



**CENTRO UNIVERSITÁRIO DE BRASÍLIA - CEUB**

**PROGRAMA DE INICIAÇÃO CIENTÍFICA**

**GABRIELA MOREIRA SOARES**

**LETÍCIA BARROS NOVAES DA FONSECA**

**ESTUDO COMPARATIVO SOBRE A UTILIZAÇÃO DE ESTRATÉGIAS VERBAIS E  
LÚDICAS NA EXPRESSÃO DA TRISTEZA EM CRIANÇAS**

**BRASÍLIA**

**2023**



**GABRIELA MOREIRA SOARES**

**LETÍCIA BARROS NOVAES DA FONSECA**

**ESTUDO COMPARATIVO SOBRE A UTILIZAÇÃO DE ESTRATÉGIAS VERBAIS E  
LÚDICAS NA EXPRESSÃO DA TRISTEZA EM CRIANÇAS**

Relatório final de pesquisa de Iniciação Científica apresentado à Assessoria de Pós-Graduação e Pesquisa.

Orientação: Dra. Manuela Ramos Caldas Lins

**BRASÍLIA**

**2023**

## RESUMO

Este estudo objetivou investigar a diferença na expressão da tristeza em crianças, analisando o contraste entre a utilização de estratégias exclusivamente verbais e a implementação de um jogo terapêutico como ferramenta lúdica. Para tanto, foi construído um jogo terapêutico para avaliação da tristeza e realizada uma pesquisa com 24 crianças, das quais 7 eram meninas e 17 meninos. Essas crianças, com idades variando entre 6 e 10 anos, eram todas residentes de Brasília- DF e participantes de um grupo de escoteiros. Os participantes foram distribuídos em dois grupos distintos, com o intuito de garantir uma análise robusta e comparativa das estratégias exploradas. Cada grupo teve um contato específico: um grupo passou por uma entrevista semiestruturada, enquanto o outro experimentou um jogo terapêutico desenvolvido pelas pesquisadoras. Os resultados obtidos permitiram identificar que o recurso lúdico proporcionou e estimulou um maior envolvimento emocional e uma expressão mais rica das emoções por parte das crianças. Esses resultados reforçam a importância do aspecto lúdico na educação emocional, sugerindo que jogos terapêuticos podem desempenhar um papel fundamental na promoção de um desenvolvimento emocional saudável e na amplificação das habilidades de comunicação e manejo emocional das crianças. Ao sublinhar o potencial da ludicidade para aprimorar a expressividade emocional das crianças e fortalecer suas habilidades emocionais, este estudo fornece insights valiosos para educadores, terapeutas e pais interessados no crescimento emocional saudável das crianças.

**Palavras-chave:** jogo terapêutico; emoções; crianças.

## SUMÁRIO

1. INTRODUÇÃO	5
2. JUSTIFICATIVA	6
3. OBJETIVOS	7
4. FUNDAMENTAÇÃO TEÓRICA	8
5. MÉTODO	14
6. RESULTADOS E DISCUSSÃO	17
7. CONSIDERAÇÕES FINAIS	25
REFERÊNCIAS	27
APÊNDICES	29

## 1. INTRODUÇÃO

A infância é um momento crucial na vida do indivíduo, na qual ele passa a ter mais compreensão a respeito do mundo, aprende, aumenta seu repertório comportamental e desenvolve sua identidade. O desenvolvimento humano abarca três domínios principais, que interagem entre si, sendo eles: o domínio físico, cognitivo e psicossocial (Papalia & Feldman, 2013). Com o desenvolvimento cognitivo, afetivo e o desenvolvimento dos processos de socialização e linguagem, surge um maior conhecimento emocional. Conforme Stroufe (1996, citado por Carvalho, 2014, p.4) “as emoções são importantes na comunicação de estados internos, na promoção de competência para explorar o ambiente, na promoção de respostas adequadas em emergências ou no encorajamento de interações com o ambiente”.

Tendo em vista que o meio social exerce uma relação direta com o lado emocional dos indivíduos, observa-se que crianças aprendem a lidar com suas emoções de acordo com o que é aprendido, visto e difundido em sua cultura, portanto, sendo reprodutoras de crenças (Fernandes, 2017). Na sociedade atual, as emoções desagradáveis (por exemplo, tristeza, medo e raiva) tendem a ser evitadas e, conseqüentemente, pouco comentadas. Logo, a criança cresce escutando “você não tem motivo para estar triste” e “engole o choro”. A expressão “meninos não choram” ainda é reproduzida e contribui para a manutenção do estereótipo de que os homens não podem expressar suas emoções. Conseqüentemente, podem apresentar mais dificuldades em aceitar e demonstrar seus sentimentos.

Diante do que é visto na sociedade, percebe-se que é necessário buscar formas de estimular e propiciar a comunicação sobre as emoções, possibilitando um melhor entendimento delas. Assim, o presente estudo tem como foco de análise a tristeza, que é classificada como uma das emoções básicas. Considera-se, a nível cognitivo, que uma pessoa está triste quando é produzida uma falta de interesse e motivação por atividades que antes eram satisfatórias e se vislumbra a realidade por um ângulo negativo (Vallés & Vallés, 2000). Essa emoção, junto com a raiva e o medo, é considerada uma emoção desagradável, por isso, sendo socialmente vista como algo que deve ser evitado.

## 2. JUSTIFICATIVA

A partir do que foi levantado bibliograficamente percebe-se uma escassez de estudos que visem compreender a diferença dos sexos feminino e masculino na expressão de emoções. Além disso, percebe-se uma carência de instrumentos lúdicos infantis que trabalhem emoções desagradáveis como, por exemplo, a tristeza. Portanto, o presente estudo visou analisar a expressão da tristeza em meninos e meninas, através da construção e aplicação de um recurso lúdico que trabalhe essa emoção. Os resultados poderão contribuir com a área não só de forma teórica, mas também de prática, já que o material lúdico construído poderá ser utilizado em contextos clínicos e educativos, facilitando a ampliação do repertório emocional de crianças. O jogo terapêutico também poderá servir como orientação para futuras pesquisas.

### 3. OBJETIVOS

**Objetivo geral:**

Comparar a expressão da tristeza em crianças quando utilizadas estratégias exclusivamente verbais e quando se implementa um jogo terapêutico como recurso lúdico.

**Objetivos específicos:**

- Construir um jogo terapêutico para avaliação da tristeza.
- Avaliar a expressão da tristeza de forma exclusivamente verbal.
- Analisar a manifestação da tristeza com auxílio de estratégia lúdica.

#### 4. FUNDAMENTAÇÃO TEÓRICA

O desenvolvimento humano é um processo contínuo, que é marcado por uma série de mudanças físicas, cognitivas, sociais e psicológicas. No que diz respeito à terceira infância, considerada um estágio do desenvolvimento que abrange as crianças com idades entre 6 e 12 anos e nota-se um maior amadurecimento cognitivo. Além da inserção da criança no ensino fundamental (anos iniciais), ela encontra-se no período operatório concreto. Desse modo, desenvolve-se um pensamento lógico e criativo. O que possibilita uma melhor compreensão a respeito do pensamento espacial, causa e efeito, categorização, seriação e inferência transitiva, raciocínios indutivo e dedutivo, conservação, números e matemática (Papalia & Feldman, 2013).

Dessa forma, a criança desenvolve maiores competências em diversos âmbitos, o que contribui para sua autonomia. Como por exemplo, pensar antes de agir, analisar as situações, desenvolver o raciocínio moral, o conceito de *self* e a autoestima. Ademais, ela amplia seus ciclos de interação social para além do de sua família (Dreyer & Khon, 2017). Segundo Papalia e Feldman (2013), a partir desse amadurecimento cognitivo, a criança aprimora seus conhecimentos a respeito de conceitos mais complexos e adquire maior compreensão e controle emocional. Portanto, as crianças demonstram-se mais conscientes e sensibilizadas a respeito de suas próprias emoções e das dos outros, tornando-se mais empáticas e emitindo comportamentos pró-sociais que são aprendidos por meio de suas emoções autoconscientes, que possibilitam a compreensão e a internalização de padrões e regras sociais. A partir disso a criança aprende o que é certo e errado, com base no que é difundido em suas interações sociais, avaliando assim suas atitudes (Jesus & Lempke, 2015).

