

JANE HELENA DA ROCHA



**UMA ANÁLISE DE CRIANÇAS NO SEU TEMPO DE LAZER A PARTIR
DA TEORIA DE DANIEL GOLEMAN**

Monografia apresentada como requisito parcial
para conclusão do Curso de Licenciatura em
Educação Física, Setor de Ciências Biológicas,
Universidade Federal do Paraná.
Professora orientadora: Yara Coelho

**CURITIBA
2002**

JANE HELENA DA ROCHA

**UMA ANÁLISE DE CRIANÇAS NO SEU TEMPO DE LAZER A PARTIR
DA TEORIA DE DANIEL GOLEMAN**

**CURITIBA
2002**

AGRADECIMENTOS

Agradeço àqueles que de alguma forma, colaboraram neste trabalho;

Agradeço a professora Yara, pela orientação consciente e decisiva;

Agradeço aos demais professores que contribuíram na construção dos conhecimentos;

Agradeço aos meus amigos da graduação que permitiram o intercâmbio de conhecimentos engrandecedores;

Agradeço aos meus pais, que foram minha primeira fonte de conhecimento no mundo;

Agradeço principalmente a Deus, pela iluminação e pela vida;

SUMÁRIO

RESUMO	iv
1 INTRODUÇÃO	0
1.1 JUSTIFICATIVA	1
1.2 OBJETIVOS	4
1.2.1 Objetivo Geral	4
1.2.2 Objetivos Específicos	4
1.3 PERGUNTA NORTEADORA	5
1.4 METODOLOGIA	5
2 REVISÃO DE LITERATURA	6
2.1 A FISILOGIA EMOCIONAL	7
2.2 EMPATIA	13
2.2.1 A Falta de Empatia	17
2.2.2 Origem da Falta de Empatia	19
2.2.3 Quem Possui a Empatia.....	22
2.3 O BRINQUEDO E AS BRINCADEIRAS	25
2.4 RELAÇÃO DE GOLEMAN, ALGUNS AUTORES E O AMBIENTE DE LAZER	28
3 CONSIDERAÇÕES FINAIS	33
4 REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS	36

RESUMO

O presente estudo, de caráter bibliográfico, tem como objeto de estudo o comportamento de crianças, sob a ótica emocional, perante o tempo de lazer, procurando, através das idéias de Daniel Goleman, entre outros autores, ampliar as perspectivas desse tempo de lazer do ponto de vista educacional.

Inicialmente, o estudo se foca nas bases da fisiologia emocional, mostrando a anatomia do cérebro emocional e suas respostas, explicando o funcionamento da amígdala cortical, tida como o principal órgão das emoções, e como os circuitos cerebrais podem ser moldados de acordo com nossas atividades e relações com o ambiente que nos cerca. Logo em seguida, a importância da empatia, qualidade de perceber os sentimentos de outrem, é destacada, desde sua origem até os problemas acarretados pela sua falta.

Finalmente, são discutidos os comportamentos das crianças perante suas brincadeiras e o lazer propriamente dito, ressaltando a importância da solução de traumas e a sintonia com os adultos. O estudo é concluído com apontamentos a respeito de se desenvolver comportamentos emocionais saudáveis, fornecendo diretrizes de como fazê-lo e as vantagens para uma vida promissora.

1 INTRODUÇÃO

Independente da classe ou nível social, basicamente todo indivíduo tem um tempo que dedica às atividades que lhe dão prazer. O lazer existe em todos os âmbitos da sociedade, apresentando-se através de múltiplas alternativas que se refletem e se fundem em emoções, formando e influenciando o comportamento das pessoas. Com base nisso, esta pesquisa de cunho bibliográfico observa as problemáticas da busca das oportunidades de lazer e como a criança tende a refletir seu comportamento emocional nas suas relações sociais enquanto inserida nesta busca de oportunidades de lazer.

Através da análise da qualidade do lazer vivido pela criança, pode-se compreender os comportamentos apresentados, que variam desde um isolamento social, alegria, hiperatividade e até uma agressividade excessiva, apontando mudanças nas emoções. Sinais como esses podem sugerir alguns tipos de conflitos, desajustes ou até patologias que afetam tanto a criança como o próprio ambiente social dela. Repercutindo em sua vida social, amorosa e familiar.

O fulcro dessa pesquisa concentra-se no trabalho de Daniel Goleman, Phd em Psicologia pela universidade de Harvard. Pretende-se fazer análise da sua obra, com o suporte de outros autores das áreas de fisiologia,

psicologia, sociologia, educação e até filosofia, fundamentando a teoria da Inteligência Emocional e sua influência no desenvolvimento da criança.

No seu convívio diário com as crianças o profissional da educação nem sempre leva em conta o desenvolvimento emocional de seus alunos. Muito se fala em cognição, aprendizagem, desenvolvimento motor e fisiológico. Negligencia-se a importância dos aspectos mais amplos do comportamento, que atuam diretamente na formação do indivíduo.

A pesquisa foi feita basicamente pensando num caminho mais humano ao se observar as relações comportamentais das crianças, afinal, sai do caminho tradicional do coeficiente de inteligência (Q.I.), entrando em um mundo mais subjetivo e menos racional, o mundo das emoções.

1.1 JUSTIFICATIVA

Pode-se notar atualmente a grande preocupação com o crescente aumento da criminalidade, suicídios, abusos de drogas e demais problemas sociais. A Organização Mundial de Saúde (OMS), revela que 400 milhões de pessoas em todo o mundo sofrem de algum tipo de perturbação mental. Crianças de 10 a 14 anos têm praticado atos realmente assustadores contra colegas, professores e até mesmo contra os próprios pais. O Brasil, preocupado com estes dados, lançou uma campanha, denominada "cuidar,

sim, excluir, não” (VERSIANI, 2001).

Segundo GONÇALVES (1994), a Educação Física deve visar “ao desenvolvimento da personalidade humana de forma total”. Para encontrar o caminho adequado a este objetivo é preciso partir de um posicionamento filosófico atrelado à compreensão da realidade humana e social. O professor deve estar atento ao processo educacional. Neste sentido é preciso uma visão global de sua função social dentro da escola, superando o sistema educacional tradicional e concretizando a sua transformação social.

Percebe-se que o conhecimento emocional assume diferentes funções, dependendo das concepções filosóficas a que está articulado. Muitas vezes o professor deixa de educar na totalidade, levando em conta dados irrelevantes para a aprendizagem do aluno. Por isso é importante assumir concepções que favoreçam o desenvolvimento do mesmo como um todo, superando o modelo tradicional que favorece uns e abandona outros.

