

I ENCONTRO DE PAIS E FILHOS: A IMPORTÂNCIA DA CONVIVÊNCIA PARA A SAÚDE EMOCIONAL

Sandra Maria Amorim da Rocha ¹; Maria Joserlânia dos Santos Moreira²; Kênnia Rayane Leitão de Oliveira³; Lucas de Sousa Gomes⁴.

¹Instituto Federal de Educação, Ciência e Tecnologia do Acre (IFAC), Rio Branco, Acre.

²Instituto Federal de Educação, Ciência e Tecnologia do Acre (IFAC), Rio Branco, Acre.

³Instituto Federal de Educação, Ciência e Tecnologia do Acre (IFAC), Rio Branco, Acre.

⁴Instituto Federal de Educação, Ciência e Tecnologia da Paraíba (IFPB), João Pessoa, Paraíba.

PALAVRAS-CHAVE: Convivência familiar. Saúde emocional. Habilidades sociais.

DOI: 10.47094/ICOLUBRAPECI.2026/RE-29

INTRODUÇÃO

A família é reconhecida como o primeiro e principal espaço de socialização do indivíduo, exercendo influência decisiva no desenvolvimento emocional, social e cognitivo de crianças e adolescentes (Ferreira et al, 2019). Relações familiares positivas favorecem a construção de vínculos seguros, a internalização de valores pró-sociais e a adoção de comportamentos saudáveis, enquanto contextos familiares fragilizados podem contribuir para o surgimento de condutas de risco.

Nesse sentido, iniciativas que promovem a convivência familiar e comunitária configuram-se como estratégias fundamentais de prevenção e promoção da saúde emocional. O I Encontro de Pais e Filhos: a importância da convivência para a saúde emocional surge como uma proposta de intervenção socioeducativa voltada ao fortalecimento dos vínculos familiares e ao desenvolvimento de habilidades de vida, entendidas como competências necessárias para lidar de forma positiva com as demandas do cotidiano.

OBJETIVO

Este trabalho tem como objetivo apresentar e analisar a proposta do I Encontro de Pais e Filhos: a importância da convivência para a saúde emocional, iniciativa voltada ao fortalecimento dos vínculos familiares e ao desenvolvimento de habilidades sociais e emocionais. O fortalecimento dos vínculos familiares, foco central do evento, funciona como um mecanismo de proteção que reduz a vulnerabilidade ao uso de substâncias psicoativas e ao isolamento social.

METODOLOGIA

O I Encontro de Pais e Filhos configura-se como uma ação socioeducativa de caráter formativo e participativo, desenvolvida de maneira programada, planejada e sistemática.

A metodologia baseia-se na criação de espaços coletivos de convivência, diálogo e reflexão, envolvendo pais, responsáveis, crianças e adolescentes. O alicerce teórico do encontro baseia-se no conceito de habilidades de vida (Minto et al, 2006), promulgado pela Organização Mundial da Saúde em 1997.

As atividades propostas incluem momentos de escuta qualificada, dinâmicas de grupo, oficinas temáticas e minicursos, organizados de forma interativa, com o objetivo de possibilitar às famílias a aprendizagem e o treino de habilidades sociais e emocionais. A proposta metodológica considera as especificidades do território e busca estimular a troca de vivências entre as famílias, promovendo o protagonismo familiar e comunitário.

FUNDAMENTAÇÃO TEÓRICA

As habilidades de vida compreendem um conjunto de competências psicossociais que possibilitam aos indivíduos relacionar-se de maneira saudável consigo mesmos e com os outros. Entre essas habilidades destacam-se a expressão adequada de sentimentos, a empatia, a assertividade, a resolução de problemas e a tomada de decisão responsável. Estas são definidas como capacidades para comportamentos adaptativos e positivos que permitem aos indivíduos lidar com as demandas e desafios da vida cotidiana (Gorayeb, 2002).

A categorização dessas habilidades permite entender como elas se complementam no contexto familiar. Elas podem ser agrupadas em habilidades sociais ou interpessoais, habilidades cognitivas e habilidades para o manejo de emoções (Se; Strack; Ferreira, 2023). Dessa forma, a aplicação dessas competências no ambiente doméstico transforma a dinâmica de poder, substituindo métodos ortodoxos de imposição de respeito pela força ou ameaça por uma disciplina baseada no respeito mútuo e na comunicação não violenta.

No contexto familiar, o desenvolvimento dessas habilidades está intrinsecamente ligado a uma pedagogia ativa (Minto et al, 2006), como o estabelecimento de vínculos de apego seguro, a disciplina efetiva, o monitoramento e a supervisão dos filhos, a comunicação aberta e o envolvimento parental na vida cotidiana da criança e do adolescente. Isso ocorre porque as habilidades de vida não são conteúdos teóricos a serem memorizados, mas competências a serem treinadas e internalizadas através da vivência e da troca de experiências entre as famílias no território.

