



INTELIGÊNCIA E EDUCAÇÃO EMOCIONAL COMO FERRAMENTAS ESSENCIAIS PARA A SOCIEDADE

INTELLIGENCE AND EMOTIONAL EDUCATION AS ESSENTIAL TOOLS FOR SOCIETY

GILDETE GONÇALVES DOS SANTOS

Graduação em Licenciatura em Pedagogia pela Faculdade Fundação Santo André (1997); Professora de Educação Infantil e Fundamental I (**período matutino**) na EMEF PROFESSOR ANTÔNIO DE SAMPAIO DÓRIA e Professora de Educação Infantil – no CEI JARDIM LUSO (**período vespertino**).

RESUMO

Na atual conjuntura, o tema Educação Emocional deve ser abordado de maneira ampla e, mormente, praticado nos vínculos sociais, dentro e fora da escola. Trata-se da relação entre os indivíduos e as suas emoções. A vulnerabilidade emocional pode desencadear situações e/ou reações negativas, quando, na verdade, elas podem ser resolvidas sabiamente. Na escola, um dos ambientes propícios para socialização, tende a haver conflitos diversos e esse é um dos motivos pelos quais o trabalho feito sobre esse aspecto deva ser desenvolvido com seriedade e cuidado para a concepção de ambiente saudável e harmonioso. A escolha do tema foi pensada de forma a contribuir com as discussões referentes e necessárias. Na atualidade, esse é um tema delicado e que precisa de atenção ao ser explorado e abordado constantemente em todos os âmbitos possíveis.

Palavras-chave: Educação Emocional; Inteligência; Conflitos; Amadurecimento Emocional.

ABSTRACT

In the current climate, the topic of Emotional Education should be addressed broadly and, above all, practiced in social relationships, both inside and outside of school. It concerns the relationship between individuals and their emotions. Emotional vulnerability can trigger negative situations and/or reactions,

when, in fact, they can be resolved wisely. At school, one of the environments conducive to socialization, there tend to be various conflicts, and this is one of the reasons why work on this aspect must be developed seriously and carefully to create a healthy and harmonious environment. The choice of theme was designed to contribute to the necessary discussions on the subject. Currently, this is a sensitive issue that needs attention as it is constantly explored and addressed in all possible areas.

Keywords: Emotional Education; Intelligence; Conflicts; Emotional Maturity.

INTRODUÇÃO

Quando se fala em Educação Emocional, pode-se pensar o Amadurecimento Emocional como um resultado a esse processo de aprendizagem. Ou seja, de acordo com Wedderhoff (2017), é o crescimento emotivo-intelectual do ser humano, suas reações físicas (agradáveis ou não). Diante disso, é preciso desenvolver-se habilidades nos relacionamentos interpessoais, numa forma de se aprender novas maneiras de agir emocionalmente num processo de construção permanente, originado na família, passando pela escola e continuando por toda a vida. Isso quando há o autoconhecimento do indivíduo.

As emoções nos dão consciência de quem somos, abrem-nos o horizonte, possibilitam-nos a dar valor às pessoas antes das teorias, fazendo com o que os alunos comecem a perceber que são respeitados como gente, antes mesmo de ocuparem a posição de alunos. (NUNES, 2014, p. 37-38).

Nunes retrata bem o quanto as emoções desempenham um papel crucial na vida humana e é perante o “distúrbio” emocional vigente que a discussão é válida e urgente. A presente pesquisa quer lançar luz ao tema e, quem sabe, contribuir com a cura desse mal que assola a humanidade, cada vez mais e mais rápido. A Educação Emocional está intimamente ligada à inteligência emocional, que desenvolve determinadas habilidades que auxiliam na vivência do sujeito, dando-lhe sabedoria diante de frustrações e adversidades da vida; para que atraia emoções positivas diante de situações conflituosas e que possa controlar impulsos negativos, por exemplo.

Segundo Gadotti (2017), a educação é um processo contínuo e fundamental para a humanização e socialização do indivíduo. E por isso que o estudo da Educação/Inteligência Emocional por parte dos professores é fundamental, visto que possibilita a criação de novas ferramentas, contribuindo também com novas perspectivas educacionais que possibilitam o melhoramento das relações das pessoas consigo mesmas ou com outrem. A capacidade de se perceber e perceber o outro é algo extremamente benigno, especialmente, nos dias de hoje.