É preciso buscar através de concepções alternativas procedimentos que visem ao sucesso de todos os alunos, utilizando o conhecimento global como um instrumento que possibilitará a efetivação do processo ensino aprendizagem nas aulas de Educação Física, que deverá estar fundamentada e articulada à sua forma constitutiva garantido o seu caráter didático.

A democratização do ensino deve ser alcançada em longo prazo, mas depende da conscientização dos profissionais para uma prática que vise as inteligências múltiplas, eliminando, dessa forma, o autoritarismo existente

em todo o sistema educacional. Garantido o acesso de todos ao conhecimento e conseqüentemente ao movimento corporal consciente na busca de sua totalidade corporal.

1.2 OBJETIVOS

1.2.1 Objetivo Geral

Estudar os padrões de comportamento de crianças, encontrados na literatura, sob a ótica emocional, para melhor compreender suas reações frente ao tempo livre e através da compreensão das emoções ampliar as suas possibilidades de lazer.

1.2.2 Objetivos Específicos

- Compreender as bases da fisiologia emocional;
- Apresentar os fundamentos da empatia e sua importância para o desenvolvimento emocional;
- Entender o significado do brincar e das brincadeiras na vida das crianças;
- Discutir os comportamentos das crianças frente ao seu tempo de lazer e a postura dos pais e professores;
- Ampliar os conceitos educacionais através da compreensão da importância de se trabalhar com as emoções das crianças.

1.3 PERGUNTA NORTEADORA:

Quais são as contribuições da obra de Daniel Goleman, para a análise das práticas de lazer entre crianças e os fenômenos emocionais das mesmas?

1.4 METODOLOGIA

Tendo em vista a amplitude que uma pesquisa de campo alcançaria nesta área e que os testes e parâmetros de medidas não fornecem respostas exatas e objetivas em curto prazo, adotou-se como método a pesquisa bibliográfica.

O método utilizado foi basicamente uma investigação planejada e determinada, buscando em referenciais teóricos relatar e questionar de forma sintetizada a obra de Daniel Goleman "Inteligência Emocional" com outros autores.

Comparando anotações em arquivos para permitir associação entre os autores, o que contribui para o enriquecimento entre eles, com criteriosidade e honestidade ao comparar ou produzir dados empregando sempre que possível uma linguagem clara e simples. Estudando e refletindo acerca das implicações dos fundamentos teóricos e metodológicos que empregamos lendo e retomando a revisão da matéria prima para o trabalho de reflexão dos conteúdos.

2 REVISÃO DE LITERATURA

Considerando a evolução da espécie humana, é fácil imaginar que a vida primitiva era baseada na sobrevivência em um mundo selvagem, e, portanto, dependente de comportamentos basicamente emocionais, que determinavam quando a fuga era o melhor a fazer, ou a fome determinava a hora da caça, ou a raiva determinava a briga pelo poder.

Hoje vivemos num mundo extremamente dinâmico, com cada ser humano participando de toda esta teia de eventos. Dentro deste ser existe um universo complexo, com sentimentos, emoções, desejos que refletem em atitudes. A maneira com que nossas emoções muitas vezes sobrepujam a razão, provocando inúmeros episódios desconcertantes apontam para a importância de conhecermos melhor nossas emoções. Os altos números de suicídios e do uso de drogas, o descaso pelo próximo, nos revela uma cultura que deixa de lado as emoções para apostar somente no intelecto, na razão. GOLEMAN (1995) traduz as mais recentes descobertas voltadas para análise da inteligência emocional. Esta é base científica que apóia sua tese: inicialmente mostra como os agentes neurológicos atuam sobre o instinto básico para viver, chamado inteligência emocional. Para pior ou para melhor, a forma como avaliamos situações complicadas e as nossas respostas a elas não são determinadas apenas pelo nosso julgamento racional ou história pessoal, mas também pelo nosso comportamento emocional. Partindo desse

princípio, Goleman então nos mostra então a necessidade de ensinar as aptidões emocionais básicas: auto consciência; administração de sentimentos aflitivos; manutenção do otimismo; perseverança, apesar das frustrações; aumento da empatia – a capacidade de ler as emoções do outro; cooperação, envolvimento e capacidade de motivar a si mesmo.

2.1 A FISILOGIA EMOCIONAL

Com os incontáveis avanços tecnológicos e científicos da última década, cada vez mais se realizaram estudos em áreas diversificadas. A neurobiologia e estudos sobre o cérebro, procurando entender seu funcionamento, trouxeram muitos esclarecimentos de nossa fisiologia emocional, suas reações químicas perante nossos sentimentos, e seus reflexos nos centros nervosos.

A arquitetura emocional do cérebro revela a existência de circuitos que determinam o comportamento, e que podem ser trabalhados e aperfeiçoados a partir de lições aprendidas na infância.

De acordo com Netto (1973), durante muito tempo, os estudos das bases fisiológicas do comportamento emocional eram centrados praticamente nas atividades do sistema nervoso autônomo (SNA) e da medula das glândulas supra-renais. O sistema nervoso autônomo é dividido em simpático e parassimpático, sendo que o parassimpático se encontra mais ativo em

estados normais, de calma relativa. Quando estamos em estados emocionais intensos predomina a ação do simpático, que aciona um "sistema de emergência", deixando o organismo em prontidão para uma resposta enérgica. Por outro lado, os hormônios produzidos pela glândula supra-renal (adrenalina, epinefrina), exercem efeito fisiológico semelhante, e resultam de impulsos nervosos no sistema simpático que atingem as glândulas.

Atualmente, como ressalta NETTO (1973), sabe-se que nem sempre os sistemas simpático e parassimpático atuam de maneira oposta. Um dos exemplos que demonstra isso é o fato de que, em certos casos, uma pessoa pode urinar ou defecar frente a uma emoção muito intensa, exigindo para tanto um aumento da atividade do parassimpático concomitante com a ação do simpático. Isto significa que a fisiologia das emoções é mais complexa do que se imaginava, e que a interação das duas divisões do SNA não está muito esclarecida. Um estudo de Gelhorn e Loofbourrow, citado por Netto, concluiu que o "corpo principal de substrato nervoso central da emoção seja constituído pelo sistema hipotalâmico-límbico, juntamente com a formação reticular e o néocortex", demonstrando que o sistema nervoso central também desempenha papel relevante nas emoções.

O hipotálamo é uma estrutura pequena e complexa que mantém relações com o sistema nervoso e endócrino, colaborando com a produção e controle de vários comportamentos emocionais. O sistema límbico é um conjunto de estruturas que se situam na base do cérebro anterior, e inclui o

hipocampo, a circunvolução do cíngulo, amígdala (ou amígdala), a região septal, o núcleo caudal, entre outras. Estudos em casos de lesões nessas áreas ou através da utilização de eletrodos revelaram a sua importância nas respostas emocionais. A formação reticular influi na expressão emocional e nos graus de consciência e, finalmente, o néocórtex participa tanto na percepção das situações-estímulo quanto na associação a experiências anteriores e na interpretação subjetiva dos estados internos do organismo.

