ISSN: 2358-8829

ENTRE AFETO E INSTABILIDADE: EDUCAÇÃO EMOCIONAL E RELAÇÕES JUVENIS EM O VERÃO QUE MUDOU MINHA VIDA

Dávla Emylly Fernandes de Almeida [1]

INTRODUÇÃO

Belly Conklin passa os verões em Cousins, cidade litorânea onde sua família convive com Susannah Fisher, amiga próxima de sua mãe, e com os filhos dela, Conrad e Jeremiah. Ao longo dos anos, esse convívio muda conforme os jovens crescem e passam a lidar com novos sentimentos, conflitos e expectativas. Adaptada da trilogia literária de Jenny Han, a série *O Verão que Mudou Minha Vida* (2022) estreou na Amazon Prime Video em 2022 e chegou à terceira temporada em 2025. A história acompanha, entre outros conflitos, o envolvimento amoroso de Belly com os dois irmãos.

Este artigo não procura decidir com qual personagem Belly deveria ficar. O foco recai sobre o que suas relações revelam acerca das experiências afetivas juvenis. Ciúme, rejeição, idealização amorosa e dificuldade de comunicação aparecem na narrativa e permitem discutir como os jovens reconhecem seus sentimentos e lidam com as consequências de suas escolhas. Como as séries fazem parte do repertório cultural de muitos adolescentes, elas também podem abrir espaço para conversas sobre situações que nem sempre entram nas discussões escolares.

A educação emocional oferece um caminho para abordar essas experiências. Brantes e Gondim (2025), em uma revisão da produção científica sobre competências socioemocionais, relacionam essas competências a aspectos como bem-estar, rendimento acadêmico e qualidade das relações interpessoais. No cotidiano juvenil, reconhecer sentimentos, enfrentar frustrações e conversar sobre conflitos são desafios que exigem reflexão e aprendizagem. Bévort e Belloni (2009), por sua vez, destacam a importância da mídia-educação para compreender o lugar das mídias na vida social e desenvolver uma leitura crítica de seus conteúdos.

A partir dessas questões, o artigo pergunta: como *O Verão que Mudou Minha Vida* (2022) representa os dilemas afetivos de Belly, Conrad e Jeremiah, e como essas representações podem contribuir para discutir educação emocional? O objetivo é analisar as relações construídas pela série e examinar possibilidades de abordagem no ambiente escolar. Para isso, o texto considera Cousins como espaço ligado à memória e à mudança, discute as maneiras

[1]Graduanda do Curso de Letras Português da Universidade Estadual da Paraíba - UEPB, emyllydavla@gmail.com.

ISSN: 2358-8829

como os três personagens enfrentam seus conflitos e apresenta possibilidades e limites do uso pedagógico da produção.

A pesquisa tem abordagem qualitativa e caráter interpretativo. A leitura das três temporadas concentra-se nas situações em que os conflitos afetivos ganham destaque, considerando as escolhas dos personagens, suas formas de comunicação e suas reações diante de perdas e frustrações. A discussão aproxima essas situações dos estudos de Bévort e Belloni (2009) sobre mídia-educação, de Brantes e Gondim (2025) sobre competências socioemocionais, de Nogueira e Silva (2024) sobre autorregulação emocional e de Bauman (2004) sobre a instabilidade dos vínculos afetivos contemporâneos.

O artigo não trata a série como exemplo de comportamento nem afirma que seu conteúdo determina as atitudes dos espectadores. A proposta é examinar as contradições da narrativa e discutir como elas podem alimentar uma leitura crítica das relações afetivas.

METODOLOGIA

A pesquisa segue uma abordagem qualitativa e interpretativa e toma como objeto a série *O Verão que Mudou Minha Vida* (2022), adaptação audiovisual da trilogia de Jenny Han. O corpus compreende as três temporadas, que chegaram ao público entre 2022 e 2025. A leitura privilegia situações ligadas às relações afetivas e aos conflitos interpessoais de Belly Conklin, Conrad Fisher e Jeremiah Fisher.

Durante a análise, o foco recai sobre a maneira como os personagens expressam sentimentos, enfrentam frustrações, tomam decisões e respondem às expectativas das pessoas próximas. O estudo também considera o papel de Cousins e da casa de praia na memória familiar, sobretudo quando a morte de Susannah e a possibilidade de perder esse espaço alteram a relação entre os personagens.

