UNIVERSIDADE DO VALE DO SAPUCAÍ

ALINE DE FATIMA PRADO RIBEIRO
CAROLINNE AVELLAR LAMOGLIA LOPES

O LÚDICO COMO EXPRESSÃO DAS EMOÇÕES NA CRIANÇA

Pouso Alegre – MG

2024

ALINE DE FÁTIMA PRADO RIBEIRO

CAROLINNE AVELLAR LAMOGLIA LOPES

O LÚDICO COMO EXPRESSÃO DAS EMOÇÕES NA CRIANÇA

Trabalho de Conclusão de Curso apresentado ao curso de Graduação em Psicologia da Universidade do Vale do Sapucaí, como requisito parcial para obtenção do Grau de Bacharel em Psicologia.

Orientadora: Me. Larissa Karen da Costa Meyer

Pouso Alegre – MG

2024

Autorizo a reprodução e divulgação total ou parcial deste trabalho, por qualquer meio convencional ou eletrônico, para fins de estudo e pesquisa, desde que citada a fonte.

Ficha catalográfica elaborada pela Biblioteca

Ribeiro, Aline de Fatima Prado.
O lúdico como expressão das emoções na criança / Aline de Fatima Prado Ribeiro; Carolinne Avelar Lamoglia Lopes – Pouso Alegre: Universidade do Vale do Sapucaí, 2024.

30f.

Trabalho de Conclusão de Curso (Graduação em Psicologia) - Universidade do Vale do Sapucaí, 2024.

Orientadora: Ma. Larissa Karen da Costa Meyer.

1. Importância do Brincar. 2. Expressão Emocional da Criança. 3. Estratégias Lúdicas. I. Carolinne Avelar Lamoglia Lopes. II. Título.

CDD – 155.412

Bibliotecária responsável: Michelle Ferreira Corrêa

CRB 6-3538

UNIVERSIDADE DO VALE DO SAPUCAÍ
CURSO DE PSICOLOGIA

O LÚDICO COMO EXPRESSÃO DAS EMOÇÕES NA CRIANÇA

Aline de Fatima Prado Ribeiro

Carolinne Avelar Lamoglia Lopes

Trabalho de Conclusão de Curso em Psicologia apresentado à banca examinadora formada pelos seguintes especialistas, como exigência parcial para obtenção do título de Psicólogo.

Documento assinado digitalmente
LARISSA KAREN DA COSTA MEYER
Data: 28/11/2024 15:27:26-0300
Verifique em https://validar.iti.gov.br

Prof.ª Me. Larissa Karen da Costa Meyer

(orientador)

Documento assinado digitalmente
GABRIELLY DE ANDRADE FRANCA
Data: 29/11/2024 10:25:04-0300
Verifique em https://validar.iti.gov.br

Profa. Ms. Gabrielly de Andrade França

(examinador)

Documento assinado digitalmente
LUCAS NAVAROLI RIBEIRO SILVA
Data: 29/11/2024 10:05:15-0300
Verifique em https://validar.iti.gov.br

Prof. Ms. Lucas Navaroli Ribeiro Silva

(examinador)

Aprovada em 05 de novembro de 2024.

AGRADECIMENTO

Nós agradecemos a todos os professores, familiares, colegas e amigos que nos acompanharam durante esses 5 anos.

Agradecemos especialmente à professora Larissa pela organização e ensino ao longo de todo o processo, e aos nossos colegas Rute e Thalyson pela parceria e por compartilharem todas as vitórias e derrotas.

Agradecemos também a todos os profissionais e pacientes que enriqueceram nossa jornada com conhecimento, vivências e experiências.

RESUMO

A infância é um período fundamental para a formação do indivíduo, caracterizando-se pelo início do desenvolvimento físico, mental e emocional. Durante este período, as crianças começam a explorar e expressar suas emoções, e o lúdico, em suas múltiplas formas, desempenha um papel essencial nesse processo. O presente artigo tem como objetivo principal destacar a relevância das atividades lúdicas na expressão emocional infantil, investigando a relação entre o brincar e as emoções, e analisando o impacto dessa interação no desenvolvimento emocional da criança. A pesquisa, por meio de uma revisão bibliográfica, examina a interconexão entre o brincar e a expressão emocional, explorando como as crianças utilizam o brincar para manifestar seus sentimentos e enfrentar desafios emocionais. As atividades lúdicas permitem que as crianças simulem diferentes situações, ensaiem respostas a dilemas emocionais e desenvolvam habilidades sociais, como a empatia e a cooperação. Esse espaço lúdico oferece um ambiente seguro onde as crianças podem explorar suas emoções de maneira saudável, auxiliando-as no enfrentamento de medos, frustrações e alegrias. Ao longo do artigo, será discutido como o brincar não apenas proporciona diversão, mas também contribui para o fortalecimento da autoestima e da autoconfiança das crianças. Quando enfrentam e superam desafios durante as brincadeiras, elas experimentam um sentimento de conquista que é fundamental para a formação de sua identidade. Portanto, ao investigar a relação entre o brincar e a expressão emocional da criança, este estudo visa ressaltar a importância do lúdico no desenvolvimento emocional e social. Compreender essas relações possibilita a criação de estratégias lúdicas que favoreçam a saúde emocional infantil, promovendo um ambiente seguro e construtivo para a exploração das emoções.

Palavras-chave: importância do brincar, expressão emocional da criança, desenvolvimento emocional infantil, estratégias lúdicas.

ABSTRACT

Childhood is a fundamental period for individual development, characterized by the onset of physical, mental, and emotional growth. During this phase, children begin to explore and express their emotions, with play as a crucial tool in this process, acting as an aid for manifesting their feelings. The primary objective of this article, through a literature review, is to highlight the importance of play in children's emotional expression, investigate the relationship between playful activities and emotions, and understand the impact of play on childhood. The research aims to verify the interconnection between play and emotions, analyzing how children express their feelings during play. Play allows children to simulate various situations, rehearse responses to emotional challenges, and develop social skills such as empathy and cooperation. While playing, children have fun and create a safe space to explore their emotions, helping them cope with fears, frustrations, and joys in a healthy manner. Furthermore, the article examines how play can influence a child's emotional development, contributing to the construction of their self-esteem and self-confidence. When children face and overcome challenges during play, they experience a sense of achievement, which is fundamental for forming their identity. Therefore, the study seeks to relate play to children's emotional expression, emphasizing its importance in emotional and social development. By understanding these relationships, it is possible to create playful strategies that promote children's emotional well-being, fostering an environment where they can explore their emotions safely and constructively.

Keywords: the importance of play, emotional expression of the child, emotional development of the child and playful strategies.

SUMÁRIO

1. INTRODUÇÃO 7

2. IMPORTÂNCIA DO BRINCAR..... 11

3. EXPRESSÃO DAS EMOÇÕES 14

4. TÉCNICAS LÚDICAS 18

5. CONCLUSÃO 24

REFERÊNCIAS 25

1. INTRODUÇÃO

Na contemporaneidade, o brincar continua sendo uma presença constante no cotidiano infantil, independentemente de cultura ou época. Segundo Axline (1984), o brincar é um meio natural de expressão para a criança, oferecendo-lhe a oportunidade de libertar sentimentos e problemas por meio de atividades lúdicas. A autora afirma que a ludoterapia é uma técnica onde a criança utiliza o lúdico para alcançar autoconhecimento e amadurecimento. Durante a terapia, ela pode ser genuinamente ela mesma, conseguindo expressar e verbalizar suas emoções de forma livre e segura. Considerando a dificuldade que muitas crianças enfrentam para expressar seus sentimentos, este artigo busca destacar a importância do lúdico tanto na formação do indivíduo quanto na expressão de suas emoções.

Schramm, Macedo e Costa (2019) reforçam que a infância é uma fase crucial da vida, marcada pelo desenvolvimento emocional, cognitivo, social e comportamental do indivíduo. Durante este período, a criança começa a experimentar emoções mais complexas, a desenvolver o pensamento crítico e a aprender a se relacionar com o mundo à sua volta. Esse momento é fundamental para a formação de sua personalidade e visão de mundo.

