CÁPSULA DO PRESENTE: UMA EXPERIÊNCIA DE EMPATIA E CONVIVÊNCIA NO 5º ANO DO ENSINO FUNDAMENTAL

Anna Carolyna da Silva Fagundes Oliveira[1], Daiany Oliveira Gonçalves[1]
Carolina Rodrigues Lincoln-de-Carvalho[2], Giselle Silva Soares[3]

[1]Alunas Bolsistas PIBID-UNISANTA
[2]Coordenadora Institucional PIBID-UNISANTA
[3] PIBID-UNISANTA

E-mail para contato: anna-c-o@hotmail.com , daianygoncalves1@hotmail.com

RESUMO – A atividade "Cápsula do Presente" foi desenvolvida com 19 alunos do 5º ano da escola da rede municipal de Santos, a partir da observação de conflitos, dificuldades de convivência e pouca interação entre meninos e meninas. A proposta teve como objetivo estimular a empatia, o respeito e a aproximação entre os estudantes. A atividade iniciou-se com uma roda de conversa sobre convivência e bullying, seguida de um sorteio anônimo para a produção de cartas com elogios, lembranças positivas e mensagens de incentivo. Como resultado, observou-se envolvimento dos alunos, expressão de sentimentos e maior valorização dos colegas. A experiência reforçou a importância de práticas pedagógicas que favoreçam a escuta e relações mais acolhedoras no ambiente escolar.

Palavras-chave: Empatia; Convivência escolar; *bullying*; comunicação não violenta; Relações interpessoais.

PRESENT CAPSULE: AN EXPERIENCE OF EMPATHY AND COEXISTENCE IN THE 5TH GRADE OF ELEMENTARY SCHOOL

ABSTRACT – *The "Present Capsule" activity was developed with 19 fifth-grade students at a municipal school in Santos, based on the observation of conflicts, difficulties in social interaction, and limited interaction between boys and girls. The proposal aimed to promote empathy, respect, and closer relationships among the students. The activity began with a group discussion about social relationships and bullying, followed by an anonymous drawing in which students were assigned to write letters containing compliments, positive memories, and messages of encouragement. As a result, greater student engagement, expression of feelings, and appreciation of peers were observed. The experience reinforced the importance of pedagogical practices that promote active listening and more welcoming relationships within the school environment.*

Keywords: *Empathy; School coexistence; Elementary; bullying; Nonviolent Communication; Interpersonal relationships.*

1 INTRODUÇÃO

A escola constitui-se como um espaço de aprendizagem, socialização e construção de relações, no qual os estudantes não apenas desenvolvem conhecimentos acadêmicos, mas também aprendem a conviver, dialogar, lidar com diferenças e reconhecer o outro. Nesse sentido, as relações estabelecidas no cotidiano escolar possuem papel significativo no desenvolvimento integral dos estudantes, especialmente nos anos iniciais do Ensino Fundamental, período em que valores relacionados ao respeito, à empatia, à cooperação e à convivência são continuamente construídos e ressignificados.

Foi a partir das observações realizadas durante as atividades do Programa Institucional de Bolsa de Iniciação à Docência (PIBID), com uma turma do 5º ano da escola da rede municipal de Santos, que surgiu a proposta denominada "Cápsula do Presente". Ao longo desse período, foram percebidas algumas dificuldades de convivência entre os estudantes, expressas por meio de conflitos frequentes, brincadeiras que ultrapassavam os limites, ofensas e episódios de agressões físicas e emocionais. Também chamou a atenção a divisão entre meninos e meninas e a pouca interação entre determinados grupos da turma.

Embora nem todo conflito entre estudantes possa ser caracterizado como *bullying*, as situações observadas evidenciaram a necessidade de discutir formas mais respeitosas de convivência e de refletir sobre as consequências que determinadas atitudes podem provocar no outro. O *bullying* envolve comportamentos agressivos, intencionais e repetitivos, geralmente marcados por uma relação desigual de poder, podendo produzir consequências negativas para aqueles que sofrem, praticam ou testemunham essas situações. Dessa forma, trabalhar a temática no ambiente escolar ultrapassa a necessidade de intervir somente após a ocorrência de agressões, envolvendo também ações preventivas e educativas que contribuam para a construção de relações baseadas no respeito e na valorização das diferenças.

