

Histórias em movimento: trabalhando Habilidades Sociais a partir de histórias e do yoga no Ensino Fundamental

Stories in motion: working on social skills through stories and yoga in elementary school

Rejane Ribeiro

Universidade do Estado do Rio de Janeiro – Rio de Janeiro – Brasil

Adriana Benevides Soares

Universidade do Estado do Rio de Janeiro – Rio de Janeiro – Brasil

Resumo: O objetivo deste estudo foi avaliar qualitativamente as interações e produções orais de uma intervenção para aquisição das Habilidades Sociais (HS) de estudantes do 4º ano do Ensino Fundamental I, utilizando a contação de histórias e o yoga. Caracteriza-se como um estudo descritivo, transversal de natureza qualitativa. Participaram 16 alunos de 9 a 11 anos de uma escola municipal do Rio de Janeiro. Realizou-se uma sessão de 90 minutos, combinando a história "A Tartaruga" com *asanas* de yoga, discussão em roda e atividades de psicoeducação. Para análise dos dados utilizou-se o *software* IRAMUTEQ para realizar a técnica de Nuvem de palavras, que possibilitou uma compreensão mais generalista sobre os resultados. Para uma investigação mais aprofundada, seguiu-se uma Análise de Conteúdo temática segundo Bardin. As palavras que tiveram maior frequência foram: "gente", "brincar", "estar", "difícil" e "mão"; enquanto a análise temática identificou cinco categorias principais: Interesse das Crianças, Dificuldades Enfrentadas na Escola, Identificação de Sentimentos, Reações Frente a Situações Difíceis e Feedback da Atividade. A análise crítica aponta que intervenções baseadas em contação de histórias e yoga podem ser ferramentas eficazes para promover um ambiente escolar mais seguro e acolhedor, melhorando as relações interpessoais e uma maior comunicabilidade entre os alunos. Conclui-se que a intervenção evidenciou a importância de programas permanentes para promover HS nas escolas e suas possíveis contribuições para melhorar a comunicação oral das crianças.

Palavras-chave: Educação Infantil. Leitura compartilhada. Linguagem escrita. Teoria Histórico-Cultural.

Abstract: The aim of this study was to qualitatively evaluate the interactions and oral productions of an intervention for the acquisition of Social Skills (SS) by students in the 4th year of Primary School I, using storytelling and yoga. This is a descriptive, cross-sectional study of a qualitative nature. Sixteen students aged between 9 and 11 from a municipal school in Rio de Janeiro took part. A 90-minute session was held, combining the story "The Turtle" with yoga asanas, circle discussion and psychoeducation activities. The IRAMUTEQ software was used to analyze the data using the word cloud technique, which allowed for a more general understanding of the results. For a more in-depth investigation, a thematic content analysis was carried out according to Bardin. The words with the highest frequency were: "people", "play", "be", "difficult" and "hand"; while the thematic analysis identified five main categories: Children's Interest, Difficulties Faced at School, Identifying Feelings, Reactions to Difficult Situations and Activity Feedback. The critical analysis shows that interventions based on storytelling and yoga can be effective tools for promoting a safer and more welcoming school environment, improving interpersonal relationships and greater communicability between students. In conclusion, the intervention highlighted the importance of permanent programs to promote HS in schools and their possible contributions to improving children's oral communication.

Keywords: Storytelling. Yoga. Social skills. Oral production.

1 Introdução

As práticas escolares se configuram com o principal objetivo da escolarização que é a aprendizagem de conteúdos para a vida assim como para a formação do cidadão. Dentre essas práticas, algumas têm se mostrado especialmente mais produtivas uma vez que, de forma atraente, despertam o interesse dos alunos otimizando a aprendizagem e diminuindo os conflitos interpessoais em sala de aula (Costa & Sá, 2020; Pineda et al., 2019). Os conflitos em aula se caracterizam de diferentes formas; falta de disciplina, agressividade e violência são alguns deles.

Os professores são aqueles que dirigem a aula e proporcionam em grande parte o aprendizado além de mediar as relações interpessoais (Bolsoni-Silva & Loureiro, 2023; Simões & Cardoso, 2022). Cada vez mais enfrentam desafios variados, que vão desde a sobrecarga de conteúdos a serem abordados em sala, até mediação de conflitos e a violência cotidiana no ambiente escolar (Lima et al. (2020); Paula et al., 2020). Segundo Ristum (2023), a violência na escola pode ser dividida em três categorias: violência da escola, caracterizada como violência simbólica envolvendo imposição de ideias e disputas de poder; violência contra a escola, que inclui depredações, arrombamentos e roubos por pessoas externas à instituição; e violência na escola, praticada por membros da instituição e que inclui depredações, brigas entre alunos, e agressões verbais e físicas entre alunos e funcionários, sendo esta última categoria a mais midiática (Ristum, 2023).

Em 2023, a violência nas escolas brasileiras aumentou cerca de 50% em relação ao ano anterior, com os estados de São Paulo, Rio de Janeiro e Minas Gerais registrando os maiores números de casos (Brasil, 2023). De acordo com Miranda et al. (2019), as redes municipais e estaduais possuem o clima mais desfavorável ao aprendizado, principalmente pela violência entre alunos e pela interferência do tráfico ou consumo de drogas nas regiões próximas às escolas, segundo a avaliação dos professores. Essa violência impacta negativamente famílias, alunos, professores e

a comunidade escolar, afetando as relações sociais e o desempenho acadêmico (Gomes & Bitar, 2021; S. Zapata & Zapata, 2024). Agravada por falta de modelos positivos de comportamento, a violência pode ser um reflexo de problemas sociais mais amplos, como a falta de acesso à educação, baixa renda e vulnerabilidade social, que contribuem para a perpetuação da violência (Z. Del Prette & Del Prette, 2021; Miranda et al., 2019; Souza et al., 2019).