Diante disso, “a compreensão do desenvolvimento emocional é fundamental para compreender a forma futura como o sujeito irá interagir socialmente” (Horta & Soares, 2021, p. 155). Isto posto, as emoções exercem uma grande influência na vida dos indivíduos, nos quesitos, por exemplo, de percepção, aprendizagem e desempenho. Sendo assim, possui um papel motivador, seja ele positivo ou negativo, que irá direcionar os pensamentos e as ações humanas. Portanto, o domínio destas emoções é essencial para o desenvolvimento emocional, cognitivo e social da criança, produzindo efeitos significativos em seu repertório comportamental e expressivo (Pinto et al., 2014).

A vista disso, a emoção é uma experiência inata e inerente ao indivíduo, apresentando um conjunto de reações fisiológicas e comportamentais, gerenciadas pelo sistema límbico, em resposta aos eventos ambientais ou subjetivos. Desde a trajetória evolutiva do ser humano, a emoção possui como finalidade a sobrevivência do indivíduo, da espécie e a comunicação social, o que, de acordo com Siqueira (2018), favorece a capacidade de solução de problemas, estratégias de raciocínio e tomada de decisões. Ainda de acordo com ele, as emoções além de serem classificadas em primária, secundária e emoções de fundo, podem ser caracterizadas como positivas (agradáveis de sentir) ou negativas (desagradáveis de sentir).

No primeiro caso, elas são vinculadas a um estímulo prazeroso e a uma recompensa positiva, a qual aumentará a probabilidade de determinados comportamentos voltarem a ocorrer. Ademais, obtêm-se benefícios como a diminuição de níveis de cortisol, aumento do nível de criatividade e da capacidade de tentar coisas novas. Como exemplo destas emoções, tem-se a alegria, o amor e o prazer. Em contrapartida, existem as emoções negativas, que geralmente são evitadas por apresentarem um estímulo desagradável e aversivo, como o próprio nome sugere. Porém, verificam-se benefícios relacionados à capacidade do indivíduo de se adaptar a situações de risco. Enquadra-se nesta categoria, o medo, a raiva e a tristeza (Banhato, 2019).

A respeito da tristeza, considerada uma emoção primária desagradável, evidenciam-se características como: desânimo, melancolia, apatia, insatisfação e outros. Esta emoção advém de uma situação desagradável ao sujeito, geralmente relacionada a uma perda, dor ou frustração (Martínez & Bouquet, 2007). As emoções provocam reações fisiológicas e comportamentais. Sendo assim, quando a pessoa está triste denota-se uma falta de apetite, insônia, fadiga e vontade de chorar. Vale ressaltar que o choro é um mecanismo bastante eficiente, pois tem como componente a lágrima. Logo, sua funcionalidade está associada a um alívio do sistema nervoso central frente a tensão gerada por uma situação adversa. Além disso, o choro possibilita a expressão do desamparo vivenciado, fazendo com que as pessoas ao redor possam oferecer suporte. Portanto, a partir deste processo o corpo retorna a homeostase, facilitando assim a melhora do humor (Banhato, 2019).

Apesar da tristeza ser considerada uma emoção desagradável, estudos indicam que esta emoção, de forma moderada e não patológica, pode trazer benefícios aos indivíduos. Este fato ocorre devido ao humor triste propiciar que a pessoa desenvolva um pensamento e processamento mais atento, indutivo e sistemático, acarretando consequências cognitivas e

sociais adaptativas. Desse modo, o sujeito minimiza os erros de julgamento, reduz a criação de falsas memórias, emite comportamentos sociais mais eficientes e sente-se motivado (Forgas, 2013). Logo, a tristeza é essencial para o equilíbrio e crescimento psicológico dos indivíduos.

Por outro lado, quando a tristeza se torna excessiva e sua duração persiste por um longo período, em que se perde o vínculo com a sua causa, pode-se evidenciar um processo depressivo (Ramos, 2018). De acordo com o DSM-V, a depressão infantil apresenta características comuns à depressão em adultos, porém em intensidades diferentes, manifestando-se sintomas como irregularidades no humor, no sono e no apetite. Devido ao fato de muitas vezes as crianças não saberem verbalizar seus sentimentos, é possível observar os sintomas depressivos por meio de alguns fatores como: queda no rendimento escolar, isolamento, alteração do tom de voz, dores de cabeça e abdominais, irritabilidade, expressão triste, agitação psicomotora e outros (Ramos, 2018).

O diagnóstico nestes casos pode ser um processo delicado, que exige uma investigação minuciosa, no qual além do papel dos especialistas, a família e a escola podem contribuir nessa busca e no processo de intervenção e promoção do bem-estar da criança (Santos et al., 2021). Conforme Siqueira (2018, p. 55) “condições de sobrecarga emocional negativa durante a infância podem causar anormalidades neurofuncionais que se estendem até a fase adulta”. Portanto, ressalta-se a importância da regulação emocional, em que a criança reconheça e expresse seus sentimentos, evitando ou minimizando problemas futuros.

Segundo Eisenberg et al. (1998) a criança aprenderá acerca de suas emoções e das emoções do outro a partir de três tipos de contextos, que serão embasados em reações apoiadoras dos pais. O primeiro equivale a reações centradas nas emoções, em que os pais auxiliam seus filhos a encontrarem meios para que eles se sintam melhores. O segundo são as reações centradas no problema, onde os pais ajudam a criança a encontrar o fator motivador de determinada emoção, de modo que seja possível encontrar medidas para solucionar o problema que a gerou. E o último são as reações incentivadoras, que estão relacionadas ao acolhimento que os pais oferecem às expressões emocionais negativas de seus filhos.

Tendo em vista os contextos explicitados e as literaturas a respeito do tema, pode-se afirmar que conversar sobre sentimentos colabora no desenvolvimento do conhecimento emocional e na regulação das emoções nas crianças (Campos, 2014). A forma como esse assunto é tratado associa-se diretamente com a cultura e a visão social das emoções, assim,

consequentemente se relacionando com as crenças e os estereótipos difundidos na sociedade em que se está inserido, o que por sua vez é muitas vezes pautado também em questões de gênero.

Fundamentando-se nesse conceito de estereótipo e observando a sociedade moderna, constata-se que existem estereótipos marcadamente sexistas que permeiam a vida da população desde a infância através de programas de televisão, filmes, histórias em quadrinho, entre outros (Etxeberria et al., 2003) e se intensificam no decorrer da vida, o que consequentemente influencia na forma como enxergam o mundo e reagem a determinadas situações e emoções.

O estereótipo da sociedade atual no que diz respeito a gênero e emoções descreve as mulheres como mais emocionais que os homens (Shields et al., 2006). Em 1993, Fischer propôs que os estereótipos de gênero-emoção são fundados na crença de que os homens expressam mais emoções ligadas ao poder, ao contrário das mulheres, que demonstram emoções que são associadas à vulnerabilidade. Emoções poderosas implicam domínio e estão associadas a posições de alto poder, o que diz muito sobre como os homens desde a antiguidade se posicionam socialmente. As mulheres, por sua vez, sendo as que demonstram mais emoções impotentes, estão associadas a posição de baixo poder, o que também se relaciona com a posição social exercida historicamente por esse sexo.

A sociedade compreende o gênero de uma forma polarizada, como se o masculino e o feminino fossem dois pólos totalmente distintos, cada um com papéis opostos a serem exercidos (Silva, 2017). Paladino et al. (2004), afirmam que, consequentemente, pode-se dizer que os estereótipos específicos de gênero sobre a emocionalidade têm uma relevância decisiva no tipo de emoções sentidas e expressas nas interações pessoais e sociais. Exemplificativamente, as emoções de felicidade, tristeza e medo são consideradas mais femininas, enquanto a raiva e o nojo são mais atribuídas ao sexo masculino. O medo e tristeza estão sujeitos a estereótipos que indicam que estes não são condutas apropriadas para um menino.

Esse tipo de representação que circula culturalmente estimula as meninas a acreditarem desde pequenas que a tristeza faz parte de sua natureza feminina e aprendem a expressá-la de forma mais detalhada do que os meninos (Paladino et al., 2004). Na maior parte do tempo essas práticas são inconscientes, mas em alguns momentos a pessoa está ciente do que é de certa forma exigido dela, fazendo com que se mantenha uma postura e auto-

apresentação de acordo com o que é socialmente esperado, sendo lembrada de coisas como "meninos não choram" e "meninas tem que ser comportadas".

