

A IMPORTÂNCIA DO DESENVOLVIMENTO SOCIOEMOCIONAL NA EDUCAÇÃO DE CRIANÇAS E JOVENS

LA IMPORTANCIA DEL DESARROLLO SOCIOEMOCIONAL EN LA EDUCACIÓN DE NIÑOS Y JÓVENES

THE IMPORTANCE OF SOCIO-EMOTIONAL DEVELOPMENT IN THE EDUCATION OF CHILDREN AND YOUNG PEOPLE

Daniela Fernanda Viduani Sopran Gil¹

Laura de Almeida Santos²

Bruna Fernanda da Silva Vieira³

Resumo: A educação socioemocional é o processo de desenvolvimento e práticas das habilidades de autorregulação emocional de atitudes de cuidado ao outro, mas sobretudo a si mesmo. Este trabalho buscou discutir a relevância da educação socioemocional e do processo de desenvolvimento de habilidades, com objetivo de desenvolver e praticar a autorregulação emocional, estabelecer relacionamentos interpessoais saudáveis e praticar atitudes de cuidado a si e ao outro. A importância de um processo educativo que amplie o repertório emocional e se ocupe de desenvolver a autorregulação a partir do desenvolvimento das funções executivas, está relacionado diretamente com a capacidade de lidar com as próprias emoções e compreender as emoções como expressão humana, universal e inata. Quando as crianças desenvolvem desde cedo a compreensão de suas emoções, se tornam capazes de lidar melhor com o gerenciamento do estresse, melhoram a capacidade de resolver problemas e conflitos, e são mais propensas a ter relacionamentos saudáveis. Esse processo de desenvolvimento humano desde a primeira infância também está relacionado diretamente ao desempenho acadêmico e cognitivo. E, na vida adulta, esse processo impacta na busca pelo sucesso pessoal e profissional, fortalecimento da resiliência e da empatia, relações interpessoais mais saudáveis e saúde mental. A discussão acerca da formação dos professores é importante nesse processo e neste trabalho buscamos autores e estudos que demonstram essa importância. Fornecer um ambiente seguro emocionalmente e acolhedor para o desenvolvimento socioemocional dos futuros professores e das futuras professoras, das crianças e dos estudantes, é outro fator de sucesso nessa perspectiva. Intervenções efetivas realizadas pelos docentes, favorecendo um currículo que aponte nessa direção, com práticas planejadas e com intencionalidade educativa contribuirá com o fomento de uma sociedade mais segura e saudável que consiga lidar com as adversidades e demandas emocionais que impactam diretamente na vida pessoal e profissional.

Palavras-chave: educação socioemocional; currículo; habilidades e competências.

Resumen: La educación socioemocional es el proceso de desarrollo y práctica de habilidades de autorregulación emocional y actitudes de cuidado hacia los demás, pero sobre todo hacia uno mismo. Este trabajo buscó discutir la relevancia de la educación socioemocional y el proceso de desarrollo de habilidades, con el objetivo de desarrollar y practicar la autorregulación emocional, establecer relaciones interpersonales saludables y practicar actitudes de cuidado hacia sí mismo y hacia los demás. La importancia de un proceso educativo que amplíe el repertorio emocional y se centre en el desarrollo de la autorregulación basada en el desarrollo de las funciones ejecutivas está directamente relacionada con la capacidad de manejar las propias emociones y entender las emociones como una expresión humana universal e innata. Cuando los niños desarrollan una comprensión de sus emociones desde una edad temprana, son más capaces de hacer frente a la

¹ Professora mestra coordenadora do Curso de Pedagogia da Faculdade Insted daniela.gil@insted.edu.br

² Aluna do 4º semestre do Curso de Pedagogia da Faculdade Insted lauraalmeidasantos@gmail.com

