

ALPHA, A GERAÇÃO HIPERCONECTADA E A EDUCAÇÃO EMOCIONAL

Beatriz Lopes Zanbello¹, Ana Paula Borges Castardo², Regiane da Silva Macuch³

¹ Graduanda de Pedagogia, Campus Maringá/PR, Universidade Cesumar - UNICESUMAR.
Bolsista PIBIC/ICETI-UniCesumar. beatriz.lopes.zanbello@gmail.com

² Coorientadora, Mestre em Gestão do Conhecimento nas Organizações, Unicesumar. ana.castardo@gmail.com

³ Orientadora, Doutora em Ciências da Educação pela Universidade do Porto, Portugal. Docente do Programa de Pós-Graduação em Promoção da saúde e de Gestão do Conhecimento nas Organizações, UNICESUMAR. rmacuch@gmail.com

RESUMO

A denominada Geração Alpha é constituída por todos os cidadãos nascidos a partir do ano de 2010. Estudos afirmam que esta geração é a primeira 100% tecnológica e hiperconectada, no entanto, apesar de todas as tecnologias ofertadas, a mesma carece de habilidades socioemocionais. Para que a aprendizagem de habilidades socioemocionais ocorra entre jovens, é preciso que a mesma seja oferecida. Nesse sentido, o papel da educação socioemocional visa desenvolver competências e habilidades que promovam pessoas aptas e confiantes para lidar com frustrações, temores e aflições. Assim, este estudo tem como objetivo discutir sobre a educação socioemocional dos indivíduos da geração alpha frente ao mundo cada vez mais tecnológico. A metodologia utilizada enquadra-se no paradigma da pesquisa qualitativa, por meio de revisão bibliográfica sobre o tema. Como resultados obteve-se que essa geração referida necessita de uma educação plena e humanizadora, que preze pela educação integral. Para isso, viu-se a necessidade de educar emocionalmente, buscando formar o ser de maneira integral.

PALAVRAS-CHAVE: Geração Alpha, Hiperconexão, Habilidades Socioemocionais.

1 INTRODUÇÃO

Ao longo da história da humanidade sempre ocorreram transformações, mas o atual avanço científico e tecnológico vem influenciando de maneira irreversível a vida do ser humano. Os rápidos avanços em tecnologia nos diversos campos da ciência tem levado a profundas distinções entre gerações.

A primeira geração que nasceu 100% tecnológica e hiperconectada está sendo impactada pela presença massiva das tecnologias digitais. Denominada Geração Alpha, envolve todas as crianças que nasceram a partir do ano de 2010 (CARTER, 2016; MCCRINDLE, 2015). Geração de pensamentos e habilidades mais aceleradas que as gerações anteriores que nasceu em contato direto com as telas e que está sendo formada por meio de um mundo virtualizado.

É a primeira geração que apresenta necessidade extrema de mudanças no sistema escolar, uma vez que o ensino tradicional não contempla as demandas atuais desse grupo de pessoas. A educação tradicional foca em saberes fragmentados, conectados com memorização e repetição de conteúdos. Provas, testes, problemas e exercícios podem gerar nota, mas não guiarão o aluno Alpha em seu desenvolvimento integral e gerando competências para os desafios do século XXI.

Um desses desafios diz respeito ao desenvolvimento de competências socioemocionais. O mundo atual exige criatividade, inovação e a educação precisa ultrapassar barreiras para incorporar estratégias pedagógicas condizentes com a formação desse novo sujeito. A educação socioemocional precisa ser ofertada objetivando a promoção do constante exercício de compreensão dos sentimentos para que os sujeitos criem repertórios para lidar com as emoções de si e do outro.

Atitudes e habilidades de controle emotivo perante são a base da educação socioemocional. Mas como promover tais competências em um mundo hiperconectado e de pouca interação social presencial, principalmente, em tempos de pandemia?

Na intenção de responder a essa pergunta, este artigo de revisão de literatura foca-se na compreensão de quem é a geração ALPHA hiperconectada e em como educação emocional, por meio da escola, pode contriuir para a formação do cidadão do século XXI.

