

O papel da educação social na promoção de competências socioemocionais em contexto escolar

Ana Salomé de Jesus, Cristóvão Margarido,
Eva Torrecilla Sánchez & Ricardo Pocinho

Resumo

Nas nossas vivências, pessoais e sociais, encontramos uma ligação intrínseca entre as competências sociais e as competências emocionais, na medida em que a vertente social se relaciona com a construção de relações positivas com os outros e nesse relacionamento é essencial a gestão das emoções (Merrell & Gueldener, 2010). Vários estudos têm demonstrado que o desenvolvimento de competências socioemocionais é fundamental para a adaptação das crianças às exigências da sociedade (Greenberg et al., 2003). A escola é um contexto fundamental para o desenvolvimento dos alunos, sendo crucial que esta assuma a responsabilidade de dar resposta não apenas às necessidades académicas dos alunos, mas também às suas necessidades socioemocionais. A Educação Social, ao ter como foco de intervenção o desenvolvimento humano, apostando na sua individualidade, assume um papel essencial no contexto educativo. O educador social deve, assim, neste contexto, adotar um espírito colaborativo, interdisciplinar e de capacitação de toda a comunidade educativa no âmbito das competências socioemocionais. É neste âmbito que surge o projeto Sentir@Ser, desenvolvido por uma educadora social em contexto escolar e que visa a promoção de competências socioemocionais através de práticas de Mindfulness. O Sentir@Ser é destinado a alunos desde a educação pré-escolar até ao 9º ano do ensino básico e inclui um conjunto diversificado de atividades desenhadas de acordo com os destinatários e os objetivos definidos.

Palavra-chave:

educação social; competências socioemocionais; contexto escolar.

The role of social education in the promotion of socio-emotional skills in the school context

Abstract: In our personal and social experiences, we find an intrinsic connection between social and emotional competencies, to the extent that the social aspect is related to the construction of positive relationships with others and, in this relationship, emotion management is essential (Merrell & Gueldener, 2010). Several studies have shown that the development of social and emotional skills is essential for children to adapt to the demands of society (Greenberg et al., 2003). School is a fundamental context for students' development and it is crucial that the school assumes the responsibility to respond not only to students' academic needs, but also to their social and emotional needs. Social Education, by focusing on human development, betting on their individuality, assumes an essential role in the educational context. The social educator should, therefore, in this context, adopt a collaborative, interdisciplinary and empowering spirit of the whole educational community in the field of social and emotional skills. It is in this context that the project Sentir@Ser emerges, developed by a social educator in a school context and aimed at promoting social and emotional skills through Mindfulness practices. Sentir@Ser is aimed at students from pre-school education to 9th grade of primary schools and includes a diverse set of activities designed in accordance with the recipients and objectives defined.

Keywords: social education; socio-emotional skills; school context.

Le rôle de l'éducation sociale dans la promotion des compétences socio-émotionnelles à l'école

Résumé: Dans nos expériences personnelles et sociales, nous trouvons un lien intrinsèque entre les compétences sociales et émotionnelles, dans la mesure où l'aspect social est lié à la construction de relations positives avec les autres et, dans cette relation, la gestion des émotions est essentielle (Merrell & Gueldener, 2010). Plusieurs études ont montré que le développement des compétences sociales et émotionnelles est essentiel pour que les enfants puissent s'adapter aux exigences de la société (Greenberg et al., 2003). L'école est un contexte fondamental pour le développement des élèves et il est crucial que l'école assume la responsabilité de répondre non seulement aux besoins académiques des élèves, mais aussi à leurs besoins sociaux et émotionnels. L'Éducation Sociale, en se concentrant sur le développement des personnes, en pariant sur leur individualité, assume un rôle essentiel dans le contexte éducatif. L'éducateur social doit donc, dans ce contexte, adopter un esprit de collaboration, d'interdisciplinarité et d'autonomisation de l'ensemble de la communauté éducative dans le domaine des compétences sociales et émotionnelles. C'est dans ce contexte qu'émerge le projet Sentir@Ser, développé par une éducatrice sociale dans un contexte scolaire et visant à promouvoir les compétences sociales et émotionnelles à travers les pratiques de Mindfulness. Sentir@Ser s'adresse aux élèves de l'éducation préscolaire à la 9^e année des écoles primaires et comprend un ensemble diversifié d'activités conçues en fonction des destinataires et des objectifs définis.

Mots clés: éducation sociale; compétences socio-émotionnelles; contexte scolaire.