³ Aluna do 8º semestre do Curso de Pedagogia da Faculdade Insted brnvieiraa@gmail.com

gestión del estrés, mejoran su capacidad para resolver problemas y conflictos y tienen más probabilidades de tener relaciones sanas. Este proceso de desarrollo humano desde la primera infancia también está directamente relacionado con el rendimiento académico y cognitivo. Y en la edad adulta, este proceso repercute en la búsqueda del éxito personal y profesional, el fortalecimiento de la resiliencia y la empatía, unas relaciones interpersonales más sanas y la salud mental. El debate sobre la formación del profesorado es importante en este proceso, y en este documento hemos buscado autores y estudios que demuestren esta importancia. Proporcionar un entorno emocionalmente seguro y acogedor para el desarrollo socioemocional de los futuros profesores, niños y alumnos es otro factor de éxito desde esta perspectiva. Intervenciones eficaces por parte del profesorado, favoreciendo un currículo que apunte en esta dirección, con prácticas planificadas e intencionalidad educativa, contribuirán a fomentar una sociedad más segura y saludable que pueda hacer frente a la adversidad y a las demandas emocionales que tienen un impacto directo en la vida personal y profesional.

Palabras clave: educación socioemocional; plan de estudios; destrezas y competencias.

Abstract: Socio-emotional education is the process of developing and practicing emotional self-regulation skills and attitudes of care for others, but above all for oneself. This work sought to discuss the relevance of socio-emotional education and the process of developing skills, with the aim of developing and practicing emotional self-regulation, establishing healthy interpersonal relationships and practicing attitudes of care for oneself and others. The importance of an educational process that expands the emotional repertoire and focuses on developing self-regulation based on the development of executive functions is directly related to the ability to deal with one's own emotions and understand emotions as a universal and innate human expression. When children develop an understanding of their emotions from an early age, they are better able to deal with stress management, improve their ability to resolve problems and conflicts, and are more likely to have healthy relationships. This process of human development from early childhood is also directly related to academic and cognitive performance. And in adulthood, this process impacts on the pursuit of personal and professional success, the strengthening of resilience and empathy, healthier interpersonal relationships and mental health. The discussion about teacher training is important in this process, and in this paper we are looking for authors and studies that demonstrate this importance. Providing an emotionally safe and welcoming environment for the socio-emotional development of future teachers, children and students is another success factor from this perspective. Effective interventions by teachers, favoring a curriculum that points in this direction, with planned practices and educational intent, will contribute to fostering a safer and healthier society that can deal with the adversities and emotional demands that have a direct impact on personal and professional life.

Keywords: socio-emotional education; curriculum; skills and competencies.

INTRODUÇÃO

Ao longo das fases da vida, as redes de apoio social apresentam variações devido a circunstâncias e situações vivenciadas. No processo de desenvolvimento do ser humano, a família, os amigos, o (a) companheiro (a), o ciclo social, os relacionamentos com grupos e comunidades possibilitam as principais relações interpessoais, de forma que com o envolvimento poderão corresponder as formas do apoio social. (FERANI, MELO, OLIVEIRA, ZANON, 2021).

O apoio social pode ser entendido como a necessidade da pessoa se entender como indivíduo que o leva a acreditar que é querido, amado e estimado, e mostrando que o ser faz parte de uma rede de apoio com compromissos e um

social compartilhado. Estudos apontam que a família é a primeira rede de apoio para o emocional do indivíduo, sendo também responsável pelos cuidados e estímulos necessários ao crescimento e desenvolvimento infantil. A relação estabelecida com os pais contribui para o desenvolvimento de capacidades e formas de interação dos filhos, o que permite que eles estabeleçam relações competentes no seu futuro. Com a entrada nas escolas as crianças aprimoram o seu desenvolvimento social aprendendo assim a conviver em sociedade. Porém, a comunidade familiar não é o único agente de socialização que as crianças têm dentro da sociedade. A nossa realidade como sociedade vem se transformando a alguns anos, e assim desencadeando um contato mais prematuro das crianças com a sociedade como por exemplo: O contato com mídias sociais, as telas sem o devido gerenciamento de tempo, a falta de responsáveis presentes em sua criação. (SQUASSONI, MATSUKURA, PINTO, 2014)

Com a entrada da criança na escola observamos uma maior sociabilidade e a evidências de déficits familiares, pois as amizades íntimas permitem a confiança de experiências emocionais privadas, que fazem com que o indivíduo aprenda a apoiar os amigos e administrar sentimentos, tais como a raiva, o desprezo, a confiança, a exposição, os ciúmes e inveja. (SQUASSONI, MATSUKURA, PINTO, pág. 28, 2014)

Alguns estudos apontam que crianças e adolescentes com mais vulnerabilidade, têm mais problemas no seu desenvolvimento pessoal, e no socioemocional. As pesquisas revelam uma grande influência no desenvolvimento emocional das crianças é refletida no seu ambiente familiar como: saúde mental, problemas com álcool, drogas, etc. (FERANI, MELO, OLIVEIRA, ZANON, 2021).