Ao longo da história, pensadores e estudiosos dedicaram-se a compreender melhor essa etapa da vida, e diferentes concepções surgiram a partir de suas reflexões. De acordo com Ariès (1981), na Idade Média, a infância não era vista como uma fase distinta da vida; as crianças eram tratadas como versões em miniatura dos adultos, muitas vezes sendo negligenciadas tanto pela sociedade quanto pela família. O autor ainda destaca que, no século XVI, as crianças eram frequentemente tratadas como "miniadultos", sem direitos ou cuidados específicos.

Hoje em dia, entretanto, a percepção da infância é bem diferente. A infância moderna é vista como uma fase única e valiosa, que merece atenção, proteção e estímulo. As crianças são reconhecidas como indivíduos com direitos próprios, conforme estabelecido pela Convenção sobre os Direitos da Criança da Organização das Nações Unidas (ONU, 1989). O foco em seu bem-estar abrange áreas como educação, saúde, e desenvolvimento emocional e social. Políticas públicas e legislações são elaboradas com o objetivo de garantir que as crianças tenham as condições necessárias para um crescimento saudável e pleno, sendo vistas como protagonistas no processo de desenvolvimento da sociedade futura.

Segundo Gratioti-Alfandery (2010), a criança passa por estágio de desenvolvimento da personalidade na infância , através da teoria psicogenética criada por Wallon, onde são integradas

a afetividade e inteligência. O autor define 5 estágios de 0 a 11 anos. O estágio de impulsividade (0 a 3 meses) onde ocorrer as primeiras interações do recém- nascido com a sociedade e o ambiente sendo seu meio de afetividade, já no sensório- motor (3 meses a 3 anos) onde as relações exteriores e inteligência são predominantes fazendo com que o indivíduo saia do pensamento e vá para a ação.

No terceiro estágio denominado personalismo (3 a 6) onde se predomina a afetividade onde ocorre a formação da personalidade e autoconsciência da criança. O último estágio do desenvolvimento da criança, na adolescência (a partir de 11 anos) onde as transformações físicas e psicológicas acentuam o caráter afetivo devido a conflitos internos e externos onde a criança volta-se a si mesmo (Gratioti-Alfandery, 2010).

Uma das atividades lúdicas mais populares é o brincar, e segundo Costa (2021) teve sua origem nos rituais religiosos e festas através de contos, lendas, imitações e mitos. Ainda segundo a autora na antiguidade os jogos tinham um caráter religiosos e eram desenvolvidos nos grandes centros, tendo como praticantes os nobres e pessoas da alta sociedade. As brincadeiras são consideradas parte da cultura popular de uma sociedade, tendo algumas brincadeiras cultivadas até nos dias atuais amarelinha e jogos de pedrinhas, pois são repassados de geração para geração.

Ferreiro (2017) também descreve a história dos brinquedos ao longo das décadas. No século XI, eram feitas miniaturas para adultos, servindo como enfeites de estantes ou amuletos com fins religiosos. Segundo o autor, no início do Renascimento, tanto os brinquedos quanto as brincadeiras eram destinados a todos, e a partir desse período, a brincadeira se transformou em um mediador entre a criança e o mundo, tornando o brincar uma inserção no mundo lúdico.

De acordo com as Diretrizes da Organização Mundial da Saúde (OMS, 2020), as crianças necessitam de, no mínimo, 60 minutos de atividade física diária para evitar o sedentarismo. A falta dessas atividades pode ocasionar desfechos negativos para a saúde, como aumento da adiposidade, redução da saúde cardiometabólica, menor aptidão física, diminuição das interações sociais e redução da qualidade do sono. Costa (2021) também aponta que a falta de interação social pode trazer consequências negativas, como dificuldades na comunicação, falta de habilidades sociais e isolamento. O contato físico e a convivência com outras pessoas são importantes para o desenvolvimento de relacionamentos saudáveis e para a construção de habilidades sociais.

Segundo Giaxa (2019), o lúdico através do brincar se faz necessário nessa etapa da vida

por ser uma forma saudável da criança se expressar com o meio, sendo uma forma de interação com os demais. A expressão das emoções para a comunicação da criança, que diferentemente do adulto, não tem maturidade e experiência para entender a si próprio necessita de recursos lúdicos como brincadeiras e jogos para se expressar.

Existem diferentes maneiras de utilização do lúdico com objetivo de auxiliar na expressão das emoções das crianças, sendo uma das estratégias na ludoterapia. Essa estratégia é definida por Axline (1984) como uma prática onde a criança pode ser ela mesmo sem que haja um pré-julgamento pois há uma aceitação completa do ser. O brincar segundo a autora se transforma em um meio natural de auto expressão da criança, sendo utilizado como lugar de expressão dos sentimentos acumulados, após a libertação deste sentimento o paciente reconhecendo e aprendendo a controlá-lo.

Para Santos (2017) o lúdico é uma ferramenta importante para a expressão das emoções na infância por ser um veículo fundamental para o autoconhecimento, para o desenvolvimento saudável das habilidades socioemocionais e cognitivas, promovendo um equilíbrio emocional na vida da criança. A autora também salienta que no brincar lúdico, as crianças aprendem a lidar com suas emoções, a se relacionarem com os outros e consigo mesmas, construindo assim bases sólidas para um desenvolvimento integral em todas as esferas da vida. O lúdico também proporciona um espaço de autonomia e liberdade para a criança explorar suas emoções sem medo de ser julgada ou repreendida. Essa liberdade de expressão por meio do brincar estimula a criatividade, a imaginação e o desenvolvimento da inteligência emocional das crianças.

Segundo o autor, quando as oportunidades de brincar e se expressar através de atividades lúdicas são limitadas ou ignoradas, as crianças podem enfrentar dificuldades em diversos aspectos do seu desenvolvimento, é muito comum observar uma redução nas atividades lúdicas entre as crianças nos dias atuais (Santos, 2017). Neste mesmo contexto, Arantes e Morais (2022) expõem que diversos fatores contribuem para isso, incluindo a influência da tecnologia, que pode ser responsável pelo atraso no desenvolvimento cognitivo, linguístico e sociais além de um descontrole emocional, podendo ocasionar assim comportamentos agressivos, ansiedade e prejuízos ao sono.

Após o levantamento das pesquisas já realizadas sobre a temática, é possível questionar: como é definido o brincar na atualidade? Como aplicar o lúdico na expressão das emoções da criança de maneira efetiva? Quais ferramentas lúdicas são adequadas para auxiliar na expressão das emoções da criança?

Para responder a essas questões, a pesquisa terá como objeto de estudo documentos científicos que analisam indivíduos na infância (0-12 anos), investigando as expressões das emoções por meio do lúdico e como a tecnologia influencia essa expressão no brincar atual. O objetivo geral do estudo é entender a relação entre o brincar e as emoções, e os objetivos específicos são: entender o impacto do brincar na infância, verificar a relação entre o brincar e as emoções, analisar como a criança expressa suas emoções por meio do brincar e apontar como as técnicas lúdicas auxiliam a criança a expressar suas emoções.

A metodologia utilizada no presente artigo será a revisão bibliográfica, utilizando tanto a ferramenta online Google Acadêmico quanto livros físicos relacionados às temáticas do estudo. Na pesquisa online, foram empregadas palavras-chave como “história do brincar”, “importância do brincar”, “psicoterapia infantil”, “expressão emocional da criança”, “desenvolvimento emocional da criança”, “estratégias lúdicas” e “ludoterapia”. Os materiais utilizados para a pesquisa incluem artigos publicados entre 2019 e 2024, enquanto os livros físicos podem ter sido publicados antes de 2019.

Além do critério do ano de publicação dos artigos, foi utilizado como critério de inclusão matérias direcionadas a psicologia, sendo considerados também as temáticas como brincar e expressão das emoções, por fim foi adicionado matérias relacionados a infância do indivíduo. Por outro lado,foi utilizado como critério de exclusão, os matérias que não tivesse relação com a psicologia,não abordassem a infância ou não tivessem as temáticas como brincar, expressão das emoções em seu conteúdo.

