



## PROGRAMA DE COMPETÊNCIAS SOCIOEMOCIONAIS 5 ANOS



### 1. O que é?

O “Nino e Nina” é um programa de desenvolvimento de competências sócio-emocionais, destinado a desenvolver, através da prevenção precoce, competências, conhecimentos e atitudes relacionados com o reconhecimento das emoções e valores, a gestão das emoções, a compreensão e empatia pelos outros, o estabelecimento de relações positivas e a realização de escolhas éticas e construtivas, contribuindo para a auto-estima positiva das crianças.

O programa é implementado em contexto de aula, a todas as crianças de uma turma, e pretende desenvolver competências sócio-emocionais, a capacidade de iniciativa e potenciar o ajustamento psicológico através da prevenção ou redução dos problemas comportamentais e emocionais.

Baseia-se no princípio de que estas competências podem ser ensinadas e aprendidas na escola, tal como as competências académicas.

### 2. Quem são os autores do programa?

O programa foi construído pela Dra. Lorena Crusellas e pela Dra. Vanda Alcobia, da Associação Prevenir, na sua versão original. Tem beneficiado de reestruturações sucessivas por parte do Gabinete Psicopedagógico e das Educadoras do Colégio no sentido de o tornar mais apelativo para as crianças.

### 3. A quem se destina?

Aos alunos das salas dos 4 anos (implementação em toda a turma).

### 4. O que pretendemos alcançar?

Pretendemos promover nos alunos:

- Auto-controlo e disciplina;
- Diferenciação emocional;
- Auto-estima;
- Competências sociais.

### 4. Porquê desenvolver competências sócio-emocionais?

Um desenvolvimento harmonioso implica não só o desenvolvimento de competências cognitivas, mas também sociais e emocionais. As duas áreas funcionam de forma complementar contribuindo para o sucesso e bem-estar do aluno.

## **5. Fará sentido trabalhar estas competências na escola?**

Uma vez que a escola tem como função promover o desenvolvimento integral dos alunos, o ensino explícito das competências sócio-emocionais é tão pertinente como o desenvolvimento de competências académicas, tais como a aritmética e a ortografia.

## **6. Não são já estas competências trabalhadas pelos professores/ educadores?**

Sim, de facto, os educadores procuram muitas vezes ensinar competências sócio-emocionais às crianças. No entanto, esse trabalho não é feito de forma explícita e sistemática.

## **7. Como promover então competências sociais e emocionais?**

Desde cedo e de forma progressiva, proporcionando ambientes seguros e atentos, onde se valorize o bem-estar das crianças e se trabalhem de forma explícita e sistemática estas competências.

## **8. O programa já foi implementado noutros locais?**

No ano letivo de 2006/07 iniciou-se a aplicação do “Nino e Nina”, em escolas pertencentes aos concelhos de Cascais, Oeiras e São João da Madeira. No ano letivo seguinte expandiu-se aos concelhos de Esposende, Faro, Lagoa, Lisboa, São Brás de Alportel, Sintra, Trofa, Vila Franca do Campo e Vila Real de Santo António.

## **9. Quais os resultados obtidos com o programa?**

Através da aplicação de questionários às educadoras do Colégio Valsassina, antes e após a aplicação do programa, verificou-se que os alunos dos 4 anos beneficiaram da participação no mesmo e melhoraram as suas competências ao nível de:

- Comportamento;
- Auto-controlo;
- Diferenciação emocional;
- Auto-confiança e auto-estima;
- Cooperação;
- Relações com os colegas;
- Competência social;
- Controlo da ansiedade e da agressividade.

## **10. Como é que a família pode fazer parte deste processo de crescimento?**

O sucesso na vida (pessoal e profissional) vai muito além do sucesso académico. A valorização, por parte da família, da promoção das competências sócio-emocionais é crucial para alcançar esse sucesso. Nesse sentido, todos juntos, pais, educadores e auxiliares, podemos contribuir para que as nossas crianças cresçam mais felizes e saudáveis!