2 MATERIAIS E MÉTODOS

A metodologia deste estudo enquadra-se na abordagem da pesquisa qualitativa. Este estudo investigou produções científicas sobre a temática educação emocional e geração alpha por meio da busca de material para análise nas seguintes bases de dados: Portal de Periódicos Capes (Coordenação de Aperfeiçoamento de Pessoal em Nível Superior), Biblioteca Scielo (Scientific Electronic Library Online), Google Acadêmico, Biblioteca Digital da Unicesumar (BDU) e portal LILACS (Literatura Latino-Americana e do Caribe de Informação em Ciências da Saúde). A busca ocorreu por meio de palavras-chave como: Geração Alpha, Hiperconexão, Habilidades Socioemocionais. Levou-se também em consideração os dados da Sociedade Brasileira de Pediatria (SBP) para análise de informações sobre a temática como saúde mental, tecnologias, comportamentos, ansiedade e depressão.

3 RESULTADOS E DISCUSSÕES

3.1 Quem são os sujeitos hiperconectados?

Alpha é a primeira letra do alfabeto grego e possui significado de início. Os Alphas são sujeitos que nasceram a partir do ano de 2010 cercados por tecnologias e que estão estimulados vinte quatro horas por dia, com jogos, vídeos, mídias sociais, aplicativos, entre outras tecnologias digitais. Segundo Mark McCrindle e Ashley Fell, a geração Alpha é aquela:

nascida e moldada totalmente no século 21, e a primeira geração que veremos em números recordes no século 22 também. Eles estão logados e conectados, são conhecidos como “nativos digitais”. Eles são a geração mais dotada materialmente e tecnologicamente alfabetizada que já agraciou o planeta. (MCCRINDLE; FELL, 2021).

Desse modo, os referidos autores consideram que esta geração inicia um novo ciclo da vida humana, são a primeira geração nascida no século XXI. Imersos em tecnologia, são capazes de usar e manipular conteúdos do ciberespaço de maneira autônoma e independente (CAMBOIM; BARROS, 2010). Por serem nativos digitais, recebem excesso de estimulação sensorial, no entanto, recebem pouquíssima educação emocional.

Filhos Geração Y, aqueles nascidos entre 1980 e 1995, uma das características da geração Alpha é que os contextos familiares são menores, com famílias de apenas um filho. Assim, suas rotinas costumam ser corridas e sobrecarregadas de atividades e a hiperconexão¹ passa de pai para filho.

Durante muito tempo a criação dos filhos era responsabilidade dos pais, a partir da revolução industrial, esses saíram para trabalhar fora do contexto doméstico e a

¹ Hiperconexão é um termo que não está oficialmente definido nos dicionários brasileiros, no entanto, especialistas como Uppertools (2016); Amaral (2015) e Young; Abreu (2018) referem-se a hiperconectividade como o ato da pessoa estar conectada o tempo todo a algum dispositivo tecnológico, como smartphones, notebooks, computador, entre outras opções.

educação acabou sendo terceirizada. Nesse sentido, nos dias atuais, a própria sociedade e a infraestrutura das cidades contemporâneas não permitem às crianças a exploração na natureza, o brincar na rua, o interagir com outras crianças de forma livre, espontânea e sem supervisão. Hoje, são as telas que educam, brincar na natureza ou em lugares públicos tornou-se mais restrito e as telas tornaram-se na principal cuidadora das crianças (MARTURANO, 2006, p. 498).

3.2 Hiperconectividade: prejuízos ou benefícios?

Um dos problemas da hiperconexão é o isolamento social, uma vez que ela tira o foco do aqui e agora. Tudo parece ser urgente, e isso faz com que as pessoas passem a acessar grande quantidade de informações porque sentem que se não o fizerem, estão perdendo algo importante.

Sobre tal, o físico espanhol Alfons Cornellá em 1996 criou o termo **infointoxicação**, sendo a junção de informação e intoxicação. Nesse contexto, sintomas como dispersão, estresse e ansiedade aparecem com destaque (MAYA, 2020). A expressão *FoMo (Fear of Missing out)* representa medo de perder as atualizações e postagens recentes, gerando uma espécie de compulsão pela checagem constante das redes sociais digitais (PERALTA, 2018).

