalho de Conclusão de Curso
Projeto Amor pela Família

Nome: Vilaine Sudo de Melo Turma: 121 Data: 25/03

3. Minha lista dos sonhos:
 ter um trabalho que eu goste.
 Fazer um curso de especialização.
 Conseguir fazer uma viagem para meu filho.
 Terminar os estudos meus.

4. Qual oficina mais gostou? Nos conte porquê?
 Costas que eu não sei o que mais eu gostei porque muitas a área
 realidade que mais não tenho controle do tempo e que tudo pode ser
 ligado de mais e que gostamos até quando e apresenta todas as
 oportunidades que o mundo tem.

5. Como você via a vida antes do projeto? O que mudou?
 Eu via a vida como um lugar de tristeza onde a melhora que eu
 via era que eu saísse um e um jeito mais para eu que eu não
 ficava por muito tempo mas não era a mesma coisa como antes.

6. Quais foram os seus 3 maiores ganhos com o projeto?
 Autoconhecimento, eu entendi um pouco melhor a vida.
 Eu sou capaz de ser confiante que ainda da tempo de se levantar.
 Mas a mim parece que há um pouco mais que insufla em mim com
 as coisas.

Decida quem quer se tornar e não desista até se tornar real.
 Parabéns por sua vitória! Você nasceu para ser Sucesso! 🍀



Anexo K – Imprensa – Agência Brasília.



AGÊNCIA BRASÍLIA

[Home](#) [Notícias](#) [Fotos](#) [Vídeos](#)

14/3/22 às 20:44, Atualizado em 14/3/22 às 21:38

Programa do GDF busca fortalecer vínculos familiares e desempenho escolar

“Amor Pela Família” vai atender 300 estudantes do CEM 12 com atividades voltadas, também, ao desenvolvimento de habilidades socioemocionais

Flávio Botelho, da Agência Brasília | Edição: Renata Lu

EDUCAÇÃO

[Facebook](#) [WhatsApp](#)

Com o objetivo de fortalecer vínculos familiares, desenvolver habilidades socioemocionais e promover um aumento no desempenho escolar, o Governo do Distrito Federal (GDF) deu o pontapé inicial no “Amor Pela Família”. A iniciativa foi desenvolvida pela Secretaria Extraordinária da Família (Sefam), vinculada à Casa Civil, em parceria com o Instituto Liderar, e irá atender a cerca de 300 estudantes do Centro de Ensino Médio (CEM) 12, em Ceilândia.



Cerca de 300 adolescentes selecionados no cadastro de alunos do CEM 12 terão atendimento terapêutico e treinamento emocional | Foto: Lúcio Bernardo Jr./Agência Brasília

O projeto foi incentivado pelas consequências do período mais intenso da pandemia, que levou a um aumento na incidência de casos de ansiedade, depressão e automutilação, principalmente entre os jovens. Ao longo de dez semanas, os adolescentes selecionados no cadastro de alunos do CEM 12 terão atendimento terapêutico e treinamento emocional por meio de oficinas baseadas nas necessidades de cada família.

“É fundamental que o Estado tenha um olhar para os jovens, mas também para as famílias”, afirmou o secretário Extraordinário da Família, Martins Machado. “Esse projeto cria mecanismos para trazer qualidade no relacionamento de pais, filhos, irmãos, porque hoje em dia percebemos uma grande dificuldade dos jovens em enfrentar os desafios da vida. Queremos levar o jovem a acreditar no seu potencial, superar os obstáculos e conquistar qualidade de vida”.

“São oficinas de educação emocional e cada uma traz uma meta, tendo o autoconhecimento como base. O resgate da intimidade familiar e a melhora no desempenho acadêmico ajudam em escolhas mais assertivas e isso muda o futuro” - Patrícia Estrela, psicóloga do Instituto Liderar

Ex-aluna do CEM 12 e uma das monitoras do “Amor Pela Família”, Clara Muniz, 19, superou graves crises de pânico com a ajuda de uma professora do colégio quando era estudante e agora quer ajudar outros jovens a trilharem o mesmo caminho. “É uma emoção muito grande poder participar do ‘Amor Pela Família’ e contribuir nas atividades. A partir do momento que a gente se conhece e encara nossas inseguranças, muitas coisas mudam na nossa vida”, ressaltou.

A psicóloga do Instituto Liderar, Patrícia Estrela, é a idealizadora da metodologia STAR (sistêmico treinamento de autoconhecimento relacional), que será aplicada nas atividades do programa. “São oficinas de educação emocional e cada uma traz uma meta, tendo o autoconhecimento como base. O resgate da intimidade familiar e a melhora no desempenho acadêmico ajudam os adolescentes a fazerem escolhas mais assertivas e isso muda o futuro”, avalia.