Tendo em vista que esses estereótipos estão presentes na sociedade atual e no inconsciente coletivo, pode-se afirmar que isso influencia a forma como as emoções são experienciadas e demonstradas pelos indivíduos. O que pode justificar a diferença entre a forma e intensidade como meninos e meninas aprendem a lidar com a tristeza, já que socialmente existe a fala de que meninos não podem demonstrar vulnerabilidade e a tristeza é um sinônimo disso. Portanto, espera-se que desde cedo as crianças aprendam a se encaixar nos padrões impostos pela sociedade e ajam de acordo com o que é esperado e difundido como regra.

Segundo Beck (1997), algumas pessoas possuem um vocabulário e um repertório comportamental escasso a respeito de suas emoções, podendo apresentar dificuldades em percebê-las e dominá-las. Neste caso, o uso de atividades e jogos lúdicos possibilita que o indivíduo consiga entrar em contato com suas emoções a partir de situações simuladas, sendo capaz de identificar, nomear e compreender o que está sentindo. Desse modo, o instrumento lúdico é potencializador para o desenvolvimento da criança, a qual irá experienciar situações, comportamentos e aprendizados por meio do brincar (Oliveira, Dias & Roazzi, 2003). As brincadeiras, além de serem utilizadas como forma de lazer, são consideradas como a maneira mais presente no cotidiano da criança para se comunicarem e se expressarem. Por meio delas, as crianças percebem, aprendem e assimilam o mundo e suas relações.

Portanto, a inserção de jogos lúdicos, cria espaços para a criança aflorar sua imaginação, socializar com os pares e estimular sua cognição. Gerando sentimentos de pertencimento, cooperação e autoconfiança. Através do processo lúdico, além de sentimentos e afetos, são estimuladas diversas funções: as psicomotoras, neuropsicológicas e cognitivas (Grassi, 2008). Ademais, ao utilizar esses recursos, as crianças se sentem mais confortáveis para expressarem suas emoções, conseqüentemente, aprendendo mais sobre elas e desenvolvendo suas potencialidades de maneira integral e criativa (Fernandes, 2018).

Assim, compreende-se que jogos podem ser considerados um “recurso capaz de promover um ambiente planejado, motivador, agradável e enriquecido, possibilitando a aprendizagem de várias habilidades” (Alves & Bianchin, 2010, p. 283). Ludicidades podem ser utilizadas em vários momentos de socialização: na escola, no contexto familiar e na psicoterapia. A partir dele se manifesta a criatividade e as potencialidades da criança. No

Brasil, é recente o movimento de construção de recursos lúdicos que trabalhem especificamente as emoções. Os instrumentos existentes visam avaliar as emoções de uma forma geral e pouco se tem sobre emoções específicas. Logo, é importante que se construa um material lúdico para que se possa compreender a expressão dessa emoção e se possa comparar sua efetividade quando utilizado apenas o recurso verbal.

## 5. MÉTODO

### Participantes

A pesquisa contou com a participação de 24 crianças, sendo 17 do sexo masculino e 7 do sexo feminino. Se situavam em uma faixa etária entre 6 e 10 anos e eram integrantes de um grupo de escoteiros, localizado em Brasília-DF.

### Instrumentos

A presente pesquisa utilizou dois instrumentos. O primeiro deles era uma entrevista semi-estruturada (Apêndice A), elaborada pelas autoras, composta por 10 questões que versam sobre o entendimento de emoções, considerando especificamente a tristeza e estratégias para lidar com ela.

O segundo instrumento foi um jogo terapêutico que versa sobre a tristeza, também feito pelas pesquisadoras deste estudo. Ele foi composto por um tabuleiro e cartas diversas com o objetivo de investigar como é para essa criança o reconhecimento dessa emoção, tanto em si quanto nos outros, e estratégias que utiliza para lidar com ela (Apêndice B).

O jogo foi iniciado com a apresentação do personagem "Nauta", criado e introduzido no contexto para tornar o processo mais dinâmico, engajar os participantes e proporcionar uma compreensão prévia do percurso do jogo. Explicou-se que esse personagem estava enfrentando dificuldades em lidar com suas emoções e precisava da ajuda da criança. Em seguida, foram apresentadas as cartas, o tabuleiro, o dado e os pinos coloridos para marcar a posição de cada jogador.

Nas dez primeiras casas, o dado não foi utilizado, pois as perguntas ali contidas eram obrigatórias, sendo as mesmas presentes no questionário do outro grupo, porém escritas de forma mais dinâmica. Isso foi feito para possibilitar a posterior comparação das respostas. Após essa fase inicial, foram introduzidas as cartas correspondentes a cada casa do tabuleiro, as cartas de estratégias e o termômetro da tristeza.

Cada casa do tabuleiro era representada por um planeta e possuía duas cartas com situações aleatórias a serem respondidas. A cada rodada, os jogadores escolhiam uma delas

sem visualizar o conteúdo escrito, o que tornava o jogo mais dinâmico. O grupo de cartas de estratégias foi subdividido em 3, seguindo a teoria de Eisenberg et al. (1998): reações centradas nas emoções, reações centradas no problema e reações incentivadoras. Essa subdivisão não era explícita nas cartas, mas foi feita com o propósito de facilitar a análise posterior dos resultados.

Ao jogar, os participantes eram convidados a lançar o dado, mover o número de casas correspondente ao resultado, escolher uma das duas cartas da casa em que caíram e por fim, responder ao que estava escrito na carta, utilizando o termômetro da tristeza e as cartas de estratégia para expressar como se sentiam diante da situação apresentada. O número de cartas de estratégia era ilimitado, dando mais liberdade e mais opções à criança e o termômetro da tristeza era utilizado com intuito de saber quais situações deixavam aquele indivíduo mais ou menos triste.

É importante mencionar que, após a elaboração do jogo pelas autoras, ele passou pela avaliação de uma psicóloga clínica infantil. Esperava-se com essa etapa que a profissional, a partir de sua experiência, conseguisse avaliar a qualidade do instrumento, considerando desde a clareza das instruções e das cartas até o design do tabuleiro. Após essa etapa, foram feitas as sugestões realizadas pela profissional e o jogo foi apresentado ao público-alvo. Nessa etapa, pretendeu-se avaliar, pela perspectiva infantil, a clareza e pertinência do material. Se fossem feitas novas sugestões, buscar-se-ia adequar o material e só após essa etapa, o instrumento foi apresentado aos participantes da pesquisa.

## **Procedimentos**

A pesquisa inicialmente foi enviada ao Comitê de Ética em Pesquisa, do Centro Universitário de Brasília (CEUB). Após a aprovação, os participantes foram selecionados através da “rede de contatos” das pesquisadoras. Todos os interessados recrutados faziam parte de um grupo de escoteiros, localizado em Brasília-DF.

Em seguida foi entregue aos responsáveis dos participantes o Termo de Consentimento Livre e Esclarecido (TCLE), que foi consentido e assinado para que a experiência prosseguisse. Com o aceite dos responsáveis, foi apresentado o Termo de Assentimento Livre e Esclarecido (TALE) às crianças.

Após a anuência de todos, deu-se início a coleta de dados propriamente dita, alocando-se aleatoriamente as crianças em dois grupos, sendo que com o grupo 1 foi utilizado o jogo terapêutico e com o 2 foi feita apenas a entrevista. Ambas as estratégias foram aplicadas em um encontro individual (pesquisadora-criança).

As crianças do primeiro grupo foram submetidas a utilização do material lúdico criado, a fim de avaliar a capacidade do participante de reconhecer a tristeza, tanto em si quanto nos outros, a partir de situações desencadeadoras da emoção e estratégias utilizadas para lidar com ela que serão apresentadas na dinâmica. Com o segundo grupo, foi utilizada uma estratégia exclusivamente verbal, então os encontros foram preenchidos apenas pela entrevista semiestruturada. Após o fim desse processo deu-se início a análise, qualitativa, dos dados obtidos. Sendo avaliada a qualidade das respostas dadas quando utilizados ambos os recursos.

## 6. RESULTADOS E DISCUSSÃO

Ao analisar e contrastar as respostas das perguntas compartilhadas tanto no questionário quanto no jogo, surgiram diversos fatores significativos que merecem destaque neste estudo, conduzindo à segmentação dos resultados conforme cada indagação. A variedade de idades possibilitou uma abordagem abrangente das percepções e compreensões emocionais de diferentes estágios do desenvolvimento infantil. A seguir, foram elencadas as principais observações obtidas.