Desse modo, a dependência das redes sociais digitais pode ser tão ou mais viciante que o uso de cigarro e álcool (RSPH, 2017), entre outros prejuízos. O aumento de problemas nos relacionamentos sofre pelo impacto relativo ao tempo que as pessoas dedicam às redes sociais digitais (ELPHINSTON; NOLLER, 2011).

Para detectar a hiperconexão, sinais frequentes podem ser identificados, como: a) necessidade de saber o que estão falando na internet; b) ansiedade constante quanto ao número de pessoas que o acompanham nas redes sociais digitais, ou quando alguém o exclui de seus contatos; c) alta irritabilidade e ansiedade quando não pode checar seu celular ou seu computador; d) diminuição das relações e atividades no mundo real; deixar compromissos pessoais e profissionais para ficar na internet; e) manter-se conectado o tempo todo e, f) mentir sobre o tempo que passa conectado para evitar críticas (PIMENTA, 2016, p. 1).

Geralmente o sujeito hiperconectado estabelece comparação do próprio corpo com imagens idealizadas e editadas na Internet. Essa comparação influencia o aumento da prevalência de transtornos alimentares, como bulimia e anorexia (Holland, Tiggemann, 2016).

Outro aspecto a ser salientado diz respeito ao aparecimento do *cyberbullying*. Esse pode ser caracterizado como prática ou recebimento de atos de violência física e psicológica de forma repetida e intencional pela internet (BREWER; KERSLAKE, 2015).

A Sociedade Brasileira de Pediatria (SBG, 2020) apresenta alguns alertas sobre o uso excessivo de tecnologias digitais por crianças. No Quadro 1 destacam-se esses aspectos.

Quadro 1: Impacto na saúde das crianças pelo uso excessivo de tecnologias digitais

- Dependência digital e uso problemático das mídias interativas;
- Problemas de saúde mental: irritabilidade, ansiedade e depressão;
- Transtornos do déficit de atenção e hiperatividade (TDAH);
- Transtornos do sono;
- Transtornos de alimentação: sobrepeso/obesidade e anorexia/bulimia;
- Sedentarismo e falta da prática de exercícios;
- Bullying e cyberbullying;
- Transtornos da imagem corporal e da autoestima;

- Riscos da sexualidade, nudez, sexting, sextorsão, abuso sexual, estupro virtual;
- Comportamentos autolesivos, indução e riscos de suicídio;
- Aumento da violência, abusos e fatalidades;
- Problemas visuais, miopia e síndrome visual do computador;
- Problemas auditivos e perda auditiva induzida pelo ruído;
- Transtornos posturais e músculo-esqueléticos;
- Uso de nicotina, *vaping*, bebidas alcoólicas, maconha, anabolizantes e outras drogas.

Fonte: Sociedade Brasileira de Pediatria (2020)

Ainda com relação a hiperconexão de crianças, Stronge et al. (2015) reportam diferentes **efeitos negativos** como aumento de ansiedade e depressão. Esses efeitos provocam dificuldades para dormir, se divertir, estudar e focar; piora da qualidade do sono, aumento do cansaço crônico e piora da satisfação com a imagem corporal.

Desse modo, as tecnologias digitais em excesso oferecem riscos às crianças diante da falta de maturação neurológica, social e emocional (Knorr, 2017, p. 122). Portanto, para a geração Alpha, fatores cruciais sobre a conexão digital devem focar na alfabetização midiática (literacia digital) e na mediação parental.

A Alfabetização Midiática e Informacional reconhece o papel fundamental da informação e da mídia em nosso dia a dia. Está no centro da liberdade de expressão e informação, já que empodera cidadãos a compreender as funções da mídia e outros provedores de informação, a avaliar criticamente seus conteúdos e, como usuários e produtores de informação e de conteúdos de mídia, a tomar decisões com base nas informações disponíveis (UNESCO, 2014, p.11).

A tal geração, necessita de tecnologias em seu dia a dia, uma competência essencial para educação é saber mediar os benefícios dessa conectividade, como: A possibilidade do aprendizado por meio do acesso às informações e experiências compartilhadas (Maslen, Lupton, 2018; Ridout, Campbell, 2018). A formação de comunidades online para apoio emocional pode ser salientada para a facilitação na comunicação de sentimentos e formação da identidade. (Wiederhold, 2013; Eckert et al., 2017), entre outros benefícios. No entanto, esses benefícios voltam-se para a população adulta, isto é, se a mesma souber tirar proveito.