Este artigo é relevante para a comunidade acadêmica devido à correlação entre a expressão das emoções da criança e o lúdico. Além de demonstrar a importância do brincar e das atividades lúdicas para o desenvolvimento global da infância, o estudo busca destacar a importância da expressão emocional para o autoconhecimento da criança e para o desenvolvimento de sua saúde, tanto física quanto mental. O artigo discutirá as seguintes temáticas: a importância do brincar, a expressão das emoções pela criança, e as estratégias lúdicas para trabalhar as emoções com ela.

No primeiro capítulo, “A Importância do Brincar”, serão discutidas a relevância da atividade lúdica para o desenvolvimento emocional infantil, a neurociência do brincar, os quatro estágios dessa atividade e o brincar tecnológico. No segundo capítulo, “Expressão das Emoções”, serão abordados a definição de emoção, sua anatomia e seu desenvolvimento durante a infância. Também será discutida a importância da expressão dos sentimentos para a

criança e os prejuízos causados pela repressão emocional. O terceiro e último capítulo, “Técnicas Lúdicas”, abordará a definição do lúdico e sua linguagem, além de apresentar atividades lúdicas, encerrando com a expressão das emoções por meio de contos terapêuticos, desenhos e ludoterapia.

2. IMPORTÂNCIA DO BRINCAR

Segundo Valente (2021), nas atividades lúdicas, como o brincar, são ativadas diversas áreas cerebrais da criança, como os gânglios da base, córtex frontal, sulco temporal superior e estruturas cerebrais do sistema límbico (hipotálamo, amígdala, cíngulo, tálamo e habênula). De acordo com o autor, essa atividade estimula competências motoras, sensoriais, cognitivas, sociais e emocionais, funcionando como um redutor de estresse e um estimulador das funções executivas, além de contribuir para o desenvolvimento social, físico e motor nos primeiros anos de vida.

Para Bevilacqua (2021), o brincar é essencial nos primeiros anos de vida, sendo uma ferramenta importante no processo de descoberta do mundo e tornando a vida da criança mais leve e divertida. A autora apresenta a ferramenta lúdica como um facilitador do desenvolvimento, que pode também ser utilizada na redução de conflitos já existentes, de maneira lúdica e prazerosa:

> Para a criança, o brincar é a principal atividade do dia. É importante porque dá a ela o poder de ter suas decisões, expor sentimentos e valores, conhecer a si, aos outros e o mundo, de repetir ações que lhe tragam prazer, de compartilhar, expressar sua individualidade e identidade por meio de diferentes linguagens, de usar seu corpo, os sentidos, os movimentos, de poder solucionar problemas e criar de sua própria maneira (Bevilacqua, 2021, p. 13).

No livro *Ludodiagnóstico: Uma Investigação Clínica através do Brincar*, a autora Affonso (2012), organizadora da obra, destaca no capítulo “Brincar, Significação e Representação” que a importância do brincar na infância vai muito além do simples entretenimento, sendo fundamental para o desenvolvimento integral das crianças em diversos aspectos. A autora salienta que o brincar é uma atividade essencial para a construção do conhecimento, da criatividade, da linguagem, das relações sociais e emocionais, além de contribuir para o desenvolvimento motor e cognitivo das crianças. Durante o ato de brincar, as crianças exploram o mundo ao seu redor, experimentam novas ideias, resolvem problemas,

exercitam a imaginação e aprendem a lidar com suas emoções.

Na mesma obra, Figueiró (2012), no capítulo “As Bases Neurofisiológicas do Brincar”, afirma que o brincar possibilita que as crianças desenvolvam habilidades como a cooperação, que envolve a colaboração mútua entre indivíduos ou grupos em prol de um benefício comum. Cooperação é a capacidade de trabalhar em conjunto, compartilhar recursos, ideias e esforços para alcançar um objetivo coletivo, sem competição ou conflito entre as partes. Esse processo envolve a divisão de tarefas, apoio mútuo, troca de informações e trabalho coletivo para atingir um fim comum. Ele pressupõe o reconhecimento da importância dos outros envolvidos e a consciência de que, juntos, é possível alcançar melhores resultados do que sozinho.

A cooperação é uma habilidade social essencial em diversas áreas da vida, como no ambiente de trabalho, na educação, nos relacionamentos pessoais e na vida em comunidade. O brincar contribui para fortalecer os laços interpessoais, promover a solidariedade, estimular o respeito mútuo e fomentar uma cultura colaborativa. Através da cooperação, os indivíduos podem desenvolver competências como comunicação eficaz, negociação e empatia. Ao praticarem a cooperação desde cedo na infância, as crianças aprendem a importância do trabalho em equipe, da ajuda mútua e do compartilhamento de responsabilidades, onde todos têm espaço para contribuir com suas habilidades individuais em prol do bem comum.

Para Figueiró (2012), outra habilidade desenvolvida por meio do brincar é a autonomia, que se refere à capacidade das crianças de tomar decisões e agir de forma independente, de acordo com sua idade e nível de desenvolvimento. É importante encorajar e apoiar a autonomia das crianças desde cedo, permitindo que elas participem ativamente em decisões simples, como escolher a roupa que desejam vestir ou decidir suas atividades diárias. Ao promover a autonomia infantil, segundo o autor, pais e educadores ajudam as crianças a desenvolver habilidades como autoconfiança, tomada de decisões e resolução de conflitos, preparando-as para enfrentar desafios e interagir de forma saudável com o ambiente ao seu redor.

Através das brincadeiras, as crianças também constroem sua identidade e autoestima, fortalecendo a confiança em si mesmas. Portanto, o brincar é fundamental para o desenvolvimento infantil em diversas áreas, incluindo cognitiva, emocional e social. As diferentes etapas do brincar refletem o amadurecimento da criança e suas habilidades de interação com o mundo ao seu redor. O autor também evidencia que, no início, a criança explora e aprende por meio da manipulação de objetos e do próprio corpo, desenvolvendo sua coordenação motora e ampliando suas habilidades cognitivas. À medida que progride para

brincadeiras paralelas com outras crianças, ela começa a entender a importância da interação social e da cooperação (Figueiró, 2012).

Figueiró (2012) também ressalta que a atividade lúdica realizada em grupo oferece inúmeras oportunidades de aprendizado emocional, como lidar com prazeres e frustrações, resolver conflitos, estimular a criatividade e respeitar regras. Além disso, os jogos em grupo ensinam a importância de ganhar e perder de forma saudável, promovendo habilidades como resiliência e autocontrole. É fundamental que os adultos compreendam a importância do brincar na vida das crianças e ofereçam oportunidades e espaço para que elas possam explorar livremente sua criatividade e imaginação. A autora defende que as atividades lúdicas devem ser valorizadas no contexto educativo e familiar como forma de promover um desenvolvimento saudável e integral nas primeiras fases da vida.

Bevilacqua (2021) demonstra, por meio da teoria de Piaget, os tipos de brinquedos adequados para os quatro estágios de desenvolvimento da criança. No estágio sensório-motor (0-2 anos), a criança possui uma inteligência mais prática, conhecendo o mundo através dos órgãos dos sentidos, sendo apropriados brinquedos grandes, leves, arredondados, que emitam sons e tenham estruturas variadas. No estágio pré-operatório (2-7 anos), a criatividade já está mais desenvolvida, com a criança identificando cores primárias e formas geométricas, sendo indicados brinquedos de encaixar, fantoches, massinhas de modelar e desenhos com lápis de cor. O último estágio abordado para a revisão é o operatório concreto (7-11 anos), no qual o indivíduo desenvolve o pensamento lógico, permitindo a resolução de problemas matemáticos. Os brinquedos nessa faixa etária estimulam tanto a criatividade quanto o raciocínio lógico.

No mundo moderno, a introdução da tecnologia no brincar tem se tornado cada vez mais acessível para toda a população, fazendo com que muitos indivíduos tenham contato com ela desde os primeiros meses de vida. Em *O Brincar e a Tecnologia*, Vianna (2019) aborda as mudanças nas brincadeiras tradicionais causadas pela inserção da tecnologia no cotidiano infantil. O autor enfatiza que a presença de dispositivos como videogames, celulares e redes sociais trouxe novas formas de entretenimento que, embora cativantes, podem fomentar um comportamento mais individualista nas crianças.