Neste estudo, a média de tempo gasto no jogo foi de 13 minutos, enquanto no questionário foi de aproximadamente 3 minutos. Essa diferença na média de tempo sugere que o jogo foi mais envolvente e exigiu uma maior participação ativa dos participantes em comparação ao preenchimento do questionário. Esses dados fornecem informações valiosas sobre a participação e características da amostra estudada, o que possibilita uma análise mais completa dos resultados obtidos. As diferenças no tempo médio de participação entre o jogo e o questionário destacam a importância de escolher métodos adequados para engajar as crianças nas atividades, e as informações sobre sexo e idade dos participantes oferecem insights relevantes para a interpretação dos resultados em relação a possíveis variações de gênero e estágios de desenvolvimento emocional.

No contexto da Questão 1 foram observadas duas abordagens distintas para as respostas dos participantes: a literalidade de resposta e o desenvolvimento mais aprofundado das respostas, possivelmente influenciado pelo uso do recurso lúdico no jogo e pela idade dos participantes, já que os mais velhos foram os que desenvolveram melhor o tema, não só nessa questão, mas também no decorrer de todo o estudo.

De acordo com os resultados obtidos, no questionário, cujo enunciado era “Você sabe o que são emoções?”, foram registradas um total de 12 respostas, das quais 5 foram consideradas literais, ou seja, curtas e objetivas, como “sim” e “sei”. Enquanto as outras 7 foram mais desenvolvidas, sugerindo maior envolvimento dos participantes com o tema proposto, como “são sentimentos do corpo humano”.

Já no jogo, com o seguinte enunciado “Nauta está aprendendo sobre as emoções. Você sabe o que elas são?”, foram coletadas 12 respostas no total, com uma diferença na distribuição entre literais e desenvolvidas. Nesse caso, foram observadas 3 respostas literais

e 9 respostas mais elaboradas e detalhadas, possivelmente motivadas pelo uso do recurso lúdico, que estimulou a criatividade e a participação ativa dos jogadores. A exemplo disso, tem-se a seguinte resposta: “sim, são coisas que a gente sente quando acontece alguma coisa”.

Essas informações indicam que o uso do recurso lúdico no jogo pode ter sido um fator relevante para o maior desenvolvimento das respostas por parte dos participantes, tornando a atividade mais estimulante e envolvente. Tal como Horta e Soares (2021) afirmam, a ludicidade é utilizada como uma estratégia para auxiliar no aprendizado e desenvolvimento, por meio do brincar, tendo em vista que esta atividade está presente no cotidiano das crianças. Logo, os recursos lúdicos propiciam que elas possam entrar em contato com diversas situações, pensamentos, emoções e interações sociais de forma prazerosa. Este fato promove um contexto em que as crianças possam se formar enquanto sujeitos críticos e construtivos.

Na Questão 2, tanto no questionário (Quais emoções você sente com mais frequência?), quanto no jogo (Nauta constantemente sente medo. E você, quais emoções você sente com mais frequência?), foram analisadas um total de 24 respostas. Dessas, 17 respostas foram associadas à emoção "alegria", indicando que a maioria dos participantes expressou sentimentos positivos durante o estudo. Em contraste, 8 respostas foram associadas à emoção "tristeza", indicando que um grupo significativo de participantes relatou experiências emocionais negativas durante o processo.

Além disso, observou-se uma dificuldade na nomeação das emoções por parte dos participantes. Alguns mencionaram emoções básicas, como "fome", "sono" e "frio na barriga", enquanto outros utilizaram expressões coloquiais, como "de boa" e "surpreso", para descrever suas emoções, o que pode sugerir uma limitação na identificação e verbalização precisa das emoções.

Portanto, estes resultados destacam a importância de fornecer ferramentas e recursos adequados para que as crianças possam explorar e compreender suas emoções de maneira mais completa e precisa, de modo a propiciar a comunicação e o desenvolvimento de habilidades emocionais saudáveis. Segundo Beck (1997), uma maneira de expandir o repertório comportamental e emocional é a utilização de jogos lúdicos. Esta estratégia possibilita que a partir de situações simuladas, a criança explore acerca das suas emoções, facilitando assim a capacidade de reconhecimento, nomeação e compreensão dos próprios sentimentos.

Na Questão 3, tanto no questionário (Você fala sobre suas emoções? Com quem?), quanto no jogo (Nauta não tem o costume de falar sobre as emoções dele. E você? Fala sobre isso com alguém?), foram analisadas as respostas das crianças em relação à sua disposição em falar sobre suas emoções com outras pessoas. A maioria das crianças (12 crianças) revelou não falar sobre o assunto, o que sugere que muitas delas podem enfrentar dificuldades ou resistência em expressar abertamente suas emoções.

Por outro lado, alguns participantes responderam positivamente à questão e mencionaram diferentes pessoas com quem se sentem confortáveis para compartilhar suas emoções. Entre as figuras citadas estão psicólogas, pais (especialmente as mães), professores e amigos, indicando que essas são as principais pessoas em quem as crianças confiam para compartilhar seus sentimentos. Segundo Eisenberg et al. (1998), o aprendizado e o gerenciamento das emoções podem ser possibilitados por meio das reações apoiadoras dos pais, em que eles se mostram disponíveis para escutar, acolher e auxiliar no entendimento da situação e suas possíveis resoluções. Ademais, Campos (2014) destaca a importância da comunicação para que as crianças possam se regular emocionalmente.

Além disso, foi observado que uma das crianças expressou que fala sobre alegria com todo mundo, mas não fala sobre tristeza, evidenciando uma diferença na abertura emocional dependendo da emoção em questão. Tendo em vista o que Jesus e Lempke (2015) afirmam, os indivíduos são seres sociais e estão em constante interação, portanto a maneira como se é ensinado acerca das emoções e as formas de expressá-las possuem influências sociais e culturais. Dessa forma, acredita-se que em alguns contextos a experimentação e discussão sobre as emoções negativas sejam consideradas temáticas tabus e são evitadas pelas pessoas. Assim como Banhato (2019) aponta, a sociedade atual prioriza e reforça as emoções positivas e marginaliza as negativas.

Esses resultados sugerem que o tema da expressão emocional é percebido de forma diversa pelas crianças, com algumas demonstrando uma maior abertura e disposição em falar sobre suas emoções, especialmente em relação à alegria, enquanto outras podem se sentir mais reticentes, especialmente quando se trata de expressar tristeza. Esse aspecto ressalta a importância de promover um ambiente de apoio e confiança, no qual as crianças se sintam encorajadas e compreendidas ao expressar suas emoções, independentemente do tipo de sentimento que estejam vivenciando.

Na Questão 4, cujo enunciado no questionário é “O que você acha que a tristeza faz?” e no jogo é “Nauta quer saber o que você acha que a tristeza faz?”, observou-se que muitos participantes enfrentaram dificuldades em fornecer uma resposta precisa sobre a emoção tristeza (5 crianças). Além disso, uma parcela significativa de crianças (8 crianças) respondeu que a emoção "deixa triste".

A observação de que algumas crianças associam diretamente a emoção de tristeza ao sentimento de "ficar triste" ressalta a ideia de que elas podem ter uma compreensão mais elementar das emoções. Isso se alinha com a visão de Papalia e Feldman (2013), que indicam que o amadurecimento cognitivo é um fator crucial no desenvolvimento das crianças. Conforme a criança amadurece cognitivamente, ela aprimora seus conhecimentos sobre conceitos mais complexos e adquire uma compreensão mais abrangente e um maior controle emocional.

Portanto, a observação de que algumas crianças têm uma compreensão básica da emoção tristeza sugere que elas podem estar em estágios iniciais desse processo de desenvolvimento. À medida que amadurecem cognitivamente, elas podem se tornar mais conscientes e sensíveis não apenas em relação a suas próprias emoções, mas também em relação às emoções dos outros, adquirindo um vocabulário emocional mais elaborado para expressar suas percepções emocionais de forma mais completa e sofisticada.

Além disso, algumas das crianças associaram a tristeza ao ato de chorar (5 crianças), indicando que, para elas, a expressão mais evidente da tristeza é a manifestação de lágrimas. Conforme Banhato (2019), as lágrimas emocionais têm como funcionalidade expressar e comunicar um estado emocional interno, geralmente sendo este mais associado à tristeza. Logo, essa expressão possibilita que as demais pessoas possam identificar a possível necessidade de fornecer algum suporte a este indivíduo que está chorando. Além disso, o choro tem componentes hormonais que possuem benefícios como o balanceamento e o alívio do sistema nervoso central diante do estresse, fazendo com que o corpo volte a homeostase.