3.3 Literacia digital e educação emocional da Geração Alpha

A geração Alpha necessita de uma educação que fomente a formação integral do sujeito, isto inclui a literacia digital e a educação emocional para além da mediação parental diante do mundo cada vez mais conectado digitalmente. Para Lucia Velloso Maurício, conselheira da Fundação Darcy Ribeiro, a educação integral “reconhece a pessoa como um todo e não como um ser fragmentado (...) esta integralidade se constrói através de linguagens diversas, em variadas atividades e circunstâncias (MAURÍCIO, 2009, p. 54-55).

Assim, para abordar a ideia de educação emocional por meio da escola em tempos de pandemia é preciso reconhecer os conceitos de inteligência emocional, competência emocional e educação emocional. Principalmente porque existem distinções entre eles que, muitas vezes, são confundidas.

Os psicólogos Peter Salovey e John Mayer, pioneiros na temática, definiram no ano de 1990 a Inteligência Emocional como conjunto de habilidades na gerência de sentimentos e emoções, bem como na capacidade de valorizar, perceber, expressar, compreender, regular e acessar as mesmas (SALOVEY; MAYER, 1990). A inteligência emocional se dá por meio de quatro fases: 1) percepção das emoções; 2) integração

emocional: ocorre quando emoções entram no sistema cognitivo; 3) compreensão emocional, o ser necessita compreender o que sente e, 4) regulação emocional (MAYER, CARUSO E SALOVEY, 2000).

Já a competência emocional coloca ênfase na interação entre pessoa e ambiente, conferindo maior importância à aprendizagem e ao desenvolvimento. Portanto, com aplicações psicoeducativas imediatas (BISQUERRA; PÉREZ-ESCODA, 2007). Salovey e Sluyter (1997) destacaram que as dimensões básicas das competências emocionais são autoconsciência emocional, gerenciamento de emoções, automotivação, empatia e habilidades sociais.

Quanto ao constructo educação emocional, esse corresponde a um processo educativo contínuo que pretende potencializar o desenvolvimento de competências socioemocionais (BISQUERRA, 2012). A educação emocional tem como elemento essencial o desenvolvimento integral da pessoa.

O ser humano, quando emocionalmente educado, é capaz de lidar com suas emoções e criar maior qualidade de vida para si e para seu entorno. Tal educação propicia criar amplitude nas relações intrapessoais e interpessoais, possibilitando gerir melhor as emoções para viver em sociedade. O conceito da educação socioemocional surgiu em 1990, mas sua importância ganhou destaque com Daniel Goleman em meados dos anos 2001:

O domínio no campo emocional é difícil porque as aptidões precisam ser adquiridas exatamente no momento em que as pessoas em geral estão menos capazes de receber nova informação e aprender novos hábitos de resposta — quando estão perturbadas. Treiná-las nesses momentos de ajuda é essencial (GOLEMAN, 2001, p. 280).

Desse modo, a educação socioemocional contempla 5 competências:

1) Autoconsciência (compreensão das emoções); 2) Autogestão: Habilidade de regular emoções; 3) Consciência social: Respeitar culturas e origens; 4) Manter relacionamentos saudáveis e duradouros; 5) Tomada de decisão responsável; (4) Habilidades de relacionamento são as ferramentas de que as crianças precisam para estabelecer e manter relacionamentos saudáveis e gratificantes; e, (5) Habilidades na tomada de decisão responsável (CASEL, 2003, p.1).

Importante destacar que todos os autores referidos destacam que a escola deve desenvolver competências socioemocionais, que estão ligadas ao desempenho do aluno não só no contexto escolar, mas para a vida em sociedade. As emoções podem auxiliar ou atrapalhar o processo de aprendizagem, uma vez que os processos emocionais e socioemocionais afetam o aprendizado, uma vez que não se aprende sem emoção.

Nesse contexto, a Sociedade Brasileira de Pediatria faz diversas recomendações sobre a promoção da saúde mental das crianças.