O apoio familiar e os programas de intervenção podem desempenhar um papel protetivo contra a violência escolar. Intervenções que promovem Habilidades Sociais (HS) tem se mostrado eficazes para melhorar o ambiente escolar (Casali-Robalinho et al., 2015; Fernandes et al., 2018; Pasche et al. 2019; Souza et al., 2019; Z. Del Prette & Del Prette, 2022). Souza et al. (2019) em um estudo realizado com 51 alunos do quinto ano, de 10 a 13 anos, que vivem e estudam em área de situação de vulnerabilidade social, constatou que por meio de um Treinamento de Habilidades Sociais (THS), é possível promover melhorias nas relações e no desempenho acadêmico, melhorar significativamente as HS dos alunos e reduzir problemas comportamentais, refletindo positivamente no desempenho acadêmico.

As HS são um construto descritivo compostas pelos comportamentos que adquirimos ao lidar com as mais diversas situações nas relações interpessoais (A. Del Prette & Del Prette, 2021). Identificar a infância como o momento em que se inicia e se amplia as interações sociais para além da família, torna este período crucial para o aprendizado das HS, que podem propiciar um melhor desenvolvimento social da criança. Desta forma, o contexto escolar, principalmente nos primeiros anos, embasado pelos princípios da Base Nacional Comum Curricular (BNCC) (Brasil, 2017), que preconiza a promoção de práticas pedagógicas que estimulem não apenas o desenvolvimento cognitivo, mas também por meio das HS, é o espaço ideal para estimular a aquisição destas habilidades. Algumas outras práticas positivas, como o yoga e a contação de histórias, também têm sido utilizadas nas escolas e seu emprego vem aumentando significativamente (Ferreira, 2022),

mostrando-se como eficaz na promoção do autocontrole e respeito nas escolas.

O yoga proporciona ferramentas para as crianças lidarem com emoções desafiadoras e situações difíceis, promovendo um ambiente escolar mais seguro e acolhedor (Borges & Micol, 2016; Simões et al., 2019). Além de contribuir para desenvolver e melhorar habilidades físicas e mentais (incluindo força, flexibilidade, coordenação, equilíbrio, consciência corporal, atenção, concentração e autoconfiança); promover valores éticos (como não violência, autoestima, asseio, honestidade e alegria, cultivando o respeito a si mesmo, aos outros, as regras e ao meio ambiente) e aumentar a tranquilidade e disciplina (estimulando o autoconhecimento, o autocuidado e a conscientização das emoções) (Ferreira, 2022; Sarlas & Amendola, 2022; Simões et al., 2019).

Os princípios éticos do yoga, *yamas* e *niyamas*, tem muitos paralelos e conexões com as classes de HS. Os cinco valores apontados pelos *yamas* são: *ahimsā*, não usar nenhum tipo de violência; *satya*, falar a verdade; *asteya*, não roubar; *brahmācārya*, conduta consciente e *aparigrāha*, não se apegar. São valores requisitados e presentes em algumas classes de HS, a exemplo: a classe Autocontrole e expressividade emocional e o *yama ahimsā*, ambos enfatizam o reconhecimento e manejo adequado das emoções, assim como o controle de suas ações; a Civilidade que inclui comportamentos cordiais e respeito, está relacionada à honestidade, *satya* no yoga, promovendo relações autênticas e respeitadas; a Empatia que envolve compreensão e oferta de ajuda, pode ser associada à não apegar-se, o *yama aparigrāha*, incentivando uma perspectiva desapegada e compreensiva nas relações. Advinda de uma cultura milenar e da prática oral, a tradição do yoga era transmitida através das gerações por meio de histórias (Souza & Daré, 2019; Zonatto e Daré, 2020).

Em uma intervenção de yoga com 30 encontros envolvendo 19 crianças do quarto ano, com idades entre nove e 11 anos, Zonatto e Daré (2020) observaram resultados positivos. Os alunos relataram melhora na concentração e na atenção, além do

desenvolvimento de habilidades como a autoconsciência, percebendo suas emoções, pensamentos e sensações corporais. Houve também destaque para a autorregulação, evidenciada pelo controle de impulsos e mudanças comportamentais positivas. Estes benefícios promovidos pela prática de yoga na infância podem ser potencializados quando aliado a recursos lúdicos como a utilização de histórias (Ferreira, 2022) e de brincadeiras (Bispo et al., 2020).

A contação de histórias por sua vez oferece uma série de benefícios, principalmente no que diz respeito à melhoria da interação social, ampliação de vocabulário e de repertório de ações, estimula a previsão a partir de sequências narradas favorecendo a realização de inferências, além de contribuir diretamente para raciocínio verbal, especialmente quando se trata de crianças (Correia et al., 2021). Desta forma, a utilização de histórias, sejam fábulas, contos clássicos ou histórias atuais podem ser utilizadas para ensinar valores e promover modelos de comportamento (Soares et al., 2023).

Em relação aos modelos de comportamento, Soares et al. (2023) analisaram 135 histórias da Turma da Mônica para identificar a frequência de interações socialmente competentes dos personagens. Concluíram que habilidades sociais são mais frequentes que problemas comportamentais. Mônica, Cascão e Magali, apesar de alguns comportamentos externalizantes, são socialmente competentes e servem como modelos psicoeducativos para crianças, fornecendo desta forma, algumas pistas, das possibilidades de utilização dessas historinhas para promover as HS com crianças. Em outra análise, realizada com 77 livros infantis, Soares et al. (no prelo), identificaram HS como autocontrole, empatia e assertividade em 54,55% (42) dos livros. Os resultados mostraram uma importante quantidade de ocorrências de interações socialmente competentes (168), destacando o papel dos livros no desenvolvimento socioemocional das crianças.

Desta forma, a combinação da contação de histórias e do yoga pode ser uma abordagem ainda mais eficaz na promoção de HS em escolares. Assim sendo, o objetivo deste estudo é avaliar

qualitativamente as interações e produções orais de uma intervenção para aquisição das Habilidades Sociais (HS) de estudantes do 4º ano do EF, utilizando a contação de histórias e o yoga. O problema de pesquisa investigado foi: quais as principais dificuldades relatadas e HS demonstradas por crianças em uma intervenção de contação de histórias e yoga?

2 Método

Trata-se de um estudo descritivo e transversal de natureza qualitativa.