A questão da educação emocional se torna mais relevante neste final de

século, pois, malgrado todo o desenvolvimento intelectual humano, apesar de todas as conquistas tecnológicas, de ter sido criada a realidade virtual, é cada vez maior a taxa de pessoas infelizes, neuróticas, frustradas, ansiosas, deprimidas ou mesmo portadoras de psicoses. (SANTOS, 2000, p. 51).

As emoções de fato estão presentes no cotidiano e no âmbito pedagógico, portanto, é fundamental gerenciá-las de modo que esse exercício habitual auxilie o profissional em sua prática relacional, de bem-estar e confiança em si mesmo, tendo em foco uma educação mais humanizada voltada à construção de um novo pensar, que parta da tomada de consciência de seus sentimentos e emoções mediante o processo de aprendizagem emocional.

O currículo, sendo um processo social, relaciona e une a cultura e a escolarização. Deve ser pensado, em especial atualmente, baseado nas competências favoráveis para evolução e maturidade sentimental, levando sempre em consideração as modificações e os efeitos sociológicos e culturais que ocorrem na sociedade, afinal o indivíduo é um ser evolutivo, em contínua mudança, pronto a aprender quando estimulado e ensinado.

Para Possebon (2017), há diferença entre emoção e sentimento, sendo a primeira produzida na dimensão somática e a outra na dimensão mental, ou seja, "... a emoção é anterior ao sentimento e o sentimento é a tomada de consciência da emoção sentida". Ele ainda classifica os tipos de emoções, que seriam: as básicas (alegria, tristeza, surpresa, nojo, medo e raiva); as secundárias (gratidão, inveja, ansiedade, esperança, ciúme e compaixão) e as autoconscientes (culpa, vergonha e orgulho).

Conflitos, emoções e distúrbios cotidianos, quando não bem administrados pelo indivíduo, muitas vezes, são levados para a sala de aula, e é o suporte afetivo que contribuirá/orientará as ações que irão embasar o desenvolvimento no processo de relação com o meio social. A capacidade do docente de trabalhar o emocional dos alunos é essencial, porque, conforme Postic (1990), é preciso perceber e aceitar o outro como ser independente, dotado de liberdade e direitos, considerando seu ponto de vista.

Diante do exposto, que a pesquisa foi pensada e elaborada, baseada em obras acadêmicas, livros, artigos e estudos referentes ao tema e que contribuem para que ele seja mais trabalhado e explorado nos mais diversos setores da sociedade contemporânea.

DESENVOLVIMENTO

Cinco competências socioemocionais são evidenciadas na Base Nacional Comum Curricular (2021), em sua Lei de Diretrizes e Bases da Educação, seus currículos e propostas pedagógicas, a serem trabalhadas, conjuntamente, com a Inteligência Emocional: Autoconsciência; Autogestão; Consciência social; Habilidades de relacionamento e Tomada de decisão responsável. Visando à proteção à saúde mental e ao bullying.

Casel (2015) pontua que investir em competências socioemocionais beneficia o aluno no desempenho escolar de modo geral e na manutenção de uma sociedade pró-social. Pensando nisso, é crucial um olhar para o *bullying* que se trata de ações violentas e intencionais e/ou repetidas, que deixam marcas que podem reverberar ao longo da vida da pessoa que foi alvo. Portanto, o educador deve ter

clareza e foco nas cinco competências já citadas, apoiar e monitorar os alunos quanto ao exercício delas. As ações anti-*bullying*, incentivadas pelo MEC, devem ser seguidas e estratégias criadas para que o aluno apresente maior conhecimento do tema abordado.

Marcos Meier e Sandra Garcia (2007), pautados em Feuerstein e Vygotsky, destacam algumas formas de mediação, no campo das competências socioemocionais, que podem ser exploradas em sala de aula:

- ✓ INTENCIONALIDADE E RECIPROCIDADE: clareza na apresentação de objetivos/metast;
- ✓ SIGNIFICADO: explicar bem conceitos e suas implicações entre si, levando a compreensão de outros conceitos de modo claro e objetivo, verificando se o aluno os compreendeu.
- ✓ TRANSCENDÊNCIA: articulação das aprendizagens FAVORECENDO O PENSAR;
- ✓ COMPETÊNCIA: promoção de auto-segurança na capacidade de aprender (motivação e autoestima);
- ✓ REGULAÇÃO E CONTROLE DO COMPORTAMENTO: apoio no controle/regulação das ações nas diferentes situações, mesmo as estressoras;
- ✓ COMPARTILHAR: manutenção e reforço do clima de respeito no ambiente escolar;
- ✓ INDIVIDUAÇÃO E DIFERENCIAÇÃO PSICOLÓGICA: valorização das diferenças, coabitar com o grupo e fortalecê-lo;
- ✓ PLANEJAMENTO E BUSCA POR OBJETIVOS: apoio na identificação de suas metas e no planejamento;
- ✓ PROCURA PELO NOVO E PELA COMPLEXIDADE: resolução de modo respeitoso situações desafiadoras;
- ✓ CONSCIÊNCIA DA MODIFICABILIDADE: busca por novos caminhos, recursos, estratégias etc., de forma a apoiar a todos os alunos;
- ✓ SENTIMENTO DE PERTENÇA: auxílio para se desenvolver o sentimento de pertencentes a um determinado grupo;
- ✓ CONSTRUÇÃO DO VÍNCULO: busca de vínculos com e entre os alunos.

Saber lidar com as próprias emoções e ter maturidade e discernimento para administrá-las, jamais deve ser algo esperado apenas por parte do estudante, normalmente crianças e adolescentes, mas também dos adultos que o cercam.

Concebemos a educação emocional como um processo educativo, contínuo e permanente, que pretende potenciar o desenvolvimento das competências emocionais, como elemento essencial do desenvolvimento integral da pessoa, com o objetivo de capacitar para a vida. Ela tem por finalidade aumentar o bem-estar pessoal e social. (BISQUERRA, 2005, p. 96).

As instituições de ensino superior devem trabalhar esse aspecto na formação dos futuros educadores, e as escolas regulares devem possuir políticas que preparem seus funcionários para que

ajam com sabedoria diante de situações difíceis que possam vir a enfrentar no seu dia a dia. O professor, por exemplo, deve ser capaz de gerenciar suas emoções e as dos seus educandos, com o intuito de evitar frustrações e descontentamento ao longo do percurso escolar.

[...] 80% do sucesso é emocional e 20% é mecânico. Isso significa que 80% vêm de como a gente lida com nossas emoções, lida com aquilo que nos acontece; 20% vêm da mecânica do seu negócio, vem da mão na massa. Por isso o gerenciamento de suas emoções é a estratégia mais importante para você ter sucesso em seu empreendimento. É preciso cultivar as emoções corretas para tirar o melhor resultado de tudo o que fizer. (CARNEIRO, 2017, p. 93)

Caso a inteligência emocional seja trabalhada habitualmente, o ambiente escolar será mais agradável e o ato de aprender se tornará mais prazeroso. Eliminando-se o perfil de lugar autoritário e intolerante, o resultado será uma significativa redução na evasão escolar.

Medo, violência e estímulo à competitividade afetam as emoções dos indivíduos, além de transformar o papel do docente cada vez mais difícil, ou impraticável. A parceria entre educador e educando é vital, porque assim como afirma Freire (1987), ambos são sujeitos no ato de recriar os conhecimentos.

A falta de equilíbrio emocional, no entanto, esvazia até mesmo o sentido de teorias e competência técnica de quem lidera a sala de aula e abre uma enorme cratera no caminho entre professor e aluno, dificultando as relações e o aprendizado num sentido geral, isto é lamentável, com certeza, e é nestas horas que uma reflexão se faz necessária. NUNES, (2014, p.7-38).

Segundo Goleman (2011), a alfabetização emocional amplia a visão dos indivíduos do que é escola. Proporcionando-lhe bem-estar, conhecimento do mundo das emoções e do autoconhecimento, o que não significa autoajuda, e sim uma mudança de paradigma para a melhoria de qualidade de vida, possibilitando a transformação pessoal. Resultando em pessoas mais conscientes e com personalidade pronta para o enfrentamento das agruras da vida.

Casassus (2009) pontua que, para se agir no mundo emocional são fundamentais competências e capacidades de estar aberto ao mundo emocional; estar atento ao saber (escutar, perceber, ponderar, nomear e dar sentido a uma ou várias emoções); conectar emoção e pensamento; compreender e analisar as informações relacionadas com o mundo emocional; regular a emoção; modular a emoção e, por fim, acolher, acalmar e apoiar o outro.