Qual seria a importância do socioemocional dentro da Educação? Como, pais não estão excluídos do processo de desenvolvimento. Além de ser grande aliada na aprendizagem de novos métodos o que a torna indispensável no ambiente escolar, as competências socioemocionais são valiosas para o mundo do trabalho. Diante de tal contexto, os objetivos da pesquisa são: investigar a importância do desenvolvimento das competências socioemocionais no processo de ensino aprendizagem, comparar as contribuições das competências socioemocionais para

a aquisição de aprendizagem, pode medir a importância da inteligência emocional, para debatermos as competências socioemocionais trazida pela Base Nacional Comum Curricular, (BNCC, 2018)

DESENVOLVIMENTO

A inclusão do ensino socioemocional nas escolas é impulsionada por uma série de razões fundamentais. O desenvolvimento socioemocional se refere à capacidade dos indivíduos de compreender e gerenciar suas próprias emoções, estabelecer e manter relacionamentos saudáveis, tomar decisões responsáveis e enfrentar desafios de maneira eficaz. Como o desenvolvimento Integral dos Alunos, o ensino tradicional muitas vezes se concentra exclusivamente no desenvolvimento acadêmico, negligenciando o desenvolvimento emocional, social e ético dos alunos. No entanto, o desenvolvimento integral é essencial para criar indivíduos equilibrados e preparados para lidar com as complexidades da vida. Habilidades para a Vida, as habilidades socioemocionais são habilidades para a vida que são aplicáveis em uma variedade de contextos, incluindo o ambiente de trabalho, relacionamentos pessoais e tomada de decisões. Ensinar essas habilidades ajuda os alunos a se tornarem adultos mais bem-sucedidos e adaptáveis. (FREITAS, MARIN, 2022)

Ao promover um ambiente escolar mais positivo e acolhedor, o ensino socioemocional pode reduzir o bullying, o isolamento social e outros problemas que afetam o bem-estar dos alunos. Isso contribui para um clima escolar mais saudável e produtivo.

O Desenvolvimento de Empatia e Relacionamentos Saudáveis ajudam os alunos a desenvolver empatia, compreensão e habilidades de comunicação eficazes. Isso é essencial para construir relacionamentos saudáveis e positivos com os colegas, professores, familiares e futuros colegas de trabalho. Melhoria no Desempenho Acadêmico, o ensino socioemocional não é separado do aprendizado acadêmico. De fato, muitos estudos mostraram que alunos que têm um bom domínio das habilidades socioemocionais tendem a ter um melhor desempenho

acadêmico, já que essas habilidades podem melhorar a motivação, a concentração e a capacidade de enfrentar desafios acadêmicos. (ROCHA, SAMPAIO, 2020)

No processo de desenvolvimento das habilidades socioemocionais, a formação dos professores desempenha um papel crucial. Os educadores têm a responsabilidade de fornecer um ambiente seguro emocionalmente e acolhedor para o desenvolvimento socioemocional dos estudantes. Intervenções eficazes realizadas pelos docentes, com um currículo que enfatiza as competências socioemocionais e práticas planejadas com intencionalidade educativa, contribuem para a formação de uma sociedade mais segura e saudável.

As competências socioemocionais são as formas em como o indivíduo lida com as suas emoções de forma inata. O indivíduo nasce com elas, porém precisamos no decorrer do processo aprender a lidar e controlar as suas emoções para viver melhor, interagir melhor com o próximo, com o mundo e consigo mesmo. (ROCHA, SAMPAIO, 2020)

Podemos afirmar que a função principal das emoções é a de regular as representações mentais de contatos relacionados. As emoções são consideradas como reações fisiológicas e psicológicas trazendo a influência na aprendizagem do indivíduo, essencialmente as emoções são uma forma de motivos e exercem influência nos processos intelectuais, como aprendizagem e inteligência. (FIAMENGHI; 2001, p. 20).