Particularmente, a amígdala cortical merece uma atenção maior visto as últimas descobertas sobre seu funcionamento e importância perante a fisiologia das emoções. Nos seres humanos, a amígdala cortical é um feixe, em forma de amêndoa, de estruturas interligadas, situado acima do tronco cerebral, perto da parte inferior do anel límbico. Há duas amígdalas, uma de cada lado do cérebro, instaladas mais para a lateral da cabeça (GOLEMAN, 1995).

O córtex e o neocórtex são as estruturas límbicas responsáveis por grande parte da aprendizagem e da memória do cérebro; a amígdala cortical é especialista em questões emocionais. Se for retirada do cérebro, o resultado é uma impressionante incapacidade de avaliar o significado emocional dos fatos; esse mal é às vezes chamado de “cegueira afetiva”.

Sem peso emocional, os contatos interpessoais ficam insossos. Um rapaz cuja amígdala fora cirurgicamente removida para controlar sérios ataques perdeu por completo o interesse pelas pessoas, preferindo o

isolamento, sem qualquer contato com o humano. Embora fosse perfeitamente capaz de conversar, não reconhecia mais amigos íntimos, parentes, nem mesmo a mãe, e ficava impassível diante da angústia deles com sua indiferença. Sem a amígdala, havia perdido não só a capacidade de discernir sentimentos. Segundo GOLEMAN (1995), a amígdala cortical funciona como um depósito da memória emocional e, portanto, do próprio significado; a vida sem essa amígdala não tem o menor significado do ponto de vista emocional.

De acordo com CAMPOS (1971), o sistema nervoso central é o centro das conexões dos impulsos, que se originam nos órgãos receptores (exteroceptores e proprioceptores). Neles se formam as conexões peculiares ao processo de aprendizagem. O sistema nervoso central tem a função de organizar os impulsos aferentes, elaborar a resposta e conduzi-la pelas vias aferentes ao sistema de reação. Os elementos sensoriais, são recebidos no sistema nervoso central sob a forma de impulsos diversificados, e nas vias aferentes corresponde ao receptor imediato. Nos centros de correlação como o hipotálamo é transmitidos impulsos organizados para os centros motores. A falta desta organização não produziria ação harmoniosa e o organismo perderia seu controle sobre as respostas. A coordenação das resposta se realiza nas áreas motoras do sistema nervoso central. Destes centros motores, os impulsos aferentes são transmitidos aos efetores, ou órgãos de resposta.

LeDoux, citado por GOLEMAN (1995), neurologista do Centro de Ciência natural da Universidade de Nova York, foi o primeiro a descobrir o importante papel que a amígdala cortical desempenha no cérebro emocional. Ele faz parte de um grupo de neurologistas, os quais recorrem a tecnologia e métodos inovadores, responsáveis por um nível de precisão antes desconhecido no mapeamento do cérebro em funcionamento, e assim podem desvendar mistérios da mente que anteriormente cientistas julgavam impenetráveis. Suas descobertas sobre os circuitos do cérebro emocional puseram abaixo uma noção há muito existente sobre o sistema límbico, colocando a amígdala cortical no centro da ação e deixando outras estruturas límbicas em funções muito diferentes.

Outra pesquisa de LeDoux (GOLEMAN, 1995) explica como essa amígdala pode assumir o controle sobre o que fazemos quando o neocórtex ainda está em vias de tomar uma decisão, pois o funcionamento da amígdala e sua interação com o neocórtex estão no centro da inteligência emocional. Os estudos de LeDoux mostram que sinais sensoriais do olho ou ouvido viajam no cérebro primeiro para o tálamo, e depois por uma única sinapse para a amígdala; um segundo sinal do tálamo é encaminhado para o neocórtex. Essa ramificação permite que a amígdala comece a responder antes que o neocórtex o faça, pois ele elabora a informação em vários níveis dos circuitos cerebrais, antes de percebê-la plenamente, e por fim dar início a uma resposta mais cuidadosamente elaborada. Esta pesquisa foi a primeira a

estabelecer caminhos neurais de sentimentos que contornam o neocórtex. Os sentimentos que tomam a rota direta da amígdala são circuitos importantes que ajudam a entender o poder que a emoção tem de superar a razão.

LeDoux pôs por terra o conhecimento predominante sobre os caminhos percorridos pelas emoções, com uma pesquisa sobre medo em animais. Destruiu o córtex auditivo de ratos, depois os expôs a um som associado a um choque elétrico. Os ratos logo aprenderam a temer o som, antes de o neocórtex tê-lo registrado. O som tomava a rota direta do ouvido ao tálamo e a amígdala, saltando todos os trajetos mais longos. Os ratos aprenderam uma reação emocional, sem nenhum envolvimento cortical maior, a amígdala percebeu, lembrou e orquestrou seu medo de modo independente.

O sistema emocional pode agir de modo independente do neocórtex, segundo LeDoux, algumas reações e lembranças emocionais podem formar-se sem que haja nenhuma participação consciente e cognitiva.

A amígdala pode abrigar lembranças e repertórios de respostas que interpretamos sem compreender bem por que o fazemos, por que o atalho do tálamo a amígdala contorna completamente o neocórtex. Essa passagem permite que a amígdala seja um repositório de impressões emocionais e lembranças de que não temos plena consciência. LeDoux sugere que é o papel subterrâneo da amígdala na memória que explica, por exemplo, um experimento surpreendente, em que pessoas adquiriram preferência por figuras geométricas com estranhas formas, exibidas de forma tão rápida que elas nem tiveram a oportunidade de tomar consciência de tê-las visto! (GOLEMAN, 1995).

2.2 EMPATIA

Empatia é tida como a habilidade de perceber as reações de outra pessoa. É a habilidade de perceber informações sutis e informações fornecidas por outros, de maneira a identificar com exatidão o que estão sentindo e pensando. Empatia, nunca confundir com simpatia, não necessariamente envolve concordar com os sentimentos das outras pessoas, mas certamente envolve compreender quais são seus sentimentos e idéias (SAVIANI, 2001).

SMITH (1977) admite empatia como o processo de aceitação de que outra pessoa é como nós. É o fundamento da nossa compreensão de outrem, pois acreditamos que outra pessoa pensará a respeito de si mesma como pensamos a respeito de nós mesmos. Por outro lado, a empatia pode ser o fundamento da nossa incompreensão dos outros visto que nos enganamos freqüentemente pensando que alguém é como nós quando na verdade está muito distante disso.