El papel de la educación social en la promoción de habilidades socioemocionales en el contexto escolar

Resumen: En nuestras experiencias personales y sociales, encontramos una conexión intrínseca entre las competencias sociales y emocionales, en la medida en que el aspecto social está relacionado con la construcción de relaciones positivas con los demás y, en esta relación, la gestión de las emociones es esencial (Merrell y Gueldener, 2010). Varios estudios han demostrado que el desarrollo de habilidades sociales y emocionales es esencial para que los niños se adapten a las exigencias de la sociedad (Greenberg et al., 2003). La escuela es un contexto fundamental para el desarrollo de los estudiantes y es crucial que la escuela asuma la responsabilidad de responder no sólo a las necesidades académicas de los estudiantes, sino también a sus necesidades sociales y emocionales. La Educación Social, al centrarse en el desarrollo humano, apostando por su individualidad, asume un papel esencial en el contexto educativo. El educador social debe, por tanto, en este contexto, adoptar un espíritu de colaboración, interdisciplinar y de potenciación de toda la comunidad educativa en el ámbito de las habilidades sociales y emocionales. En este contexto surge el proyecto Sentir@Ser, desarrollado por una educadora social en un contexto escolar y que tiene como objetivo promover las habilidades sociales y emocionales a través de prácticas de Mindfulness. Sentir@Ser se dirige a los alumnos desde la educación preescolar hasta 9^o de primaria e incluye un conjunto diverso de actividades diseñadas de acuerdo con los destinatarios y objetivos definidos.

Palabras clave: educación social; habilidades socioemocionales; contexto escolar.

Introdução

O aumento dos níveis de desgaste na saúde mental e de desajustamento psicológico nas diferentes faixas etárias tem levado à procura de estratégias para minimizar a sua prevalência, surgindo, assim, no contexto de promoção da saúde mental e no quadro das diretivas europeias, os primeiros programas de desenvolvimento de competências sociais e emocionais. Estes programas, aplicados desde os primeiros anos escolares, têm como meio privilegiado de desenvolvimento a escola, tanto pelo aumento do número de anos de escolaridade obrigatória, como pelo longo tempo que as crianças passam em meio escolar (Costa & Faria, 2019).

O contexto escolar surge como um dos espaços de atuação da Educação Social e, tendo esta como principal objetivo o desenvolvimento contínuo e progressivo de cada indivíduo para uma adequada inserção e participação na sociedade (Ortega, 1999), o educador social apresenta-se como um profissional de excelência para promover o desenvolvimento de competências socioemocionais neste contexto.

Tendo por objetivo fazer uma abordagem sobre o papel da educação social na promoção de competências socioemocionais em contexto escolar, o presente artigo sistematiza informação teórica sobre o tema e expõe um exemplo real de um projeto de promoção de competências socioemocionais. Numa primeira abordagem, apresenta-se uma referência ao conceito de Educação Social e ao papel que esta tem em contexto escolar. De seguida, é definida a conceção de competências socioemocionais e a importância do seu desenvolvimento desde uma fase precoce, numa articulação entre a escola e a família. É, seguidamente, estabelecida uma ligação entre os dois conceitos previamente abordados, esclarecendo-se, assim, a relação entre a Educação Social e o desenvolvimento das competências socioemocionais. Por fim, é descrito o projeto *Sentir@Ser*: um projeto de promoção de competências socioemocionais a partir de práticas de Mindfulness, desenvolvido num agrupamento de escolas por uma educadora social. São relatados os programas e atividades dinamizados no âmbito do projeto em causa e o respetivo funcionamento.

A Educação Social em contexto escolar

A Educação Social pode ser entendida como uma educação para os valores, com responsabilidades na formação cívica das pessoas, as quais pressupõem uma diversidade complexa de aprendizagens. Esta prática abrange variados campos de intervenção, os quais só fazem sentido num modelo de interação, integrado e sociopedagógico com a “pessoa” (Azevedo, 2011; Azevedo & Correia, 2013). De acordo com Ortega (1999), podemos entender a Educação Social como uma contínua e

progressiva configuração da pessoa para alcançar o seu desenvolvimento e autonomia e conseguir a sua participação na sociedade.

Nas últimas décadas, o conceito de educação tem vindo a sofrer alterações, passando a valorizar-se a educação ao longo da vida, a educação não-formal e informal e a educação em diferentes contextos. Também na escola, o paradigma de educação formal sofreu transformações, colocando de lado a educação apenas como transmissão de saberes académicos e o aluno como depósito do saber, e passando a valorizar o aluno enquanto pessoa, enquanto um ser completo e complexo, moldado e influenciado por fatores internos e externos. Neste contexto, passou a dar-se destaque às práticas educativas com finalidade de prevenção e de ajuda ao crescimento pessoal e social (Ramos, 2006). A própria escola passou a envolver-se mais na comunidade de referência, através de parcerias socioeducativas. Passou a assumir-se que “a questão escolar não se esgota na educação/formação formal e não-formal, já que hoje a educação é global, integral, social e ao longo da vida” (Martins, 2013, p. 18).

