

## **EMOÇÃO E A INTELIGÊNCIA EMOCIONAL: CARTILHA EDUCATIVA PARA CRIANÇAS**

### **ANDRESSA SANDRINI GADELHA DE ASSIS**

Discente do Curso de Psicologia do Centro Universitário Católica de Quixadá (UNICATÓLICA).

E-mail: andressasandrini13@gmail.com

### **RAQUEL CRISTINA OLIVEIRA ARAÚJO DE FREITAS**

Discente do Curso de Psicologia do Centro Universitário Católica de Quixadá (UNICATÓLICA).

E-mail: raquelwdtur@hotmail.com

### **ANICE HOLANDA NUNES MAIA**

Docente do Curso de Psicologia do Centro Universitário Católica de Quixadá (UNICATÓLICA).

E-mail: aniceholanda@unicatolicaquixada.edu.br

## **RESUMO**

O presente trabalho aborda as emoções. Emoção vem do latim “emovere” que significa momentos. A emoção é a percepção de um indivíduo sobre uma determinada ação e/ou reação. De forma educativa e informativa, enfoca-se as emoções, e a diversas formas de expressões, e o uso da inteligência emocional, uma ferramenta importante para o indivíduo no convívio em sociedade. O seguinte trabalho traz a proposta de apresentar uma cartilha educativa para crianças sobre emoções. Trata-se de um relato de experiência das práticas integrativas V desenvolvidas entre março e maio de 2023. A instituição de referência é o Mispinha Instituto para Adolescentes e Crianças (MIAC) e o público, crianças com idade entre 8 e 13 anos. A atividade desenvolvida trata-se da elaboração de uma cartilha educativa sobre as emoções, através de estudos e pesquisas em fontes técnicas e científicas e confeccionada por meio do Canva. O objetivo deste material é ampliar o campo de identificação das emoções e do aprendizado sobre a inteligência emocional como ferramenta no processo do desenvolvimento infantil e na socialização. São demonstrados os elementos e a diversidade do conteúdo proposto e a importância de gerenciar de certa forma a inteligência emocional. Discorrendo sobre a expressão das emoções como alegria/tristeza, medo, supressa, orgulho, ciúmes, simpatia e raiva. A percepção e identificação das emoções com o apoio da cartilha educativa possibilita o desenvolvimento socioemocional das crianças, podendo ser extensiva à família. Ela mostra a definição de emoções e sugestões de como lidar com elas no dia a dia. Pretende-se que este material educativo seja distribuído como um arquivo impresso para o público infantil, com ilustrações e descrição das emoções. Assim, as crianças e adolescentes têm acesso a ele de modo que possam identificar cada uma das emoções, expressando-as conforme forem falando sobre cada uma delas, bem como encontram sugestões sobre formas de lidar com suas emoções, servindo também como autoconhecimento para elas. Materiais educativos são estratégias que permitem a prática da psicologia e sua contribuição para o desenvolvimento infantil de forma indireta e como acervo permanente.

**Palavras-chave:** Inteligência emocional. Informação e educação em saúde. Desenvolvimento infantil.