2.1 Participantes

Participaram 17 alunos do 4º ano do EFI com idades entre nove e 11 anos. Um dos responsáveis consentiu na participação da criança, mas não concordou com a gravação. Desta forma, a criança participou da atividade, mas suas falas não foram contabilizadas para a análise. A amostra final contou com a participação de 16 alunos.

2.2 Procedimentos éticos

O convite foi realizado pela professora da turma e obteve a autorização da coordenação da escola. A coordenadora pedagógica assinou o Termo de Autorização Institucional (TAI), os responsáveis das crianças assinaram um Termo de Consentimento Livre e Esclarecido (TCLE) e a autorização para gravação da atividade que foi enviado na agenda das crianças e entregue assinado no dia da atividade. As crianças foram informadas e convidadas a participarem e assentiram verbalmente.

2.3 Materiais

História A Tartaruga (Domitrovich et al., 2004). que trabalha a temática de autocontrole em situações de raiva, medo e ansiedade, na qual uma pequena tartaruga tenta aprender a lidar de forma assertiva com os desafios encontrados na escola.

Uma tartaruga de tecido para atividade quebra gelo, tapete de tecido para sentar em roda, livreto sobre emoções produzido pela pesquisadora (Tabela 1), lápis de cor, papel e celular para gravação da atividade.

Tabela 1 – Atividades do livreto para psicoeducação emocional.

Tema	Atividade	Objetivo
Conhecendo as emoções	Página com 10 imagens de emojis com expressões de estados emocionais (triste, chorando de rir, confuso, medo, feliz, 'de boa', dando língua, sorrindo, entediado e gargalhando).	Conhecer e saber identificar algumas emoções.
Identificando a sua emoção	Página com um círculo grande em branco em que a criança deve desenhar a emoção que está sentindo no momento.	Reconhecer a própria emoção e conseguir nomeá-la.
Mandala da amizade	Página com uma mandala com o desenho de crianças de mãos dadas simbolizando amizade.	Recurso para concentração e observação para a calma.
<i>Pranayama</i>	Exercício respiratório com a técnica da 'respiração da mão'.	Recurso para manejar diversas emoções e estados emocionais.

Exemplos de manejo da raiva	Páginas em que são descritos e ilustrados cinco formas de lidar com a emoção de raiva (Falar como me sinto, beber um pouco de água, contar até 10, se abraçar e respirar lentamente).	Para o manejo de emoções em diversas situações.
-----------------------------	---	---

2.4 Procedimentos de coleta de dados

A intervenção teve duração de 90 minutos e contemplou a apresentação e exercícios das seguintes habilidades sociais: Autocontrole e expressividade emocional, Resolução de conflitos, Empatia e Assertividade (Tabela 2) tendo sido gravada por meio do celular.

As crianças ajudaram a organizar a sala, retirando cadeiras e mesas para abrir espaço. Foi colocado um tapetão e as crianças foram convidadas a retirarem os sapatos e se sentarem em roda. O celular para a gravação foi posicionado em uma mesa de forma que tivesse amplitude para toda a sala. A professora regente da turma participou de toda a atividade.

Tabela 2 - Divisão das atividades da intervenção

Momento	Atividade
Apresentação	Quebra-gelo e apresentação utilizando a tartaruga de tecido.
Vivência	Contação de estória A tartaruga , junto a posturas do yoga.
Roda de conversa	Conversa sobre a estória e as vivências de cada aluno na escola.
Psicoeducação	Atividade com o livreto das emoções e atividades de autocontrole e perspectivas de enfrentamento das situações a partir do que aprenderam.
Feedback	Devolutiva dos alunos sobre a atividade realizada.

2.5 Análise de dados

A gravação foi transcrita em sua integralidade com auxílio do site *Pinpoint transcription*. Para a compor o corpus textual a ser analisado foram descartadas as falas da criança que o pai não autorizou a gravação, as falas da professora regente da turma e da pesquisadora que conduzia a atividade.

Inicialmente realizou-se por meio do *software* IRAMUTEQ uma nuvem de palavras, que possibilita uma análise inicial a partir de uma representação gráfica em função de sua frequência e dos parâmetros selecionados (Camargo & Justo, 2021). Para esta análise, os parâmetros foram ajustados para contemplar as formas ativas das classes gramaticais de adjetivos, verbos e substantivos, sendo assim

organizados em primeiro plano. Os advérbios foram elencados na forma suplementar, aparecendo em segundo plano quando comparados às classes anteriores citadas. Algumas classes gramaticais foram excluídas da análise, uma vez que não contribuem de maneira significativa para os objetivos estabelecidos e os resultados almejados. Entre as classes eliminadas estão artigos, onomatopeias, numerais, pronomes, preposições e conjunções. Na configuração da nuvem de palavras, foi definido o número máximo de 400 formas ou palavras para o programa utilizar. Por fim, foram escolhidas palavras com frequência mínima de três, e no máximo 31, que correspondem a todas do grupo definido presente no *corpus*. Para o tamanho do texto, selecionou-se no mínimo 10 e máximo 50, para

produzir uma imagem com palavras não sobrepostas e em um bom tamanho para se priorizar a leitura.

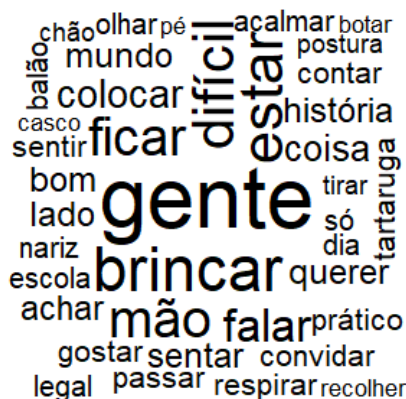
Para uma análise mais aprofundada, optou-se pelo método de Análise de Conteúdo proposto por Bardin (1997), adotando-se a técnica de categorização *a posteriori*, que tem por objetivo alcançar o núcleo central do *corpus* analisado (Soares et al., 2022). Ao empregar o sistema de categorização, identificam-se subcategorias, que representam conceitos hierarquicamente inferiores aos das categorias principais. Essas subcategorias são unidades mais específicas e devem ser sustentadas por unidades de registro. As unidades de registro são o segmento no qual se localiza o conteúdo referido, que são exemplificados pela unidade de contexto (trecho do texto analisado). Esta segunda parte da análise foi realizada de forma manual, pois o volume do corpus gerado pela intervenção não obteve um volume mínimo (10.000 palavras), considerado necessário para uma boa análise lexicográfica com o suporte de *software* (Camargo & Justo, 2021).