A escola mantém-se como o centro mais relevante de socialização e de educação, o que faz com que os novos problemas, necessidades e comportamentos tanto no seu seio como na sociedade em geral (e.g., violência escolar, indisciplina, inadaptação social, maus-tratos na família, violência/criminalidade, entre outros) não possam ficar à margem da dimensão educativa e do papel da escola (Martins, 2013). Uma das grandes dificuldades da instituição escolar passa por conseguir gerir pedagogicamente uma multiplicidade de referências culturais, universos cognitivos, ritmos de aprendizagem e motivações, ou seja, massas de alunos marcados pela heterogeneidade social e cultural (Sebastião & Correia, 2007).

Certamente, a escola é, nos nossos dias, a instituição com maior influência na formação da cidadania de um país, surgindo aqui a importância do papel da Educação Social no contexto escolar, a qual terá como finalidade favorecer a inserção dos sujeitos na comunidade, auxiliando e/ou substituindo a família no controlo de comportamentos/atitude e da disciplina (Pinheiro, 2021; Martins, 2013). Podemos, assim, considerar, segundo Martins (2013), a ação do educador social, enquanto agente de intervenção em contexto escolar, como um complemento da ação dos professores, uma vez que a educação social visa a promoção social de cada sujeito, baseada nos direitos e numa sociabilidade, cultura e formação para a cidadania. Neste seguimento, Pinheiro (2021) salienta que se pressupõe uma perspetiva colaborativa entre os profissionais da educação e da educação social, com vista à melhoria da intervenção da escola perante as novas realidades sociais, estabelecendo-se “pontes entre a cultura escolar e os recursos culturais do território e da comunidade onde está inserida a escola, promovendo assim uma escola aberta ao exterior, favorecedora da inclusão dos alunos” (Pinheiro, 2021, pp. 75-76).

A intervenção da educação social nas escolas assenta, essencialmente, na promoção de competências pessoais, educacionais e sociais, destacando-se nos últimos tempos também a promoção das competências emocionais. O educador social é um profissional preparado para “o desempenho de funções que colocam a pessoa no centro da sua ação socioeducativa, em sintonia com o seu mundo emocional, as suas potencialidades, os seus interesses, as suas necessidades e as suas expectativas” (Pinheiro, 2021, p. 75).

As competências socioemocionais

O desenvolvimento de competências socioemocionais é fundamental para a adaptação das crianças às exigências da sociedade, de forma a responderem às necessidades complexas do próprio crescimento e desenvolvimento (Greenberg et al., 2003). A competência emocional desempenha mesmo um papel fundamental entre as competências, uma vez que as formas mais precoces de aprendizagem social se baseiam na comunicação não-verbal, primordialmente, através da contemplação da face humana. O reconhecimento das emoções assume, assim, um papel fundamental no desenvolvimento da competência social (Valente, 2020).

Por competências sociais podemos entender um conjunto de características comportamentais e cognitivas e a adequação emocional necessária ao desenvolvimento de relacionamentos interpessoais adequados e satisfatórios (Merrell, 2008), sendo que as mesmas não são inatas, mas sim aprendidas e construídas a partir da observação e imitação de comportamentos resultantes da interação do indivíduo com o meio social em que está inserido desde o seu nascimento. Para além das competências sociais, mais diretamente associadas ao *eu* exterior, na dinâmica relacional com os outros verifica-se, também, o grande contributo das emoções, as quais respondem a um sentimento interno (Damásio, 2000), surgindo assim as competências emocionais. Estas traduzem-se pela capacidade do indivíduo reconhecer, usar e regular emoções, de forma eficiente e produtiva, permitindo uma interação eficaz com o meio e a resolução adequada das situações (Goleman, 2012b). Encontramos, desta forma, uma ligação intrínseca entre as competências sociais e as competências emocionais, na medida em que a vertente social se relaciona com a construção de relações positivas com os outros e nesse relacionamento é essencial a gestão das emoções (Merrell & Gueldener, 2010).

De acordo com a Collaborative for Academic Social and Emotional Learning (CASEL, 2012, p. 4), a aprendizagem socioemocional pode ser definida como

“os processos através dos quais as crianças e os adultos adquirem e aplicam efetivamente o conhecimento, atitudes e competências necessários para compreender e gerir emoções, estabelecer e atingir objetivos positivos, sentir e mostrar empatia pelos outros, estabelecer e manter relações positivas e tomar decisões responsáveis.”

Desta forma, podemos dividir as competências socioemocionais em três áreas: intrapessoal, interpessoal e comportamento/ética, organizando-as, por sua vez, num grupo de cinco domínios principais, de natureza cognitiva, afetiva e comportamental: autoconhecimento, consciência social, autorregulação, relações interpessoais e tomada de decisão responsável (Casel, 2015).

