

## ESCOLA DE PAIS: TRABALHANDO A LINGUAGEM DO SENTIR – UM RELATO DE CASO

Emanuelle Silva Sousa<sup>1</sup>  
Martha Lisbôa Oliveira dos Santos<sup>2</sup>  
Jade Rodrigues Vieira<sup>3</sup>

### INTRODUÇÃO

Ao observar a lacuna existente na relação entre escola, família e sociedade, a implementação de programas de “escola de pais” surge como uma estratégia facilitadora para o desenvolvimento socioemocional de crianças e adolescentes (Rodrigues, 2021). Nesse contexto, nota-se a viabilidade da Psicologia Positiva discutir em instituições educacionais as práticas parentais e habilidades de comunicação com pais e responsáveis, tendo em vista seu potencial de repercussões para a sociedade ao contribuir para o bem-estar de todos inseridos no ambiente educacional (Cintra; Guerra, 2017; Batalha; Fernandes; Ribeiro, 2022).

Martin Seligman (2011), ao assumir a presidência da American Psychological Association (APA), objetivou, através da Psicologia Positiva, estudar a influência dos construtos de bem-estar e felicidade, bem como as emoções positivas, as virtudes e os pontos fortes dos indivíduos, reconhecidos como aspectos promissores e preventivos para uma melhor qualidade de vida (Paludo; Koller, 2007). Nesse sentido, essa abordagem emerge como um instrumento para a construção de uma relação saudável entre responsáveis e filhos, a fim de que pais sejam incentivadores de forças e pontos fortes da criança, aumentando seu bem-estar (Waters, 2015; Rodrigues, 2021).

A família garante a socialização de filhos com afeto, educação e acolhimento, sendo referência também para vivências de emoções negativas (Lins; Lima-Nunes; Vasconcelos, 2010; Lins, et al., 2015). Os estudos de Rodrigues (2021) e Batalha, Fernandes e Ribeiro (2022) questionam as “posturas de antigamente” ao se referir à educação familiar, apontando que esse modelo de educação punitiva gera prejuízos psicológicos significativos. Cabe destacar que há uma reprodução desses padrões familiares observados, indicando que a

---

<sup>1</sup> Graduanda do Curso de Psicologia da Universidade Estadual da Paraíba - UEPB, [emanuelle.sousa@aluno.uepb.edu.br](mailto:emanuelle.sousa@aluno.uepb.edu.br)

<sup>2</sup> Graduanda do Curso de Psicologia da Universidade Estadual da Paraíba - UEPB, [martha.santos@aluno.uepb.edu.br](mailto:martha.santos@aluno.uepb.edu.br)

<sup>3</sup> Doutora em Psicologia Social pela Universidade Federal da Paraíba - UFPB, [jade.jadcely@servidor.uepb.edu.br](mailto:jade.jadcely@servidor.uepb.edu.br)

maneira que cuidadores foram educados na infância podem levar a padrões de repetição de explosões emocionais e agressividade.

Os estudos, então, ressaltam o papel dos pais na criação de seus filhos, sugerindo o desenvolvimento de programas e intervenções voltados à utilização de práticas parentais educativas que promovam a melhoria da relação familiar. O foco no contexto familiar e na influência sobre o desenvolvimento da criança mostra-se relevante para a profissionais de psicologia, educadores e pais, em busca de prevenir ou amenizar problemas comportamentais de crianças e adolescentes (Patterson, Reid, Dishion, 2002; Rodrigues, 2021). Nesse cenário, intervenções educacionais baseadas na Psicologia Positiva podem trazer contribuições significativas, ao objetivarem o fortalecimento pessoal, resiliência e a saúde psicológica (Zanini *et al.*, 2018; Ferreira; Lamas, 2020).

Considerando esse contexto, esse projeto buscou colaborar com a reflexão acerca da importância de fortalecer as relações familiares, possibilitando a inserção de pais na educação dos filhos e promovendo o bem-estar de ambos, a fim de viabilizar uma maior integração entre a escola, família e sociedade. De igual maneira, visou contribuir para a psicoeducação de pais sobre a importância de priorizar o afeto na criação de filhos.