3 Resultados

O *corpus* analisado foi formado por 356 formas (radicais), sendo totalizados 1850 ocorrências e 307 hapax (palavras com uma única ocorrência). Considerando que a Nuvem de Palavras trabalha com a frequência das mesmas no *corpus*, a primeira análise a ser feita são as palavras de primeiro plano, “gente” (31), “brincar” (20), “estar” (19), “difícil” (18), “mão” (16) e “ficar” (16) (Figura 1), palavras estas de destaque. Frases como “Quando a **gente está brincando**, e vem alguém e toma uma coisa da nossa **mão**.” e “[...] a **gente** pode pedir ajuda de um amigo.”, são exemplos do uso de algumas das palavras em primeiro plano.

Outras em destaque, mas com menor frequência (segundo plano), incluem “falar” (13), “colocar” (10), “coisa” (9) e com oito ocorrências cada (“mundo”, “lado”, “história”, “sentar”). Essas palavras apareceram em frases como: “Já **falei pra parar de ficar implicando**.” e “É **difícil falar das coisas** que nos **deixam chateados**”.

Figura 1 - Nuvem de palavras



Na Análise de Conteúdo, formaram-se cinco categorias (Tabela 3): 1) *Interesse das crianças*, que originou a subcategoria ‘Atividades prazerosas’, registrada nas apresentações, momento ‘quebra-gelo’ em que as crianças falam seus nomes e uma atividades que gostam de fazer. As principais atividades citadas foram brincar, jogar videogame, ver televisão e comer chocolate. Categoria 2) *Dificuldades enfrentadas na escola*, dividida nas subcategorias ‘Violência física’, ‘Enturmar-se’ e ‘Discriminação racial’, surgiram na roda de conversa, momento logo após a contação da história, no qual as crianças são convidadas a compartilhar suas experiências semelhantes as da personagem principal da história. Categoria 3) *Identificando os sentimentos*, deriva a subcategoria “Como estou me sentindo” e é resultado da interação com o livreto que estimula a criança a tentar perceber como ela se sente, de forma a exercitar a autopercepção e a nomeação dos sentimentos. Os principais sentimentos e estados ditos foram feliz (6), alegre (3), cansado (2) e com sono (2). Categoria 4) *Reações nas situações difíceis*, deu origem às subcategorias ‘Assertivas’ e ‘Desadaptativas’, emerge no momento de psicoeducação no qual as crianças são levadas a pensar como reagiram nos momentos desafiadores pelo quais elas tenham passado na escola. Categoria 5) *Feedback* da atividade, formada pela subcategoria opinião dos alunos, é resultado do convite a avaliarem a intervenção.

Tabela 3 – Análise da intervenção

Categoria	Subcategorias	Unidade de registro	Unidade de contexto
Interesse das crianças	Atividades prazerosas	Apresentações	“Brincar” “Jogar videogame” “Ver televisão” “Comer chocolate”
	Violência física	Roda de conversa	“Ele me atormentava todo dia, todo dia, me empurrando e me batendo”
Dificuldades enfrentadas na escola	Enturmar-se	Roda de conversa	“Não quero brincar de futebol, então fico sozinho.”
	Discriminação racial	Roda de conversa	“Ficam me chamando de branquela e pegando no meu cabelo”
Identificação dos sentimentos	Como estou me sentindo	Livreto: identificando as emoções	“Feliz” (6) “Alegre” (3) “Cansado” (2) “Com sono” (2)
	Assertivas	Psicoeducação: O que você faz quando passa por uma situação difícil?	“Eu chamo a professora e conto o que aconteceu.” “Já falei pra ele que isso é errado e que não pode bater nos outros.”
Reações frente à situações difíceis	Desadaptativas	Psicoeducação: O que você faz quando passa por uma situação difícil?	“Uma vez eu joguei o caderno nele.” “Fico sozinho.”
Feedback da atividade	Opinião dos alunos	Encerramento da atividade	“Gostei muito” “Queria mais vezes” “Adorei fazer yoga”

4 Discussão

Este estudo teve como objetivo avaliar qualitativamente as interações e produções orais de uma intervenção para aquisição das Habilidades Sociais (HS) de estudantes do 4º ano do EF utilizando a contação de histórias e o yoga a fim de trabalhar o respeito e reduzir os episódios de conflitos, os

resultados produzidos devem ser considerados desta forma.

Em relação a análise por Nuvem de Palavras, evidenciou-se que as palavras com maiores destaques surgiram em momentos em que as crianças relatavam situações cotidianas na escola, além de exemplos de como agir. A utilização do vocábulo “gente”, em alguma medida enfatiza o reconhecimento e implicação de si nas situações, ora como agente

passivo, ora como agente ativo propondo saídas possíveis para situações difíceis. Um dos exemplos recuperados para ilustrar os usos, trata-se de uma situação agressiva que o aluno relata como sendo cotidiana, vivenciada no pátio da escola. Este dado é corroborado por Lima et al. (2020), que segundo relato das professoras, os pátios são os locais onde mais ocorrem situações de violência, seguido da sala de aula. Ao mesmo tempo que estas ocorrências devem ser monitoradas e em algum grau mediada por adultos, também são oportunidades das próprias crianças trabalharem as habilidades sociais.

O “brincar” é a palavra que expressa o que as crianças relataram mais gostar de fazer, enquanto que “estar” se diversifica aparecendo também como “estou” e “estava”, e surgindo nos relatos sobre a investigação dos seus próprios sentimentos. O exercício de automonitorar-se é crucial para um desempenho social competente, segundo Z. Del Prette e Del Prette (2022). As palavras “difícil” e “ficar”, foram empregadas diversas vezes juntos, em sua maioria referindo-se aos asanas, que foram propostos inicialmente em uma variação simples e aumentando-se o grau de dificuldade. Enquanto a palavra “mão”, foi empregada principalmente durante o *pranayama*, prática respiratória do yoga que foi ensinada para se somar aos recursos possíveis de manejo da raiva, como sugerida por Sarlas e Amendola (2022). Ao discutir e exercitar formas de agir, embasadas por uma prática lúdica e estimuladas a verbalizar seus sentimentos e saídas possíveis e mais assertivas, as crianças trabalham suas habilidades comunicativas que impactaram também em seus vocabulários (Correia et al., 2021).