Nessa perspectiva, a educação para a convivência pode aproximar-se da construção de uma cultura de paz, compreendida não apenas como ausência de conflitos, mas como desenvolvimento de atitudes e práticas que favoreçam o diálogo, a cooperação, o respeito aos direitos e a resolução não violenta das situações de divergência. A escola, portanto, apresenta-se como espaço privilegiado para que os estudantes aprendam a reconhecer sentimentos, compreender diferentes perspectivas e buscar formas de comunicação que não estejam fundamentadas na agressividade.

É nesse contexto que a Comunicação Não Violenta (CNV), proposta por Rosenberg (2003), oferece uma contribuição pertinente à prática pedagógica. A CNV valoriza a observação dos acontecimentos sem julgamentos, o reconhecimento dos sentimentos e necessidades e a elaboração de pedidos e formas de expressão que favoreçam o diálogo. No contexto escolar, esses princípios podem auxiliar os estudantes a compreender que a maneira como se comunica uma opinião, um sentimento ou uma insatisfação pode interferir diretamente na qualidade das relações estabelecidas. Assim, estimular uma comunicação mais cuidadosa pode contribuir para que os conflitos sejam compreendidos como oportunidades de diálogo e aprendizagem, e não somente como situações que precisam ser reprimidas. Diante dessa realidade, surgiu a necessidade de pensar em uma proposta que não apenas abordasse os conflitos, mas que possibilitasse aos alunos olhar para seus colegas de uma maneira diferente. Inspiradas na ideia de uma "cápsula do tempo", desenvolvemos a "Cápsula do Presente", direcionando a proposta para o momento vivido pela turma e para a valorização das relações construídas no cotidiano escolar. A atividade foi planejada com o objetivo de estimular a empatia, o respeito, a escuta e a valorização do outro, utilizando a escrita como instrumento de aproximação entre os estudantes.

A escolha da carta como recurso pedagógico também possibilitou articular as dimensões socioemocional e linguística da aprendizagem. Enquanto gênero textual, a carta apresenta uma finalidade comunicativa e pressupõe a existência de um interlocutor, permitindo ao estudante produzir um texto destinado a alguém específico (BAKHTIN, 2003). Nesse sentido, escrever para um colega exigiu não apenas o domínio de determinados elementos da produção textual, mas também a reflexão sobre o que dizer, como dizer e quais sentimentos ou mensagens gostaria de transmitir ao destinatário.

A produção escrita, nesse caso, deixa de ser uma atividade descontextualizada e passa a assumir uma função social concreta. O estudante escreve porque possui algo a comunicar a outra pessoa, construindo sentido para sua produção. Além disso, a proposta favorece a criatividade, uma vez que os alunos puderam escolher palavras, formas de expressão e maneiras de apresentar suas mensagens, mobilizando experiências e percepções construídas no cotidiano da turma.

Essa perspectiva pode ser relacionada ao conceito de aprendizagem significativa, desenvolvido por Ausubel (2003), segundo o qual novos conhecimentos podem adquirir maior significado quando estabelecem relações com conhecimentos e experiências que o estudante já

possui. Na “Cápsula do Presente”, os conteúdos relacionados à convivência, à empatia, à produção textual e à comunicação foram vinculados a situações concretas vivenciadas pelos próprios estudantes, favorecendo uma aprendizagem que ultrapassa a dimensão exclusivamente conceitual

A proposta também dialoga com Freire (1996), especialmente no que se refere à importância da escuta, do respeito aos saberes dos educandos e da compreensão da educação como prática construída na relação entre sujeitos. Ao possibilitar que os estudantes fossem ouvidos e convidados a ouvir e reconhecer seus colegas, a atividade buscou criar condições para uma experiência educativa pautada no diálogo e na valorização do outro.

A escolha da atividade também considerou que aquele era o último ano dos alunos na escola, tornando a proposta uma oportunidade de encerramento simbólico desse ciclo. A “Cápsula do Presente” possibilitou, assim, que os estudantes registrassem, por meio da escrita, aspectos positivos de suas relações, deixando uma mensagem que pudesse representar não apenas o momento vivido, mas também as marcas construídas durante a trajetória escolar.

Diante disso, o presente trabalho tem como objetivo relatar e refletir sobre a experiência de desenvolvimento da “Cápsula do Presente”, destacando suas contribuições para a promoção da empatia, do respeito, da comunicação não violenta, da produção textual e da convivência entre os estudantes do 5º ano A, considerando a atividade como uma prática pedagógica voltada à construção de uma cultura de paz no espaço escolar.

