



O DESENVOLVIMENTO SOCIOEMOCIONAL E OS DESAFIOS ENCONTRADOS PELOS JOVENS

Hoje em dia, falar sobre o desenvolvimento socioemocional é cada vez mais importante, principalmente para os adolescentes. Esse desenvolvimento tem a ver com aprender a lidar com as próprias emoções, com o sentimento dos outros, saber se relacionar bem, ter empatia, saber resolver conflitos e tomar boas decisões. Tudo isso é essencial tanto na escola, quanto fora dela.

Um dos principais desafios que muitos jovens enfrentam hoje em dia é o bullying. Muitas vezes, ele acontece dentro das escolas quando alguém é “zoadado”, excluído ou até mesmo agredido por ser diferente de alguma forma. Essas atitudes machucam e atrapalham o crescimento emocional de quem sofre. Além disso, com o uso das redes sociais, surgiu cyberbullying, que é quando a agressão acontece pela internet por meio de mensagens ofensivas, comentários humilhantes, entre outros.

Esses problemas mostram como é importante que a escola, família e os alunos se envolvam no fortalecimento das emoções e dos valores. Programas que ensinam a ter empatia, respeito às diferenças e conversas sobre sentimentos, podem ajudar bastante. Por exemplo, quando o aluno aprende a se colocar no lugar do outro, ou quando ele pensa duas vezes antes de ofender ou rir da dor de alguém.

Outro ponto importante é aprender a lidar com a própria raiva, frustração ou tristeza; quando um jovem consegue controlar suas emoções, ele evita de reagir de forma agressiva ou impulsiva, o que melhora a convivência com seus colegas e ajuda até nos estudos.

Por isso, é fundamental que o desenvolvimento socioemocional seja trabalhado nas escolas. Ele não serve somente para melhorar o ambiente escolar, mas também para formar pessoas mais conscientes, responsáveis e preparadas para a vida. Quanto mais cedo começarmos a cuidar disso, melhor será para todos

Aline Sasaki

8º ano / São Vicente

2025