As emoções são impulsos para o agir, planos instantâneos para lidar com a vida. Além de provocar uma resposta fisiológica e psicológica pessoal, elas praticamente determinam a qualidade da relação entre as pessoas. Quem lida bem com os próprios sentimentos e com os dos outros tem maior probabilidade de se sentir satisfeito e ser eficiente no que faz. Colocar-se no lugar do outro, sentindo inteiramente os desejos,

preocupações, a alegria, a raiva e o medo, é a empatia explicada por Goleman (SAVIANI, 2001).

A capacidade da empatia não parece ser determinada somente partindo da carga genética, pois é da interação do indivíduo com o meio ambiente que suas reações vão surgindo. Para se adaptar a variedade de situações, é necessário que seu organismo também possa reagir de diversas maneiras para atingir os objetivos desejados (CAMPOS, 1971).

Crianças que muitas vezes apesar de ter um alto QI, e ótimas notas, apresentam dificuldade de relacionamento, casamentos que fracassam na idade adulta, casos na infância que já indicam problemas no futuro. Nesse contexto entra a obra de Daniel GOLEMAN (1995), Inteligência Emocional, mostrando que o ser humano está envolvido num processo muito maior do que o simples “rendimento” numa escola ou em algum ambiente. É claro que isto não significa que ter QI baixo ou alto vá determinar as possibilidades emocionais de alguém.

Em uma reportagem da revista Veja, afirmou-se que as últimas pesquisas revelam que pessoas com o QI alto possuem também grande potencial para inteligência emocional, inclusive ilustrando com alguns exemplos de pessoas conhecidas e bem sucedidas, como Sharon Stone (QI 154), Roger, do grupo Ultraje a Rigor (QI 172) ou James Woods (QI 180). De uma maneira geral, parece que essas pessoas com QI mais alto tendem a ser

mais curiosas, tem interesses mais diversos. Enriquecendo suas relações com o mundo, podem se relacionar melhor com os outros e enfrentar seus próprios problemas mais facilmente (SIMONETTI e RAMIRO, 2001).

A questão da empatia, que é a capacidade da criança se relacionar com os outros sentindo o que o outro está sentindo, e a capacidade de expressar as emoções, de modo que o relacionamento com o mundo torna-se melhor. Sendo esta uma qualidade que é alimentada pelo autoconhecimento; quanto mais consciente estivermos acerca de nossas próprias emoções, mais facilmente poderemos entender o sentimento alheio.

A relação principal foi feita com um ambiente de lazer, onde existem muitas crianças que vão da faixa etária de 1 a 12 anos. Nas brincadeiras e em vários momentos, surgiam comportamentos diversificados, e todos eles têm sua representação, os quais muitas vezes não pelo canal verbal: “As emoções das pessoas são raramente postas em palavras; com muito mais frequências são expressas sobre outras formas. A chave para que possamos entender os sentimentos dos outros está em nossa capacidade de interpretar canais não-verbais: o tom da voz, gestos, expressão facial e outros sinais.” (GOLEMAN, 1995).

Muitos sinais passados pelas crianças através de desenhos, gestos, e emoções fortes são reflexos muitas vezes da criação familiar desde tenras idades. Em um estudo feito por pesquisadores do instituto Nacional de Saúde Mental, demonstrou-se que grande parte da empatia da criança tinha haver

com a maneira como os pais educavam os filhos. Elas constataram que as crianças eram mais empáticas quando a educação incluía chamar fortemente a atenção para a aflição que o mau comportamento delas causava nos outros: “Veja como você deixou-a triste” em vez de “isso mal, malfeito”. (GOLEMAN, 1995).

Uma boa história relacionada à empatia é de um acontecimento numa escola, em que um menino se machuca no joelho e começa chorar, então um coleguinha chega ao lado do mesmo e faz um sinal de que está machucado também no mesmo lugar e diz que também se machucou, mas na realidade não está machucado, fazendo tal demonstração mostrando consolo. (GOLEMAN, 1995).

2.2.1 A Falta de Empatia

As pessoas no mundo de hoje, acostumaram-se a uma postura padronizada, estereotipada, perante os outros. O capitalismo as lança numa sociedade em que o importante é “vencer na vida”, associando isso sempre a um bom emprego com conseqüente alto salário. As relações interpessoais ficam em segundo plano: “como vai?” quer dizer simplesmente “oi”, e não significa de modo algum um interesse nas aflições, alegrias e problemas de outros. Esse individualismo exacerbado reflete-se em uma falta total de habilidade para desenvolver relacionamentos verdadeiros, já que o que importa é “levar no papo” para ganhar da concorrência. O convívio social acaba se tornando cada vez mais falso, sustentado apenas por um jogo de interesses. Aos poucos, as pessoas vão diminuindo o interesse pelos outros, ficando cada vez mais apáticos. Quando a apatia se instala, todas as relações ficam ameaçadas, pois passamos a não dar importância e tratar os outros como nos convier. Imagine pais que tratem os filhos dessa maneira, sem procurar saber de seus próprios anseios e sentimentos! (ATILA, 2001)

Pessoas sem ouvido emocional são confusas quanto aos próprios sentimentos e não compreendem quando o outro expressa suas emoções.

Casos extremos de falta de empatia podem resultar em atos cruéis, uma vez que a pessoa pode chegar a não sentir medo do que lhe possa acontecer, nem piedade pela dor do outro. Grande parte dos traumas sofridos

na infância pode advir de pais sem empatia, com dificuldade extrema de “ouvir” as emoções de seus filhos. A psicoterapeuta e escritora suíça Alice Miller (HUNT, 2001) ressalta que “qualquer pessoa que maltrata os filhos foi ela mesma gravemente traumatizada na infância... não há outro motivo para os maus tratos às crianças senão a repressão da lembrança dos maus tratos e da confusão sofridos pelo próprio agressor”. A maioria das pessoas guarda apenas uma vaga lembrança dos tormentos sofridos na infância, aprendendo a considerá-los como um castigo. Além disso, a criança precisa reprimir os fatos dolorosos para sobreviver. Segundo a escritora, o ciclo da agressão não é inevitável. Basta que a criança tenha a oportunidade de se relacionar com alguém que lhe ofereça amor e carinho, para assim ela começar a discernir a crueldade como algo ruim frente aos sentimentos bons.

“Os custos emocionais para toda uma vida decorrentes da falta de sintonização na infância podem ser grandes – e não só para a criança. Um estudo sobre criminosos que praticaram os crimes mais cruéis e violentos constatou que o que lhes caracterizava e os distinguia de outros criminosos é que, na infância, tinham sido mandados de uma casa de adoção para outra, ou criados em orfanatos – históricos de vida sugerem abandono emocional e pouca oportunidade de sintonização” (GOLEMAN, 1995).