Em síntese, percebe-se que as crianças intencionam a melhoria da interação social e a contação de histórias permitiu que compartilhassem suas experiências e discutissem diversas perspectivas contribuindo assim para articulação da fala e a exposição oral, ao compartilhar com os colegas diferentes alternativas para soluções de problemas cotidianos. As sequências narradas estimularam a capacidade de previsão das crianças, ajudando-as a antecipar consequências de ações e a considerar

alternativas mais assertivas. Esse exercício de antecipação e reflexão sobre a história contada promoveu um ambiente de aprendizagem mais colaborativo e empático, onde os alunos puderam demonstrar uma ampliação de seus repertórios de ações, e praticar HS importantes como a empatia, a cooperação e a resolução de conflitos.

Quanto a Análise de Conteúdo, as categorias surgidas são corroboradas por uma robusta literatura atual (A. Del Prette & Del Prette, 2021; Bispo et al., 2020; Bolsoni-Silva & Loureiro, 2023; Borges & Micol, 2016; Miranda et al., 2019; Pasche et al., 2019; Ristum, 2023; Soares et al., 2023; Souza et al., 2019; Zonatto & Daré, 2020), demonstrando de uma forma geral as vantagens e a necessidade de programas permanentes de promoção de HS no ambiente escolar.

A Categoria 1, ‘Interesse das crianças’, originou uma subcategoria nomeada de ‘Atividades prazerosas’, composta por atividades que as crianças gostam de fazer nos momentos livres. Em relação ao grupo analisado, o brincar aparece em primeiro lugar. Bispo et al. (2020) afirmam que o brincar constitui a atividade mais apreciada por esta faixa etária, seja em casa, na escola ou na rua. Esta atividade tão significativa se manifesta principalmente por meio dos jogos com regras, que, além de proporcionar diversão, são fundamentais para o desenvolvimento infantil, principalmente no que concerne o seguir regras ou instruções orais, cooperar e participar de discussões, que se relaciona a classe Habilidades Sociais Acadêmicas. Enquanto a criança brinca, ressignifica suas vivências e dá novos sentidos a sua cultura, assimilando as regras de convivência social e muitas vezes reproduzindo comportamentos que são transmitidos pelas gerações.

Para Souza (2020), o brincar se modificou com o passar dos anos também pela introdução de novos brinquedos e novas tecnologias. Desta forma, o videogame, citado por algumas crianças, já foi descrito por afetar regiões do cérebro responsáveis pela recompensa e controle de impulsos, como o córtex pré-frontal. O autor adverte que as vias dopaminérgicas do sistema de recompensa,

geralmente associadas à dependência de substâncias, estão relacionadas ao uso frequente de videogames, embora haja escassez de pesquisas que confirmem a equiparação a este tipo de dependência. Souza (2020) ainda afirma que, por outro lado, jogadores frequentes de videogame possuem diferenças significativas em regiões cerebrais relacionadas à tomada de decisão, apresentando maior volume de massa cinzenta em regiões frontais e menor tempo de decisão em comparação com jogadores pouco frequentes, além de aumento da conectividade em áreas relacionadas ao aprendizado procedural e aquisição de novas habilidades. Para o autor, as evidências também indicam melhorias em atenção seletiva, memória de trabalho, habilidades espaciais e desempenho em ciências, tecnologia, Engenharia e Matemática, que podem, em alguma medida, se relacionar a boas resoluções de problemas interpessoais. Em síntese, a escolha pelo brincar das crianças, indica que a utilização do yoga de forma lúdica, pode ser uma excelente maneira de estimular os valores éticos e morais e fomentar a aquisição de HS por meio da brincadeira (Ferreira, 2022; Simões 2019; Zonatto & Daré, 2020).

Na Categoria 2, 'Dificuldades enfrentadas na escola', evidenciou-se três subcategorias: 'Violência física', 'Enturmar-se' e 'Discriminação racial'. A violência física é uma preocupação significativa nas escolas, conforme destacado por Ristum (2023), enquanto Miranda et al. (2019) e Souza et al. (2019), enfatizam que qualquer tipo de violência reduz o rendimento acadêmico e abala a autoestima no processo educativo impactando negativamente no desempenho escolar. Pasche et al. (2019) salientam que as crianças associam a emoção tristeza à violência física e verbal e à falta de amizades. A "raiva" está relacionada às agressões sofridas pelos colegas. Em ambos os casos, é difícil enturmar-se. A partir das falas que representam essa categoria, pode-se identificar a importância da aquisição de HS para melhores relações interpessoais entre as crianças e para um ambiente mais respeitoso.

A subcategoria 'Violência física', especificamente entre alunos, é um fenômeno

crescente e afeta negativamente o ambiente escolar, prejudicando tanto a segurança quanto o desempenho acadêmico dos alunos. Segundo Ristum (2023), é a forma mais estudada por ter um maior apelo na mídia e ser a mais facilmente identificada pelos profissionais da escola. Na subcategoria 'Enturmar-se', aparece a dificuldade em se relacionar e a solidão associada, que são temas recorrentes entre os alunos. Miranda et al. (2019) identificam que ambientes escolares com climas desfavoráveis ao aprendizado frequentemente exacerbam os sentimentos de exclusão. A incapacidade de se integrar pode resultar em isolamento social e afetar negativamente a autoestima e o bem-estar emocional dos alunos. Por outro lado, a incapacidade de se integrar ao grupo de colegas pode ser exacerbada pela falta de interesse em atividades comuns, como o futebol, ou estar associado a dificuldade de negociar interesses, como a brincadeira que será escolhida agora e que pode mudar depois, levando os alunos a se sentirem solitários. Estas situações se relacionam diretamente à solução de problemas interpessoais, relativas as situações consideradas difíceis, que exigem, de alguma forma, acalmar-se, avaliar e tomar a decisão mais assertiva. A última subcategoria, 'Discriminação racial', é uma das formas de violência que persistem ao tempo e se estendem por quase todas as sociedades. É refletida nas análises de Ristum (2023), que discute a violência na escola, onde alunos são alvo de preconceitos raciais. A discriminação racial pode resultar em sérios impactos psicológicos e interferir no desenvolvimento acadêmico e social das crianças afetadas.