Martins Machado, secretário Extraordinário da Família: “É fundamental que o Estado tenha um olhar para os jovens, mas também para as famílias” | Foto: Lúcio Bernardo Jr./Agência Brasília

A diretora do CEM 12, Mirtes Corrêa de Jesus, reforçou a importância que o “Amor Pela Família” vai trazer para toda a comunidade escolar. “Cada aluno tem uma família, uma realidade, e muitos deles às vezes estão vivendo em situações de vulnerabilidade. Essas oficinas vão trabalhar a questão da família e também envolver os pais, o que é fundamental. A escola sozinha não consegue obter o sucesso que gostaria ou que pretendia, então é muito importante ter essa parceria entre escola e família”, finaliza.

O projeto inicialmente vai atuar somente no CEM 12 mas, de acordo com a Sefam, a intenção da pasta é ampliá-lo para outras escolas da rede pública do DF.

Anexo L – Imprensa – Secretaria da Família e Juventude.

4/02/22 às 14h45 - Atualizado em 7/02/22 às 14h48

Projeto Amor Pela Família

Projeto Amor Pela Família.

O amor nasce de um seio familiar e desde criança esse amor tem que ser cultivado através da educação, disciplina e respeito, que é a base fundamental de uma família. O Projeto Amor pela Família nasceu da parceria entre o Instituto Liderar com o GDF, representado pela Secretaria Extraordinária da Família.



Foi em uma escola pública de Ceilândia que perceberam a importância de uma atenção especial para adolescentes que sofriam com depressão, automutilação e tentativas de suicídio e, assim, devido a tantos problemas familiares vinham causando uma queda no rendimento escolar dos adolescentes, nesse contexto nasce efetivamente o projeto Amor pela família.

Era uma tarde de 2019, quando o Centro de Ensino Médio 12 de Ceilândia foi selecionado, através de uma palestra sobre o tema “Setembro Amarelo”, pelo Instituto Liderar, e na época a direção informou que seria de grande utilidade para a escola um programa de desenvolvimento emocional para os alunos identificados com ansiedade, depressão, inclusive com laudos psiquiátricos, casos de automutilação dentro da escola, e até mesmo casos de tentativas de suicídio.

Com o avanço da tecnologia muitas famílias estão desviando o foco familiar ou terceirizando a educação dos filhos, ampliando o distanciamento dos pais e filhos, transformando-se, muitas das vezes, em um relacionamento tóxico e dificultando a harmonia dentro do lar, e com isso as famílias vão acarretando sentimentos negativos que os filhos se sentem incapazes de carregá-los, e o pensamento começa a permear possibilidades de fuga dessas situações pelo suicídio, achando que é a melhor opção da resolução do problema. Em contra partida o Projeto Amor pela família mostra uma diversidade de técnicas, ações e mobilizações de como resolver esse problema que afetam principalmente os ambientes das famílias e das escolas, que protagonizam o segundo lar dos jovens.

Como vai funcionar?

O projeto vai atender jovens que foram selecionadas no cadastro de alunos e famílias da Escola CEM 12, em Ceilândia. O propósito é levar amor e conhecimento para 300 adolescentes que enfrentam problemas de relacionamento familiar.

A finalidade do projeto é trabalhar o fortalecimento dos vínculos familiares, política pública atualmente recomendada pela ONU, e desenvolver as habilidades socioemocionais para melhorar o relacionamento intrafamiliar e auxiliar no enfrentamento a esse distanciamento, mostrando um ângulo onde é possível o equilíbrio emocional diante das redes sociais.

Ao longo de 10 semanas serão formados 06 grupos semanais, em média com 50 pessoas, onde cada grupo terá 02 horas de atendimento terapêutico e treinamento emocional, através das oficinas de mentoria online e ao vivo, mediante um concurso de seleção baseado na necessidade de cada família dos alunos da Escola CEM 12, em Ceilândia. Essas mesmas pessoas terão acesso aos links do programa, encontros semanais e as mentorias presenciais através da metodologia STAR – Sistemico Treinamento de Autoconhecimento Relacional, desenvolvido pela psicóloga Patrícia Estrela, através de oficinas do conhecimento, práticas que geram tomada de decisões mais assertivas.

O objetivo é reunir as famílias em um ambiente de harmonia, que favoreça o diálogo entre os seus membros, mostrando uma estrutura familiar para que seus filhos sejam responsáveis e conscientes de seu papel na sociedade, preparando-os para as adversidades e frustrações diante dos problemas naturais da vida e que vêm com o amadurecimento, principalmente com a família e o local de estudo.