A iliteracia emocional é um dos problemas das nossas crianças e jovens, muitas vezes mais alarmante do que a própria problemática do insucesso escolar; esta iliteracia emocional, isto é, a falta de competências para reconhecer as suas próprias emoções e as dos outros, para as gerir e para agir perante as mesmas, pode mesmo ser um dos fatores que contribuem para o insucesso escolar. De acordo com Goleman (2012a), determinadas lacunas nas competências sociais ou emocionais conduzem ao aparecimento de problemas graves, enquanto que, se estas competências forem bem direcionadas como medidas preventivas ou corretivas, podem ajudar a manter as crianças no caminho do sucesso. E não há dúvida de que, se ajudarmos as crianças e jovens a desenvolverem as competências socioemocionais essenciais, como a autoconsciência, o autodomínio, a empatia, ou as artes de escutar, resolver conflitos e cooperar, estes podem aprendê-las e aperfeiçoá-las.

E afirmam os especialistas, como o pediatra T. Berry Brazelton, citado por Goleman (2012a), que não é demasiado cedo começarmos logo nos primeiros anos de vida a promover as competências socioemocionais nas crianças, defendendo que se deveriam incluir mais sistematicamente o ensino das competências socioemocionais nas orientações da educação pré-escolar, uma vez que estes anos são cruciais para a aquisição deste tipo de capacidades. Todavia, estas intervenções socioemocionais não se devem cingir aos primeiros anos de vida, mas antes acompanhar todo o desenvolvimento, sendo repetidas em idades diferentes de formas adequadas à sua compreensão e capacidade, sempre em evolução.

A Educação Social e a promoção de competências socioemocionais

As competências socioemocionais desempenham um papel fundamental no desenvolvimento e no bem-estar psicológico das crianças e dos adolescentes, destacando-se a importância da promoção das mesmas com o aumento dos níveis de desastre na saúde mental e de desajustamento psicológico nas diferentes faixas etárias. Neste contexto, têm surgido os primeiros programas de desenvolvimento de competências socioemocionais, aplicados desde os primeiros anos escolares, tendo como meio privilegiado de implementação a escola (Costa & Faria, 2019). Segundo Valente (2020), os alunos passam a maior parte do seu tempo em contexto escolar e as escolas não devem ser espaços unicamente de aquisições académicas, mas sim ambientes favoráveis ao desenvolvimento das capacidades pessoais e socioemocionais,

imprescindíveis para o desenvolvimento e bem-estar dos alunos. Assim, a escola, para além das necessidades académicas das crianças e jovens, deve responsabilizar-se também pelas suas necessidades socioemocionais. Na maior parte das vezes, a escola ensina português, matemática, inglês, entre tantos outros conteúdos, todavia, aprendizagens fundamentais, como saber reconhecer emoções, saber interpretar o que se sente e como se sente, saber comunicar e saber ouvir, não estão contempladas. Na verdade, a escola, para além de transmitir conhecimentos académicos, deve ensinar técnicas e dotar os alunos de competências para que se conheçam melhor a si mesmos e desenvolvam relacionamentos mais saudáveis entre si (Valente et al., 2019).

As competências socioemocionais, especialmente quando promovidas precocemente, podem impulsionar o otimismo, diminuir o stress, desenvolver a resiliência e reduzir os comportamentos de externalização (Schonert-Reichl & Lawlor, 2010; Durlak et al., 2011; cit. por Campos, 2019). Vários investigadores (Barrantes-Elizondo, 2016; Costa & Faria, 2019; Coelho & Sousa, 2018) apontam ainda outras potencialidades às competências socioemocionais, sugerindo a sua inclusão nos currículos escolares: o aumento do sucesso académico, a capacidade de adaptação ao ambiente externo, a capacidade para lidar melhor com adversidades e situações de stress, a diminuição de comportamentos agressivos, o aumento da capacidade para estabelecer relações mais saudáveis. A promoção das competências socioemocionais apresenta-se, desta forma, como um aspeto essencial ao desenvolvimento humano, uma vez que ajuda a regular as emoções prevenindo comportamentos de risco e prepara para a gestão de situações imprevisíveis e difíceis de gerir.

Retomando a ideia de Ortega (1999) em que define a Educação Social como uma contínua e progressiva configuração da pessoa para alcançar o seu desenvolvimento e autonomia pessoais e conseguir a sua participação na sociedade, percebemos que faz todo o sentido a intervenção do educador social na promoção de competências socioemocionais. Este profissional atua na inclusão, nas inadaptações e no favorecimento de autonomia e bem-estar, com intervenção em contextos sociais diversificados e desfavorecidos, sendo, assim, o seu trabalho uma mais-valia no desenvolvimento das competências em causa (Valente, 2020). De acordo com Lemos e Almeida (2019), importa que o educador social, a par dos restantes intervenientes no contexto educativo, crie oportunidades para promover o desenvolvimento de capacidades que se mostrem pertinentes para uma vida em sociedade responsável e de qualidade; importa que valorize o que cada um sente, o que pensa e o que deseja; importa não exaltar o ter, por si só, mas principalmente o ser e o sentir-ser, para o desenvolvimento emocional e social das crianças e jovens.