Essas informações destacam a importância de auxiliar as crianças no desenvolvimento de uma compreensão mais abrangente das emoções, permitindo que elas identifiquem e expressem seus sentimentos de maneira mais precisa e articulada. Essa habilidade emocional é fundamental para o desenvolvimento de uma comunicação emocional saudável e para o estabelecimento de estratégias eficazes de enfrentamento e resolução de conflitos emocionais.

Na Questão 5, apresentando os enunciados: "Para que você acha que serve a tristeza?" (questionário) e "O Nauta quer sua ajuda para descobrir para que serve a tristeza, o que você acha?" (jogo), emergiram resultados significativos. Notavelmente, uma parcela considerável de participantes enfrentou desafios ao fornecer respostas precisas acerca das razões subjacentes às emoções, refletindo-se em um grupo de 5 crianças. Contrastando, aqueles que conseguiram elaborar respostas mais abrangentes foram os participantes de faixa etária mais avançada (9 e 10 anos), evidenciando uma associação entre a faixa etária mais avançada e a habilidade de compreender a complexidade das origens e funções das emoções.

Outro aspecto relevante é que algumas crianças apontaram que o ensino sobre a funcionalidade das emoções não é amplamente abordado, indicando uma lacuna potencial na educação emocional oferecida a elas. Destacou-se que as crianças que fazem terapia demonstraram um maior entendimento da importância das emoções, sugerindo que o acompanhamento terapêutico pode contribuir para o desenvolvimento de uma compreensão mais aprofundada sobre os aspectos emocionais. Logo, vale ressaltar que a psicoterapia tem um papel importante na promoção da saúde mental dos indivíduos e na prevenção de possíveis transtornos psiquiátricos (Ramos, 2018).

Em relação às respostas específicas, durante o jogo, uma criança mencionou que "às vezes, a tristeza é normal, pois todos os bebês nascem chorando", o que indica uma percepção inicial da tristeza como uma emoção presente desde o nascimento. Dessa forma, entende-se que esta é uma emoção intrínseca e inata aos seres humanos, estando presente durante todo o processo de desenvolvimento (Banhato, 2019). No questionário, outra criança mencionou que "a tristeza serve como uma forma de acalmar o corpo e permite refletir sobre a vida". Essa resposta evidencia uma percepção mais elaborada da tristeza como uma emoção que pode ter um propósito adaptativo.

Nesta perspectiva, outra resposta no jogo indicou que "as emoções servem para aprender sobre as ações que nos deixam felizes ou arrependidos", o que sugere uma compreensão das emoções como um referencial para avaliar as experiências e as decisões. Contudo, estas respostas constataam que as emoções negativas, neste caso a tristeza, contribuem para o equilíbrio emocional dos indivíduos, possibilitando um maior desenvolvimento cognitivo e social funcional. Sendo assim, a tristeza moderada promove benefícios referentes ao pensamento, atenção, memória, tomada de decisão e motivação (Forgas, 2013).

Dessa forma, essas informações ressaltam a importância de promover a educação emocional desde a infância, proporcionando às crianças a oportunidade de desenvolver um vocabulário emocional adequado, compreender a função das emoções em suas vidas e aprender a lidar com elas de forma saudável e construtiva. O acesso a essa compreensão emocional pode contribuir para o bem-estar emocional e o desenvolvimento socioemocional saudável ao longo da vida.

Na Questão 6, cujos enunciados são “Por que você acha que as pessoas ficam tristes?” (questionário) e “O Nauta tem uma dúvida. Por que você acha que as pessoas ficam tristes?” (jogo), nota-se que quatro crianças não souberam fornecer uma resposta para essa pergunta, indicando uma possível dificuldade em identificar as razões que podem levar alguém a sentir tristeza.

Em relação às respostas fornecidas pelas crianças que conseguiram responder, observou-se que, tanto no jogo quanto no questionário, as respostas foram muito parecidas. Sendo assim, muitas crianças relataram que a tristeza pode ser resultado de uma atitude vinda de outra pessoa. Algumas crianças mencionaram que uma pessoa pode ficar triste "porque alguém fez algo que ela não gosta", enquanto outras disseram que é possível ficar triste "porque a outra pessoa faz algo de errado com ela".

Dessa forma, essas respostas apontam para a percepção das crianças de que as interações sociais e as atitudes alheias exercem um impacto significativo sobre o estado emocional de um indivíduo. A concepção de que as palavras e ações de outras pessoas podem influenciar o bem-estar emocional é evidente nas respostas apresentadas. Esta perspectiva ressalta a importância da empatia, do respeito e da compreensão nas relações interpessoais, alinhando-se com as conclusões de Rivers, Brackett e Reyes (2012), que destacam como o conhecimento emocional contribui para a sensibilidade interpessoal e a consciência do impacto das próprias ações sobre o bem-estar dos outros. Essa compreensão é essencial para nutrir relações saudáveis e construtivas, promovendo um ambiente emocionalmente positivo para todos.

Na Questão 7, no qual o enunciado no questionário é “O que te deixa triste?” e no jogo é “Nauta fica triste quando não consegue visitar todos os planetas. E você o que te deixa triste?”, foi observado que 7 dos meninos participantes mencionaram o futebol como uma situação que poderia gerar tristeza. Por outro lado, um grupo significativo de participantes (6 crianças) relatou que brigar com alguém é uma circunstância que poderia levar à tristeza.

Ao analisar os resultados provenientes do jogo, constatou-se que as crianças desenvolveram mais sobre o assunto ao utilizarem os recursos propostos, como o termômetro da tristeza e as estratégias para lidar com essas situações. Isso sugere que a aplicação do jogo proporcionou um ambiente seguro e estimulante, no qual as crianças puderam explorar suas emoções de forma mais aprofundada. Dessa forma, a utilização do termômetro da tristeza possibilitou que as crianças expressassem e compreendessem a intensidade de suas emoções em relação a cada situação apresentada. Além disso, as estratégias propostas no jogo permitiram que elas refletissem sobre maneiras de lidar com a tristeza de forma mais eficaz e saudável.

Esses resultados destacam a importância de oferecer às crianças recursos e ferramentas adequadas para que possam explorar suas emoções de maneira construtiva e enriquecedora. O jogo mostrou-se como um meio efetivo para aprofundar o entendimento sobre a tristeza e promover o desenvolvimento de habilidades emocionais. Ao fornecer um espaço lúdico e interativo, as crianças puderam expressar suas emoções de forma mais aberta e aprender estratégias funcionais para lidar com as adversidades emocionais que podem surgir em suas vidas. Essa abordagem contribui para o crescimento emocional e para a promoção do bem-estar geral das crianças.

Na Questão 8, onde a pergunta no questionário é "Quando você está triste, o que você faz?" e no jogo é "Nauta está se sentindo muito triste e não sabe o que fazer. Vamos ajudá-lo e contar o que você faz?", ficou evidente que durante o jogo houve uma maior expressão das crianças em relação ao tema da tristeza, em comparação com as respostas no questionário. A utilização das cartas de estratégias no contexto do jogo se mostrou um elemento chave que não apenas estimulou a recordação, mas também permitiu uma exploração mais abrangente das emoções. Paralelamente, foi observado que um grupo notável de crianças (8 participantes) mencionou que experimenta a tristeza quando estão sozinhos, sinalizando que a solidão exerce um papel relevante na geração de tristeza e influencia o estado emocional dessas crianças.

Além disso, é válido ressaltar que alguns participantes (cinco crianças) demonstraram ter o hábito de lidar com a tristeza conversando com alguém. Isso sugere que, para essas crianças, a verbalização das emoções é uma estratégia empregada para manejar a tristeza e partilhar suas vivências emocionais. Essa abordagem se alinha com as estratégias

reconhecidas na literatura para a regulação emocional, realçando a importância de expressar e compartilhar os sentimentos como vias para fortalecer o bem-estar emocional.

Considerando essa perspectiva à luz dos insights oferecidos por Campos (2014), que destaca como o engajamento em conversas sobre sentimentos desempenha um papel fundamental no aprimoramento da compreensão emocional e na habilidade das crianças de gerir suas emoções, depreende-se claramente que a comunicação e o ato de compartilhar suas emoções com outras pessoas se destacam como estratégias saudáveis para enfrentar a tristeza. Através dessa perspectiva, o diálogo não apenas oferece uma oportunidade para as crianças explorarem e explicarem suas emoções, mas também promove a construção de um repertório emocional mais rico, auxiliando-as na identificação e navegação das complexidades associadas à tristeza.