Vianna (2019) reflete que, enquanto as brincadeiras tradicionais promoviam a socialização e a cooperação, os jogos eletrônicos e o uso de dispositivos móveis têm isolado as crianças em interações virtuais, muitas vezes ocorrendo sem a supervisão de um adulto. Essa mudança afeta diretamente o desenvolvimento emocional e social da criança, diminuindo o

contato com o "outro" e com o ambiente físico ao redor.

Além disso, o Vianna (2019) ressalta a importância de uma mediação cuidadosa no uso da tecnologia. Ele não demoniza o avanço tecnológico, mas propõe que, com a orientação adequada de adultos e educadores, esses dispositivos podem ser integrados de maneira positiva ao brincar. Quando bem equilibradas, as brincadeiras tradicionais e as interações tecnológicas podem se complementar, contribuindo para o desenvolvimento cognitivo e social da criança.

Por fim, Vianna (2019) sugere que, no ambiente escolar, a tecnologia deve ser utilizada como uma ferramenta pedagógica aliada, permitindo que as crianças aproveitem o melhor dos dois mundos: as brincadeiras coletivas, que estimulam a cooperação, e o uso consciente das novas tecnologias, que expandem horizontes e permitem novas formas de aprendizado e comunicação. Souza, Ferreira e Souza (2021) também apontam os malefícios do uso excessivo da tecnologia, destacando que ela pode gerar dificuldades nos contatos pessoais e nas conexões afetivas, resultando em comportamentos como dificuldade de diálogo, isolamento e falta de comunicação, o que afeta as questões emocionais desse indivíduo.

Assim como Viana, Junior (2024) aponta que o brincar tecnológico molda as emoções da criança, através dos jogos online gerando assim tanto emoções positivas como a alegria quando ganha uma partida ou passa uma fase, quanto a frustração quando perde ou não consegue passar de fase. O autor em sua obra categoriza os jogos online como uma “montanha-russa” levando a criança a um estado de euforia e frustração que podendo ocasionar um impacto emocional significativo, gerando assim uma oscilação emocional.

Lima & Sartori também destaca em sua obra os impactos positivos e negativos relacionados ao brincar tecnológico, salientando que não se pode que o tempo excessivo de acesso da criança a tecnologia pode trazer prejuízo a saúde física e mental no decorrer da infância prejudicando assim uma etapa importante para o desenvolvimento da personalidade da criança. Por outro lado, as autoras verificam pontos positivos da tecnologia, partindo do princípio de ser uma ferramenta que possibilita a capacidade acesso a informações, estimulando assim a criatividade e resolução de situações problemas.

3. EXPRESSÃO DAS EMOÇÕES

Segundo a obra *Dicionário de Psicologia*, escrita por Mesquita e Duarte (1996), as emoções são manifestações tanto psicológicas quanto fisiológicas, sendo afirmado por algumas

teorias psicológicas que a expressão corporal do indivíduo ocorre antes da emoção. Já para Mattos (2021), o termo é considerado multifatorial, podendo envolver aspectos biológicos, sociológicos e psicológicos. Goleman (2011) também ressalta que, em sua obra, as emoções são impulsos que resultam em ações imediatas, interligadas à evolução e atuando como um planejamento instantâneo do indivíduo ao lidar com sua existência.

Segundo Mendes e Greenberg (2022), o fenômeno das emoções inclui afetos, tendências para ações, atenção seletiva, cognição e reações neuroquímicas. As emoções são consideradas por Santos *et al.* (2022) como estados que podem corresponder tanto a sentimentos positivos quanto negativos, podendo haver também uma combinação dos dois. Esse fenômeno ocorre, de acordo com os mesmos autores, dentro de um contexto social, tendo como função atuar como uma ferramenta para os sujeitos nesse ambiente.

Dessa interação social, é possível observar duas reações divergentes, conforme relatado por Mattos (2021). De um lado, indivíduos com um "portfólio emocional" amplo têm um repertório maior de emoções; por outro lado, pessoas com um portfólio emocional limitado possuem uma menor amplitude de emoções, o que muitas vezes pode ser a origem de problemas comportamentais.

Uma hipótese sobre a origem desses problemas foi apontada por Mendes e Greenberg (2022), que relataram que, a partir do momento em que o indivíduo reage a uma situação, ocorre uma sequência de reações em cascata, as quais ele não consegue interromper por meio da razão ou lógica. Embora as emoções sejam universais, seus significados específicos e rótulos dependem do contexto social e cultural em que a interação ocorre. As emoções têm a função de guiar e direcionar os indivíduos no mundo, podendo ser vistas como um fator motivacional. Elas se tornam essenciais para o desenvolvimento físico e psicológico, pois são a primeira forma de comunicação do ser humano e são importantes para o início de sua vida cognitiva.

As emoções são subdivididas, de acordo com Mendes (2021), em primárias e secundárias. As primárias são definidas como básicas e inatas, sendo essenciais para o funcionamento das emoções secundárias, que são aprendidas ao longo da vida, por meio das interações com outras pessoas. Mattos (2021) relata em sua obra a existência de seis emoções básicas (tristeza, medo, raiva, alegria, desprezo e nojo), que, segundo ele, estão evolutivamente instaladas no cérebro humano e são essenciais para o mecanismo de sobrevivência.

A estrutura cerebral é considerada o centro das emoções, segundo Licursi (2023), apresentando-se como o sistema límbico, constituído pela junção de várias partes do cérebro e

desempenhando um papel importante no controle das emoções desde o nascimento. As partes mais importantes deste sistema são o hipocampo, relacionado à memória e ao aprendizado de novas emoções, e a amígdala, associada a emoções ligadas ao medo e à ansiedade. O mesmo autor também apresenta diferentes teorias sobre as emoções, incluindo a teoria do processamento neural, que explica que o cérebro processa as emoções em diferentes áreas do sistema límbico. Esse sistema é responsável pelo controle emocional, percepção dos estímulos emocionais, avaliação de situações e formulação de memórias emocionais.

Na mesma obra, o autor destaca a importância de saber lidar com os sentimentos, descrevendo duas estratégias principais. A primeira é denominada reavaliação, que está ligada ao controle mental e à redução de emoções negativas, ajudando a diminuir a intensidade emocional ao reinterpretar as situações de maneira positiva. A segunda estratégia, chamada supressão, busca reduzir comportamentos e experiências negativas, aumentando as atividades nas áreas cerebrais ligadas às emoções. No entanto, essa estratégia pode inibir as expressões externas das emoções (Licursi, 2023).

Para Licursi (2023), é fundamental que o indivíduo exteriorize suas emoções, um processo denominado comportamento emocional, que envolve o uso da comunicação não verbal, incluindo expressões faciais e gestos. As emoções são consideradas reações mentais a situações cotidianas, que podem, muitas vezes, impactar a parte física do corpo. Além do comportamento emocional, faz-se necessário o que Souza, Ferreira e Souza (2021) chamam de expressão emocional, definida como a capacidade de compreender comportamentos não verbais que provocam emoções. Esse conceito também se relaciona à habilidade do indivíduo de identificar suas próprias emoções, bem como as dos outros, nomeando-as e, assim, regulando-as em situações de interação.

Ao tratar das emoções no cotidiano humano, Souza, Mendes e Kappler (2021) ressaltam que o indivíduo deve relacionar três habilidades: expressão, compreensão e regulação das emoções. Eles também destacam que o desenvolvimento dessas habilidades ocorre de acordo com a idade e o contexto social em que o indivíduo está inserido. A correlação entre o desenvolvimento dessas habilidades e a faixa etária pode ser observada na obra de Mattos (2021), que afirma que, embora as crianças sejam boas observadoras, elas possuem um repertório limitado em relação às emoções, devido à sua pouca vivência e imaturidade.

Somente com o amadurecimento infantil, segundo Souza. Ferreira e Souza (2021), a criança adquire a habilidade de lidar com interações sociais, tanto nas manifestações

comportamentais e emocionais quanto na possibilidade de novas associações cognitivas. Os autores também destacam a importância de a criança compreender a causalidade de seus sentimentos, analisando assim maneiras mais eficazes de lidar com situações externas.