Eveline Pott retrata que os estudos analisando o desenvolvimento humano já vem de muito antes do século XVII, as discussões sobre as origens do conhecimento foi uma delas. Alguns filósofos foram importantes para o entendimento da psique humana como René Descartes que acreditava no Racionalismo, mostrando que o desenvolvimento não é possível através de observação e demonstrações empíricas. Em complemento observamos a psicologia infantil de John Watson, criador do behaviorismo e entendia o desenvolvimento como algo em constante evolução e mudança. Assim sendo, não compatíveis com a forma inata de conceber o desenvolvimento humano, ou seja, para Watson o desenvolvimento humano era refletido pelo contexto social da criança, e os seus estímulos.

De acordo com Wallon, o desenvolvimento emocional está intrinsecamente ligado à cognição. Ele argumenta que as emoções desempenham um papel fundamental no processo de aprendizagem e no desenvolvimento do pensamento da criança. Desde os primeiros meses de vida, a criança reage a estímulos externos com respostas emocionais instintivas, demonstrando uma base para o desenvolvimento emocional futuro. Wallon delineou quatro estágios principais de desenvolvimento emocional, cada um caracterizado por avanços específicos na interação da criança com suas próprias emoções e com o ambiente social. No estágio emocional, dos 6 meses aos 2 anos, as crianças começam a expressar emoções mais complexas, como raiva, medo e alegria. Durante o estágio sensório-motor e projetivo (dos 2 aos 6 anos), as crianças desenvolvem a capacidade de projetar suas emoções em objetos e pessoas, desempenhando um papel crucial no desenvolvimento da imaginação e da linguagem simbólica. A partir dos 6 anos, no estágio do pensamento, as emoções se integram mais profundamente ao processo de pensamento e raciocínio da criança, permitindo que elas compreendam as regras sociais e regulamentem suas emoções de acordo. Além disso, Wallon reconheceu a influência do ambiente social e cultural no desenvolvimento emocional. Ele argumentava que as práticas educativas e as expectativas sociais moldam a maneira como as crianças experienciam e expressam suas emoções.

Essa perspectiva ressalta a importância de considerar a influência do contexto cultural ao examinar o desenvolvimento socioemocional. Henri Wallon enfatizou a interconexão entre o desenvolvimento emocional, cognitivo e social nas crianças. Sua teoria ressalta como as emoções desempenham um papel central na aprendizagem e no desenvolvimento da criança, e como as interações sociais e o ambiente cultural desempenham um papel vital na formação das emoções e habilidades sociais ao longo dos estágios de crescimento.

Ao desenvolver as habilidades socioemocionais nas escolas podemos obter um olhar mais genuíno com os Problemas de Saúde Mental podendo assim ajudar a prevenir problemas como ansiedade e depressão, ao equipar os alunos com estratégias para lidar com o estresse, construir resiliência e buscar apoio quando necessário. O ensino socioemocional nas escolas é fundamental para capacitar os

alunos a se tornarem indivíduos completos, bem ajustados e preparados para enfrentar os desafios da vida de maneira saudável e bem-sucedida.

Qual seria o processo de desenvolvimento de habilidades socioemocionais nas escolas, com foco na compreensão, implementação e impacto dessas habilidades no crescimento emocional, social e acadêmico dos alunos, buscando assim explorar as teorias que fundamentam as habilidades socioemocionais com o auxílio da psicologia a neurociência e a educação no desenvolvimento humano. Podendo assim, explorar como as habilidades socioemocionais são relevantes para o desenvolvimento da sociedade, caracterizada por mudanças rápidas, diversidade cultural e interconectividade global, na formação de indivíduos emocionalmente inteligentes, socialmente competentes.

O desenvolvimento socioemocional nas escolas emerge como uma resposta necessária para enfrentar os desafios cada vez mais complexos do mundo contemporâneo. Qual a importância desse desenvolvimento integral? Destacando como as relações interpessoais e as redes de apoio social desempenham um papel crucial no crescimento emocional, social e acadêmico dos alunos ao longo das diferentes fases de suas vidas.

Desde a sua infância, a família se estabelece como a primeira e mais significativa rede de apoio. Os vínculos familiares são fundamentais para a construção de bases sólidas para o desenvolvimento socioemocional. No entanto, à medida que as crianças ingressam na escola, novas oportunidades de socialização se apresentam. As amizades íntimas se formam, permitindo a partilha de experiências emocionais e contribuindo para o aprendizado de habilidades interpessoais essenciais, como empatia, confiança e resolução de conflitos.