## 7. CONSIDERAÇÕES FINAIS

Os resultados desta pesquisa ressaltam a importância fundamental de oferecer às crianças oportunidades para expressarem suas emoções e de proporcionar meios para o desenvolvimento de habilidades emocionais saudáveis. Nesse contexto, a utilização de jogos terapêuticos, como o implementado neste estudo, revelou-se uma ferramenta altamente eficaz para estimular a comunicação sobre as emoções, facilitar a compreensão emocional e promover a regulação dos sentimentos. Ao criar um ambiente seguro e lúdico, esses jogos permitiram que as crianças abordassem abertamente o tema da tristeza, desenvolvendo estratégias construtivas para lidar com esse sentimento.

Esse enfoque alinha-se com a pesquisa de Modesto e Rubio (2014), que ressalta como as atividades lúdicas proporcionam um equilíbrio entre o real e o imaginário, contribuindo para o desenvolvimento integral das crianças de maneira prazerosa. A abordagem dos jogos terapêuticos, portanto, não apenas promove o crescimento emocional e o bem-estar geral das crianças, mas também oferece uma base sólida para o desenvolvimento emocional ao longo de suas vidas.

Os resultados obtidos são valiosos para a compreensão das percepções e vivências emocionais das crianças participantes do estudo. Observa-se a relevância do jogo como um recurso lúdico para estimular o envolvimento e a expressão emocional dos participantes, bem como para aprofundar a compreensão sobre as emoções. A análise das respostas fornecidas no questionário e no jogo oferece insights importantes sobre a abordagem terapêutica e educacional das emoções na infância, apontando para possíveis direcionamentos para aprimorar o suporte emocional e o desenvolvimento socioemocional das crianças.

A promoção de uma educação emocional adequada desde a infância é fundamental para o bem-estar emocional e a construção de habilidades emocionais saudáveis que influenciam a qualidade de vida ao longo do tempo. Ao valorizarmos essas informações, podemos contribuir para o desenvolvimento de estratégias mais eficazes e sensíveis de abordagem das emoções infantis, favorecendo o crescimento emocional das crianças e a criação de um ambiente emocionalmente acolhedor e enriquecedor para elas.

O método de pesquisa mostrou-se eficaz para a obtenção de dados esperada, porém ressalta-se que a diferença na quantidade de participantes por gênero foi uma significativa

limitação do estudo, e, portanto, poderá ser considerada em pesquisas posteriores para garantir uma representação mais equilibrada das distintas vivências emocionais entre meninos e meninas. É relevante que futuras análises levem em consideração a diversidade de perspectivas e experiências emocionais entre os gêneros, buscando reduzir a discrepância na quantidade de participantes de cada sexo.

## REFERÊNCIAS

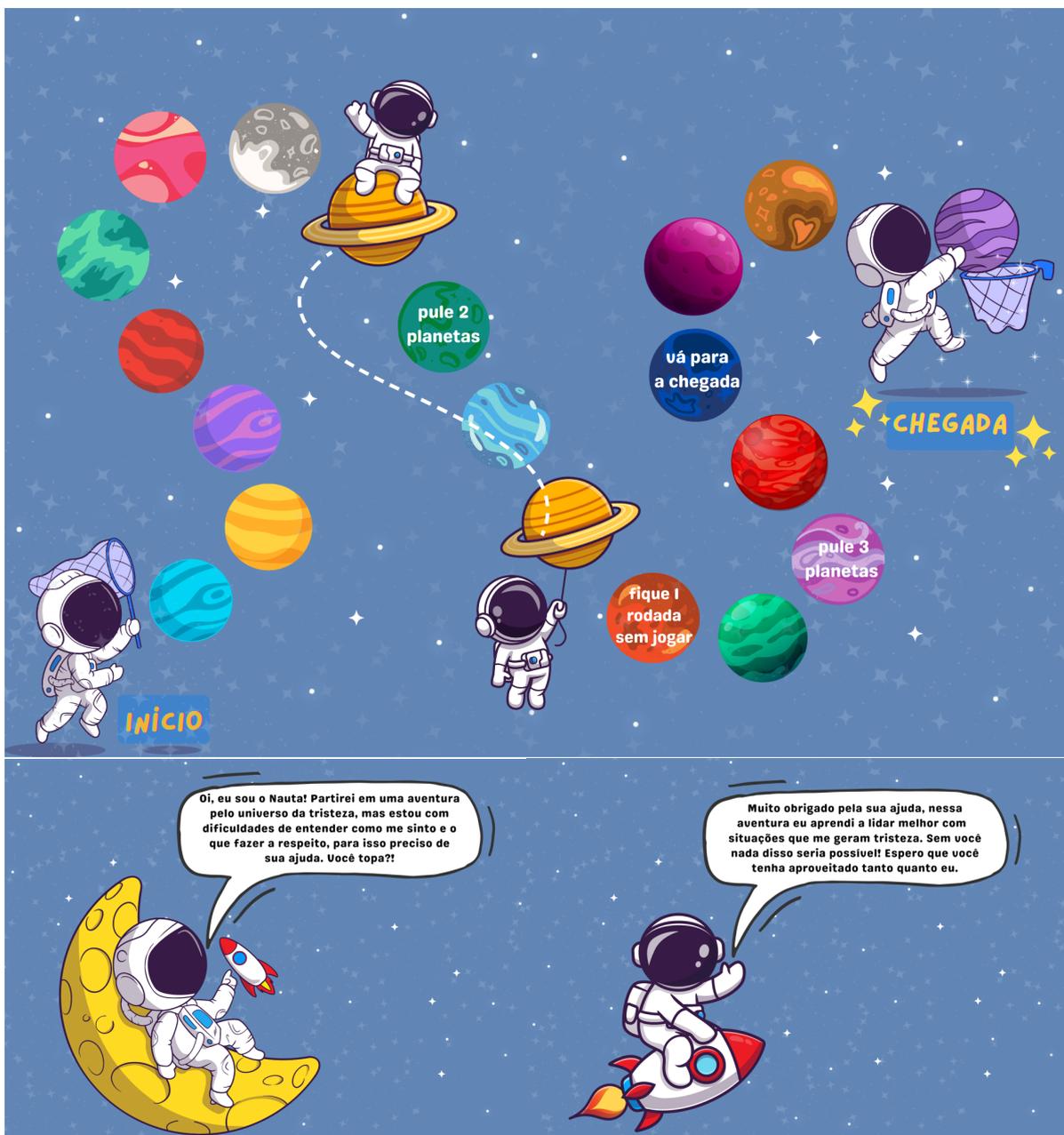
- Alves, L., & Bianchin, M. A. (2010). O jogo como recurso de aprendizagem. *Revista Psicopedagogia*, 27(83), 282-287.
- Banhato, E. F. C. (2019). Reflexões sobre os benefícios da tristeza segundo a neurociência e a arte fílmica divertida mente. *CES Revista*, 33 (2), 147-166.
- Barrett, L. F., Robin, L., Pietromonaco, P. R., & Eysell, K. M. (1998). Are women the “more emotional” sex? Evidence from emotional experiences in social context. *Cognition & Emotion*, 12(4), 555-578.
- Beck, Judith S. (1997). *Terapia Cognitiva: Teoria e Prática*. Porto Alegre: Artmed.
- Campos, B. A. L. (2014). *A influência das emoções básicas nos gêneros (Doctoral dissertation)*.
- Carvalho, M. D. (2014). *Auto-regulação emocional em crianças e adolescentes com ou sem diabetes (Doctoral dissertation)*.
- Del Castillo, R. P., & Velasco, M. P. (2020). Salud mental infanto-juvenil y pandemia de Covid-19 en España: cuestiones y retos. *Revista de psiquiatría infanto-juvenil*, 37(2), 30-44.
- Eisenberg, N., Wentzel, M., & Harris, J. D. (1998). The role of emotionality and regulation in empathy-related responding. *School Psychology Review*, 27(4), 506-521.
- Etxebarria, I., Apodaca, P., Eceiza, A., Fuentes, M. J., & Ortiz, M. J. (2003). Diferencias de género en emociones y en conducta social en la edad escolar. *Infancia y aprendizaje*, 26(2), 147-161.
- Fernández, M. A., Martínez-Arias, R., & Rodríguez-Sutil, C. (2000). Prevalencia de trastornos psicológicos en niños y adolescentes, su relación con la edad y el género. *Psicothema*, 525-532.
- Fernandes, M. D. D. C. (2018). *A importância da literatura infantil no desenvolvimento socioemocional das crianças (Doctoral dissertation)*.
- Fischer, A. H. (1993). “Sex Differences in Emotionality: Fact or Stereotype?” *Feminism and Psychology* 3: 303–318.
- Fonseca, Vitor da. (2016). *Importância das emoções na aprendizagem: uma abordagem neuropsicopedagógica*. *Revista Psicopedagogia*, 33(102), 365-384.
- Forgas, J. (2013). Don't worry, be sad! On the cognitive, motivational, and interpersonal benefits of negative mood. *Current Directions in Psychological Science*, v. 22, n.3, p. 225-232.
- Horta, K. C., & Soares, A. M. (2021). Marcos do desenvolvimento emocional na infância. *Pedagogia em Ação*, 16(2), 152-157.
- Jesus, R. M., & Lempke, N. N. S. (2015). Manifestações emocionais das crianças na educação infantil. *SYNTHESIS, Revista Digital FAPAM*, 6(1), 309-325.
- Kohn, P. A., & Dreyer, B. (2017). Transtorno de ansiedade infantil na terceira infância: uma revisão bibliográfica. *Anuário Pesquisa e Extensão Unoesc São Miguel do Oeste*, 2, e 13061-e 13061