2 DESENVOLVIMENTO DA PROPOSTA

O presente trabalho caracteriza-se como um relato de experiência, de abordagem qualitativa, desenvolvido a partir das vivências proporcionadas pelo Programa Institucional de Bolsa de Iniciação à Docência (PIBID), realizado na escola da rede municipal de Santos, com uma turma do 5º ano, composta por 19 estudantes.

A proposta da “Cápsula do Presente” foi elaborada a partir das observações realizadas no cotidiano da turma, especialmente em relação às formas de interação entre os estudantes. A identificação de conflitos, brincadeiras que ultrapassavam os limites, ofensas e dificuldades de aproximação entre determinados grupos orientou a construção de uma atividade que pudesse abordar essas questões de maneira preventiva, dialógica e participativa.

Para a realização da atividade, foram utilizadas folhas de papel para a escrita das cartas, canetas, envelopes para a organização das mensagens e um vídeo sobre *bullying*, exibido em sala de aula. Também foi utilizado um sistema simples de sorteio para a definição dos pares entre os estudantes.

A atividade teve duração aproximada de 50 minutos e foi organizada em diferentes momentos. Inicialmente, realizou-se uma roda de conversa sobre respeito, convivência e empatia, buscando possibilitar que os estudantes compartilhassem percepções sobre as relações estabelecidas na turma. Esse momento teve como finalidade favorecer a escuta e a participação dos alunos, permitindo que as questões relacionadas à convivência fossem discutidas coletivamente.

Na sequência, foi exibido um vídeo sobre *bullying*, utilizado como recurso disparador para a reflexão sobre agressões, apelidos, exclusão, respeito e consequências das atitudes praticadas nas relações entre colegas. Após a exibição, foram realizados intervenções e questionamentos com o intuito de relacionar o conteúdo apresentado às situações de convivência observadas no ambiente escolar, sem expor individualmente os estudantes envolvidos em conflitos.

Em seguida, foi realizado um sorteio anônimo entre os estudantes, buscando favorecer a aproximação entre colegas que apresentavam pouca interação. Cada aluno ficou responsável por observar o colega sorteado e, posteriormente, produzir uma carta contendo elogios, mensagens positivas, incentivos e aspectos que valorizassem o destinatário.

A produção da carta foi compreendida não apenas como uma atividade de escrita, mas como uma situação comunicativa concreta. O estudante deveria considerar seu interlocutor, selecionar informações e palavras adequadas e organizar uma mensagem capaz de transmitir uma intenção positiva. Dessa forma, o gênero textual carta foi utilizado como instrumento de produção escrita e, simultaneamente, como recurso para o desenvolvimento da empatia e da comunicação respeitosa.

Durante a elaboração das mensagens, buscou-se estimular os estudantes a substituir julgamentos e comentários depreciativos por formas de expressão positivas e respeitosas. Essa orientação aproximou a atividade dos princípios da Comunicação Não Violenta, ao incentivar a percepção do outro, a valorização de suas características e a expressão de sentimentos e desejos sem recorrer a ofensas ou julgamentos.

Ao final, ocorreu a troca das cartas. Esse momento possibilitou observar as reações dos estudantes diante das mensagens recebidas e permitiu refletir sobre o modo como o reconhecimento positivo do outro poderia contribuir para a aproximação entre os integrantes da turma.

Durante todo o desenvolvimento da proposta, foram consideradas as falas, reações, comportamentos e o envolvimento dos alunos. Esses registros e observações constituíram elementos para a reflexão qualitativa acerca das potencialidades da atividade, especialmente em relação à convivência, à empatia, à comunicação, à produção textual e à participação dos estudantes.

3 ANÁLISE DA EXPERIÊNCIA PEDAGÓGICA

A realização da "Cápsula do Presente" evidenciou que uma proposta pedagógica aparentemente simples, como escrever uma carta para um colega, pode mobilizar diferentes dimensões do processo educativo. A atividade permitiu trabalhar simultaneamente aspectos relacionados à convivência, à formação socioemocional e à linguagem, estabelecendo uma relação entre aquilo que os estudantes vivenciavam no cotidiano e os conhecimentos desenvolvidos no espaço escolar.

A discussão inicial sobre *bullying* contribuiu para que os estudantes refletissem sobre comportamentos que podem afetar negativamente outras pessoas. Mais do que apresentar uma definição do fenômeno, buscou-se estimular a percepção de que determinadas palavras, brincadeiras e atitudes podem provocar sentimentos de tristeza, constrangimento ou exclusão. Essa reflexão mostrou-se importante porque situações de agressividade podem, muitas vezes, ser naturalizadas pelos próprios estudantes sob a justificativa de que se tratava apenas de uma brincadeira.