Quadro 2: Recomendações da Sociedade Brasileira de Pediatria para a promoção de saúde mental de crianças

- Promover nas crianças o bem-estar, através do autocuidado e apoio social;
- Os responsáveis devem estabelecer limites de maneira empática;
- Promover conexão das crianças, com amigos e familiares (por meio de cartas e ligações)
- Informar sobre a pandemia em linguagem própria, conforme a idade;
- Limitar a exposição de notícias inadequadas;
- Incentivar a autorregulação infantil;
- Promover atividade que desenvolvam a autonomia;
- Enfatizar sentimentos de esperança;
- Procurar ajuda profissional se às alterações emocionais persistirem;

Fonte: Sociedade Brasileira de Pediatria, 2020.

No entanto, uma das principais ações dos docentes em tempos de pandemia tem sido conseguir transmitir conteúdos mínimos para aprendizagem e ainda oferecer assistência emocional aos seus alunos. Desse modo, como o professor pode promover a saúde mental e emocional de crianças e adolescentes em sala de aula remota se neste momento de pandemia ele precisa planejar e estudar ainda mais para alcançar os objetivos de ensino voltados para a aprendizagem dos alunos? Como ele se apropria de novas metodologias e tecnologias que busquem integrar o aluno à sua aprendizagem?

Será mesmo que o professor deve trabalhar as questões emocionais com crianças e adolescentes em contexto de sala de aula presencial e virtual?

Sim, ele precisa!! E uma das estratégias para trabalhar tal educação emocional consiste em manter relacionamentos e interações com os alunos, mesmo em contexto remoto. O professor pode criar metodologias para que todos os alunos participem e interajam, podem ser salas de bate papo abertas para conversar sobre aspectos emocionais e dificuldades com o ensino, por exemplo. Nessas, a ideia é ouvir e reconhecer as dificuldades das crianças para a busca de soluções em conjunto com pais e outros profissionais.

Exercícios de meditação e respiração ou atividades de autoconhecimento em aula podem promover paz, calma, harmonia e relaxamento para as crianças. Pautas para roda de conversas sobre temas como ansiedade, depressão e suicídio podem promover um constante exercício para o autoconhecimento e apoio emocional, tanto para as crianças como para os pais (POSSEBON, 2018, p. 56).

Outra estratégia são os trabalhos em grupo que envolvam interações entre alunos-alunos e alunos-professores. Grupos de discussão para os alunos interagirem além do aprendizado acadêmico dos conteúdos pode fornecer oportunidades para que os mesmos construam confiança, sincronia, apoio e sintonia nos relacionamentos com colegas em interações semelhantes ao que experimentaríamos na escola (PITTIS, 2020, p.1).

Atividades autorreflexivas, auxiliam na identificação dos sentimentos, uma vez que alunos que apresentam ansiedade e estresse possuem dificuldades de concentração, o que pode gerar frustração pelo trabalho escolar. Essas atividades podem ser tratadas de maneira interdisciplinar nas aulas, como escrita de cartas, confessionários e diários porque oportunizam o compartilhamento de sentimentos.

O professor pode ainda propor atividades de autorregulação, oportunizando meios para que o aluno identifique sentimentos e construa habilidades e repertórios para lidar com esses sentimentos. Conversas e debates sobre diversidade e empatia são cruciais para o desenvolvimento de competências emocionais (ALZINA; GONZÁLEZ; NAVARRO, 2015).

E, diante do contexto pandêmico causado pelo Coronavírus SARS-CoV-2, apoiar as famílias sobre a compreensão do ensino remoto e suas dificuldades se tornou necessidade premente. Com isso, o sistema escolar está criando oportunidades para que as crianças desenvolvam e aprendam sobre como desenvolver habilidades socioemocionais (GONÇALVES, 2020).

4 CONSIDERAÇÕES FINAIS

A Geração Alpha, por nascerem conectados, possuem necessidade imediata de construção de habilidades tanto emocionais, quanto de educação midiática. A tecnologia está presente na vida desses jovens e este tem necessitado da conectividade para seu aprendizado escolar. A escola não pode esquecer que sua função é educar e alfabetizar

para o mundo, portanto, necessita promover mais do que informação, precisa trabalhar a educação emocional que assegure mais segurança tecnológica aos jovens hiperconectados.