Ao tratar da infância e das emoções presentes nessa fase, Papalia e Feldman (2013) dividiram esse período em três etapas: primeira, segunda e terceira infância. A primeira infância, segundo os autores, ocorre do nascimento até os 3 anos e é responsável pela construção básica dos elementos da personalidade, dando início ao desenvolvimento emocional do bebê. Conforme os autores, o indivíduo começa seu ciclo de vida com sinais de contentamento, interação e aflição, que se manifestam por respostas fisiológicas a estímulos sensoriais ou processos internos. As primeiras representações de emoções, como alegria, surpresa, tristeza, raiva e medo, surgem após os seis meses de vida.

Ao longo da primeira infância, Papalia e Feldman (2013) identificam quatro mudanças decorrentes do processamento emocional do ser humano. A primeira mudança ocorre nos primeiros três meses, quando as emoções básicas são definidas e as percepções cognitivas começam a emergir, havendo também uma diminuição do comportamento reflexo. A segunda mudança, segundo os autores, acontece por volta do nono ou décimo mês, quando, devido à maior integração entre diferentes áreas do cérebro, há um aumento no processamento de informações sensoriais. Isso facilita a relação entre as esferas cognitivas e emocionais, permitindo que o bebê experimente e interprete emoções simultaneamente.

Aos dois anos de vida, ocorre a terceira mudança no processamento emocional, quando o indivíduo se torna mais autoconsciente e ganha habilidades para regular suas emoções, conhecendo-as melhor. Nesse estágio, também são adquiridas mais habilidades físicas e comportamentos exploratórios. A última mudança da primeira infância ocorre por volta dos três anos, momento em que surgem alterações hormonais e uma evolução nas questões emocionais. Essa mudança pode ser tanto física, com o corpo mais preparado para a ação e a excitação sexual resultante da maturidade, quanto emocional, com o surgimento de novas emoções, como a vergonha (Papalia; Feldman, 2013).

Com o término da primeira infância, inicia-se a segunda, que vai dos 3 aos 7 anos. Nessa fase, segundo Papalia e Feldman (2013), a criança desenvolve a capacidade de entender, regular e controlar tanto seus próprios sentimentos quanto os sentimentos dos outros, surgindo assim a capacidade de autorregulação emocional. Os autores também apontam que, a partir dos 3 anos, o indivíduo começa a identificar as emoções nos outros e amplia seu repertório emocional com

emoções autodirigidas, como culpa, vergonha e orgulho. Isso resulta em maior consciência de si mesmo e na aceitação de seu próprio comportamento. A terceira infância inicia-se aos 7 anos e se estende até os 12. Nessa etapa, a criança adquire uma maior autoconsciência, o que a leva a ter mais autocrítica e a focar mais em si mesma, verbalizando melhor suas características pessoais por meio do autoconceito. Com o amadurecimento, a criança passa a ter maior conhecimento sobre seus próprios sentimentos e os dos outros ao seu redor, conseguindo, assim, regular e controlar suas emoções e oferecer respostas mais assertivas ao sofrimento alheio, tornando-se uma criança mais empática (Papalia; Feldman, 2013).

Nessa fase da vida, devido à maior consciência de si, surgem emoções relacionadas às opiniões que a sociedade tem sobre o indivíduo, como vergonha e culpa. Esses sentimentos fazem com que a criança comece a seguir determinadas regras sociais impostas, buscando aceitação social, pois passa a se preocupar com as reações que surgem quando se expressa (Papalia; Feldman, 2013).

É possível perceber a importância da regulação emocional durante todo o ciclo da infância, observando seu desenvolvimento ao longo do tempo. Mendes (2021) define esse termo como a capacidade de identificar e regular as expressões emocionais diante de situações semelhantes, permitindo que a criança atribua significado e desenvolva autoconsciência sobre o que está sentindo. O autor também salienta que a regulação emocional é um processo dinâmico, com a função de controlar tanto o comportamento quanto as emoções e sentimentos, visando facilitar adaptações a situações de interação.

Souza, Ferreira e Souza (2021) alertam que, em casos onde a criança reprime suas emoções, isso pode levar ao desenvolvimento de doenças psicológicas, como depressão, transtorno de ansiedade, transtornos obsessivo-compulsivos e, em casos extremos, suicídio. Segundo esses autores, fatores como a falta de autoconhecimento e um repertório emocional limitado podem dificultar a expressão das emoções. Para Mattos (2021), a partir do momento em que há entendimento e regulação das emoções, as situações se tornam mais leves e lúdicas. Além disso, segundo Souza, Mendes e Kappler (2021), essa regulação emocional permite à criança manifestar emoções consideradas mais adequadas socialmente.

4. TÉCNICAS LÚDICAS

O termo lúdico tem sua origem, segundo Almeida (2009), na palavra latina *ludus*, que

significa "jogo". No entanto, para Cruz, Pontes e Aires (2023), o termo não está apenas relacionado ao ato de jogar, mas também ao brincar e aos movimentos espontâneos. Para os autores, o lúdico possibilita um desenvolvimento global da criança, ajudando-a a construir uma visão mais ampla do mundo real. Além disso, o lúdico capacita a criança a expressar, criticar e analisar o mundo à sua volta, demonstrando sua importância para o desenvolvimento do indivíduo durante a infância.

A relevância do lúdico para o desenvolvimento infantil também é destacada na obra de Souza, Silva e Pinheiro (2021), onde os autores indicam o ato de brincar como uma ferramenta de comunicação entre a criança e o mundo, utilizando uma linguagem lúdica. Os autores salientam que, ao brincar, a criança expressa e comunica suas experiências por meio da representação simbólica, construindo assim uma linguagem lúdica. Através dessa linguagem, a criança se comunica com o mundo real, expressando seus desejos, vontades, problemas e traumas.

Segundo Brito *et al.* (2020), a psicoterapia infantil visa proporcionar atendimento psicológico às crianças, abordando questões multifatoriais que podem estar relacionadas tanto ao indivíduo quanto à sua consciência em espaços sociais, como a escola e a família. Para esses autores, o lúdico é a principal ferramenta nesse tipo de psicoterapia, pois, ao entrar em contato com ele, a criança é auxiliada e facilitada na expressão de si mesma e de suas questões, o que resulta em um desenvolvimento gradativo da comunicação por meio das atividades lúdicas.

Ao definirem as atividades lúdicas, Cruz, Pontes e Aires (2023) ressaltam que a prática é a própria ação, pois a criança vivencia o momento através de um encontro consigo mesma e com o outro, em alternância entre fantasia, realidade, ressignificação e percepção do mundo real. Esse processo proporciona autoconhecimento, tanto de si quanto do outro.

Na mesma obra, os autores destacam que, por meio das atividades lúdicas, as crianças reproduzem suas experiências cotidianas, reelaboradas pela sua imaginação. As atividades lúdicas são, portanto, imprescindíveis na fase da infância, tanto para distração e prazer quanto como facilitadoras da aprendizagem (Cruz, Pontes e Aires, 2023). Entre as diferentes atividades lúdicas existentes, o presente artigo destacará as ferramentas do conto terapêutico, desenhos e ludoterapia.

De acordo com Bernardes e Gama (2019), o leitor ou ouvinte encontra sentido nas narrativas, pois elas comunicam mensagens valiosas tanto para a mente consciente quanto para o inconsciente. Esses contos incentivam o crescimento pessoal e, ao mesmo tempo, aliviam

tensões, sejam elas conscientes ou não. À medida que as histórias se desenvolvem, elas oferecem espaço para a conscientização, apontando caminhos que ajudam a atender às necessidades e desejos, de acordo com as demandas do ego e do superego.

Bernardes e Gama (2019) também mencionam que a linguagem simbólica das histórias conduz o leitor para seu interior, graças à força de seu significado e apelo emocional, sem a necessidade de argumentos ou provas para convencer. Para Bruno Bettelheim (2013), o conto de fadas exerce um efeito terapêutico, pois permite que a criança encontre soluções para suas incertezas ao refletir sobre o que a história sugere em relação aos seus conflitos internos naquele momento de sua vida. Assim, o conto de fadas não trata de questões externas, mas sim de processos internos que estão no coração dos sentimentos e pensamentos.