Para mitigar os impactos nocivos e reduzir os comportamentos agressivos na escola, a identificação e a expressão adequada dos sentimentos são essenciais para o desenvolvimento socioemocional saudável das crianças. Conforme referenciado neste estudo, HS como autocontrole e expressividade emocional são cruciais para que as crianças possam reconhecer, nomear e manejar seus estados de humor, emoções e sentimentos (A. Del Prette & Del Prette, 2021).

A Categoria 3 'Identificando os sentimentos', passa pelo reconhecimento das próprias emoções

pelos estudantes. Esta atividade originou a subcategoria “Como estou me sentindo”. Bolsoni-Silva e Loureiro (2023) enfatizam a importância de adquirir essas habilidades desde a infância, pois a capacidade de lidar com as emoções de maneira eficaz contribui para um ambiente escolar mais harmonioso e para a melhora nas relações interpessoais. Soares et al. (2023) salientam que a aquisição e ampliação de comportamentos assertivos podem ser estimulados com a utilização de modelos de comportamentos apresentados de forma lúdica, seja por personagens nas histórias infantis conhecidas (Soares et al., 2023) ou de forma corporificada pela prática do *ahinsa*, proposto pelo yoga (Borges & Micol, 2016). Essa capacidade de identificar e expressar sentimentos como “feliz” e “alegre” está relacionada à promoção de um ambiente positivo e à construção de um clima escolar favorável. Em contrapartida, sentimentos como “cansado” e “com sono” podem indicar a necessidade de atenção a aspectos físicos e de bem-estar das crianças, influenciando diretamente seu desempenho e participação nas atividades escolares.

A categoria 4, “Reações frente à situações difíceis”, se desdobra em duas subcategorias principais: “Assertivas” e “Desadaptativas”. Essas subcategorias revelam diferentes formas de como as crianças respondem a desafios e situações adversas no ambiente escolar. Na subcategoria “Assertivas”, as reações compartilhadas demonstram a capacidade de lidar com situações difíceis de maneira construtiva e positiva. Buscar ajuda de um adulto, como chamar a professora, e comunicar de maneira clara e direta que determinado comportamento é inaceitável, são exemplos de comportamentos assertivos. Segundo A. Del Prette e Del Prette (2021), a assertividade é uma habilidade social crucial que envolve expressar sentimentos, pensamentos e opiniões de maneira adequada ao contexto, respeitando a si mesmo e aos outros. Essas reações assertivas são fundamentais para o desenvolvimento de um ambiente escolar saudável e para a resolução eficaz de conflitos.

Na subcategoria “Desadaptativas”, as reações refletem respostas inadequadas ou prejudiciais frente às dificuldades. Reações impulsivas e agressivas

podem piorar a situação, assim como isolar-se e ficar sozinho, também é uma resposta desadaptativa, pois evita a resolução do problema e pode levar a sentimentos de solidão e exclusão. Casali-Robalinho et al. (2015), sinalizaram a importância das HS de crianças em idade escolar como forma de contribuir para a prevenção de problemas de comportamento e, consequentemente, para o desenvolvimento socioemocional infantil. Fernandes et al. (2018) salientam que essas reações desadaptativas indicam a necessidade de intervenções que promovam habilidades de resolução de problemas e de manejo emocional. A análise das reações das crianças frente às situações difíceis revela a importância de programas de THS que incentivem comportamentos assertivos e forneçam ferramentas para o manejo adequado das emoções e dos conflitos. Adquirir habilidades sociais como as de autocontrole, empatia e assertividade é essencial para capacitar as crianças a enfrentar os desafios de maneira positiva e construtiva, promovendo um ambiente escolar mais seguro e acolhedor.

A categoria 5, “*Feedback* da atividade” e sua subcategoria ‘Opinião dos alunos’, é uma fonte valiosa do impacto das tarefas propostas e sobre como estas podem ser melhoradas para atender às necessidades e interesses das crianças. A opinião positiva dos alunos quanto à intervenção, indica que as atividades realizadas foram bem recebidas e apreciadas. Isso sugere que os métodos utilizados, a contação de histórias e o yoga, foram eficazes em engajar os alunos e proporcionar experiências significativas e agradáveis. Os resultados indicam que o *feedback* positivo dos alunos pode ser atribuído ao envolvimento em atividades lúdicas e de relaxamento, como o yoga, que proporcionam um ambiente cordial e receptivo para a expressão de sentimentos e para a aquisição de HS (Zonatto & Daré, 2020). As opiniões dos alunos refletem a importância de incluir práticas que promovam o bem-estar emocional e físico, criando uma atmosfera escolar positiva e favorável ao aprendizado.

5 Considerações Finais

O problema de pesquisa investigado foi quais as principais dificuldades relatadas e HS demonstradas por crianças em uma intervenção de contação de histórias e yoga. A partir dos relatos foi possível identificar que as principais dificuldades enfrentadas estão relacionadas à violência física, enturmar-se e discriminação racial, e as HS demonstradas foram: Autocontrole e Expressividade Emocional, Resolução de Conflitos e Empatia e Cooperação. Desta forma, os resultados deste estudo estão de acordo com os achados da literatura que demonstram que promover intervenções e atividades permanentes que estimulem a aquisição de HS, podem atuar como fator protetivo à violência, e, também, que atividades lúdicas são efetivas na aquisição destas.

As principais contribuições do estudo revelam que a contação de histórias facilitou a discussão de soluções assertivas para problemas, promovendo HS, em especial as comunicativas, uma vez que as atividades estimularam que as crianças pudessem verbalizar suas dificuldades, além de, pensar e propor soluções mais assertivas. A intervenção, ainda que pontual, revelou que atividades prazerosas, como brincar e jogar videogame, além de divertidas, contribuem para o desenvolvimento infantil, proporcionam entretenimento, ajudam na assimilação de regras sociais, e também promovem habilidades interpessoais e acadêmicas.