Nesse sentido, a educação desempenha um papel vital na promoção do desenvolvimento socioemocional. Ao adotar a abordagem socioemocional no processo de ensino-aprendizagem, as escolas não apenas fortalecem o crescimento emocional dos alunos, mas também capacitam-nos para enfrentar os desafios acadêmicos e pessoais com resiliência e compreensão. As competências socioemocionais, como a inteligência emocional, não só enriquecem o cotidiano dos alunos, mas também os preparam para as demandas do mercado de trabalho, onde

a capacidade de colaboração, comunicação e resolução de conflitos é valorizada.

No entanto, o contexto atual traz novas complexidades para o desenvolvimento socioemocional das crianças e adolescentes. A crescente exposição a mídias sociais e a falta de supervisão adequada podem afetar negativamente a construção de relacionamentos saudáveis e a gestão emocional. Portanto, é crucial que a escola e a família atuem em conjunto para oferecer orientação e suporte, permitindo que os alunos naveguem no mundo digital de maneira responsável. Buscando assim, supervisionar o que os jovens estão consumindo, e em, como isso pode afetar a saúde emocional deles.

As instituições de ensino, devem ter o olhar mais intimista para a educação interpessoal dos estudantes, tanto pela forma que eles vão se dispor a sociedade, durante a vida adulta, como pela forma de cuidar de si e do outro de certa forma. A importância do desenvolver as habilidades de comunicação assertiva, desenvolver o seu interpessoal é como vamos entrar na vida com um olhar mais aberto e não despreparado para a vida adulta. Muitos, dos jovens não se sentem preparados para ingressar na vida adulta, por falta de preparação emocional e profissional, e acaba sendo introduzido a maiores traumas, pela falta de preparo.

O desenvolvimento neurológico dos jovens é um processo complexo e crucial que começa na primeira infância. Durante esse período inicial, o ambiente em que a criança cresce desempenha um papel fundamental, pois ele será o primeiro contato do indivíduo com a sociedade e terá um impacto profundo em seus costumes e ações futuras. Portanto, o ambiente em que essa criança cresce é de suma importância, pois, será o primeiro contato do indivíduo com a sociedade e irá moldar seus costumes, e espelhamentos das ações, como replicar os ciclos de traumas família, ou gerar um ambiente acolhedor que quebre esses traumas que foram introduzidos na sua primeira infância. Por outro lado, quando uma criança cresce em um ambiente repleto de traumas familiares, ela pode acabar replicando esses padrões de comportamento e traumas em sua própria vida. Isso ocorre porque as experiências de infância moldam a forma como vemos o mundo e como interagimos com ele. Ciclos de traumas podem se repetir de geração em geração, a menos que medidas sejam tomadas para interrompê-los.

Segundo Piaget, o desenvolvimento cognitivo da criança é ressaltado em qual âmbito essa criança se desenvolve, revelando assim o seu crescimento psicológico com regularidade em relação aos pensamentos, observando assim as fases dos seus desenvolvimento principalmente na primeira infância das crianças. Portanto, para Piaget o desenvolvimento e o pensamento da criança se passa entre quatro estágios: O sensório motor, que a criança conhece o mundo mediado pela sua percepção visual, o pré-operatório em que o desenvolvimento da linguagem se torna prevalente, o operatório-concreto em que a criança é capaz de pensar em situações problemas, o período das operações formais em que o jovem reflete sobre as suas ações.

A família tem o dever de fornecer um ambiente seguro e acolhedor para esses indivíduos. É importante ressaltar que o ambiente familiar desempenha um papel central nesse processo. A família é a primeira e mais influente instituição na vida de uma criança, e é responsável por criar um ambiente seguro e acolhedor. Portanto, a família tem um dever crucial de quebrar esses ciclos de traumas. Isso envolve não apenas fornecer um ambiente seguro e acolhedor, mas também buscar ajuda profissional quando necessário. Terapia familiar e outras formas de apoio podem ser essenciais para quebrar padrões de comportamento negativos e promover o desenvolvimento saudável dos jovens.