A apatia, a indiferença e falta de confiança nas outras pessoas são características de mais da metade dos pacientes de hospitais mentais, diagnosticados como esquizofrênicos (SMITH, 1977).

Existem também outros problemas ocasionados pela falta de empatia, como dificuldade de relacionamento com as pessoas, com o sexo oposto e relacionamentos íntimos, e daí por diante, indo até família. Muitos dos problemas em casamentos devem-se ao fato da dificuldade das pessoas se conhecerem melhor e discutirem sua convivência sem a presença da empatia (GOLEMAN, 1995). Sem controle sobre sua vida emocional, as pessoas apáticas travam batalhas internas, não se concentram no trabalho, perdem a capacidade de pensar com clareza.

2.2.2 Origem da Falta de Empatia

Existem algumas origens básicas para a falta de empatia:

Enquanto o abandono emocional parece embotar a empatia, há um resultado paradoxal quando ocorre abuso emocional intenso e constante, incluindo ameaças cruéis e sádicas, humilhações e maldade pura e simples. As crianças que sofrem tais abusos podem tornar-se hiperalertas para as emoções daqueles que as cercam, o que é equivalente a uma vigilância pós-traumática para detectar indícios que anunciem ameaça. Essa preocupação obsessiva com os sentimentos dos outros é típica de crianças psicologicamente maltratadas e que, na idade adulta, sofrem os mercuriais altos e baixos às vezes diagnosticados como "distúrbio limite de personalidade." (GOLEMAN, 1995).

A maneira como os pais tratam os filhos tem conseqüências profundas e duradouras. Pais que ignoram ou mostram desprezo pelos

sentimentos dos filhos, sem estabelecer limites. Chegam até praticar maus tratos, extinguindo no filho a empatia, gerando frieza de sentimento, brutalidade (GOLEMAN, 1995).

Uma prolongada ausência de sintonia entre pai e filho impõe um tremendo tributo emocional a criança. Quando um pai repetidamente não entra em empatia com uma determinada gama de emoções da criança – alegria, lágrimas, necessidade de aconchego – a criança começa evitar expressar, e talvez mesmo a sentir, esses tipos de emoção. Dessa forma várias formas de emoção para relacionamentos íntimos podem começar a ser apagados do repertório, ainda mais se durante a infância esses sentimentos continuarem sendo desestimulados (GOLEMAN, 1995).

“Também descobriram que a empatia das crianças é igualmente moldada por verem como os outros reagem quando alguém mais está aflito, imitando o que vêem, as crianças desenvolvem um repertório de reação empática, sobretudo na ajuda a outras pessoas angustiadas” (GOLEMAN, 1995).

Esta empatia é adquirida desde bebê, quando está se formando os primeiros contatos com o mundo e emoções que estão ao redor. Precisando ocorrer uma certa sintonia com os sentimentos da criança, para que a mesma adquira este processo. A sintonização com o bebê, não é apenas imitá-lo para mostrar que sabe o que está acontecendo, isto apenas seria uma imitação, mostrando que se sabe o que ele fez, mas não que saber o que ele está

sentindo. O amor físico é coisa mais próxima de sintonização entre o bebê e a mãe, e é um ato de mútua empatia; do contrário, falta-lhe toda esta mutualidade emocional (GOLEMAN, 1995).

O Dr. Elliot Barker, diretor da Sociedade Canadense para a prevenção da crueldade contra as crianças, recomenda quatro medidas fundamentais para os futuros pais e mães criarem filhos emocionalmente saudáveis, “independentemente de quão inadequada tenha sido a sua própria criação”. Um bom nascimento: a presença do pai na hora do nascimento pode tornar a experiência inesquecível, e fazer com que pai e mãe se apaixonem pela criança. Amamentar no peito por um período prolongado: a ligação entre mãe e filho se estreita facilitando os períodos difíceis. Períodos mínimos de separação e consistência no modo de tratar a criança: a sintonia com as necessidades fortalece ainda mais a amizade entre os pais e a criança. Planejar o espaçamento entre os filhos: procurando otimizar o atendimento as necessidades emocionais de um filho sem privá-lo em detrimento a outro filho com idade muito próxima (HUNT, 2001).

Em uma reportagem para a revista Veja, Odair Furtado, professor do departamento de psicologia social da Pontifícia Universidade Católica de São Paulo (PUC), alerta os pais para que não produzam “robozinhos pouco criativos”. Longe de recriminar os avanços da tecnologia, Furtado lamenta o estímulo a individualidade excessiva da criança e a falta de participação dos pais, preocupação enfatizada pela pedagoga Maria Ângela Barbato Carneiro,

da Área de política de educação infantil da PUC. “As trocas afetivas são fundamentais”. Tão bom quanto acertar no brinquedo para o filho é reservar uma parte do tempo para estar junto dele na hora da diversão (GRANADEIRO, 2001).

2.2.3 Quem possui empatia

Geralmente a empatia está associada alguns casos e comportamentos, de modo que algumas pesquisas demonstram:

Conforme constatações sobre outros elementos de inteligência emocional, havia apenas uma relação incidental entre as contagens nessa medição de acuidade e os resultados do SAT (*Scholastic Aptitude Test*), QI (coeficiente de inteligência) ou dos testes de desempenho escolares. A independência da empatia em relação à inteligência acadêmica também foi constatada em testes com versão do PONS (*Profile of Non-verbal Sensibility*) destinada a crianças. Em testes feitos em 1.011 crianças, aquelas que mostraram aptidão para interpretar sentimentos não-verbalizados eram consideradas como as mais queridas na escola, eram as mais emocionalmente estáveis. Além disso, tinham melhor desempenho acadêmico embora, na média, não tivessem QI superior ao de outras crianças menos capacitadas para interpretar mensagens não verbais – o que sugere que o domínio dessa capacidade empática abre o caminho para a eficiência na sala de aula (ou simplesmente faz com que os professores gostem mais delas) (GOLEMAN, 1995).

Daniel Goleman afirma existirem cinco habilidades consideradas básicas e essencial para alguém se tornar emocionalmente inteligente. Essas capacidades estão ligadas à inteligência interpessoal e intrapessoal descritas pelo psicólogo Howard Gardner em sua Teoria das Inteligências Múltiplas. As

habilidades são: autoconsciência, lidar com as emoções, automotivação, empatia e capacidade de se relacionar (SANTANA, 2001).

A autoconsciência é a capacidade de saber o que se está sentindo. As próprias emoções parecem óbvias para as pessoas, mas não é rara a confusão de sentimentos diferentes, como raiva e frustração. Quando se tem clareza dos sentimentos a decisão correta é tomada sem crises.