As dificuldades enfrentadas na escola, como violência física, problemas de socialização e discriminação racial, foram destacadas como áreas críticas que impactam negativamente o ambiente escolar e o desempenho acadêmico dos alunos. As reações das crianças frente a situações difíceis, classificadas como assertivas ou desadaptativas, demonstram a importância de intervenções que promovam comportamentos assertivos e o manejo emocional adequado. Além disso, o *feedback* positivo dos alunos sobre a intervenção, incluindo atividades como contação de histórias e yoga, indica que essas práticas foram eficazes em engajar as crianças e

promover um ambiente mais seguro, acolhedor e favorável ao aprendizado.

Portanto, programas de THS, que são impulsionadores para o desenvolvimento socioemocional das crianças, pois contribuem para uma melhoria geral nas relações interpessoais e no clima escolar, podem ser ainda mais efetivos quando são permeados pela contação de histórias e do yoga. Nesse contexto, é essencial considerar perspectivas futuras que visem aprimorar a eficácia dessas intervenções e contribuir de maneira significativa para o desenvolvimento socioemocional das crianças, promovendo um ambiente escolar mais positivo e propício ao aprendizado.

Quanto às limitações deste estudo, pode-se citar o fato de ter ocorrido apenas uma sessão, que se justifica pela sobrecarga de conteúdo que a professora regente da turma tem que se responsabilizar e o tempo limitado de aula. Esta mesma limitação, de quantidade de sessões, também impactou no volume de dados para a análise. Porém, para estudos futuros, esta questão pode ser resolvida com uma intervenção com mais sessões. Outra sugestão para estudos futuros, é a avaliação pré e pós intervenção, como a realização em diferentes grupos, para se verificar a real efetividade do programa baseado em contação de histórias e yoga.

Desta forma, baseados nos achados aqui descritos, conclui-se que o estudo, teve como contribuição social um impacto imediato de bem-estar das crianças participantes, segundo o *feedback* das mesmas, e como contribuição científica, resultados que contribuem para a literatura e a proposição de novos métodos de trabalhar as HS de crianças, utilizando práticas que vem crescendo nas escolas, a contação de histórias e as aulas de yoga.

Referências

- Bardin, L. (1997). *Análise de conteúdo* (3ª ed.). Edições 70.
- Bispo, C. C. L., Bispo, L. B., & Oscar Briones Salazar, L. (2020). Inventário dos jogos e brincadeiras: a manifestação da cultura lúdica infantil. *Diversitas Journal*, 5(1), 500-522. <https://doi.org/10.17648/diversitas-journal-v5i1-1040>
- Bolsoni-Silva, A. T., & Loureiro, S. R. (2023). Práticas educativas de professores, comportamento e dificuldades de desempenho acadêmico: comparações de grupos. *Psico*, 54(1), 1-10. <http://dx.doi.org/10.15448/1980-8623.2023.1.38861>
- Borges, J., & Micol, L. (2016). Corpos comunicantes: rumos do yoga na educação. *Simpósio Internacional de Educação e Comunicação - SIMEDUC*, (7). <https://eventos.set.edu.br/simeduc/article/view/3321>
- Brasil, Ministério da Educação. (2017). Base Nacional Comum Curricular. http://basenacionalcomum.mec.gov.br/images/BNCC_EI_EF_110518_versaofinal_site.pdf
- Brasil, Ministério dos Direitos Humanos e da Cidadania. (2023). *Disque 100: 2023 registra aumento de cerca de 50% para violência nas escolas em comparação a 2022*. <https://www.gov.br/mdh/pt-br/assuntos/noticias/2023/novembro/disque-100-2023-registra-aumento-de-cerca-de-50-para-violencia-nas-escolas-em-comparacao-a-2022>
- Camargo, B. V., & Justo, A. M. (2021). *Tutorial para uso do software IRAMUTEQ (Interface de R pour les Analyses Multidimensionnelles de Textes et de Questionnaires)*. http://iramuteq.org/documentation/fichiers/Tutorial%20IRaMuTeQ%20em%20portugues_22.11.2021.pdf
- Casali-Robalinho, I. G., Del Prette, Z. A. P., & Del Prette, A. (2015). Habilidades Sociais como Predictoras de Problemas de Comportamento em escolares. *Psicologia: Teoria e Pesquisa*, 31(3), 321-330. <http://dx.doi.org/10.1590/0102-37722015032110321330>
- Correia, C. S., Ferreira, E. P., Soares, B. S., & Bender, D. I. V. (2021). Intervenções psicoeducacionais sobre a dificuldade de aprendizagem de leitura e escrita em crianças. *Brazilian Journal of Development*, 7(3), 28315-28332. <https://doi.org/10.34117/bjdv7n3-514>
- Costa, E. P. I., & Sá, S. O. (2020). Conflict Mediation at School: Literature Review with webQDA®. In A. P. Costa, L. P. Reis, & A. Moreira (Orgs.), *Computer Supported Qualitative Research* (p. 114-123). Springer International Publishing. https://doi.org/10.1007/978-3-030-31787-4_9
- Gomes, G. M. R. B., & Bittar, C. M. L. (2021). Percepções de professores e alunos sobre a violência escolar: um estudo qualitativo. *Psicologia Escolar e Educacional*, 25, e223900. <https://doi.org/10.1590/2175-35392021223900>
- Del Prette, A. & Del Prette, Z. (2021). *Competência Social e Habilidade Social: Manual teórico-prático*. 5ª edição, Editora Vozes. (Obra original publicada em 2017)
- Del Prette, Z. A. P. & Del Prette, A. (2022). *Habilidades sociais e desenvolvimento socioemocional na escola: Manual do professor*. 1ª edição, EdUSCar.
- Domitrovich, C.E., Greenberg, M.T., Kusche, C.A. & Cortes, R. C. (2004). *Twiggie Learns to Do Turtle*. In: Domitrovich, C.E., Greenberg, M.T., Kusche, C.A. & Cortes, R. C. *Twiggie and his friends*. Channing Bete Company, 1-21. <https://www.st-augustines.norfolk.sch.uk/wp-content/uploads/2022/10/Twiggie-learns-to-do-turtle.pdf>
- Fernandes, L. de M., Leme, V. B. R., Elias, L. C. dos S., & Soares, A. B. (2018). Preditores do Desempenho Escolar ao final do Ensino Fundamental: Histórico de Reprovação, Habilidades Sociais e Apoio Social. *Trends in Psychology*, 2626(1), 1-9. <https://doi.org/10.1590/0102.3772e32429>
- Ferreira, T. C. (2022). *Yoga com crianças e contação de histórias: a construção de experiências lúdicas e criativas na educação*. [Trabalho de conclusão de curso, Universidade Estadual Paulista]. <https://repositorio.unesp.br/server/api/core/bitstreams/102f2cb8-ef4c-48dd-b038-85a99339d7b7/content>
- Lima, D. S., Pereira, R. A. T., & Francisco, M. V. (2020). As percepções e a atuação de professoras do Ensino Fundamental I diante do bullying escolar. *Eccos Revista Científica*, (54), e13919. <https://doi.org/10.5585/eccos.n54.13919>
- Miranda, A. C., Bertagna, R. H., & Freitas, L. C. (2019). Fatores que afetam o clima da escola: A visão dos