## **METODOLOGIA (OU MATERIAIS E MÉTODOS)**

A partir da perspectiva da psicologia positiva de Martin Seligman e ancorado na intervenção “Escola de Pais: aprendendo a florescer” de Miriam Rodrigues, o projeto de mesmo nome teve como objetivo desenvolver intervenções voltadas para o treinamento de habilidades socioeducativas com pais e/ou responsáveis de adolescentes de uma turma do fundamental II (anos finais) de uma escola pública de Campina Grande - PB.

A fim de promover a continuidade e efetividade do processo, optou-se por trabalhar com um grupo fechado pertencente a uma mesma categoria de mães e/ou pais de adolescentes do 9º ano. A participação do público se deu de forma voluntária após a apresentação da proposta de extensão, que tinha como prática trabalhar temáticas da psicologia positiva, como: “O que é escola de pais?”; “Alternativas para redução de estresse”; “Ansiedade e Otimismo Aprendido”; “Comunicação não violenta”; “Crenças, virtudes e forças de caráter”, integradas aos conteúdos sugeridos pelo grupo de pais. Diante dos desafios encontrados, o projeto foi reestruturado, passando do formato presencial para o remoto, adaptando-se aos dias e horários acordados com a disponibilidade dos/as participantes. Para favorecer a participação ativa, utilizou-se recursos didático-pedagógicos (quizzes, cartilhas, vídeos e dinâmicas) para trabalhar as demandas. Além disso, foram propostos exercícios para casa

para que os pais as aplicassem em seu cotidiano, visando possibilitar um aprendizado mais significativo.

Ao final de cada intervenção, foi solicitado o *feedback* dos participantes sobre a atividade desenvolvida no dia. Após a conclusão do projeto de extensão, foi encaminhado um formulário online via *Google Forms* para coleta oficial do feedback. A partir das respostas obtidas, foram identificadas temáticas, sendo estas organizadas em categorias e apresentadas no tópico a seguir.

## **RESULTADOS E DISCUSSÃO**

### **Dificuldades de aprendizagem**

Após a conclusão do projeto, aplicou-se um formulário via google para coleta de feedback. Na primeira reunião, ainda presencial, o total de 20 pais estiveram presentes na apresentação do projeto, concordando em participar das atividades. Entretanto, na segunda reunião, houve a diminuição para apenas duas responsáveis. Ao migrarmos para a modalidade online, o número de participações por encontro se deu em uma média de 3 participantes.

Quanto ao questionário, do total anteriormente indicado (20 responsáveis), apenas 6 responderam o formulário. Desse número, todas são mulheres; em relação à quantidade de filhos, quatro mulheres têm 2 filhos, uma tem apenas 1 filho e uma tem o total de 4 filhos. Quando perguntadas se elas conseguiram participar dos encontros do projeto, apenas uma delas respondeu que não conseguiu acompanhar, embora tenha participado de ao menos uma reunião.

Considerando a baixa participação no projeto, levantou-se hipóteses sobre as possíveis dificuldades enfrentadas para participar das intervenções do projeto. Entre as dificuldades encontradas estavam: rotina corrida (5), demandas do trabalho (2), problemas com o dia e o horário (2), doença (1). Dessa forma, de acordo com as respostas do formulário e os comentários durante a realização das intervenções, notou-se que a principal dificuldade estava relacionada a “vida corrida”, o que inclui conciliar o trabalho (aqui identificado como exercício de atividade/função remunerada), com o cuidado dos filhos e da casa e o cuidado individual. Para além disso, considerando que todas as participações nas intervenções, bem como as respostas ao formulário foram de mulheres, fica evidente o peso da dupla jornada feminina.

### **Repercussões do projeto “Escola de Pais: Trabalhando a linguagem do sentir”:**

Os resultados obtidos por meio do feedback dos pais e responsáveis, predominantemente mães, participantes do projeto de extensão evidenciaram impactos

relevantes no aprimoramento das habilidades de comunicação e no fortalecimento dos vínculos familiares, contribuindo para o desenvolvimento socioemocional dos filhos. Ademais, os relatos destacaram que as intervenções também proporcionaram benefícios para o desenvolvimento pessoal das participantes, ocasionando uma reflexão sobre sua própria existência para além das demandas relacionadas à maternidade.

No que se refere ao aprimoramento das habilidades de comunicação, as participantes compartilharam, em seus discursos, uma evolução de suas habilidades comunicativas. Elas refletiram sobre a possibilidade de melhor lidar com desentendimentos, melhorar a interação com os filhos e facilitar o diálogo no âmbito familiar. Além disso, foi mencionada a adoção de práticas para o fortalecimento da relação com seus filhos, como a escuta mais ativa, destacando maior atenção e sensibilidade às emoções e necessidades dos filhos.