Conforme relatado por Bernardes e Gama (2019), os contos de fadas oferecem à criança a confiança de que as adversidades, desafios e até infortúnios podem ser superados por aqueles que se dispõem a triunfar na vida. Eles destacam que as narrativas possuem várias funções que impactam a vida humana: a função mágica, que estimula a imaginação e a fantasia; a função lúdica, que proporciona entretenimento e diversão; a função ética, que transmite ensinamentos morais e estabelece valores; a função espiritual, que favorece a compreensão de verdades filosóficas e metafísicas; e a função terapêutica, que permite que os personagens e as situações apresentadas sirvam como referências para nossa própria vida, auxiliando na compreensão de nosso mundo interior e de nossos conflitos.

Ainda de acordo com as autoras, é fundamental não interferir de maneira excessiva nas descobertas e experiências dos participantes, impondo-lhes um significado ou uma interpretação única. Quando isso ocorre, força-se o ouvinte a aceitar uma visão limitada, moldada pela realidade e vivência de quem conta a história. No entanto, cada indivíduo é único, e para que o conto tenha um real impacto terapêutico, ele deve se conectar livremente com os símbolos internos do ouvinte, permitindo que, a partir de seu próprio mundo interior, surja uma compreensão que possa provocar uma mudança de pensamento e, consequentemente, de comportamento. A função "Conto Expressão" é definida como a arte de compartilhar, estimular e despertar o conhecimento por meio de narrativas de maneira sensorial e simbólica. Essa técnica visa transformar o pensamento e, como consequência, os comportamentos, auxiliando no processo de desenvolvimento pessoal (Bernardes; Gama, 2019).

Bernardes e Gama (2019) destacam algumas ferramentas essenciais no processo do conto expressivo, que são utilizadas nas oficinas: conexão emocional, metáforas e símbolos,

método socrático e atividade didática. A conexão emocional refere-se à capacidade de estabelecer um vínculo afetivo ou empático entre pessoas, situações ou elementos que envolvam emoções profundas. No contexto educacional e terapêutico, trata-se da criação de um ambiente seguro, acolhedor e emocionalmente significativo, que facilite a aprendizagem e o desenvolvimento pessoal. Essa conexão permite que os indivíduos se sintam compreendidos, promovendo o engajamento e a confiança, o que favorece tanto a troca de conhecimento quanto a abertura para novas experiências emocionais e cognitivas.

Metáforas e símbolos são recursos linguísticos e imagéticos que representam conceitos abstratos por meio de comparações e representações concretas. As metáforas consistem em transferir o sentido de algo para outra coisa, facilitando a compreensão de ideias complexas através de associações com elementos familiares. Já os símbolos são representações visuais ou conceituais que carregam significados profundos, conectando o indivíduo a ideias ou sentimentos universais. No contexto descrito por Bernardes e Gama (2019), metáforas e símbolos utilizados em contos e histórias despertam o inconsciente, facilitando a compreensão de processos internos e conflitos pessoais. Eles servem como ferramentas terapêuticas, possibilitando que os ouvintes ou leitores acessem e expressem suas emoções e pensamentos de maneira tangível.

O método socrático é uma técnica de ensino e investigação filosófica baseada no diálogo, desenvolvida por Sócrates, que visa estimular o pensamento crítico e a busca pela verdade. Esse método consiste em fazer perguntas estratégicas que levam o interlocutor a examinar suas crenças, identificar inconsistências e, eventualmente, alcançar uma compreensão mais profunda. No processo, o facilitador não oferece respostas prontas, mas conduz o participante a questionar suas próprias ideias, incentivando o autoconhecimento e a reflexão. Segundo Bernardes e Gama (2019), o método socrático começa com o reconhecimento da própria ignorância, com o diálogo sendo a ferramenta para guiar o indivíduo em direção ao entendimento e à descoberta da verdade.

Por fim, a atividade didática consiste em uma tarefa ou exercício planejado com o objetivo de facilitar o processo de ensino-aprendizagem. Ela é projetada de forma estruturada para promover o desenvolvimento de habilidades cognitivas, emocionais e sociais, ajudando os alunos a compreender e aplicar os conhecimentos em situações práticas. De acordo com Bernardes e Gama (2019), as atividades didáticas no contexto das oficinas de contos expressivos são empregadas para auxiliar na exteriorização de símbolos internos e para provocar questionamentos pessoais. Essas atividades servem como ferramentas para o

autoconhecimento e ajudam os participantes a refletirem sobre seus próprios processos internos e a relação com o mundo ao seu redor.

Sobre a conexão emocional, Bernardes e Gama (2019) destacam que, para que a aprendizagem ocorra, é crucial criar um ambiente de segurança, cuidado e conforto em torno das atividades ou desafios propostos. Metáforas são utilizadas em contos, poesias e canções como instrumentos terapêuticos, permitindo que pensamentos abstratos sejam externalizados e transformados em algo concreto, através de sensações e percepções. As metáforas e os símbolos contidos nas histórias carregam informações que se conectam com os símbolos internos de cada pessoa, despertando o conhecimento de algo que ela precisa aprender.

Além dos contos terapêuticos, o desenho, segundo Rabello (2019), permite que a criança transforme sua imagem mental em arte, convertendo sua imaginação em linguagem artística como uma forma de registrar o que está sentindo, pensando ou desejando. A autora também relata que, para a criança, essa expressão artística é descompromissada, pois, enquanto desenha, a criança muitas vezes canta ou conversa sobre o que está representando, tornando a atividade leve e sem regras impostas. O autor também afirma que, sem perceber, a criança traz, por meio da prática artística, sua história de vida, vivências e experiências cotidianas, além de expressar o que gostaria de ter vivido ou experimentado.

Para Rabello (2019), os "garranchos" marcam o início da relação da criança com o desenho, sendo uma forma de comunicação com o adulto, na qual ela usa seus conhecimentos sobre o ambiente em que vive para representar sua família, brinquedos, lugares e desejos. A autora reforça a importância do desenho para a criança, destacando que, ao realizar essa atividade, ela faz suposições e revela seus conhecimentos, expressando aspectos de si mesma de maneira clara e representativa. A criança também cria suas próprias histórias e cenários, fazendo contato com o mundo real e trazendo, juntamente com sua arte, emoções relacionadas a desejos, alegrias e medos. O desenho se torna, então, uma retratação inconsciente das temáticas trazidas pela criança, que muitas vezes tem dificuldade em expressar suas emoções verbalmente.

Bédard (1998) afirma que, à medida que a criança começa a controlar o ambiente em que vive, ela inicia a expressão de suas emoções, tanto conscientemente quanto inconscientemente. No desenho, essa expressão ocorre de maneira simbólica, pois, ao desenhar, a criança transfere seu estado emocional para o papel. O autor analisa diferentes componentes presentes no desenho que podem expressar as emoções da criança ao realizar a atividade lúdica.

O formato da folha, por exemplo, revela como a criança se percebe em relação ao ambiente.

Quando ela utiliza uma folha pequena, pode demonstrar introversão, indicando que não sente necessidade de ocupar todo o espaço disponível, o que também pode refletir falta de confiança ou uma satisfação rápida. Já o uso de uma folha de tamanho médio demonstra adaptabilidade e flexibilidade, mostrando que a criança conhece seu lugar no ambiente e respeita as pessoas ao seu redor. Por outro lado, a escolha de uma folha grande sugere grande confiança em si mesma, com a crença de que é capaz de resolver suas questões (Bédard, 1998).

Sobre a orientação espacial do desenho, Bédard (1998) salienta que, quando o desenho está localizado na parte superior da página, a criança expressa sua inteligência, imaginação e curiosidade por aprender coisas novas. Já a localização inferior demonstra uma necessidade física ou material. Quando o desenho está situado à direita da folha, a criança revela um pensamento mais voltado para o futuro; ao contrário, quando está à esquerda, indica que o indivíduo vivencia muito o passado. No entanto, se o desenho estiver centralizado, segundo o autor, isso pode sugerir uma criança aberta a vivenciar as experiências proporcionadas pelo ambiente.