A interpretação parte de situações narrativas relacionadas à idealização amorosa, à dificuldade de comunicação, à impulsividade e ao reconhecimento das próprias emoções. Em seguida, aproxima esses elementos das discussões teóricas sobre competências socioemocionais, autorregulação emocional, mídia-educação e vínculos afetivos na contemporaneidade. O artigo não apresenta uma medição dos efeitos da série sobre o público nem investiga empiricamente a recepção dos adolescentes. Seu propósito é analisar a narrativa e discutir como determinadas cenas podem servir de material para uma reflexão pedagógica, desde que o professor considere os limites da obra e a diversidade de interpretações dos estudantes.

ISSN: 2358-8829

REFERENCIAL TEÓRICO

- ADOLESCÊNCIA, AFETIVIDADE E MÍDIA-EDUCAÇÃO

A adolescência envolve mudanças na identidade e nas relações afetivas. Nessa fase, os jovens enfrentam sentimentos e expectativas que nem sempre conseguem compreender ou expressar, além de situações de ciúme, rejeição e frustração. Nogueira e Silva (2024) chamam a atenção para a vulnerabilidade emocional desse período e para a importância de desenvolver recursos que ajudem os adolescentes a compreender suas emoções e enfrentar conflitos.

Brantes e Gondim (2025) discutem as competências socioemocionais como a articulação de conhecimentos, habilidades e motivações que ajudam as pessoas a lidar com situações emocionais. Entre os domínios do modelo do Collaborative for Academic, Social and Emotional Learning (CASEL), as autoras destacam o autoconhecimento, o autogerenciamento, a consciência social, os comportamentos pró-sociais e a tomada de decisão responsável. Esses campos envolvem reconhecer sentimentos, regular impulsos, compreender outras pessoas, construir relações e avaliar as consequências das próprias escolhas. Nogueira e Silva (2024) abordam ainda a autorregulação emocional, isto é, as estratégias usadas para influenciar a maneira como as emoções surgem, são experimentadas e se expressam.

A Base Nacional Comum Curricular (BNCC) inclui, entre as competências gerais da Educação Básica, o reconhecimento das próprias emoções e das emoções alheias e a capacidade de lidar com elas (BRASIL, 2018). A presença dessa orientação no documento, contudo, não garante sua aplicação no cotidiano escolar. Os professores precisam de estratégias e materiais que aproximem a discussão sobre emoções das experiências dos estudantes. Nogueira e Silva (2024) também apontam a necessidade de recursos que apoiem esse trabalho com adolescentes.

As mídias fazem parte dessas experiências culturais. Bévort e Belloni (2009) observam que elas participam de diferentes esferas da vida social e influenciam os modos de perceber, aprender e compartilhar informações. Para as autoras, a mídia-educação envolve tanto o estudo crítico dos conteúdos midiáticos quanto o uso das mídias como recursos de aprendizagem e expressão. Essa perspectiva permite discutir não apenas o que uma série apresenta, mas também como constrói suas histórias, quais comportamentos valoriza e que experiências deixa em segundo plano.

Nas narrativas românticas voltadas ao público jovem, o ciúme, o silêncio e as reconciliações dramáticas podem aparecer como sinais de amor ou como soluções para

ISSN: 2358-8829

conflitos. A leitura crítica permite questionar essas associações e discutir a diferença entre a intensidade de um sentimento e a maneira como alguém age diante dele. A reflexão de Bauman (2004 apud ANGELO, 2018) sobre a fragilidade dos vínculos contemporâneos também ajuda a examinar a tensão entre o desejo de relações duradouras e a dificuldade de mantê-las diante de mudanças, expectativas e escolhas individuais.

Essas contribuições orientam a leitura de *O Verão que Mudou Minha Vida* (2022). As experiências de Belly, Conrad e Jeremiah permitem discutir o autoconhecimento, o controle das reações e a comunicação afetiva. A série, porém, não oferece respostas prontas nem representa todas as experiências juvenis. Seu uso em sala de aula exige perguntas que ajudem os estudantes a avaliar as atitudes dos personagens e suas consequências, em vez de aceitar os comportamentos ficcionais como exemplos a seguir.

- ESPAÇO E PERSONAGENS: AFETO E INSTABILIDADE

  - Cousins: memória e mudança

Cousins ocupa um lugar importante na história porque reúne as lembranças da infância de Belly, Conrad e Jeremiah e representa uma rotina que, durante muito tempo, parece continuar igual a cada verão. A casa de praia guarda experiências compartilhadas entre as duas famílias. Por isso, o espaço não funciona apenas como cenário: ele dá forma ao sentimento de pertencimento dos personagens e contrasta com as mudanças que eles vivem à medida que crescem.