Nesse sentido, a atividade aproximou-se da perspectiva de uma cultura de paz ao deslocar o foco da punição para a reflexão e para a construção de alternativas de convivência. Trabalhar a paz no ambiente escolar significa criar oportunidades para que os estudantes aprendam a lidar com diferenças e conflitos por meio do diálogo, da cooperação e do reconhecimento da dignidade do outro.

A Comunicação Não Violenta também se mostrou pertinente nesse processo. Ao solicitar que cada estudante produzisse uma mensagem positiva para outro colega, a atividade criou uma

situação na qual a linguagem deveria ser utilizada como instrumento de aproximação. O aluno precisou observar o outro, identificar características positivas e transformá-las em palavras. Esse movimento pode parecer simples, mas representa uma mudança importante em relação às interações marcadas por apelidos, provocações ou julgamentos.

A proposta possibilitou, portanto, uma experiência de comunicação em que o outro deixou de ser apenas alguém com quem se disputa, brinca ou entra em conflito e passou a ocupar o lugar de destinatário de uma mensagem de valorização. Tal movimento favorece o desenvolvimento da empatia, entendida como a capacidade de considerar perspectivas, sentimentos e características de outras pessoas.

Outro aspecto relevante foi a utilização da carta como gênero textual. A atividade permitiu trabalhar a produção escrita em uma situação comunicativa real, na qual os estudantes possuíam um destinatário definido e uma finalidade clara para seus textos. A escrita, dessa maneira, adquiriu sentido para além do cumprimento de uma tarefa escolar.

A produção textual também abriu espaço para a criatividade. Os estudantes puderam escolher as palavras, os elogios e a forma de construir suas mensagens, imprimindo características pessoais às cartas. A criatividade, nesse contexto, não se restringiu ao aspecto estético do texto, mas esteve relacionada à capacidade de encontrar diferentes maneiras de expressar sentimentos, reconhecer qualidades e estabelecer uma comunicação positiva.

Essa experiência também se relaciona à aprendizagem significativa, pois os conteúdos trabalhados foram associados a situações concretas da vida dos estudantes. Conceitos como respeito, empatia, convivência e comunicação foram discutidos a partir de experiências que faziam parte da realidade da própria turma. Paralelamente, conhecimentos relacionados à produção textual foram mobilizados em uma atividade que apresentava finalidade e interlocutor definidos.

A aprendizagem, portanto, ocorreu de maneira integrada: enquanto aprendiam a produzir um gênero textual, os estudantes eram convidados a refletir sobre suas relações. Enquanto discutiam a convivência, utilizavam a linguagem escrita para colocar em prática uma forma diferente de se relacionar. Essa articulação entre conhecimento escolar e experiência cotidiana amplia as possibilidades de atribuição de significado à aprendizagem.

A escolha da atividade também se mostrou especialmente significativa por ocorrer no último ano dos estudantes na escola. A “Cápsula do Presente” assumiu, assim, um caráter simbólico, permitindo que os alunos registrassem aquilo que desejavam dizer aos colegas

naquele momento de encerramento de um ciclo. As cartas passaram a representar não somente produções textuais, mas registros de uma experiência coletiva e das relações construídas ao longo da trajetória escolar.

Nesse sentido, a proposta evidenciou que práticas pedagógicas voltadas às relações humanas não precisam estar dissociadas dos objetivos de aprendizagem. Ao contrário, podem integrar diferentes conhecimentos e favorecer experiências nas quais o estudante aprende por meio da participação, da reflexão e da interação com seus pares.

A experiência também contribuiu para a formação docente das bolsistas do PIBID, uma vez que possibilitou compreender que o planejamento pedagógico deve partir da observação sensível da realidade da turma. As situações de conflito observadas não foram compreendidas somente como problemas disciplinares, mas como indicadores de uma necessidade pedagógica: criar espaços para que os estudantes pudessem aprender outras formas de se comunicar e conviver.

Figura 1: Apresentação da proposta "Cápsula do Presente" à turma.



Figura 2: Estudantes durante a exibição do vídeo sobre bullying.



Figura 3: Sorteio anônimo dos colegas para a produção das cartas.



Figura 4: Leitura da carta com apoio à estudante durante a atividade.



Figura 5: Estudantes acompanhando a leitura da carta entre colegas.