Neste sentido, é fundamental a existência nas escolas de equipas multidisciplinares, que incluam educadores sociais, de modo a concretizar medidas de promoção do sucesso e inclusão no contexto educativo, nomeadamente, o aperfeiçoamento de

competências sociais, emocionais e de desenvolvimento pessoal, bem como o aprofundamento da relação entre a escola e a família e o envolvimento da comunidade em geral, sempre com vista ao sucesso global (Sanches, 2020).

Assim, e em concordância com a recomendação da Organização para a Cooperação e Desenvolvimento Económico que estipula que o ensino deve dar maior realce ao desenvolvimento de competências socioemocionais, consideradas vitais na redução do abandono escolar e na melhoria da qualidade e equidade na escola (OCDE, 2015), o educador social deve usar estas competências como uma ferramenta do seu trabalho diário.

Sendo competência e papel do educador social, em contexto escolar, a capacitação dos alunos e das suas famílias com foco no bem-estar integral e no sucesso educativo e ao longo da vida, o desenvolvimento das competências socioemocionais deve ser promovido junto dos indivíduos com quem trabalha e nos vários contextos de vida, sendo estas competências fulcrais para o desenvolvimento pessoal e para as relações interpessoais inerentes à convivência humana. Neste seguimento, o educador social em contexto educativo deve intervir ao nível da prevenção como mediador e agente de mudança, assumindo uma postura versátil, de forma a conseguir adaptar as suas competências a cada situação (Sousa, 2019).

Um caso real em contexto escolar

A situação pandémica da Covid-19 trouxe às crianças e jovens diversos constrangimentos, como os vários confinamentos, o ensino à distância, a diminuição de contacto presencial com amigos e familiares, o cancelamento ou adiamento de atividades, as incertezas em relação ao futuro ou a constante ameaça que o vírus representa para si e para os seus familiares e pessoas próximas. Sabendo que esta é uma fase da vida marcada por interações, aquisições e aprendizagens, todos estes constrangimentos podem resultar em consequências invisíveis para a saúde mental das crianças e jovens, podendo comprometer o seu desenvolvimento como um todo.

Foi neste contexto, e de forma a dar resposta às necessidades emocionais e relacionais evidenciadas pelos alunos, que surgiu o projeto *Sentir@Ser*, desenvolvido por uma educadora social num agrupamento de escolas do Alto Alentejo. Este é um projeto de promoção de competências socioemocionais através de práticas de Mindfulness que tem como objetivos promover a gestão emocional (“sentir”), estimulando a consciência, identificação e autorregulação emocionais; e desenvolver competências de vida em sociedade (“ser”), o *saber-ser* e o *saber-estar*.

Sendo, inicialmente, implementado para dar resposta às necessidades dos alunos potenciadas pelo contexto pandémico, o projeto *Sentir@Ser* continua a ser dinamizado, sentindo-se cada vez mais, em contexto escolar, a necessidade de promoção

de competências socioemocionais nos alunos, por características tão diversas que estes apresentam, como quadros de ansiedade, baixa tolerância à frustração, fraca autorregulação emocional, dificuldades de atenção-concentração, entre outras. A esta promoção das competências socioemocionais aliaram-se, no *Sentir@Ser*, as potencialidades do *Mindfulness*, no qual se pretende estar presente e atento à respiração, às sensações físicas, à postura do corpo e ao pensamento. A prática do *Mindfulness* apresenta evidências de promoção do bem-estar individual e do bem-estar coletivo assim como contribui para o incremento da atenção-concentração, da regulação emocional, entre outras capacidades relacionadas que dão suporte a um conjunto de competências sociais, emocionais e académicas.

O projeto *Sentir@Ser*, dinamizado desde o ano letivo 2020/2021, destina-se a todos os alunos do agrupamento, desde a educação pré-escolar até ao 9º ano do ensino básico, concretizando-se em diversos programas e atividades, desenhados de acordo com os objetivos e destinatários específicos.

Na educação pré-escolar desenvolve-se o programa *Mindfulness e Gestão Emocional – Pré-Escolar*, o qual decorre ao longo de todo o ano letivo, em sessões semanais de 30 minutos com cada uma das turmas. Através de estratégias lúdicas, apelativas e adequadas à faixa etária, promove-se a consciência social, a autorregulação e a atenção-concentração, entre outras competências socioemocionais.

