

Veja como estimular a inteligência emocional das crianças com brincadeiras

Psicóloga alerta para importância do apoio familiar durante o desenvolvimento emocional das crianças



Alegria, empatia, estranhamento, medo, excitação. Essas são algumas das várias emoções que os indivíduos sentem ao longo da vida. O desenvolvimento emocional infantil consiste na **capacitação da criança em lidar com os sentimentos**, com as frustrações e temperamentos.

Entretanto, essa capacitação ocorre em tempos e formas diferentes para cada criança, pois depende de vários fatores externos, como os ambientes nos quais a criança convive, principalmente o familiar.

Uma pesquisa australiana, realizada pela pediatra Melissa Wake com quase **5 mil crianças entre 4 e 5 anos**, mostrou que a incidência de sobrepeso nos pré-adolescentes tem ligação direta com a ausência dos pais.

Especialistas afirmam que, diante desse contexto, a família pode, sim, exercer influência direta na saúde física e mental das crianças.

Convívio e interação com outras crianças é fundamental, diz especialista

Para Talita Espíndula, psicóloga, o convívio e interação com outras crianças é indispensável para um **desenvolvimento emocional saudável**, assim como a **estimulação do raciocínio**, por meio das brincadeiras.

“A interação entre crianças da mesma faixa etária é essencial para o **desenvolvimento cognitivo e emocional**, já que, por meio das brincadeiras, as estimulamos a **usar o raciocínio** sobre diversas questões, entre elas as emoções. Além disso, quando convivem entre si, as crianças aprendem conceitos como **colaboração, trabalho em equipe e convívio social**”, afirma.

Quais atividades são recomendadas para estimular o desenvolvimento das crianças?

O ambiente escolar, como principal espaço de socialização depois da família, deve proporcionar experiências saudáveis e enriquecedoras na interação entre as crianças.

É preciso entender que as emoções fazem parte do dia a dia. Atividades que envolvem **músicas, leitura, brincadeiras** e demais atividades pedagógicas preparam a criança para a vida.

Jogos colaborativos

Os jogos colaborativos também são uma ótima alternativa, uma vez que, as dinâmicas em grupo não estimulam a competição entre as crianças e ensinam sobre solidariedade e trabalho em equipe.

Além disso, brincadeiras e atividades desse tipo ajudam a integrar crianças mais inibidas e o fato de não haver um vencedor estimula que todos participem.

Esse tipo de brincadeira incentiva habilidades como liderança e empatia. Algumas sugestões indicadas são:

Telefone sem fio: nessa atividade, a primeira criança deverá dizer uma frase (a frase original) para o colega ao lado, e ele vai repassar o que ouviu para a próxima criança e assim por diante.

O objetivo dessa brincadeira é perceber como a frase foi alterada até chegar no último participante, além de trabalhar a concentração, memória e criatividade;

Nó humano: a dinâmica da brincadeira consiste em as crianças darem as mãos umas às outras, entrelaçando os dedos e não podendo dar a mão para o colega ao lado e nem dar as duas mãos para a mesma criança.

Desse modo, o jogo faz com que as crianças cooperem entre si e coordenam de forma espontânea o espaço físico;

Contação de histórias coletivas: nessa atividade, o professor começa a contar uma história e as crianças, uma de cada vez, completam os acontecimentos.

Dessa forma, a construção da narrativa é feita de forma coletiva, exercendo a criatividade, a imaginação e a habilidade improvisar.

Link:

<https://www.folhavoria.com.br/saude/noticia/11/2021/veja-como-estimular-a-inteligencia-em-ocional-das-criancas-com-brincadeiras>