O autocontrole necessário para lidar com as emoções não significa negá-las, mas dimensioná-las, procurando maneiras e arquitetando estratégias para superá-las ou conviver com elas (SANTANA, 2001).

Eis aqui uma simplificação do que trata GARDNER, citado na obra de GOLEMAN, com relação a um tipo de inteligência em específico a interpessoal, no que se refere ao sucesso nos relacionamentos sociais:

Quando se trata de contatos pessoais, a pessoa que tem uma expressividade mais forte – ou mais poder – é geralmente aquela cujas emoções arrebatam a outra. (GOLEMAN, 1995).

Existem alguns componentes de inteligência emocional, um deles sendo os aspectos da inteligência interpessoal, que é dividida em alguns componentes:

- Organizar Grupos: aptidão de liderança, que envolve iniciar e organizar os esforços de um grupo de pessoas. Talento que se observa em diretores ou produtores de teatro, oficiais militares e chefes de grupos. Nas brincadeiras, líder é a criança que decide o

que todas vão fazer, ou se torna capitão da equipe.

- **Negociar Soluções:** É o mediador que resolve ou evita conflitos. As pessoas que têm essa aptidão são ótimas para fazer acordos, arbitrar ou mediar disputas; podem se dar bem na diplomacia, arbitragem ou advocacia, ou como intermediários ou gerentes de incorporações. São as crianças que resolvem as brigas nas brincadeiras.

- **Ligação pessoal:** Relacionamento que reconhece e reage adequadamente aos sentimentos e preocupações das pessoas – a arte do relacionamento. Esse tipo de pessoa dá bons “jogadores” de equipe , cônjuges confiáveis, bons amigos ou bons parceiros comerciais; no mundo dos negócios são bons vendedores , gerentes e podem ser excelentes professores.

- **Análise Social:** pode perceber e intuir os sentimentos, motivos e preocupações das pessoas. Leva a uma fácil intimidade ou senso de relação. Aperfeiçoada , essa aptidão nos torna terapeutas ou conselheiros competentes - ou se combinada com algum dom literário, talentosos romancistas ou dramaturgos.

Todas estas aptidões, são essenciais para um sucesso social, encanto e até mesmo carisma (GOLEMAN, 1995).

2.3 O BRINQUEDO E AS BRINCADEIRAS

Segundo Vigotsky o comportamento da criança nas situações do seu dia-a-dia é, quanto a seus fundamentos, oposto a seu comportamento no brinquedo. No brinquedo, a ação está subordinada ao significado; já na vida real, obviamente a ação domina o significado. Portanto, é absolutamente incorreto considerar o brinquedo como um protótipo e forma predominante da atividade do dia-a-dia da criança (VIGOTSKY, 1991).

Fazendo uma ponte de Vigotsky com Goleman, podemos perceber uma característica interessante das crianças, principalmente relacionadas ao comportamento do brinquedo quanto à solução de traumas. Às vezes o brinquedo é utilizado como uma forma de “encenar” uma situação para aos poucos perder um trauma, assim como brincadeiras também são feitas com o mesmo objetivo, muitas vezes mudando a história, as crianças tornam-se os pessoas que tem o poder sobre a situação e nada acontece. Com traumas menores, uma ou duas vezes podem bastar para o trauma ser destituído, entretanto com traumas maiores, a brincadeira se repete num ritual sinistro e monótono. Geralmente traumas são ocasionados quando a criança não tem controle da situação e não se pode fazer nada para impedir a catástrofe (sentimento de impotência), e um modo de eliminar o trauma marcado no psicológico, são as brincadeiras. (GOLEMAN, 1995). “A essência do brinquedo é a criação de uma nova relação entre o campo do significado e o campo da percepção visual – ou seja, entre situações no pensamento e

situações reais” (VIGOTSKY, 1991). Num ponto de vista não muito distante, MARIOTTI (1996) diz que “Recreação é dar-se por inteiro a atividades obrigadas ou não. É um meio para o desenvolvimento bio-psico-espiritual e social do homem”.

Fatos como por exemplo, que já aconteceram em certas práticas, uma criança começa a chorar e uma outra criança leva um brinquedo para a que está chorando como um forma de consolo. Ao senso comum, parece que a criança aprendeu que para aquela criança parar de chorar precisa dar algo a ela. Mas no fundo, segundo Goleman, uma atitude destas representa uma flor que está para se abrir quando se trata de empatia, pois ela entendeu e está sentindo, e passando o que a outra criança está sentindo, de modo que o brinquedo seja um consolo e que diz que alguém está entendendo este sentimento.

Quando algumas brincadeiras, isso nunca foi observado mas pode acontecer, penderem para algo que possa parecer meio monótono e contínuo, como fazer um boneco viajar para algum lugar e voltar a salvo, ou mesmo algum joguinho (que caia em algo parecido com os traumas explicados anteriormente) , brincadeiras que se repitam demais, pode ser a busca na fantasia mental da própria criança de eliminar algum trauma. Assim como os desenhos que podem representar o estado interior da criança e que assola a mesma, sendo o desenho também uma terapia em si, para diminuir o trauma.

Pensando em traumas, os pais se preocupam não só com a

brincadeira mas também com o brinquedo utilizado. As lojas de brinquedos hoje em dia oferecem um arsenal muito grande e a preferência dos meninos por espadas, revolveres e mais tarde por jogos de videogame sangrentos fazem os pais tomarem às vezes medidas extremas, condenadas pelo psicólogo Jacob Pinheiro Goldberg. Autor do livro *Psicologia da Agressividade*, ele aconselha a não passar um conceito de pacifismo radical, retirando qualquer brinquedo dessa natureza, sob pena de despreparar a criança para a competição e o trato com a violência no mundo real. Segundo ele, os pais devem conversar com os filhos sobre as conseqüências de um tiro, por exemplo. Neste caso a própria criança se desestimula não sendo necessária uma proibição, muito mais traumática (GRANADEIRO, 2001).

Pensando por outro ângulo de Vigotsky: "Superficialmente, o brinquedo tem pouca semelhança com a forma do pensamento e a volição complexas e mediadas a que conduz. Somente uma análise interna profunda torna possível determinar o seu curso de mudanças e seu papel no desenvolvimento" (VIGOTSKY, 1991).

Provavelmente a questão do brinquedo teria muito mais situações aplicáveis, sendo a solução de traumas uma dessas questões, dessa maneira é preciso avaliar bem, para se descobrir o que se passa.

Quando o brinquedo por exemplo se trata de um desenho, este mesmo serve como um tipo de controle do trauma, afinal no desenho aparecem às lembranças fortes que preocupam e invadem a mente da

criança. David MERKH (1993), em “101 idéias criativas” salienta que as brincadeiras de atenção são enigmas que estimulam desafios mentais.