Outro componente analisado por Bédard (1998) são as dimensões do desenho. Quando a criança elabora um desenho de grandes dimensões, isso demonstra segurança e confiança no seu lugar no mundo. Por outro lado, quando o desenho é menor, a criança pode estar indicando que se conforma com pouco espaço, não querendo incomodar os outros.

A ludoterapia também é considerada uma técnica lúdica. Segundo Vasconcelos e Souza (2022), trata-se de uma abordagem que utiliza o brincar como forma de comunicação e autoexpressão da criança. Através do brincar, a criança pode expressar seus medos, ansiedades, alegrias e tristezas de maneira mais natural e espontânea do que simplesmente falando sobre eles. Ao se engajar em atividades lúdicas durante a ludoterapia, a criança pode explorar questões emocionais e enfrentar desafios de forma segura, com o apoio e orientação do terapeuta. Esse processo ajuda a criança a desenvolver habilidades emocionais, cognitivas e sociais importantes para seu desenvolvimento saudável.

Acompanhar a criança durante suas brincadeiras, segundo esses autores, permite ao terapeuta investigar a maneira como ela deseja se expressar, além de participar de suas fantasias, demonstrando disponibilidade para ouvir o que ela tem a mostrar. O contato com a criança, diferentemente do contato com o adulto, é uma experiência com o desconhecido. Nesse momento, o essencial é estar aberto e sensível, permitindo que a criança expresse seus conflitos,

angústias e desejos através do jogo. A ludoterapia oferece um espaço seguro para a exploração dessas questões internas de forma criativa e não ameaçadora.

Winnicott (1982) acredita que, ao expressar seus impulsos destrutivos durante o brinquedo, a criança sente conforto, pois os sentimentos agressivos expressos não retornam a ela a partir dos objetos. Além disso, para o autor, os brinquedos permitem que as crianças transfiram os sentimentos agressivos que têm em relação a alguém para um objeto, liberando sua raiva de maneira simbólica e substitutiva, de modo a atender às necessidades emocionais. É fundamental que os adultos aprovem ou, ao menos, tolerem a agressão durante a brincadeira; caso contrário, isso pode causar frustração e ansiedade na criança.

Putton e Cruz (2021) explora como as atividades lúdicas são fundamentais para o desenvolvimento cognitivo, emocional e social das crianças na educação infantil. A autora destaca que o brincar é uma ferramenta poderosa para o aprendizado, pois, através de jogos e brincadeiras, as crianças assimilam conceitos e desenvolvem habilidades de forma natural e prazerosa.

Neste contexto, o lúdico contribui para a construção do conhecimento de maneira ativa, permitindo que as crianças experimentem, descubram e interajam com o mundo ao seu redor. Além disso, as atividades lúdicas ajudam a fortalecer a criatividade, o pensamento crítico e a resolução de problemas. Sendo que o uso de atividades lúdicas no ambiente escolar pode tornar o processo de ensino mais dinâmico e envolvente, facilitando o aprendizado. Ela sugere que os professores sejam incentivados a adotar essas práticas, utilizando brinquedos, jogos e dinâmicas que estimulem o desenvolvimento integral das crianças (Putton; Cruz, 2021).

Putton e Cruz (2021) reforçam que a integração do lúdico no processo de ensino-aprendizagem é essencial para uma educação mais eficaz e humanizada, contribuindo para a formação de crianças mais confiantes, criativas e preparadas para os desafios futuros. Portanto, a ludoterapia não se trata apenas de permitir que a criança exponha seus sentimentos sem receios, mas sim de criar um ambiente terapêutico onde ela possa se expressar livremente por meio do brincar, promovendo seu crescimento emocional e psicológico de maneira construtiva.

5. CONCLUSÃO

É possível concluir, ao final deste artigo, que o lúdico é fundamental para o desenvolvimento emocional das crianças, funcionando como uma forma natural de expressar

emoções e compreender o mundo ao seu redor. O brincar vai além da diversão; é uma linguagem que permite às crianças manifestar sentimentos como medo e alegria, auxiliando-as no reconhecimento e no manejo dessas emoções de maneira saudável. Durante as atividades lúdicas, elas simulam situações cotidianas, ensaiam respostas a desafios e reorganizam suas emoções em um ambiente seguro, o que é especialmente relevante em momentos de mudança ou medo.

O lúdico também favorece o desenvolvimento social, pois, em brincadeiras em grupo, as crianças aprendem a compartilhar, esperar sua vez e resolver conflitos, fortalecendo habilidades de cooperação e comunicação. Cognitivamente, o brincar ensina a gerenciar emoções, como o autocontrole em jogos de regras, ajudando a criança a desenvolver estratégias emocionais mais maduras.

O brincar também contribui para o fortalecimento da autoestima, pois ao superar desafios, as crianças experimentam um senso de competência que aumenta sua confiança. Em suma, o lúdico é uma ferramenta poderosa que promove o crescimento emocional, social e cognitivo, permitindo que as crianças se divirtam enquanto se preparam para enfrentar os desafios da vida com segurança e equilíbrio.

REFERÊNCIAS

AFFONSO, R. M. L. Brincar, significação e representação. AFFONSO, R. M. L. In: **Ludodiagnóstico:** Investigação clínica através do brinquedo. Porto Alegre: Artmed, 2012. p. 38-55.

ALMEIDA, E, A. **Ludidade com instrumento pedagógico**. (2009). Artigo. Disponível em: https://www.cdof.com.br/recrea22.htm

AXLINE, V. M. Ludoterapia. In: COELHO, A. **Ludoterapia:** A Dinâmica Interior da Criança. Belo Horizonte: Interlivros, 1984. p. 9-48.

ARIÈS, Philippe. O sentido da infância. In: VELHO, G. **História social da criança e da família.** 2 ed. Rio de Janeiro: LTC, 1981. p. 29-49. Disponível em: https://taymarillack.wordpress.com/wp-content/uploads/2017/09/333887505-livro-aries-philippe-historia-social-da-crianca-e-da-familia-pdf.pdf. Acesso em: 8 out. 2024.

ARANTES, M. C. B.; MORAIS, E. A. Exposição e uso de dispositivo de mídia na primeira infância. **Revista do Pediatra**, v. 12, n. 4, p. 1-6, 2022.

BEVILACQUA, J. **O brincar e suas implicações para o desenvolvimento infantil.** 2021. 22 f. Trabalho de Conclusão de Curso (Graduação em Psicologia) – Anhanguera, Caxias do Sul, 2021. Disponível em: https://repositorio.pgsscogna.com.br/bitstream/123456789/43859/1/Jessica+Bevilacqua.pdf. Acesso em: 8 out. 2024.

BÉDARD, N. **Como interpretar os desenhos das crianças.** São Paulo: Isís, 1998. Disponível em: https://lotuspsicanalise.com.br/biblioteca/interpretcao-do-desenho-das-criancas.pdf. Acesso: 10 out. 2024.

BERNARDES, C.; GAMA, F.: **Contos que curam:** oficinas de educação emocional por meio de contos. São Paulo: Literare Books Internacional LTDA, 2019.

BETTELHEIM, B. **Psicanálise dos contos de fadas**. São Paulo: Bertrand Editora, 2013.

BRITO, R. A. C.; MONTEZUMA, S.; MELO, A. K.; MOREIRA, V. A psicoterapia infantil no Setting Clínico: Uma revisão sistemática de literatura. **Contexto Clínico, Fortaleza**, v. 23, n. 2, 2020. Disponível em: https://pepsic.bvsalud.org/pdf/cclin/v13n2/v13n2a16.pdf. Acesso em: 10 out. 2024.

COSTA, K. A. O. A história dos jogos e das brincadeiras. **Revista a evolução**, São Paulo, Ano 2, n. 12, p. 39-42, 2021. Disponível em: https://primeiraevolucao.com.br/index.php/R1E/article/view/16/15. Acesso em: 8 out. 2024.