As emoções estão diretamente ligadas ao sucesso do aprendiz, não apenas no contexto escolar, mas como cidadão, visto que o mundo, para além da força de trabalho, precisa de sujeitos emocionalmente educados. O sujeito age segundo suas emoções e essas emoções podem potencializar seu aprendizado ou não, portanto, a escola precisa promover o desenvolvimento de tais competências nos alunos. Desse modo, a educação emocional na escola, além de formar jovens com habilidades para o mundo tecnológico, precisa desenvolver competências para a gestão de sentimentos e emoções, bem como a capacidade de acessar, compreender, expressar e regular essas emoções e sentimentos.

A geração Alpha necessita de educação plena e humanizadora, e, diante da pandemia, a educação socioemocional torna-se a chave para o desenvolvimento do aluno-cidadão capaz de viver em sociedade. A educação socioemocional pode promover sujeitos que respeitem diversidades, saibam lidar e compreender sentimentos alheios, desenvolver autogestão, tomada de decisão responsável e solidariedade. A pandemia não acabou e nesse contexto, a educação se reinventa para cumprir sua função social, que é educar. Nesse sentido, promover a educação socioemocional é criar formas para a superação perante contextos incertos que geram vulnerabilidades.

REFERÊNCIAS

ALZINA, Rafael Bisquerra; GONZÁLEZ, Juan Carlos Pérez; NAVARRO, Esther García. **Inteligencia Emocional en Educación**. Madrid: Síntesis, 2015.

AMARAL, L. Excesso de informações pode prejudicar a memória e tomadas de decisão. **Estadão**. 13/10/2015. Disponível em: <https://emails.estadao.com.br/noticias/bem-estar,excesso-de-informacoes-pode-prejudicar-memoria-e-tomadas-de-decisoes,10000000331> Acesso em: 30/03/2020.

BISQUERRA, R. (Coord.) ¿Cómo educar las emociones?. **La inteligencia emocional en la infancia y la adolescencia**. Faros: Cuadernos, 2012.

BISQUERRA, R.; PÉREZ-ESCODA, N. **Las competencias emocionales**. Facultad de Educación. UNED Educación XXI. 10, 2007, pp. 61-82. Disponível em: <http://e-spacio.uned.es/fez/eserv/bibliuned:EducacionXXI-2007numero10-823/Documento.pdf> . Acesso em 17/04/2021.

BARNES, V. A.; BAZUZA, L. B.; TREIBER, F. A. **Impact of stress reduction on negative school behavior in adolescents**. Health and Quality of Life Outcomes, v. 1, n. 10, p. 1-7, apr. 2003.

BREWER, G.; KERSLAKE, J. (2015). **Cyberbullying, autoestima, empatia e solidão**. Computers. Human Behavior, 48, 255. Disponível em: <https://doi.org/10.1016/j.chb.2015.01.073>

CASEL. Collaborative for Academic, Social and Emotional Learning. **SEL Competences**. University of Illinois at Chicago: Chicago, 2006. Disponível em: http://www.casel.org/about_sel/SELskills.php. Acesso em: 30/03/2021

CAMBOIM, A.F.L.; BARROS, A.C.P. Relacionamento Mercadológico com os Cibernativos na Internet. In: **Anais do XII Congresso de Ciências da Comunicação na Região Nordeste**. V. 1. São Paulo: Intercom, 2010.

ECKERT, S.; SOPORY, P.; DAY, A.; WILKINS, L.; PADGETT, D.; NOVAK, J.; NOYES, J.; NYKA, A.; VANDERFORT, M.; GAMHEWAGE, G. Health-related disaster communication and social media: Mixed-method systematic review. **Health Communication**, 33(12), 1389, 2017.

ELPHINSTON, B., Time to Face It! Facebook Intrusion and the Implications for Romantic Jealousy and Relationship Satisfaction. 14/11/2011. Disponível em: [file:///C:/Users/andre/Downloads/ElphinstonNoller_2011%20\(2\).pdf](file:///C:/Users/andre/Downloads/ElphinstonNoller_2011%20(2).pdf) Acesso em: 14/02/2021.

GOLEMAN, D.; **Inteligência emocional: a teoria revolucionária que define o que é ser inteligente**. 45. ed. Rio de Janeiro: Objetiva, 2001.