O papel da família como rede de apoio no cuidado em saúde mental é central (Covelo; Moreira, 2015). Frequentemente, os familiares relatam falta de tempo e espaços

de autocuidado, gerando desconforto frente ao sofrimento psíquico dos filhos. A literatura indica que relações de violência nas famílias muitas vezes decorrem de uma realidade de extrema vulnerabilidade social e ausência de serviços articulados. Ao planejar intervenções, deve-se considerar a articulação da rede, como o CRAS, CREAS, unidades de saúde e escolas.

Dessa forma, a valorização da cultura das famílias e das comunidades locais, por meio do resgate de saberes e práticas culturais e da promoção de vivências lúdicas, fortalece o sentimento de pertencimento e identidade, elementos essenciais para o desenvolvimento integral dos sujeitos.

RESULTADOS E DISCUSSÃO

Entre os principais resultados esperados da implementação do encontro destacam-se a redução da agressividade e de comportamentos de isolamento social entre crianças e adolescentes, bem como a melhoria da interação e da comunicação entre pais e filhos. Espera-se ainda o aumento do rendimento escolar e do interesse e envolvimento dos pais na rotina escolar dos filhos.

Outro resultado relevante refere-se à prevenção do uso abusivo de substâncias psicoativas, uma vez que relações familiares fortalecidas e práticas parentais positivas atuam como fatores de proteção frente a comportamentos de risco. A socialização em espaços de convivência e reflexão contribui para a construção e reconstrução das histórias de vida das famílias, fortalecendo vínculos afetivos e promovendo valores pró-sociais no território.

Como parte das ações formativas, o encontro prevê a realização de minicursos temáticos, tais como: Como lidar com jovens e seus conflitos; Educação corporal; e Famílias e o ato de ouvir um ao outro, os quais reforçam a importância do diálogo, do cuidado integral e da escuta mútua no contexto familiar.

A redução de comportamentos agressivos pode estar diretamente associada a diminuição do estresse parental e do aumento da coesão familiar. Diante disso, as habilidades de vida ajudam as famílias a navegarem nesse cenário. Tais dados corroboram com a literatura aqui apresentada.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

O I Encontro de Pais e Filhos evidencia a relevância de ações que promovam o fortalecimento dos vínculos familiares e o desenvolvimento de habilidades sociais como estratégias de promoção da saúde emocional de crianças e adolescentes. Ao proporcionar espaços de convivência, escuta e aprendizagem, a iniciativa contribui para a construção de

relações familiares mais saudáveis e para a prevenção de comportamentos de risco.

É fundamental problematizar a «culpabilização da família» (Aragao; Rosa; Nascimento, 2021). Os problemas de comportamento dos filhos não são responsabilidade exclusiva dos pais, a verdade é que o fortalecimento das habilidades parentais é uma ferramenta de empoderamento frente às pressões externas e estruturais.

Conclui-se que o investimento em ações socioeducativas voltadas à família, desenvolvidas de forma planejada e sistemática, constitui um caminho eficaz para o fortalecimento do protagonismo familiar e comunitário, impactando positivamente o desenvolvimento integral das novas gerações.

PRINCIPAIS REFERÊNCIAS

ARAGAO, Monica de Paula Oliveira Pires; ROSA, Mariana Salgado Tourinho; NASCIMENTO, Ana Jamille Costa. **Revista pessoal nas unidades socioeducativas de internação de adolescentes**. Brasília(DF): Associação Nacional de Ensino e Pesquisa do Campo de Públicas, 2021.

COVELO, Bárbara Souza Rodriguez; MOREIRA, Maria Inês Badaró. **Laços entre família e serviços de Saúde Mental**. Botucatu, São Paulo: Interface, 2015.

FERREIRA, Thayane Pereira da Silva et al. **A família no cuidado em saúde mental: desafios para a produção de vidas**. João Pessoa, Paraíba: UFPB, 2019.

GORAYEB, Ricardo. **O ensino de habilidades de vida em escolas no brasil**. Lisboa, Portugal: Psicologia, Saúde e Doenças, 2002.

MINTO, Elaine Cristina et al. **Ensino de habilidades de vida na escola: uma experiência com adolescentes**. Maringá, Paraná: Psicologia em Estudo, v. 11, n. 3, p. 561-568, 2006.

SE, Jurema Hughes Sento; STRACK, Miriam Medeiros; FERREIRA, Sonia Mairos Baptista. **Parentalidade através da disciplina positiva**. Salvador, Bahia: UNEB, 2023.