CRUZ, J. P.; PONTES, J. C. R.; AIRES, S. D. F. O lúdico na educação infantil. **Revista Ibero-Americana de Humanidades, Ciências e Educação**, v. 1, n. 5, p. 13-60, 2023. Disponível em: https://periodicorease.pro.br/rease/article/view/9749. Acesso em: 15 out. 2024.

FERREIRO, Emilia. **Com todas as letras.** 17 ed. São Paulo: Cortez, 2017.

FIGUEIRÓ, J. A. As bases neurofisiológicas do brincar. In: AFFONSO, R. M. L. **Ludodiagnóstico:** Investigação clínica através do brinquedo. Porto Alegre: Artmed, 2012. p. 26-37.

GIAXA, A. C. M.; TAVARES, E. N.; OLIVEIRA, T. P.; EYING, J.; BURDA, T. A. M. A utilização do jogo como recurso terapêutico no processo de hospitalização da criança. **Sociedade Brasileira em Psicologia Hospitalar**, Rio de Janeiro, v. 22, n. 1, p. 280-305, Jan/Jul 2019. Disponível em: https://pepsic.bvsalud.org/pdf/rsbph/v22n1/v22n1a15.pdf. Acesso em: 10 out. 2024.

GOLEMAN, Daniel. **Inteligência emocional:** A teoria revolucionária que redefine o que é ser inteligente. Rio de Janeiro: Objetiva, 2011.

GRATIOT-ALFANDÉRY, H. **Henri Wallon**. 2 ed. São Paulo: Fundação Joaquim Nabuco, 2010.

JÚNIOR. R. **Crianças e tecnologia:A imersão na tecnologia.** São Paulo: Maquinaria Editorial. eBook Kindle,2024. Disponível em: https://www.amazon.com/Crian%C3%A7as-Tecnologia-imers%C3%A3o-tecnologia-Portuguese-ebook/dp/B0CSM6DHGL

LIMA,L.W; SARTORI, C.M.T.D. O novo brincar e os jogos eletrônicos: impactos positivos e negativos. **Cadernos de psicologia**, Juiz de Fora,v.2,n.4, p.482-508, Jul/Dez. 2020. Disponível em:https://seer.uniacademia.edu.br/index.php/cadernospsicologia/article/view/2851/1927 Acesso em: 27 nov.2024

LICURSI, G. **Neurociência para iniciantes: Emoções.** Vol. 5. [S. l.]: eBook Kindle, 2023. Disponível em: https://www.amazon.com.br/Neuroci%C3%AAncia-para-iniciantes-Gustavo-Licursi-ebook/dp/B0CP6CKNLN. Acesso em: 15 out. 2024.
MATTOS, F. **Maturidade Emocional***:* Por que algumas pessoas agem como adultas e outras não. São Paulo: Paidós, 2021.

MENDES, A. C. M. **Reconhecimento e autorregulação das emoções nas crianças.** 2021. Mestrado (Educação Pré-Escolar e Ensino no 1 ciclo). Escola Superior de Educação, Politécnico de Coimbra, Coimbra. 2021. Disponível em: https://comum.rcaap.pt/bitstream/10400.26/38253/1/ANA_CRISTINA_MENDES.pdf. Acesso em: 9 out. 2024.

MENDES, M.; GREENBERG, L. **A Clínica das Emoções:** Teoria e prática da terapia focada nas emoções. Novo Hamburgo: Sinopsys Editora, 2022.

MESQUITA, R.; DUARTE, F. **Dicionário de psicologia**. Lisboa: Plátano, 1996.

ONU. Organização das Nações Unidas. **Convenção sobre os Direitos da Criança.** Resolução 44/25, de 20 de novembro de 1989. Disponível em: https://www.unicef.org/brazil/convencao-sobre-os-direitos-da-crianca. Acesso em: 30 set. 2024.

OMS. Organização Mundial da Saúde. **Diretrizes da OMS: Para atividades físicas e comportamentos sedentários.** 2020. Disponível em: https://iris.who.int/bitstream/handle/10665/337001/9789240014886-por.pdf.

PAPALIA, D.; FELDMAN, R. **Desenvolvimento Humano.** Porto Alegre: Artmed, 2013. p. 282-313. Disponível em: https://www.obbiotec.com.br/wp-content/uploads/2022/04/OBJ-livro-Desenvolvimento-Humano.pdf. Acesso em: 8 out. 2024.

PUTTON, G. M.; CRUZ, P. S. A importância do lúdico no processo de ensino-aprendizagem na educação infantil. **Revista Científica Multidisciplinar Núcleo do Conhecimento**, n. 5, v. 11, p. 114-125, 2021. Disponível em: https://www.nucleodoconhecimento.com.br/educacao/ensino-aprendizagem. DOI: 10.32749/nucleodoconhecimento.com.br/educacao/ensino-aprendizagem. Acesso em: 8 out. 2024.

RABELLO, Nancy. **O desenho infantil:** Entenda como a criança se comunica por meio de traços e cores. Rio de Janeiro: Waldir Pedro, 2019.

SANTOS, G. G. F. A Importância do Brincar na Formação do Sujeito. **Revista Científica Multidisciplinar Núcleo do Conhecimento**. v. 1, n. 1, p. 41-56, 2017. Disponível em: https://www.nucleodoconhecimento.com.br/pedagogia/importancia-do-brincar. Acesso em: 8 out. 2024.

SANTOS, C. P.; MESQUITA, D. B. M. R.; NONATO, D. P. R.; SANTANA, E. V. S.; OLIVEIRA, L. M. R.; NASCIMENTO, S. L. A emoção no desenvolvimento infantil. **Revista Ibero-Americana de Humanidades, Ciências e Educação**, v. 8, n. 5, 22 jun. 2022. Disponível em: https://doi.org/10.51891/rease.v8i5.5910. Acesso em: 15 out. 2024.

SCHRAMM, S.; MACEDO, S.; COSTA, E. Concepções e orientações para o cotidiano da

educação infantil. In: **Fundamentos da educação infantil.** 3. ed. Fortaleza: ED UECE, 2019. p. 109-121.

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, ago 16, 2021. Disponível em: http://dx.doi.org/10.33448/rsd-v10i10.18940. Acesso em: 7 set. 2024.

SOUZA, A. B. M.; MENDES, D. M. L. L. F.; KAPPLER, S. R. Estratégias de regulação emocional maternas e de crianças: revisão da literatura. **Gerais: Revista Interinstitucional de Psicologia**, v. 14, n. SPE, p. 1-22, 2021. Disponível em: https://doi.org/10.36298/gerais202114e17001. Acesso em: 15 out. 2024.

SOUZA, L. R.; SILVA, J. M. C.; PINHEIRO, M. E. G. M. A ludicidade na prática do pedagogo hospitalar: o cuidado educacional e seus benefícios na aprendizagem dos alunos hospitalizados. In: RIBEIRO, J. H. S.; RIBEIRO, M. N. S.; SANTO, F. H. E.; DINIZ, C. X. (Org.). **O cuidado: contextos e práticas interdisciplinares – saúde, filosofia e educação.** Curitiba: Appris, 2021. p. 281-305.

VASCONCELOS, A.; SOUZA, S. Ludoterapia e alteridade: uma experiência de ludoterapia grupal à luz de Lévinas. **Psicologia em Estudo.** v. 27, n. 1, p. 148-159, 2022. Disponível em: https://doi.org/10.4025/psicolestud.v27i0.47800. Acesso em: 17 Maio 2024.

VALENTE, C. A. G. **Neurociência do brincar:** Revisão Scoping. 2021. 51 f. Tese (Mestrado). Universidade Católica Portuguesa, Lisboa, 2021. Disponível em: http://hdl.handle.net/10400.12/8583. Acesso em: 8 out. 2024.

VIANNA, E. S. V. **O Brincar e a Tecnologia:** as modificações das brincadeiras tradicionais e as influências tecnológicas na escola. Porto Alegre: Editora Fi, 2019.

WINNICOTT, D. W. **Textos selecionados:** Da pediatria à psicanálise. São Paulo: Companhia das Letras, 1982.