4 **CONSIDERAÇÕES FINAIS**

A experiência com a “Cápsula do Presente” demonstrou o potencial de atividades que articulam produção textual e educação para as relações humanas. A partir de uma situação concreta de convivência, foi possível desenvolver uma proposta que envolveu a discussão sobre *bullying*, a valorização da cultura de paz, a comunicação não violenta, a empatia e a escuta, ao mesmo tempo em que se trabalhou a produção do gênero textual carta e a criatividade dos estudantes.

A proposta permitiu compreender que o ensino da linguagem pode ultrapassar o domínio de estruturas formais e assumir uma função social e afetiva. Ao escrever para um colega, o estudante precisou considerar seu interlocutor, escolher o que comunicar e refletir sobre a maneira como suas palavras poderiam ser recebidas. Dessa forma, a escrita tornou-se uma prática de interação e de construção de vínculos.

Do mesmo modo, as discussões sobre *bullying* e convivência evidenciaram a importância de ações pedagógicas preventivas que contribuam para que os estudantes reconheçam os impactos de suas atitudes e desenvolvam estratégias mais respeitosas de comunicação. A construção de uma cultura de paz, nesse sentido, pode ser compreendida como um processo cotidiano, que se efetiva nas pequenas práticas de escuta, diálogo, reconhecimento e respeito.

A aproximação com a Comunicação Não Violenta contribuiu para orientar a atividade em direção a uma linguagem menos marcada por julgamentos e mais voltada ao reconhecimento do outro. A aprendizagem significativa, por sua vez, esteve presente na medida em que os conhecimentos trabalhados se relacionaram às experiências concretas dos estudantes, permitindo que conceitos como empatia, respeito e convivência fossem vivenciados e não apenas discutidos de maneira abstrata.

Assim, a “Cápsula do Presente” constituiu-se como uma experiência pedagógica que articulou dimensões cognitivas, sociais, afetivas e linguísticas. Mais do que trocar cartas, os estudantes foram convidados a olhar para seus colegas sob uma perspectiva diferente, reconhecendo qualidades e possibilidades de aproximação.

Por fim, a experiência reforçou a compreensão de que a escola possui papel fundamental na formação de sujeitos capazes de dialogar, respeitar diferenças e construir relações mais saudáveis. Nesse processo, práticas simples, intencionalmente planejadas e fundamentadas teoricamente podem criar oportunidades significativas de transformação da convivência

escolar, contribuindo para que a aprendizagem também aconteça por meio do encontro com o outro.

5 AGRADECIMENTOS

Coordenadoria de Aperfeiçoamento de Pessoal do Ensino Superior – CAPES pela concessão de bolsas do Programa de Iniciação à docência PIBID 2024-2026

A Secretaria de Educação – SEDUC da Prefeitura Municipal de Santos pela parceria com as escolas municipais

A Universidade Santa Cecília – UNISANTA pelo apoio Institucional ao Programa PIBID

6 DECLARAÇÃO DE USO DE IA

Não foram utilizadas ferramentas de IA no desenvolvimento desse artigo.

7 REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

AUSUBEL, David Paul; NOVAK, Joseph Donald; HANESIAN, Helen. *Psicologia educacional*. 2. ed. Rio de Janeiro: Interamericana, 1980.

BAKHTIN, Mikhail. *Estética da criação verbal*. Tradução de Paulo Bezerra. 4. ed. São Paulo: Martins Fontes, 2003.

BAKHTIN, Mikhail. *Os gêneros do discurso*. In: BAKHTIN, Mikhail. *Estética da criação verbal*. Tradução de Paulo Bezerra. 4. ed. São Paulo: Martins Fontes, 2003. p. 261-306.

BRASIL. Lei nº 13.185, de 6 de novembro de 2015. Institui o Programa de Combate à Intimidação Sistemática (*Bullying*). Brasília, DF: Presidência da República, 2015.

FREIRE, Paulo. *Pedagogia da autonomia: saberes necessários à prática educativa*. São Paulo: Paz e Terra, 1996.

MARCUSCHI, Luiz Antônio. *Produção textual, análise de gêneros e compreensão*. São Paulo: Parábola Editorial, 2008.

ROSENBERG, Marshall B. *Comunicação não-violenta: técnicas para aprimorar relacionamentos pessoais e profissionais*. São Paulo: Ágora, 2006.

ROSENBERG, Marshall B. *Nonviolent communication: a language of life*. 2nd ed. Encinitas, CA: PuddleDancer Press, 2003.

YOUTUBE. *Você sofreu bullying na escola?* YouTube, 9 set. 2023. Disponível em: https://www.youtube.com/watch?v=u5wmzXSH4kQ. Acesso em: 9 ago. 2026.