No período do curso os pais e filhos vão aprender a desenvolverem maneiras eficazes de comunicação e relacionamento. Terão ensinamentos como disciplinar, orientar e apoiar seus filhos de forma eficaz. Os filhos terão ensinamentos de como compreender e valorizar seus pais, de como lidar com o estresse e a pressão dos amigos e da sociedade.

A Secretaria Extraordinária da Família abraçou esse projeto acreditando que tudo começa pela instituição familiar, e que para se ter uma sociedade mais equilibrada, e para que os jovens desempenhem papel de cidadão de bem em um mundo em que os valores estão enfraquecidos devido a diversidade de escolhas implementadas pela sociedade, redes sociais e as facilidades da era moderna, deixando transparecer um mundo tóxico e desequilibrado que precisa ter um trabalho de ensinamento e apoio dentro do seio familiar, assim, esse projeto visa abraçar pais e filhos.

“Está sendo uma grande honra cuidar e pensar nas famílias do Distrito Federal, e esse projeto chegou em uma hora que as famílias estão necessitando de apoio e direcionamento. Hoje a família brasileira se encontra em um momento muito delicado. A SEFAM foi estabelecida em um momento crucial para as famílias do Distrito Federal e o Projeto Amor pela Família é a uma inspiração para reconstrução dessa base familiar.”

Afirma o Secretário da Família Martins Machado.

Anexo M – Imprensa – TV Inovação.



The screenshot shows the TV Inovação website interface. At the top, there is a navigation bar with the TV Inovação logo, a 'BOAS' button, and a tagline: 'Programa de Aprendizagem impulsiona jovens na efetivação pr'. Below the navigation bar are social media icons and menu items: 'TV PROGRAMAS', 'NEWS AGORA', 'TENDÊNCIA DESTAQUES', 'NAS RUAS POVO FALA', and 'O QUI GUIA DE I'. A large green WhatsApp button is on the left, with the text 'ENTRE AGORA NO GRUPO!' and 'Clique aqui'. The main content area features a large photo of a group of young people posing with their hands raised. Below the photo is a headline: 'Educação emocional também é fundamental!'. To the left of the headline are two small article teasers. The first one is titled 'Modelo de remuneração médica será debatido no 3º Suesc' and discusses the current calculation format and modern systems. The second one is titled 'Ao infinito e além, mas sem tirar os pés do chão'.

Pensando na necessidade de um treinamento das habilidades socioemocionais para as famílias do DF, a Secretaria Extraordinária da Família através do Secretário Léo Vivas fez uma parceria com o Instituto Liderar para realização da ação social Amor pela Família.

Após dois anos de pandemia onde fatores como o luto e o isolamento social principalmente, impulsionaram o aumento das taxas de ansiedade e depressão, nasce o #amorpelafamilia para levar acolhimento, desenvolvimento e transformação através da Metodologia STAR desenvolvida pela psicóloga Patricia Estrela, idealizadora da Escola de Educação Emocional Teen Mentors.

Segundo ela, o pioneirismo do deputado distrital Martins Machado que sempre apoia a causa das famílias, foi determinante ao acreditar nesta missão de levar a Educação e Saúde Emocional às famílias.

"A educação emocional é fundamental. Quando amamos a família cuidamos de toda sociedade", diz Patricia Estrela.



Anexo N – Imprensa – Tribuna do Entorno.



[Página inicial](#) > [#TribunadoEntorno](#)

Educação emocional também é fundamental!



Por [Vanessa Rodrigues](#) em março 23, 2022

0



Pensando na necessidade de um treinamento das habilidades socioemocionais para as famílias do DF, a Secretaria Extraordinária da Família através do Secretário Léo Vivas fez uma parceria com o Instituto Liderar para realização da ação social Amor pela Família.

Após dois anos de pandemia onde fatores como o luto e o isolamento social principalmente, impulsionaram o aumento das taxas de ansiedade e depressão, nasce o #amorpelafamilia para levar acolhimento, desenvolvimento e transformação através da Metodologia STAR desenvolvida pela psicóloga Patrícia Estrela, idealizadora da Escola de Educação Emocional Teen Mentors.

Segundo ela, o pioneirismo do deputado distrital Martins Machado que sempre apoia a causa das famílias, foi determinante ao acreditar nesta missão de levar a Educação e Saúde Emocional às famílias.

Anexo O – Imprensa – Prefeitos e Governadores.