2.4 RELAÇÃO DE GOLEMAN, ALGUNS AUTORES E O AMBIENTE DE LAZER

O ambiente de lazer é um local de muitas práticas e processos, onde as pessoas inseridas passam por experiências diversificadas. Dentro deste contexto, entram as questões das emoções de cada um e das atividades propostas.

É principalmente quando se descobre que muitas atitudes das crianças que participam das atividades, carregam consigo uma gama de estímulos anteriores, principalmente emocionais, que hoje muito do comportamento das mesmas está ligado ao que conseguem perceber nos outros ou não: as reações de violência, medo e sentimentos de impotência. É normal no ambiente de lazer, ter aquelas crianças mais violentas, ou mandonas e que não percebem os colegas. Como também ter aquelas crianças que são mais tranquilas e realmente aparentam ter o que Goleman chama de empatia, quando sabem como chegar num grupo de crianças, sendo bem aceitas: primeiro observa, depois pergunta para o coleguinha do que ele está brincando, conversa um pouco, então entra na brincadeira sem quebrar o ritmo da mesma. Outros, não são aceitos em grupos nenhum, e

muitas vezes por não ter essa questão da empatia. Aparecendo aí nesse momento os primeiros sinais de problemas relacionados à vida social. Fabián MARIOTTI (s/d), no livro “O jogo e os jogos” afirma que, na recreação não há regras e sim princípios, sendo eles o princípio da **participação**: não se deve excluir; da **contigüidade**: permitir a continuidade das brincadeiras através de variações; da **tonificação**: o mediador deve direcionar seus objetivos permitindo a espontaneidade; da **afetividade**: a busca pela repetição de algo que já foi prazeroso uma vez. Seguindo estes princípios, a chance da criança desenvolver empatia, entre outros comportamentos emocionais positivos aumenta razoavelmente.

A maior responsável pelo desenvolvimento da empatia é, segundo Goleman, a sintonia entre os adultos e as crianças. Quando bebês, mesmo antes de adquirirmos a percepção da nossa individualidade, somos solidários a tristeza dos outros. Psicólogos do desenvolvimento infantil descobriram que bebês com menos de um ano regem a uma perturbação sentida por outros, chorando quando vêem uma criança chorando. Após o primeiro ano, começam a perceber que o sofrimento não é deles, mas não sabem o que fazer a respeito. A partir daí ela começa a buscar respostas no seu próprio relacionamento com quem está em volta, principalmente os pais. Daí a importância dessa sintonia com a criança, que deve ocorrer no ritmo do relacionamento. Pais com alta inteligência emocional são mais eficientes na ajuda aos filhos, comportando-se de forma menos tensa, sendo sociáveis e

simpáticos. Os filhos mostram confiança, curiosidade, prazer em aprender. Compreendem limites, são cooperativos e têm maior capacidade de comunicar-se.

Alguns casos simples, também se podem utilizar maneiras simples de se trabalhar com o emocional das crianças, como por exemplo, nesse mesmo ambiente de lazer, quando uma criança de aproximadamente cinco anos, começa a ficar desesperada e chama os pais. Para resolver o problema, que se pode dizer que em muito é emocional, foi utilizada uma certa “técnica” que pode ajudar: pedindo para criança desenhar os pais num papel e contar sobre eles, e dizendo para ela que os pais viriam busca-la mas teria que esperar um pouco. No fim a criança ficou entretida com o desenho e brincando. Isso acarreta numa demonstração de que os pais iriam chegar, mas não naquela hora e ela teria que esperar, suscitando assim na criança um princípio de “independência materna e paterna”, pois ela poderia ficar sem os pais por perto que não iria acontecer nada.

Segundo VYGOTSKY (1991), de forma resumida pode-se dizer que onde a criança vive é primordial para seu desenvolvimento, ou seja, é lá que se evidenciará seu futuro psicológico, de maturação e aprendizado.

Já PIAGET (1967), valoriza mais a maturação da criança, não revela maior consideração com o meio ambiente, ou seja, o processo de maturação prevalece sobre o conceito de Vigotsky

Em Inteligência Emocional, GOLEMAN (1995) valoriza o ser

humano em sua totalidade, pois faz análises a respeito dos fatores emocionais juntamente com os biológicos, e a influência ativa que o meio ambiente pode ocasionar nos indivíduos. Entrando no processo a questão da empatia , sua origem, como funciona no processo de sociedade e o preço alto que é pago por não possuir esta qualidade.

As discussões em torno da capacidade e desenvolvimento emocional das crianças perante seu lazer também devem levar em consideração a época, para não deixar de contextualizar as brincadeiras. Se compararmos os estímulos que temos hoje em dia perante aqueles de apenas 50 anos atrás, pode-se imaginar duas alternativas: a primeira, que essas mudanças muito bruscas, principalmente após a introdução do computador, nos hábitos de lazer, não foram acompanhadas à altura pelo que “deveria” provocar uma evolução a nível cerebral e, ao invés disso, esse impacto causou muito mais traumas do que ganhos, se considerarmos os problemas emocionais e tragédias infantis ocorridas atualmente; a segunda alternativa é que realmente ocorreu uma evolução considerável nas respostas emocionais assim como é comprovado a elevação do nível médio de inteligência da população. SIMONETTI e RAMIRO (2001) arriscam algumas explicações para essa elevação nos padrões:

- As crianças estão, atualmente, mais expostas a informações, estímulos visuais bem como desafios;
- As famílias são menores, permitindo maior atenção

dos pais para com os filhos;

- As brincadeiras exigem maior esforço mental do que no passado. O maior exemplo disso é o computador;

- As atividades de lazer demandam mais conhecimento do que no passado;

- Computadores e videogames levam o cérebro a acostumar-se a lidar com diferentes dimensões e aumentam o poder de concentração;

- A escola atual, apesar de ainda estar longe do ideal, permite as crianças demonstrem e desenvolvam seus interesses, procurando mais explicações e deixando o decoreba de lado.

- A globalização, de um modo geral, amplia o universo, colocando o indivíduo em contato com outras culturas, línguas e costumes.

3 CONSIDERAÇÕES FINAIS

A educação deve estar vinculada a um indivíduo como um todo, principalmente crianças que tem muito de suas percepções aumentadas ou diminuídas com o processo familiar, social, ambiental e emocional.