Para os alunos de primeiro ciclo é dinamizada a atividade de enriquecimento curricular *Sentir@Ser*, uma vez por semana, em sessões de 60 minutos. São, essencialmente, promovidas competências socioemocionais (autoconhecimento, autorregulação, consciência social, relações interpessoais e tomada de decisão responsável) através de práticas de *Mindfulness*, como técnicas de respiração consciente, meditações, visualizações guiadas, momentos de gratidão, entre outros.

No segundo e terceiro ciclos, no primeiro ano de implementação do projeto *Sentir@Ser*, foram desenvolvidos os programas *Mindfulness e Gestão Emocional – 2º Ciclo* e *Mindfulness e Gestão Emocional – 3º Ciclo*. Ambos os programas eram constituídos por 8 sessões, nas quais foram trabalhados os seguintes temas: “o cérebro”, “a atenção”, “as emoções”, “atenção plena vs piloto automático”, “a preocupação”, “a importância da respiração consciente”. Nos anos seguintes, e já tendo os alunos bases conceptuais e práticas sobre o *Mindfulness*, introduziram-se as *Curtas Práticas de Mindfulness*, as quais consistem na realização de práticas e técnicas de *Mindfulness* e gestão emocional durante 10 minutos, uma vez por semana, no início de uma aula, ao longo do ano letivo, de forma a garantir uma continuidade e regularidade desta prática.

São, também, desenvolvidos pela educadora social, no âmbito do *Sentir@Ser*, programas individuais de promoção de competências pessoais, sociais e emocionais, os quais se destinam a alunos com fragilidades ao nível destas competências. Estes

programas assumem dinâmicas diferentes de acordo com a individualidade e necessidades de cada aluno. Neste sentido, podem, por exemplo, ser trabalhadas questões relacionais, emocionais, familiares ou de contexto mais académico, como a atenção-concentração ou até mesmo métodos de organização, de gestão do tempo, de estudo ou de trabalho.

Para além dos programas evidenciados, são ainda dinamizadas atividades variadas e pontuais, grande parte das vezes associadas a dias comemorativos, tais como “Diz NÃO à violência!”, “Dia da consciencialização do stress”, “Rir é o melhor remédio”, “Felicidade é...” ou “Aprender com a diversidade”.

No ano letivo 2022/2023, o projeto estendeu-se ao pessoal docente e não docente do agrupamento com sessões mensais de *Mindfulness* e gestão emocional. Com estas sessões pretende-se que os docentes e outros colaboradores desenvolvam esta prática no seu dia-a-dia, gerindo melhor os seus pensamentos, ações e sentimentos, conseguindo, conseqüentemente, atenuar os sintomas de stress e depressão, reforçar a capacidade de memória, aumentar a ponderação e potenciar o foco e a atenção-concentração.

O projeto *Sentir@Ser* foi pensado, desenhado e é implementado pela educadora social do Agrupamento, sempre em estreita articulação com os restantes técnicos especializados, com os docentes e, até mesmo, com entidades externas. Também as famílias são um elemento essencial neste projeto, pretendendo que estas sejam um complemento do trabalho realizado na escola, assim como se pretende que a escola dê continuidade ao trabalho feito pela família. Constata-se, assim, uma articulação entre estes dois contextos, os quais se apresentam indissociáveis na promoção das competências socioemocionais.

A formação base em Educação Social dota estes profissionais de competências fundamentais para trabalhar com os alunos as competências pessoais, sociais e emocionais. Todavia, considera-se essencial a aposta destes técnicos numa formação contínua, de forma a adquirir conhecimentos e competências em áreas mais específicas, que lhes permitam uma atuação mais especializada. No caso do projeto *Sentir@Ser*, esta formação contínua e específica foi crucial, nomeadamente ao nível do *Mindfulness*, pois permitiu à educadora social aliar esta prática à promoção de competências socioemocionais, potenciando os resultados da sua intervenção.

Considerações finais

O presente artigo teve como objetivo estabelecer a ponte entre o papel da Educação Social e a promoção de competências socioemocionais em contexto escolar. Perante este pressuposto, entendemos que a Educação Social e, conseqüentemente, os educadores sociais, têm um papel preponderante no desenvolvimento destas

competências em crianças e jovens. Sendo o educador social um profissional dotado de competências e conhecimentos nesta área e sendo o contexto escolar um dos contextos privilegiados da sua atuação, este apresenta-se como um técnico de referência na promoção das competências socioemocionais, devendo, todavia, apostar numa formação contínua e específica, sempre com o intuito de potenciar a sua intervenção. Cabe ao educador social, enquanto mediador nas relações entre família/aluno, escola/professores, comunidade/serviços e outros profissionais, desenvolver competências que lhe permitam construir ou restaurar relações positivas e saudáveis, mediante situações-problema, conflitos e/ou dificuldades nos vários contextos de vida (Valente, 2020). Importa, assim, criar oportunidades para promover o desenvolvimento de capacidades que se mostrem relevantes para uma vida em sociedade responsável e de qualidade (Lemos & Almeida, 2019).