A morte de Susannah rompe essa ideia de continuidade. Além da perda de uma pessoa que aproxima as famílias, os personagens precisam lidar com a possibilidade de perder a casa, outro elemento que concentra suas lembranças. O conflito em torno do imóvel expõe diferentes maneiras de enfrentar o luto e de preservar os vínculos familiares. Conrad tende a se fechar e a agir como se precisasse resolver tudo sozinho, enquanto Jeremiah demonstra de forma mais direta o desejo de manter a casa e as lembranças que ela representa.

A importância de Cousins também ajuda a compreender as relações amorosas da série. Belly associa o lugar à infância e à imagem que formou dos irmãos; por isso, suas escolhas afetivas carregam a influência de histórias e expectativas antigas. Ao longo das temporadas, o espaço permanece reconhecível, mas as relações deixam de ter a mesma configuração. Essa tensão entre continuidade e mudança aproxima a narrativa da discussão de Bauman (2004 apud ANGELO, 2018) sobre os vínculos: o desejo de preservar aquilo que importa nem sempre impede que as relações se transformem

ISSN: 2358-8829

- Belly: idealização e amadurecimento

No início da primeira temporada, Belly está ligada à imagem de Conrad que construiu ao longo da infância. Quando percebe mudanças no comportamento dele, interpreta alguns gestos como sinais de que suas expectativas amorosas podem se realizar. Ainda precisa, porém, distinguir o sentimento que nutre pelo rapaz da imagem idealizada que criou a seu respeito.

A aproximação com Jeremiah torna esse conflito mais complexo. Belly passa a reconhecer sentimentos que não cabem inteiramente na história que imaginou com Conrad. A relação com Jeremiah oferece atenção e disponibilidade afetiva, mas também revela que o carinho não elimina diferenças nem garante compatibilidade. Quando as dificuldades aparecem, Belly precisa rever as expectativas que orientavam suas escolhas.

Na terceira temporada, o noivado com Jeremiah leva Belly a avaliar o futuro que deseja. A crise de confiança no relacionamento e o rompimento a obrigam a reconsiderar decisões tomadas em meio a sentimentos conflitantes. Sua mudança para Paris representa um afastamento do ambiente e das expectativas que marcaram sua trajetória. No reencontro com Conrad, ao final da série, Belly já não ocupa o mesmo lugar da adolescente que idealizava o romance desde a infância.

A trajetória de Belly permite discutir o autoconhecimento: sentir algo por alguém não significa compreender por completo esse sentimento ou saber o que fazer com ele. Seu amadurecimento não se resume à escolha de um parceiro; inclui rever expectativas e reconhecer que as outras pessoas não correspondem necessariamente às imagens que construímos delas.

- Conrad: silêncio e dificuldade de expressão

Conrad costuma guardar para si aquilo que sente. No começo da narrativa, Belly interpreta sua postura reservada como parte de seu encanto, mas o silêncio também cria mal-entendidos e prolonga conflitos. Conrad evita conversas difíceis e se afasta de pessoas próximas sem explicar o que está acontecendo.

A doença de Susannah intensifica esse comportamento. Ao saber do diagnóstico da mãe antes dos demais, Conrad tenta lidar sozinho com o sofrimento e mantém distância, mesmo quando sua irritação afeta as pessoas ao redor. A atitude ajuda a entender seu estado emocional, mas não elimina as consequências de sua falta de comunicação. O término com Belly e os desentendimentos com Jeremiah mostram como o silêncio dificulta que os outros compreendam suas escolhas.

As estratégias de autorregulação discutidas por Nogueira e Silva (2024) ajudam a interpretar essa postura. Conrad se afasta de situações que provocam desconforto e tenta conter

ISSN: 2358-8829

suas reações. Essas estratégias podem aliviar a tensão em certos momentos, mas, quando substituem toda conversa, não resolvem os problemas que deram origem ao conflito. Na terceira temporada, suas tentativas de se aproximar de Jeremiah e de falar com Belly indicam maior disposição para enfrentar assuntos que antes evitava.

Conrad permite discutir a diferença entre sentir intensamente e conseguir comunicar o que se sente. Sua trajetória também abre espaço para questionar expectativas relacionadas à masculinidade, sobretudo a ideia de que os homens devem esconder o sofrimento. Compreender a dor do personagem não exige ignorar o efeito de suas atitudes nas pessoas próximas; permite, antes, refletir sobre formas mais claras e responsáveis de pedir ajuda e conversar.