GONÇALVES, J.; MIRANDA, M. GONÇALVES J. **Uma reflexão sobre a parceria da família e escola em tempos de COVID-19: Aspectos pedagógicos, econômicos e jurídicos**. Revista Científica Multidisciplinar Núcleo do Conhecimento. Ano 05, Ed. 11, Vol. 06, pp. 141-154. Novembro de 2020. ISSN: 2448-0959, Link de acesso: <https://www.nucleodoconhecimento.com.br/educacao/economicos-e-juridicos>. Acesso em: 25/03/2021.

GUERRA, N.; MODECKI, K.; CUNNINGHAM, W. **Developing Social-Emotional Skills for the Labor Market: The Practice Model**. Disponível em: <https://openknowledge.worldbank.org/handle/10986/20643> Acesso em: 24/09/2020.

HAWRYLUCK, L.; GOLD W.L.; ROBINSON, S.; POGORSKI, S.; GALEA, S.; STYRA, R. SARS control and psychological effects of quarantine. **Emerg Infect Dis**. 2004, 10 (7):1206-12.

HOLLAND, G. TIGGEMANN, M. A systematic review of the impact of the use of social networking sites on body image and disordered eating outcomes. **Body image**, v. 17, p. 100, 2016.

KNORR, S. R.; LEANDRO, M. S.; ROBERTO, C. P. S.; YOSHIRO, M. I.; **Nível de Maturidade Tecnológica: uma sistemática para ordenar tecnologias**. Disponível Em: http://seer.cgee.org.br/index.php/parcerias_estrategicas/article/viewFile/867/79 Acesso em: 14/04/2021.

MAIA, B.R.; DIAS, P.C. Ansiedade, depressão e estresse em estudantes universitários: o impacto da COVID-19. Estudos de Psicologia (Campinas), 37, 2020. Disponível em: <http://dx.doi.org/10.1590/1982-0275202037e200067>

MALDINI, G., **Crianças podem desenvolver transtornos mentais na pandemia**. Faculdade de Medicina (UFMG). Disponível em: <https://www.medicina.ufmg.br/criancas-podem-desenvolver-transtornos-mentais-na-pandemia/>. Acesso em: 10/03/2021.

MASLEN, S.; LUPTON, D. You can explore it more online: a qualitative study on Australian women's use of online health and medical information. **BMC Health Services Research**, 18(916), 1-10, 2018.

MASTEN, A. S.; GARMEZY, N. (1985) Risk, vulnerability and protective factors in developmental psychopathology. In Lahey, B.B.; Kazdin, A. E. **Advances in clinical child psychology 8** (pp.1-52) New York: Plenum Press, 1985.

MAURICIO, L. V. **Políticas públicas, tempo, escola**. In: COELHO, L. M. C. C. (Org.). Educação integral em tempo integral: estudos e experiências em processo. Petrópolis, RJ: De Petrus et Alii, 2009, p. 54-55.

MARTURANO EM. **O inventário de recursos do ambiente familiar**. *Psicol Reflexão Crítica* 2006; 19(3):498.

MAYA, A. K.; CASTRO, S. B.; AMARAL, M. C.. **Infoxicção, políticas públicas e educação**. 2020. Disponível em: file:///C:/Users/andre/Downloads/4137-Texto%20do%20artigo-16978-1-10-20200604.pdf Acesso em: 18/03/2021.

MAYER, J.; CARUSO, D. R.; SALOVEY, P. Emotional intelligence meets traditional standards for an intelligence. **Intelligence**, 27(4),267-298, 2000.

MAYER, J. D.; SALOVEY, P. What is emotional intelligence? In P. Salovey; D. J. Sluyter (Eds.), **Emotional Development and Emotional Intelligence: Implications for Educators**. New York: Basic Books, pp. 3-31, 1997.

MCCRINDLE, M.; FELL, A. **Generation Alpha: understanding our children and helping them thrive**. McCrindle Research Pty Ltd, 2021.

MCCRINDLE, M. **Generation alpha: mark mccrindle Q & A with the New york times**. Baulkham Hills, Australia 2015. Disponível em: <https://mccrindle.com.au/insights/blog/generation-alpha-mark-mccrindle-q-new-york-times>. Acesso em: 07/02/2021.