- Modesto, M. C., & Rubio, J. D. A. S. (2014). A importância da ludicidade na construção do conhecimento. *Revista Eletrônica Saberes da Educação*, 5(1), 1-16
- Martínez, A. C., & Bouquet, R. I. (2007). Tristeza, depresión y estrategias de autorregulación en niños. *Tesis Psicológica*, (2), 35-47.
- Nash, M. G., & Ferreira, W. R. (2016). *Michaelis Dicionário de Expressões Idiomáticas Inglês-Português*. Editora Melhoramentos.
- Oliveira, S. S. G. D., Dias, M. D. G. B., & Roazzi, A. (2003). O lúdico e suas implicações nas estratégias de regulação das emoções em crianças hospitalizadas. *Psicologia: reflexão e crítica*, 16(1), 1-13.
- Paladino, C. E., & Gorostiaga, D. (2004). *Expresividad emocional y estereotipos de género*.
- Papalia, D. E. & Feldman, R. D. (2013). *Desenvolvimento humano (12a ed.; C. Monteiro & M. de C. Silva, Trads.)*. Porto Alegre, RS: Artmed.
- Pinto, H. M., Carvalho, A. R., & Sá, E. N. (2014). Os estilos educativos parentais e a regulação emocional: Estratégias de regulação e elaboração emocional das crianças em idade escolar. *Análise Psicológica*, 32(4), 387-400.
- Ramos, V. A. B. (2018). *Depressão na infância e adolescência*. *Psicologia. pt*, 1-22.
- Rivers, S. E., Brackett, M. A., & Reyes, M. R. (2012). Elaborating on the construct validity of the affective knowledge construct: Relations to body awareness and strategies of coping with emotions. *Emotion*, 12(5), 1026-1034.
- Santos, J. M., de Souza, J. F., Ribeiro, C. L., Esmeraldo, J. D. A., do Nascimento, S. M. M., & Nascimento, P. A. C. (2021). Fatores de risco para a depressão infantil. *Saúde Coletiva (Barueri)*, 11(67), 6839-6850
- Saurabh, K., & Ranjan, S. (2020). Compliance and psychological impact of quarantine in children and adolescents due to Covid-19 pandemic. *The Indian Journal of Pediatrics*, 87(7), 532-536.
- Shields, S. A., Garner, D. N., Leone, B. D., & Hadley, A. M. (2006). *Gender and emotion. Handbook of the sociology of emotions (pp. 63-83)*. Springer, Boston, MA.
- Silva, J. A. (2017). *Aprendizagens relacionadas aos estereótipos de gênero na educação infantil*. *Revista Educação-UNG-Ser (1 ESP)*, 60-73.
- Siqueira, S. D. (2018). *A neurobiologia das emoções e sua integração com a cognição em crianças no ambiente escolar*.

## **APÊNDICE A - Roteiro da entrevista semiestruturada**

1. Qual é o seu nome?
2. Quantos anos você tem?
3. Você sabe o que são emoções?
4. Quais emoções você sente com mais frequência?
5. Você fala sobre suas emoções? Com quem?
6. O que você acha que a tristeza faz?
7. Para que você acha que serve a tristeza?
8. Por que você acha que as pessoas ficam tristes?
9. O que te deixa triste?
10. Quando você está triste, o que você faz?

## APÊNDICE B - Modelo do jogo



Oi, eu sou o Nauta! Partirei em uma aventura pelo universo da tristeza, mas estou com dificuldades de entender como me sinto e o que fazer a respeito, para isso preciso de sua ajuda. Você topa?!

Muito obrigado pela sua ajuda, nessa aventura eu aprendi a lidar melhor com situações que me geram tristeza. Sem você nada disso seria possível! Espero que você tenha aproveitado tanto quanto eu.

### TERMÔMETRO DA TRISTEZA



<p>comportamento</p> <p>Vou para o meu quarto</p>	<p>comportamento</p> <p>Abraço alguém</p>	<p>comportamento</p> <p>Peço ajuda</p>	<p>comportamento</p> <p>Não faço nada</p>	<p>comportamento</p> <p>Choro</p>	<p>comportamento</p> <p>Fico sozinho</p>
<p>comportamento</p> <p>Respiro um pouco</p>	<p>comportamento</p> <p>Conversar</p>	<p>comportamento</p> <p>Contar para alguém</p>	<p>comportamento</p> <p>Me jogo no chão</p>	<p>comportamento</p> <p>Bato em alguém</p>	<p>comportamento</p> <p>Saio correndo</p>
<p>comportamento</p> <p>Converso com meus pais</p>	<p>comportamento</p> <p>Grito</p>	<p><b>PLANETA 1</b></p> <p>Nauta está aprendendo sobre as emoções. Você sabe o que elas são?</p>	<p><b>PLANETA 2</b></p> <p>Nauta constantemente sente medo. E você, quais emoções você sente com mais frequência?</p>	<p><b>PLANETA 3</b></p> <p>Nauta não tem o costume de falar sobre as emoções dele. E você? Fala sobre isso com alguém?</p>	<p><b>PLANETA 4</b></p> <p>Nauta quer saber o que você acha que a tristeza faz?</p>
<p>comportamento</p> <p>Falo que não quero</p>	<p>comportamento</p> <p>Me jogo no chão</p>				
<p><b>PLANETA 5</b></p> <p>O Nauta quer sua ajuda para descobrir para que serve a tristeza, o que você acha?</p>	<p><b>PLANETA 6</b></p> <p>O Nauta tem uma dúvida. Por que você acha que as pessoas ficam tristes?</p>	<p><b>PLANETA 7</b></p> <p>Nauta fica triste quando não consegue visitar todos os planetas. E você o que te deixa triste?</p>	<p><b>PLANETA 8</b></p> <p>Nauta está se sentindo muito triste e não sabe o que fazer. Vamos ajudá-lo e contar o que você faz?</p>	<p><b>PLANETA 9</b></p> <p>O Nauta encontrou um amigo triste neste planeta. E ele quer saber qual foi a última coisa te deixou triste?</p>	<p><b>PLANETA 10</b></p> <p>Esse planeta está cheio de brinquedos, mas Nauta não pode brincar, o que você faria no lugar dele?</p>
					

## **APÊNDICE C - Termo de Consentimento Livre e Esclarecido**

**Título da pesquisa:** Estudo comparativo sobre a utilização de estratégias verbais e lúdicas na expressão da tristeza em crianças

**Instituição das pesquisadoras:** Centro de Ensino Unificado de Brasília - UniCEUB

**Pesquisadora responsável:** Manuela Ramos Caldas Lins

**Pesquisadoras assistentes:** Gabriela Moreira Soares e Letícia Barros Novaes da Fonseca

Seu filho(a) está sendo convidado(a) a participar do projeto de pesquisa citado acima. O texto abaixo apresenta todas as informações necessárias sobre o que estamos fazendo. A colaboração de seu filho(a) neste estudo será de muita importância para nós, mas se desistir a qualquer momento, isso não lhe causará prejuízo.