Sendo a educação socioemocional uma responsabilidade de todos os envolvidos no processo educativo das crianças e jovens, torna-se fulcral que o educador social integre equipas multidisciplinares de forma a potenciar o desenvolvimento socioemocional dos alunos, tendo sempre por base um trabalho colaborativo e de articulação. Tal como afirmam Lemos e Almeida (2019), a educação deve facultar e incentivar o desenvolvimento pessoal dos alunos, partindo do pressuposto que todos são diferentes e detentores de talentos inatos. Este reconhecimento, e a atuação de acordo com o mesmo, é o único modo de prevenir problemas, independentemente da origem dos mesmos.

O projeto *Sentir@Ser*, apresentado no presente artigo, surge como um exemplo do trabalho que pode ser desenvolvido pelos educadores sociais em contexto escolar, no âmbito da promoção de competências socioemocionais. Ao aliar a prática de *Mindfulness* a esta promoção de competências, pretende-se desenvolver, também, a atenção-concentração e a regulação emocional, potenciando-se e dando suporte ao desenvolvimento de competências sociais, emocionais e, até mesmo, académicas.

Considerando os constrangimentos com que as crianças e jovens se têm deparado nos últimos tempos, como os confinamentos, a diminuição do contacto presencial, a incerteza quanto ao futuro, causados pela pandemia da Covid-19, entre outros, urge a aposta no desenvolvimento e implementação de programas de competências socioemocionais, tendo o educador social um papel fundamental neste cenário.

Referências Bibliográficas

- Azevedo, S. (2011). *Técnicos Superiores de Educação Social. Necessidade e Pertinência de um Estatuto Social*. Fronteira do Caos.
- Azevedo, S. & Correia, F. (2013). A Educação Social em Portugal: Evolução da identidade profissional. *Revista de Educación Social*, 17, 1-11. https://www.eduso.net/res/pdf/17/ascport_res_17.pdf

- Barrantes-Elizondo, L. (2016). Educación emocional: El elemento perdido de la justicia social. *Revista Electrónica Educare*, 20(2), 1-10. <https://repositorio.una.ac.cr/handle/11056/18231>
- Campos, A. C. (2019). *A influência das técnicas de Mindfulness no comportamento em sala de aula, na ansiedade e no empenho académico*. [Master's thesis, Universidade Autónoma de Lisboa]. <http://hdl.handle.net/11144/4597>
- CASEL. Collaborative for Academic, Social, and Emotional Learning. (2012). *2013 CASEL Guide: Effective social and emotional learning programs – Preschool and elementary school edition*. CASEL. <https://ed.buffalo.edu/content/dam/ed/alberti/docs/CASEL-Guide-SOCIAL-EMOTIONAL-LEARNING.pdf>
- CASEL. Collaborative for Academic, Social, and Emotional Learning. (2015). *2015 CASEL guide: Effective social and emotional learning programs – Middle and high school edition*. CASEL. <https://static1.squarespace.com/static/5532b947e4b0edee99477d27/t/5d0948b6a78e0100015f652f/1560889545559/CASEL+Secondary+Guide+2015.pdf>
- Coelho, V.A., & Sousa, V. (2018). Differential Effectiveness of a Middle School Social and Emotional Learning Program: Does Setting Matter?. *Journal of Youth Adolescence*, 47, 1978-1991. <https://psycnet.apa.org/doiLanding?doi=10.1037%2Fspq0000454>
- Costa, A. & Faria, L. (2019). *Programas de educação social e emocional na escola: Importância e perspectivas no contexto português*. <https://hdl.handle.net/10216/126171>
- Damásio, A. (2000). *O mistério da consciência. Do corpo e das emoções ao conhecimento de si*. Companhia das Letras.
- Goleman, D. (2012a). *Inteligência Emocional*. Círculo de Leitores.
- Goleman, D. (2012b). *Inteligência Social: O Poder das Relações Humanas*. Elsevier
- Greenberg, M., Weissberg, R., O'Brien, M., Zins, J., Fredericks, L., Resnik, H., & Elias, M. (2003). Enhancing schoolbased prevention and youth development through coordinated social and emotional learning. *American psychologist*, 58, 466-474. https://www.researchgate.net/publication/5261862_Enhancing_School-Based_Prevention_and_Youth_Development_Through_Coordinated_Social_Emotional_and_Academic_Learning#fullTextFileContent
- Lemos, G. & Almeida, L.S. (2019). Compreender, raciocinar e resolver problemas: Novo instrumento de avaliação cognitiva. *Análise psicológica*, 37(2), 119-133. <http://publicacoes.ispa.pt/index.php/ap/article/view/1583>
- Martins, E. (2013). A Pedagogia Social/Educação Social nos meandros da comunidade e da escola. *EDUCARE/EDUCERE: Revista da Escola Superior de Educação*, 15(1), 5-24. <http://hdl.handle.net/10400.11/2654>
- Merrell, K. (2008). Assessing social skills and peer relation. In K. Merrell (Ed.) *Behavioral, social and emotional assessment of children and adolescents*, (pp. 379-410). Taylor & Francis Group.
- Merrell, K., & Gueldner, B. (2010). *Social and emotional learning in the classroom: Promoting mental health and academic success*. The Guilford Press.
- Ortega, J. (1999). *Educación Social Especializada*. Ariel.
- Pinheiro, F. (2021). A Educação Social em Contexto Escolar: Uma Reflexão Sobre a Formação. *Interacções*, 17(56), 68–86. <https://doi.org/10.25755/int.21237>