Página inicial > # Prefeitos e Governadores

Programa do GDF busca fortalecer vínculos familiares e desempenho escolar



por Vanessa Rodrigues - março 18, 2022



Classic Header



E uma nova história para o DF.



"Amor Pela Família" vai atender 300 estudantes do CEM 12 com atividades voltadas, também, ao desenvolvimento de habilidades socioemocionais"

Com o objetivo de fortalecer vínculos familiares, desenvolver habilidades socioemocionais e promover um aumento no desempenho escolar, o Governo do Distrito Federal (GDF) deu o pontapé inicial no "Amor Pela Família". A iniciativa foi desenvolvida pela Secretaria Extraordinária da Família (Sefam), vinculada à Casa Civil, em parceria com o Instituto Liderar, e irá atender a cerca de 300 estudantes do Centro de Ensino Médio (CEM) 12, em Ceilândia.

O projeto foi incentivado pelas consequências do período mais intenso da pandemia, que levou a um aumento na incidência de casos de ansiedade, depressão e automutilação, principalmente entre os jovens. Ao longo de dez semanas, os adolescentes selecionados no cadastro de alunos do CEM 12 terão atendimento terapêutico e treinamento emocional por meio de oficinas baseadas nas necessidades de cada família.

"É fundamental que o Estado tenha um olhar para os jovens, mas também para as famílias", afirmou o secretário Extraordinário da Família, Martins Machado. "Esse projeto cria mecanismos para trazer qualidade no relacionamento de pais, filhos, irmãos, porque hoje em dia percebemos uma grande dificuldade dos jovens em enfrentar os desafios da vida. Queremos levar o jovem a acreditar no seu potencial, superar os obstáculos e conquistar qualidade de vida".

Ex-aluna do CEM 12 e uma das monitoras do "Amor Pela Família", Clara Muniz, 19, superou graves crises de pânico com a ajuda de uma professora do colégio quando era estudante e agora quer ajudar outros jovens a trilharem o mesmo caminho. "É uma emoção muito grande poder participar do 'Amor Pela Família' e contribuir nas atividades. A partir do momento que a gente se conhece e encara nossas inseguranças, muitas coisas mudam na nossa vida", ressaltou.

A psicóloga do Instituto Liderar, Patrícia Estrela, é a idealizadora da metodologia STAR (sistêmico treinamento de autoconhecimento relacional), que será aplicada nas atividades do programa. "São oficinas de educação emocional e cada uma traz uma meta, tendo o autoconhecimento como base. O resgate da intimidade familiar e a melhora no desempenho acadêmico ajudam os adolescentes a fazerem escolhas mais assertivas e isso muda o futuro", avalia.

A diretora do CEM 12, Mirtes Corrêa de Jesus, reforçou a importância que o "Amor Pela Família" vai trazer para toda a comunidade escolar. "Cada aluno tem uma família, uma realidade, e muitos deles às vezes estão vivendo em situações de vulnerabilidade. Essas oficinas vão trabalhar a questão da família e também envolver os pais, o que é fundamental. A escola sozinha não consegue obter o sucesso que gostaria ou que pretendia, então é muito importante ter essa parceria entre escola e família", finaliza.

O projeto inicialmente vai atuar somente no CEM 12 mas, de acordo com a Sefam, a intenção da pasta é ampliá-lo para outras escolas da rede pública do DF.

Anexo P - Imprensa – Folha do Planalto.

FOLHA DO PLANALTO

ÚLTIMAS ▾

BRASIL ▾

POLÍTICA ▾

ECONOMIA ▾



Pensando na necessidade de um treinamento das habilidades socioemocionais para as famílias do DF, a Secretaria Extraordinária da Família através do Secretário Léo Vivas fez uma parceria com o Instituto Liderar para realização da ação social Amor pela Família.

Após dois anos de pandemia onde fatores como o luto e o isolamento social principalmente, impulsionaram o aumento das taxas de ansiedade e depressão, nasce o #amorpelafamilia para levar acolhimento, desenvolvimento e transformação através da Metodologia STAR desenvolvida pela psicóloga Patrícia Estrela, idealizadora da Escola de Educação Emocional Teen Mentors.

Segundo ela, o pioneirismo do deputado distrital Martins Machado que sempre apoia a causa das famílias, foi determinante ao acreditar nesta missão de levar a Educação e Saúde Emocional às famílias.

"A educação emocional é fundamental. Quando amamos a família cuidamos de toda sociedade", diz Patrícia Estrela.

Anexo Q – Capa e contracapa do livro Tem jeito e Vale a pena.



Anexo R – Capa do Produto Técnico – Caderno de Atividades Tem Jeito e Vale a Pena.