- Jeremiah: afeto, impulsividade e responsabilidade

Jeremiah demonstra seus sentimentos com mais facilidade que Conrad. É extrovertido, afetuoso e costuma dizer o que espera das pessoas próximas. Essa disponibilidade favorece a comunicação, mas não significa que ele consiga lidar bem com todas as emoções. Em situações de frustração, Jeremiah pode reagir por impulso antes de considerar os efeitos de suas decisões.

Na relação com Belly, a necessidade de reconhecimento também interfere em suas atitudes. Jeremiah se preocupa com o lugar que ocupa na vida dela e se compara ao vínculo que ela mantém com Conrad. Quando se sente rejeitado ou desvalorizado, essa insegurança influencia a maneira como reage aos conflitos. Na terceira temporada, a crise de confiança entre o casal mostra que expressar afeto não basta para sustentar uma relação: também é preciso respeitar acordos, reconhecer a responsabilidade pelas próprias escolhas e considerar os sentimentos da outra pessoa.

O modelo do CASEL ajuda a distinguir a expressão emocional do autogerenciamento. Jeremiah consegue comunicar o que sente, mas encontra dificuldades para regular suas reações em situações de tensão e avaliar as consequências de certas decisões. Sua trajetória mostra que a comunicação é importante, mas precisa caminhar junto com a responsabilidade afetiva.

Os três personagens apresentam desafios diferentes. Belly precisa rever suas idealizações; Conrad precisa encontrar maneiras de falar sobre o sofrimento; Jeremiah precisa aprender a lidar com frustrações sem agir precipitadamente. A série não oferece um modelo perfeito em nenhum deles. Suas contradições permitem discutir como sentimentos, escolhas e consequências se relacionam, sem reduzir os personagens a rótulos como imaturidade, frieza ou impulsividade.

ISSN: 2358-8829

RESULTADOS E DISCUSSÃO ACERCA DAS POSSIBILIDADES PEDAGÓGICAS DA SÉRIE

A escola pode partir de narrativas conhecidas pelos estudantes para discutir questões afetivas sem pressupor que todos interpretem uma história da mesma maneira. Bévort e Belloni (2009, p. 1098) apresentam três dimensões da mídia-educação: as mídias como objeto de estudo, como ferramenta pedagógica e como meio de expressão. *O Verão que Mudou Minha Vida* (2022) permite explorar essas três dimensões: a turma pode analisar como a série representa os relacionamentos, usar cenas para iniciar uma discussão e produzir textos, vídeos, podcasts ou debates com suas próprias interpretações.

O professor pode selecionar uma cena e propor perguntas sobre as atitudes dos personagens e os resultados de suas escolhas. A dificuldade de Conrad para falar sobre o sofrimento permite discutir como o silêncio afeta os vínculos e quais expectativas sociais influenciam a expressão das emoções. As escolhas de Belly abrem espaço para diferenciar a pessoa real da imagem idealizada que construímos sobre ela. Já Jeremiah ajuda a examinar a relação entre frustração, impulsividade e responsabilidade. O objetivo não precisa ser encontrar uma resposta única, mas justificar interpretações com base na narrativa e ouvir leituras diferentes.

A discussão também pode ampliar o vocabulário dos estudantes para falar sobre as relações. Em vez de classificar um personagem apenas como frio, imaturo ou egoísta, a turma pode identificar o que ele fez, o que pode ter motivado sua atitude e quais consequências ela trouxe. Essa abordagem não significa desculpar todo comportamento, mas distinguir a compreensão de uma emoção da aprovação de uma ação.

O trabalho exige cuidado com os limites da própria série. A série não nasceu como material didático, e seus relacionamentos não representam todas as experiências juvenis. A centralidade dos romances heterossexuais e o contexto social privilegiado dos protagonistas, por exemplo, podem motivar perguntas sobre quais experiências a narrativa coloca em primeiro plano e quais aparecem pouco. A mediação docente deve abrir espaço para questionamentos, sem impor uma interpretação única nem transformar a discussão em julgamento moral dos personagens.

A atividade também dialoga com a competência geral 8 da BNCC, que trata do reconhecimento das próprias emoções e das emoções alheias e da capacidade de lidar com elas (BRASIL, 2018). Ainda assim, discutir essas competências não garante que os estudantes as desenvolvam automaticamente. O professor precisa definir objetivos, escolher trechos

ISSN: 2358-8829

adequados e relacionar as respostas da turma aos conceitos trabalhados. Como observam Nogueira e Silva (2024), materiais e estratégias de apoio podem contribuir para o trabalho com competências socioemocionais entre adolescentes.