Fazendo uma ponte de Daniel Goleman com os educadores, que são aqueles que mais passam por experiências diferentes quanto ao comportamento do ser humano (aqui nesta pesquisa em especial com crianças), precisa-se realmente trabalhar com as emoções das mesmas, de modo que devemos utilizar uma metodologia que aos poucos, faça a criança que tenha algum problema despertar novamente para os processos emotivos que futuramente ajudarão a mesma na convivência com as pessoas, como também não fazer e tomar atitudes erradas na hora de corrigir uma criança, que termine prejudicando seu desenvolvimento emocional.

Cada período da infância constitui uma oportunidade praticamente única de ensinar, da melhor maneira possível, o que nem sempre é fácil, hábitos emocionais efetivos a essa criança em desenvolvimento. Conforme vai se deixando de lado e perdendo as oportunidades torna-se muito mais difícil, e as vezes, tarde demais, para esculpir os circuitos neurais com lições corretivas na idade adulta, quando maus hábitos já estão impregnados nas suas reações aos diversos estímulos, como uma postura de agressividade, de

apatia, chegando até certas patologias. O mais grave, no entanto, é que essas pessoas com “inteligência emocional baixa”, por assim dizer, provavelmente serão incapazes de, como visto anteriormente, entrar em sintonia com seus filhos ou até mesmo alunos, provocando um ciclo vicioso através de gerações.

Os educadores devem estar a par de todas as teorias, pois cada uma tem algo de muito proveitoso para a compreensão do ser humano. As atividades recreativas devem ter como ponto primordial o desenvolvimento coletivo através de atividades lúdicas, cuja finalidade é trabalhar o ser humano holisticamente (lado emocional, de maturação e interação social). A recreação é proposta justamente para promover todas estas características nos indivíduos.

Não é fácil ensinar emoções, ainda mais quando a família falhou, não dando a criança uma base emocional firme, mas deixa-las evadir da escola não é a solução mais acertada. Crianças que se sentem rejeitadas, se fecham, não encaram as provações sociais demonstram baixa capacidade emocional, e precisam ser estimuladas ao relacionamento. O ABC da inteligência emocional começa por aprender a lidar com a ira e com a tristeza, a respeitar as diferenças de modo a encarar as coisas difíceis, aprender a perguntar, a negociar, a ser mais assertivo. É importante somar aos conteúdos as lições sobre sentimentos e relacionamentos. Começando por aprender a nomear a emoção, ver suas expressões faciais, corporais. O

próprio educador deve ampliar sua visão sobre as questões emocionais, desenvolvendo autodisciplina, vida virtuosa, capacidade de motivar-se, de enfrentar pressões e resolver conflitos.

Trabalhar com as emoções pode parecer não representar uma solução para os dramáticos problemas de que tratam, mas isso é em grande parte porque, como a boa criação em casa, as lições transmitidas são pequenas mas reveladoras, dadas regularmente e durante muitos anos. É assim que o aprendizado emocional se entranha; à medida que as experiências são repetidas e repetidas, o cérebro reflete-se como caminhos fortalecidos, hábitos neurais que entram em ação nos momentos de provação, frustração, dor, entre outros. É embora a substância cotidiana do aprendizado emocional possa parecer banal, o resultado – seres humanos decentes e mais críticos para o futuro – vale a pena.

4 REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- ATILA. Apatia x empatia. www.ibb.org.br/outras/msg21.htm, 2001.
- BRINDER, Andréa Caetano. Os projetos de esporte e lazer no progresso de socialização de meninos de rua. Curitiba : s.n. 1999. Monografia (licenciatura em Educação Física) Universidade Federal do Paraná.
- CAMPOS, Dinah M. S. Psicologia da Aprendizagem. Rio de Janeiro : Vozes, 1971.
- CAPRARO, André Mendes. A formação do professor de educação física através da psicologia e ciências afins. Curitiba : s.n, 1997.
- DIECKERT, Jurgem. Parque de lazer e de esportes para todos. Brasília : Mec, Subsecretária do esporte para todos, Santa Maria, RS : UFSM, 1983.
- FREUD, Sigmund. Obras Completas. Madrid : Biblioteca Nueva, 1968.
- GONÇALVES, Maria Augusta Salim. Sentir, pensar, agir : corporeidade e educação. Campinas : Papirus, 1994.
- GOLEMAN, Daniel. inteligência emocional. Rio de Janeiro : Objetiva, 1995.
- GRANADEIRO, Cláudia. Adorável selva de brinquedos. Revista Veja. São Paulo, p. 126-127, 12 de setembro 2001.
- GUEDES FILHO, Pedro Paulo. Recreação aplicada à ecologia. Curitiba : s./n. 1996. Monografia (Licenciatura em Educação Física) Universidade Federal do Paraná.
- HUNT, Jan. A importância de tratar os filhos com empatia. www.members.tripod.com/~Helenab/jan_hunt/empatia.htm, 2001.
- MARCELINO, Nelson Carvalho. Lazer e Humanização. 2ª ed. São Paulo : Papirus, 1995.
- MARIOTTI, Fabián R. A recreação e os jogos. Argentina : Kodomo, 1996.
- MARIOTTI, Fabián R. O jogo e os jogos. Porto Alegre : Alves, s/d.

MERKH, David J. 101 idéias criativas. Atibaia : SBPV, 1993.

SANTANA, Thais R. Inteligências Múltiplas.
www.learfun.com/inteligencias.htm, 2001.

SAVIANI, José R. O grande valor da inteligência emocional.
www.uol.com.br/aprendiz/trevisan/precisa/inteligencia.html, 2001.

SIMONETTI, Eliana; RAMIRO, Denise. O poder da Inteligência. Revista Veja. 27 de junho, 2001.

SMITH, Henry C. Desenvolvimento da Personalidade. São Paulo : McGraw Hill, 1993.

UNIVERSIDADE FEDERAL DO PARANÁ. Biblioteca Central. Normas para apresentação de trabalhos : Parte 2: Teses, dissertações e trabalhos acadêmicos. 6. ed. Curitiba, 1996.

UNIVERSIDADE FEDERAL DO PARANÁ. Biblioteca Central. Normas para apresentação de trabalhos : Parte 6: Referências Bibliográficas. 6. ed. Curitiba, 1996.

UNIVERSIDADE FEDERAL DO PARANÁ. Biblioteca Central. Normas para apresentação de trabalhos : Parte 7: Citações e notas de rodapé. 6. ed. Curitiba, 1996.

UNIVERSIDADE FEDERAL DO PARANÁ. Biblioteca Central. Normas para apresentação de trabalhos : Parte 8: Estilo e orientação para datilografia e digitação. 6. ed. Curitiba, 1996.

VERSIANI, Marcio. Medo, Pânico, Ansiedade... como tratar. Medicina: Conselho Federal. Brasília, Março/Abril 2001.

VIGOTSKY, Lev Semenovich. A formação social da mente. 4ª ed. São Paulo : Martim fontes, 1991.