Além disso, a sociedade como um todo também desempenha um papel importante no desenvolvimento neurológico dos jovens. Políticas públicas que promovam o acesso a educação de qualidade, serviços de saúde mental e oportunidades igualitárias são fundamentais para criar um ambiente que apoie o crescimento saudável das crianças e jovens. O desenvolvimento neurológico dos jovens é moldado pelo ambiente em que crescem, com a família desempenhando um papel central nesse processo. Cabe à família e à sociedade como um todo criar um ambiente seguro, acolhedor e propício ao desenvolvimento saudável, rompendo ciclos de traumas familiares quando necessário e promovendo oportunidades igualitárias para todos os jovens.

CONCLUSÃO

O desenvolvimento socioemocional é uma dimensão fundamental na formação de crianças e jovens. Começando na primeira infância e continuando ao longo da vida, ele influencia a maneira como as pessoas se relacionam consigo mesmas e com os outros, afetando seu sucesso acadêmico, profissional e pessoal. A família desempenha um papel central nesse processo, fornecendo um ambiente seguro e acolhedor, enquanto a escola e os educadores têm a responsabilidade de promover ativamente o desenvolvimento das habilidades socioemocionais.

Neste mundo em constante evolução e interconexão global, o desenvolvimento socioemocional torna-se ainda mais relevante. Ele capacita os indivíduos a enfrentar os desafios complexos da vida moderna, construir relacionamentos significativos e prosperar em todos os aspectos de suas vidas. Portanto, investir na educação socioemocional é investir no bem-estar e no sucesso das futuras gerações, contribuindo para uma sociedade mais saudável e harmoniosa.

REFERÊNCIAS

BERTLING, Jonas P.; BORGONOV, Francesca; ALMONTE, Debby E. Psychosocial skills in large-scale assessments: Trends, challenges, and policy implications. *Psychosocial skills and school systems in the 21st century: Theory, research, and practice*, p. 347-372, 2016.

CHAVES, David; DA MOTTA, Vânia Cardoso; GAWRYSZEWSKI, Bruno. Programa Solução Educacional: uma formação para a resiliência em tempos de agudas contradições. *Perspectiva*, v. 38, n. 3, p. 1-21, 2020.

COLAGROSSI, Ana Luiza Raggio; VASSIMON, Geórgia. A aprendizagem socioemocional pode transformar a educação infantil no Brasil. *Constr. psicopedag.*, São Paulo, v. 25, n. 26, p. 17-23, 2017. Disponível em <http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1415-69542017000100003&lng=pt&nrm=iso>. acessos em 09 set. 2023.

DELORS, Jacques et al. Relatório para a UNESCO da Comissão Internacional sobre Educação para o século XXI. *Educação um tesouro a descobrir*, v. 6, 1996.

DE PAULA FERIANI, Gabriela et al. A prática da observação sistemática para a formação do (a) psicólogo (a): relato de experiência. *Aletheia*, v. 54, n. 2, 2021.

FREITAS, Breno Irigoyen de; MARIN, Angela Helena. Aprendizagem socioemocional e atenção plena no contexto escolar brasileiro. 2022.

GALVÃO, Izabel. Henri Wallon: uma concepção dialética do desenvolvimento infantil. Petrópolis: Vozes, 1995. 135 p.

JONES, Stephanie M. et al. Promoting social and emotional competencies in elementary school. The future of children, p. 49-72, 2017.

MUNHOZ, Deise Parula. Parentalidade: fortalecimento das relações entre pais e filhos adolescentes. 2017.

PEREIRA, Jennifer Nascimento; EVANGELISTA, Olinda. Quando o capital educa o educador: BNCC, Nova Escola e Lemann. Movimento-revista de educação, n. 10, p. 65-90, 2019.

PIAGET, Jean. A Construção do Real na Criança. Trad. In: Alvaro Cabral. Zahar, 1970. p. 360.

SQUASSONI, Carolina Elisabeth; MATSUKURA, Thelma Simões; PINTO, Maria Paula Panúncio. Apoio social e desenvolvimento socioemocional infantojuvenil. Revista de Terapia Ocupacional da Universidade de São Paulo, v. 25, n. 1, p. 27-35, 2014.

VALENTE, José Armando. A sala de aula invertida e a possibilidade do ensino personalizado: uma experiência com a graduação em midialogia. Metodologias ativas para uma educação inovadora: uma abordagem teórico-prática. Porto Alegre: Penso, p. 26-44, 2018.