Assim, a série pode integrar as aulas como objeto de análise e ponto de partida para conversas sobre sentimentos, comunicação e escolhas. Sua contribuição depende do trabalho realizado com os estudantes: assistir a um episódio, por si só, não produz aprendizagem emocional. A reflexão começa quando a turma questiona as representações, considera as consequências das atitudes e relaciona a narrativa a diferentes maneiras de construir relações respeitosas.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

Este artigo analisou as relações afetivas de Belly, Conrad e Jeremiah em *O Verão que Mudou Minha Vida* (2022) e discutiu como a série pode contribuir para conversas sobre educação emocional na escola. A leitura mostrou que a narrativa aborda idealização amorosa, dificuldades de comunicação, frustração e responsabilidade afetiva por meio de personagens que enfrentam esses desafios de maneiras diferentes.

Cousins reúne as lembranças da infância e o desejo de preservar os vínculos familiares, mas a morte de Susannah e a possibilidade de perder a casa mostram que nem tudo permanece como antes. As trajetórias dos personagens também revelam desafios distintos: Belly precisa rever as expectativas que criou sobre o amor; Conrad enfrenta dificuldades para expressar o sofrimento; Jeremiah precisa considerar melhor as consequências de suas reações. Essas diferenças ajudam a discutir autoconhecimento, autogerenciamento e tomada de decisão sem transformar nenhum personagem em exemplo absoluto.

A série pode aproximar a discussão escolar de referências culturais presentes no cotidiano juvenil. Esse uso, porém, exige planejamento e análise crítica, pois os comportamentos da ficção não representam todas as experiências dos adolescentes nem devem servir como modelos prontos. Como o estudo não investigou a recepção da série por estudantes, não é possível afirmar que seu uso produza determinados resultados emocionais. Pesquisas futuras podem explorar como adolescentes interpretam essas narrativas e como atividades pedagógicas com trechos da produção funcionam em sala de aula.

A análise indica que *O Verão que Mudou Minha Vida* (2022) oferece situações que ajudam a conversar sobre sentimentos, vínculos e escolhas, desde que professores e estudantes

examinem suas contradições e consequências. A série não substitui o trabalho pedagógico, mas pode aproximar a análise das relações afetivas das experiências culturais dos jovens.

REFERÊNCIAS

ANGELO, Thamires Pessanha. **Resenha da obra: BAUMAN, Zygmunt. Amor líquido: sobre a fragilidade dos laços humanos.** Rio de Janeiro: Zahar, 2004. Mundo Livre: Revista Multidisciplinar, Campos dos Goytacazes, v. 4, n. 1, p. 103-107, jan./jul. 2018. Disponível em: https://periodicos.uff.br/mundolivre/article/view/39961. Acesso em: 21 ago. 2026.

BAUMAN, Zygmunt. **Amor líquido: sobre a fragilidade dos laços humanos**. Tradução de Carlos Alberto Medeiros. Rio de Janeiro: Zahar, 2004.

BÉVORT, Evelyne; BELLONI, Maria Luiza. **Mídia-educação: conceitos, história e perspectivas.** Educação & Sociedade, Campinas, v. 30, n. 109, p. 1081-1102, 2009. DOI: https://doi.org/10.1590/S0101-73302009000400008. Acesso em: 21 ago. 2026.

BRANTES, Carolina dos Anjos Almeida; GONDIM, Sônia Maria Guedes. **Competências socioemocionais no ensino fundamental: uma revisão sistemática.** Revista Brasileira de Educação, v. 30, e300092, 2025. DOI: https://doi.org/10.1590/S1413-24782025300092. Acesso em: 21 ago. 2026.

BRASIL. Ministério da Educação. **Base Nacional Comum Curricular: educação é a base.** Brasília, DF: MEC, 2018. Disponível em: https://basenacionalcomum.mec.gov.br/images/BNCC_EI_EF_110518_versaofinal_site.pdf. Acesso em: 21 ago. 2026.

NOGUEIRA, Daniela Maria dos Santos; SILVA, Kátia Regina Xavier da. **Adolescentes, competências socioemocionais e o caminho da autorregulação emocional: uma introdução**. RevistAleph, v. 2, n. 42, 2024. DOI: https://doi.org/10.22409/revistaleph.v2i42.60955. Acesso em: 21 ago. 2026.