- Ramos, E. (2006). A formação dos educadores especializados em âmbito penitenciário na perspetiva da Pedagogia Social. *Revista Portuguesa de Educação*, 19(1), 129-152. <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=37419106>
- Sebastião, J. & Correia, S. (2007). A democratização do ensino em Portugal. In J. Viegas, H. Carreiras, & A. Malamud, (Orgs.). *Instituições e Política (Portugal no Contexto Europeu, vol. I (107-136)*. CIES-ISCTE e Celta Editora. https://www.researchgate.net/publication/320911214_Sebastiao_J_Correia_SV_2007_A_democratizacao_do_ensino_em_Portugal_In_Viegas_J_M_L_Carreiras_H_e_Malamud_A_eds_Instituicoes_e_Politica_Portugal_no_Contexto_Europeu_vol_I_CIES-ISCTE_Lisboa_Celta_Editor
- Sanches, A. (2020, 6 de agosto). Escolas têm até 24 de Agosto para se candidatarem à contratação de psicólogos e mediadores. *Jornal Público*. <https://www.publico.pt/2020/08/06/sociedade/noticia/escolas-ate-24-agosto-candidatarem-contratacao-psicologos-mediadores-1927335>
- Sousa, C.S.M. (2019). *O caminho para o sucesso: o Educador Social na mediação de programas socioeducativos no combate ao insucesso/abandono escolar*. [Master's thesis, Escola Superior do Instituto Politécnico de Bragança]. <http://hdl.handle.net/10198/20577>
- Valente, S. (2020). Competências socioemocionais na atividade do educador social: implicações à inclusão escolar. *Revista Ibero-Americana de Estudos em Educação*, 15(3), 2332-2349
<https://periodicos.fclar.unesp.br/iberoamericana/article/view/14441/9974>
- Valente, S., Klope, P., Carvalheiro, A., Estarreja, A., & Loureiro, P.M. (2019). A importância das dinâmicas de desenvolvimento pessoal na escola. In M. Peralbo, A. Rizzo, A. Barca, B. Duarte, L. Almeida, & J.C. Brenlla (Eds.). *Congresso Internacional Gallego-Português de Psicopedagogia*, 15, 1683-1694. https://www.researchgate.net/publication/338435335_A_importancia_das_dinamicas_de_desenvolvimento_pessoal_na_escola

Ana Salomé de Jesus

Mestre em Educação Social. Doutoranda em Educação.

Educadora Social num Agrupamento de Escolas.

Email: anasalomejesus@gmail.com

Orcid:0000-0001-6991-6621

Cristóvão Margarido

Mestre em Toxicodependência e Patologias Psicossociais e Doutorado em Serviço Social. Professor Coordenador da Escola Superior de Educação e Ciências Sociais do Instituto Politécnico de Leiria e Coordenador do Polo de Leiria do Centro Interdisciplinar de Ciências Sociais - CICS.NOVA.IPLEiria.

Email: cristovao.margarido@ipleiria.pt

Orcid: 0000-0002-2479-5114

Eva Maria Torrecilla Sánchez

Licenciada em Pedagogia. Diplomada em Educação Especial.
Doutorada com “Prémio Extraordinário” em Ciências da Educação.
Membro do Grupo de Investigação GE2O
Email: emt@usal.es
Orcid: 0000-0001-9184-8442

Ricardo Pocinho

Doutorado em Educação e em Psicogerontologia .Professor Adjunto da
Escola Superior de Educação e Ciências Sociais do Instituto Politécnico de
Leiria e Investigador Integrado do Centro Interdisciplinar de Ciências Sociais
- CICS.NOVA.IPLeiria.
Email: ricardo.pocinho@ipleiria.pt
Orcid: 0000-0003-1307-5434

Correspondência

Ana Salomé de Jesus
Rua General Norton de Matos,
Apartado 4133,
2411-901 Leiria – Portugal

Data de submissão: setembro 2023

Data de avaliação: outubro 2023

Data de publicação: dezembro 2023