NAPOLI, M.; KRECH, P. R.; HOLLEY, L. C. Mindfulness training for elementary school students: the attention academy. **Journal of Applied School Psychology**, v. 21, n. 1, p. 99-115, 2005.

PERALTA, G. **Fear of Missing Out (FoMO)**. Disponível em: <https://medium.com/giovana-peralta/fear-of-missing-out-fomo-82a50a7d119d>. Acesso em: 08/02/2021.

PIMENTA, T. **Hiperconexão: você ligado em tudo ao mesmo tempo agora**. 12/09/2016. Disponível em: <https://www.vittude.com/blog/hiperconexao/> Acesso em: 19/02/2021.

PITTS. C. Three ways to support students' emotional well-being during the Pandemic. **Edutopia**. Disponível em: <https://www.edutopia.org/article/3-ways-support-students-emotional-well-being-during-pandemic>. Acesso em: 13/03/2021.

POSSEBON, Elisa Gonsalves. **Educação emocional: aplicações**. João Pessoa: Libellus Editorial, 2018.

REYNOLDS, D.L.; GARAY, J.R., DEAMOND, S.L., MORAN, M.K., GOLD, W, STYRA, R. Understanding, compliance and psychological impact of the SARS quarantine experience. **Epidemiol Infect.** 2008, 136(7):997-1007.

RIDOUT, B., CAMPBELL, A. The use of social networking sites in mental health interventions for young people: A systematic review. **Journal of Medical Internet Research**, 20(12), 1-11, 2018.

RITCHHART, R.; PERKINS, D. N. Life in the mindful classroom: nurturing the disposition of mindfulness. **Journal of Social Issues**, v. 56, n. 1, p. 27-47, 2000.

RSPH. Royal Society for Public Health. **Social media and young people's mental health and wellbeing**. May, 2017. Disponível em:
<https://www.rsph.org.uk/static/uploaded/d125b27c-0b62-41c5-a2c0155a8887cd01.pdf>

SALOVEY, P.; MAYER, J. D. Emotional intelligence. **Imagination, Cognition and Personality**. 9(3), 185–221, 1990.

SALOVEY, P.; SLUYTER, D.J. **Emotional development and emotional intelligence. educational implications**. Nueva York: Basic Books, 1997.

SAMPAIO, D. M.; **A pedagogia do ser: a educação dos sentimentos e dos valores humanos**. Petrópolis: Vozes, 2004.

SANTOS, J. O. **Educação emocional na escola: a emoção na sala de aula**. Salvador: Faculdade Castro Alves, 2000.

SBP. Sociedade Brasileira de Pediatria. **SBP atualiza recomendações sobre saúde de crianças e adolescentes na era digital**. Porto Alegre: SBP, 2020. Disponível em:
<https://www.sbp.com.br/imprensa/detalhe/nid/sbp-atualiza-recomendacoes-sobre-saude-de-criancas-e-adolescentes-na-era-digital/>

STRONGE, S.; GREAVES, L.M.; MILOJEV, P.; WEST-NEWMAN, T.; BARLOW, F. K.; SIBLEY, C. G. Facebook is linked to body dissatisfaction: Comparing users and non-users. **Sex Roles**, 73(5-6), 200-213, 2015. Disponível em:
<http://dx.doi.org/10.1007/s11199-015-0517-6>

UNESCO. **Convenção sobre a proteção e promoção da diversidade das expressões culturais**. UNESCO, 2007. Disponível em:
<http://unesdoc.unesco.org/images/0015/001502/150224POR.pdf>. Acesso em 10/09/2020.

UPPERTOOLLES, **Hiperconectividade: como ela ainda vai transformar os negócios**. Disponível em: <https://www.uppertools.com.br/blog/hiperconectividade-como-ela-ainda-vai-transformar-os-negocios/> Acesso em 26/11/2020.

YOUNG, K. S.; ABREU, C. N.; Dependência de Internet. **Manual e Guia de Avaliação e Treinamento**. Porto Alegre: Artmed, 2018.

WIEDERHOLD, B. K. In a disaster, social media has the power to save lives (Editorial). *Cyberpsychology, Behavior, and Social Networking*, 16(11), 781-782, 2013.