- professores. *Pro-posições*, 30, e20160102. <https://doi.org/10.1590/1980-6248-2016-0102>
- Pasche, A. D., Vidal, J. L., Schott, F., Barbosa, T. P., & Vasconcellos, S. J. L. (2019). Treinamento de Habilidades Sociais no Contexto Escolar - Um Relato de Experiência. *Revista de Psicologia da IMED*, 11(2), 166-179. <https://dx.doi.org/10.18256/2175-5027.2019.v11i2.2850>
- Paula, E. O., Batista, L. P. P., & Matos, T. P. P. B. (2020). Crise da educação escolar: reflexões sobre a prática docente em escolas públicas de ensino fundamental em Fortaleza-CE-Brasil. In *Anais do VI Congresso Nacional de Educação – CONEDU*. Fortaleza-CE: Realize. https://www.editorarealize.com.br/editora/ebooks/conedu/2019/ebook1/PROPOSTA_EV127_MD4_ID_7803_14082019165213.pdf
- Pineda, M. Á. R., Serrano, M. P. G. L., & Altarejos, A. J. O. (2019). Algunas consideraciones sobre la resolución de los conflictos escolares. *Conrado*, 15(67), 135-142. http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1990-86442019000200135&lng=es&tlng=es.
- Ristum, M. (2023). Violência na escola, da escola e contra a escola. In: Assis, S. G., Constantini, P., Avanci, J. Q., & Njaine, K. [Orgs]. *Impactos da violência na escola: um diálogo com professores*. Editora FIOCRUZ. <https://doi.org/10.7476/9786557082126>.
- Sarlas, L. & Amendola, M. (2022). A raiva chegou: o que fazer?. In T. P. Cruz (Coord), *Código das emoções*, 1ª ed, (pp. 271-280). Literare Books
- Simões, E. C., & Cardoso, M. R. A. (2022). Violência contra professores da rede pública e esgotamento profissional. *Ciência & Saúde Coletiva*, 27, 1039–1048. <https://doi.org/10.1590/1413-81232022273.28912020>
- Simões, B. D., Mizuno, J., & Rossi, F. (2019). Yoga para crianças: um estudo de revisão sistemática da literatura. *Revista Cocar*, 13(27), 597-618. <https://paginas.uepa.br/seer/index.php/cocar/index/>
- Soares, A. B., Medeiros, H. C. P., Brito, A. D., Mendes, V. S. A., Santos, J. C. A. da H., Rocha, H. L., & Uhr, F. R. B. (no prelo). Habilidades sociais na literatura infantil: Uma análise a partir das falas dos personagens. *Psicologia Escolar e Educacional*.
- Soares, A. B., Jardim, M. E. M., Medeiros, C. A. C., Alves, P. R. S. S. A., Ribeiro, R., & Vidal, L. V. (2022). Análise de conteúdo: Técnicas e estratégias. In A. B. Soares, M. E. M. Jardim, C. A. C. Medeiros, P. R. S. S. A. Alves, & R. Ribeiro (Orgs.), *Metodologia Qualitativa: Técnicas e exemplos de pesquisa*, 1ª ed, (pp. 151-168). Appris
- Soares, A. B., Santos, J. C. A. H., Rocha, H. L., & Uhr, F. R. B. (2023). As habilidades sociais dos personagens da Turma da Mônica. *Educação: Teoria e Prática*, [S.l.], 33(66), 01-18. <https://doi.org/10.18675/1981-8106.v33.n.66.s15968>
- Souza, M. H., e Daré, P. K. (2019). Yoga: a filosofia na prática. A percepção, aplicabilidade e instrução dos professores de Yoga no município de Florianópolis sobre os yamas e niyamas. *Ânima Educação*, 1-21. <https://repositorio.animaeducacao.com.br/handle/ANIMA/9675>
- Souza, M. S., Soares, A. B., & Freitas, C. P. P. (2019). Treinamento de Habilidades Sociais (THS) para alunos em situação de vulnerabilidade social. *Revista Psicologia: Teoria e Prática*, 21(3), 135-158. <http://editorarevistas.mackenzie.br/index.php/ptp/article/view/11637>
- Zapata, S. M. C., & Zapata, E. C. (2024). Convivencia escolar: Revisión sistemática. *Horizontes Revista de Investigación en Ciencias de la Educación*, 8(32), 497-510. <https://doi.org/10.33996/revistahorizontes.v8i32.740>
- Zonatto, M. & Daré, P. K. (2020). A percepção de alunos do quarto ano do ensino fundamental sobre a prática de Kriya Hatha Yoga e meditação na melhora da atenção. *Cadernos Brasileiros de Saúde Mental/Brazilian Journal of Mental Health*, 12(31), 15-39. <https://periodicos.ufsc.br/index.php/cbsm/article/view/69697>