O nome deste documento que você está lendo é Termo de Consentimento Livre e Esclarecido (TCLE) e antes de decidir se deseja autorizar a participação de seu filho(a), de livre e espontânea vontade, você deverá ler e compreender todo o conteúdo. Ao final, caso decida autorizar a participação dele/dela, você será solicitado a assiná-lo e receberá uma cópia do mesmo.

### **Natureza e objetivos do estudo**

- O objetivo deste estudo é comparar a expressão da tristeza em crianças quando utilizadas estratégias exclusivamente verbais e quando se implementa um jogo terapêutico como recurso lúdico.
- Seu filho(a) receberá um dos seguintes instrumentos: entrevista semi-estruturada e jogo lúdico
- Não haverá nenhuma outra forma de envolvimento ou comprometimento neste estudo.

### **Riscos e benefícios**

- Este estudo possui o risco da criança se deparar com situações que a deixam triste. Para minimizar esse risco, seu filho(a) poderá encerrar a pesquisa a qualquer momento.
- Com a participação de seu filho(a) nesta pesquisa ele poderá aprender e refletir sobre suas emoções, além de contribuir para maior conhecimento sobre estes temas.

### **Participação, recusa e direito de se retirar do estudo**

- A participação de seu filho(a) é voluntária. Ele/Ela não terá nenhum prejuízo se não quiser

participar.

- Ele/Ela poderá se retirar desta pesquisa a qualquer momento, comunicar aos pesquisadores responsáveis.
- Conforme previsto pelas normas brasileiras de pesquisa com a participação de seres humanos, ele/ela não receberá nenhum tipo de compensação financeira pela sua participação neste estudo.

### **Confidencialidade**

- Todos os dados coletados serão manuseados somente pelos pesquisadores e não será permitido o acesso a outras pessoas.
- Os dados coletados por meio dos questionários serão guardados sob a responsabilidade de Gabriela Moreira Soares e Letícia Barros Novaes da Fonseca, com a garantia de manutenção do sigilo e confidencialidade, e arquivados por um período de 5 anos; após esse tempo serão destruídos.
- Os resultados deste trabalho poderão ser apresentados em encontros ou revistas científicas. Entretanto, ele mostrará apenas os resultados obtidos como um todo, sem revelar nomes, instituição a qual pertence ou qualquer informação que esteja relacionada com a privacidade de seu filho(a).

Se houver alguma consideração ou dúvida referente aos aspectos éticos da pesquisa, entre em contato com as pesquisadora, pelo e-mail: [gabriela.ms@sempreceub.com](mailto:gabriela.ms@sempreceub.com) ou [leticia.bf@sempreceub.com](mailto:leticia.bf@sempreceub.com)

Eu, \_\_\_\_\_ RG \_\_\_\_\_, após receber a explicação completa dos objetivos do estudo e dos procedimentos envolvidos nesta pesquisa concordo voluntariamente que meu filho (a) \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_ faça parte deste estudo.

Brasília, \_\_\_\_ de \_\_\_\_\_ de \_\_\_\_\_

---

Responsável

---

Participante

---

Pesquisadoras: Gabriela Moreira Soares, e-mail: [gabriela.ms@semprecub.com](mailto:gabriela.ms@semprecub.com) e Letícia Barros Novaes da Fonseca, e-mail: [leticia.bf@sempreceub.com](mailto:leticia.bf@sempreceub.com)

## APÊNDICE D - Termo de Assentimento Livre e Esclarecido

**Título da pesquisa:** Estudo comparativo sobre a utilização de estratégias verbais e lúdicas na expressão da tristeza em crianças

**Instituição das pesquisadoras:** Centro de Ensino Unificado de Brasília - UniCEUB

**Pesquisadora responsável:** Manuela Ramos Caldas Lins

**Pesquisadoras assistentes:** Gabriela Moreira Soares e Letícia Barros Novaes da Fonseca

Você sabe o que é assentimento? Significa que você concorda com algo. No caso desse documento, significa que concorda em participar dessa pesquisa. Antes de decidir se quer ou não participar, é importante que entenda o estudo que está sendo feito e o que ele envolverá para você.

Apresentamos esta pesquisa aos seus pais ou responsáveis e eles sabem que também estamos pedindo sua concordância. Se você deseja participar, seus pais ou responsáveis também terão que concordar. Mas você é livre para fazer parte ou não desta pesquisa, mesmo se seus pais ou responsáveis concordarem. Não tenha pressa de decidir. Você poderá conversar com seus pais, amigos ou qualquer um com quem se sinta à vontade para decidir se quer participar ou não, e não é preciso decidir imediatamente.

Pode haver algumas palavras que não entenda ou situações que você queira que eu explique mais detalhadamente, porque ficou mais interessado(a) ou preocupado(a). Nesse caso, por favor, peça mais explicações.

### **Natureza, objetivos e procedimentos do estudo**

- Com esse estudo você poderá aprender sobre suas emoções, além de contribuir para que você conheça mais sobre esse tema.
- O objetivo deste estudo é comparar como as crianças expressam tristeza quando elas somente conversam com alguém sobre esse sentimento e quando elas usam um jogo para falar sobre essa emoção.
- Você vai participar da pesquisa jogando um jogo de tabuleiro e respondendo algumas perguntas.
- Você não fará nada além do que estamos explicando neste documento.
- A pesquisa será realizada em um local combinado entre seus pais ou responsáveis e as pesquisadoras e que você se sinta seguro(a) e confortável.

### **Participação, recusa e direito de se retirar do estudo**

- Sua participação poderá ajudar as pessoas a entenderem como os jogos podem ajudar na demonstração da tristeza em crianças.
- Sua participação é voluntária, ou seja, você só participa se quiser e, de acordo com as leis brasileiras, não receberá dinheiro nem presentes pela sua participação neste estudo. Ninguém vai cobrar dinheiro de você ou de seus pais ou responsáveis, ou vai tratá-lo(a) mal se não quiser participar.
- Você poderá deixar a pesquisa a qualquer momento, bastando para isso falar com um dos pesquisadores responsáveis.
- Caso você tenha quaisquer incômodos ao participar da pesquisa, as pesquisadoras irão lhe acolher.
- Se preciso, você será encaminhado para o setor de Psicologia do Centro de Atendimento à Comunidade do CEUB, onde poderá realizar acompanhamento psicológico.

### **Confidencialidade**

- Seus dados ficarão guardados somente com os pesquisadores e não será permitido o acesso a outras pessoas.
- O material com as suas informações ficará guardado sob a responsabilidade de Gabriela Moreira Soares e Letícia Barros Novaes da Fonseca com a garantia de que ninguém vai falar de você para outras pessoas que não façam parte desta pesquisa e será destruído depois de 5 anos.
- Os resultados deste trabalho poderão ser apresentados em encontros ou revistas científicas. Entretanto, ele mostrará apenas os resultados obtidos como um todo, sem revelar seu nome, instituição a qual pertence ou qualquer informação que esteja relacionada com sua privacidade.

Caso ocorram danos causados pela pesquisa, todos os seus direitos serão respeitados de acordo com as leis do país. Os resultados estarão à sua disposição quando finalizada.

Se quiser falar algo ou tirar dúvida sobre como será/está sendo tratado na pesquisa, entre em

contato com o Comitê de Ética em Pesquisa do Centro Universitário de Brasília – CEP/UniCEUB, que aprovou esta pesquisa, pelo telefone 3966.1511 ou pelo e-mail cep.uniceub@uniceub.br. Também envie um e-mail ou ligue para informar se algo estiver errado durante a sua participação no estudo.

Este Termo Assentimento encontra-se impresso em duas vias, sendo que uma cópia será arquivada pelo(a) pesquisador(a) responsável, e a outra ficará com você.

---

### **Assentimento**

Eu, \_\_\_\_\_, RG \_\_\_\_\_, **(se já tiver o documento)**, fui esclarecido(a) sobre a presente pesquisa, de maneira clara e detalhada. Fui informado(a) que posso solicitar novas informações a qualquer momento e que tenho liberdade de abandonar a pesquisa quando quiser, sem nenhum prejuízo para mim. Tendo o consentimento do meu(minha) responsável já assinado, eu concordo em participar dessa pesquisa. Os(As) pesquisadores(as) deram-me a oportunidade de ler e esclarecer as minhas dúvidas.

Brasília, \_\_\_\_ de \_\_\_\_\_ de \_\_\_\_\_

---

**Participante**

---

**Gabriela Moreira e Leticia Barros (pesquisadoras assistentes)**

(61) 98271-1968 e (61) 98233-1254 gabriela.ms@sempreceub.com e leticia.bf@sempreceub.com