Outro impacto percebido refere-se à maior compreensão das participantes sobre o entendimento e influência de suas próprias emoções no comportamento dos filhos, tendo em vista que as emoções e expressões dos pais influenciam diretamente o comportamento das crianças, como destacado por Souza, Ferreira e Souza (2021) em sua produção sobre a importância de validar as emoções das crianças.

Observa-se, ainda, outro resultado decorrente das intervenções, descrito pelas mães participantes como um resultado a ser observado e vivenciado a longo prazo, bem como refere-se a um dos objetivos buscado pela extensão: o fortalecimento do vínculo familiar. O desenvolvimento desse fortalecimento está intrinsecamente ligado à construção de um relacionamento mais saudável entre mães e filhos, fundamental para o desenvolvimento social, emocional e cognitivo de crianças e adolescentes. Para as autoras Dessen e Polonia (2007), quando o vínculo familiar é fortalecido, as relações tendem a serem mais saudáveis, promovendo, conseqüentemente, um desenvolvimento cada vez mais positivo.

## **CONSIDERAÇÕES FINAIS**

As reflexões obtidas no decorrer do projeto de extensão reforçam a importância de iniciativas que buscam promover o desenvolvimento pessoal e o fortalecimento dos vínculos familiares, especialmente no contexto de mães, pais e responsáveis. Pode-se concluir que o projeto contribuiu positivamente para o ambiente familiar e para as relações entre os envolvidos.

Ademais, as mulheres participantes trouxeram em seu discurso a validação sentida ao se enxergarem, também, além da demanda materna, uma vez que mulheres frequentemente enfrentam padrões patriarcais que invalidam de maneira significativa seu bem-estar e identidade. Notou-se, a partir dos discursos das participantes, um reconhecimento da sua

individualidade que ultrapassam os papéis sociais, visto que esta ofusca-se pelas demandas da maternidade e pelas responsabilidades do trabalho doméstico.

Além disso, essa experiência favoreceu o amadurecimento das extensionistas em práticas externas à universidade, possibilitando o desenvolvimento da autonomia, de capacidades de adaptação e de resolução de problemas, assim como oportunizou vivências afetivas significativas. Apesar disso, a execução do projeto evidenciou lacunas e desafios, além da escassez de estudos e intervenções nessa área, o que ressalta a necessidade de continuidade das intervenções práticas e de novas produções acadêmicas voltadas ao tema.

**Palavras-chave:** Psicologia Positiva; Escola de Pais; Educação Emocional; Desenvolvimento Socioemocional; Comunicação Não-Violenta.

## REFERÊNCIAS

BATALHA, G. P.; FERNANDES, G.; RIBEIRO, L. **A influência da psicologia positiva no desenvolvimento comportamental infantil.** 2022.

DESSEN, M. A.; POLONIA, A. C. **A família e a escola como contextos de desenvolvimento humano.** *Paideia (Ribeirão Preto)*, v. 17, n. 36, p. 21-32, 2007.

FERREIRA, P. C.; LAMAS, K. C. A.. **Aplicações da Psicologia Positiva no Desenvolvimento Infantil:** Uma Revisão de Literatura. *Psico-USF*, v. 25, n. 3, p. 493–505, jul. 2020.

LINS, Z, M. B. et al. **O papel dos pais e as influências externas na educação dos filhos.** *Rev. SPAGESP [online]*. 2015, vol.16, n.1, pp. 43-59. ISSN 1677-2970.

PALUDO, S. DOS S.; KOLLER, S. H. **Psicologia positiva:** uma nova abordagem para antigas questões. *Paidéia (Ribeirão Preto)*, V. 17, n. 36, p. 9-20, jan. 2007.

RODRIGUES, M. **Escola de pais:** aprendendo a florescer. In: REPPOLD, C. T.; HUTZ, C. S. (org.). *Intervenções em Psicologia Positiva no contexto escolar e educacional.* Brasil: Vetor Editora, 2021.

SOUZA, J. B.; FERREIRA, J. C.; SOUZA, J. C. P. **A importância da validação das emoções das crianças.** *Research, Society and Development*, v. 10, n. 10, p. e479101018940-e479101018940, 2021.