As emoções salvam-nos: as emoções fundamentais desencadeiam-se em situações que representam para nós um desafio vital em termos de sobrevivência ou de estatuto. Por exemplo, o medo ajuda-nos a fugir do perigo, a raiva a triunfar sobre os rivais, o desejo leva-nos a encontrar um parceiro para nos reproduzirmos. As emoções foram, portanto, favoráveis à sobrevivência e à reprodução de todos os antepassados da nossa espécie, o que explicaria a sua transmissão até nós. (CASANOVA; SEQUEIRA E SILVA, 2009, p. 10).

Partindo do pressuposto de que as emoções são primordiais para a vida e podem garantir a sobrevivência da pessoa, é que o estudo e prática da Educação Emocional devem receber a devida importância, a fim de agregar valores sociais e escolares. Visando uma sociedade mais harmônica e sadia física e mentalmente.

O corpo é o vetor das emoções, as quais ocorrem após determinadas situações. De acordo com Possebon (2017), é com base em um estímulo que as emoções surgem, caracterizadas por reações intensas e, relativamente, breves, provocando movimentos expressivos e sensações corporais diversas. As quais também podem ser trabalhadas conscientemente para além dos estímulos. A ansiedade, por sua vez, é uma emoção secundária que está relacionada ao processo de socialização e ao desenvolvimento da capacidade cognitiva do indivíduo.

Faz parte da Educação Emocional ter consciência dos próprios estados emocionais e dispor de recursos para gerir esses estados. Isto é, tornar-se emocionalmente educado e ser mais consciente sobre as próprias emoções, ser apto a lidar com as emoções perturbadoras e ser capaz de manter interações pessoais saudáveis. (RODRIGUES, 2015, p. 21).

Para Casassus (2009), conhecer-se e identificar as próprias emoções (descoberta de si mesmo) melhorará a administração e entendimento das emoções que são como uma vibração sentida pelo corpo, dependendo do acontecimento (agradável provoca felicidade, desagradável resulta em raiva); portanto, é importante aprender a reconhecer, aceitar as emoções como elas são e explorá-las para aquisição de competência emocional.

As emoções estão presentes desde a evolução e são parte significativa da vida do ser humano, para o desenvolvimento, presentes como elemento importante que interage com o processo cognitivo. Sendo a escola o primeiro local de socialização e formação dos indivíduos, a abordagem sobre o tema deve ser freqüente e habitual. É importante salientar que a Educação Emocional procura trilhar caminho até a realização social, na qual as normas respeitam a individualidade e são elaboradas de acordo com o reflexo de cada indivíduo.

A inteligência emocional prevalece sobre o QI apenas naquelas áreas “tenras” nas quais o intelecto é relativamente menos relevante para o sucesso — nas quais, por exemplo, autocontrole emocional e empatia podem ser habilidades mais valiosas do que aptidões meramente cognitivas. (GOLEMAN, 2011, p 16).

Goleman (2011), ainda destaca que o ensino da inteligência emocional na sala de aula seria o “remédio” na preparação dos jovens para a vida. Usando uma abordagem, nessa educação, como um todo, juntando mente e coração na sala de aula. Promovendo-se o bom senso e a humanidade que muitas vezes parece estar perdida e impossível de recuperar.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

Quando não trabalhadas ou desenvolvidas, devidamente, as emoções podem, de forma inconsciente, ser externadas, de forma negativa, em sala de aula.

O despreparo emocional pode emitir sentimentos como medo, ansiedades, tristezas, inseguranças, entre outras, sendo uma equação perigosa, uma vez que pode levar à violência, afetando professores e alunos e, paralelamente, ocasionando a evasão escolar. Portanto, é preciso aprender a trabalhar todas as emoções para que os seres humanos transformem-se e desenvolvam-se conscientes e livres de traumas.

Não é uma tarefa fácil ou simples de se executar, porém vital para que se possa pensar num futuro são e com pessoas que vivam em paz com seus pares.

Uma grande parcela da humanidade anda sem paciência, intolerante, sem respeito ou empatia para com seu próximo, e se o fato já foi detectado como latente e gritante, é preciso revertê-lo com sabedoria e bom senso, como dita a Inteligência Emocional.

REFERÊNCIAS

- ÓRGÃOS GOVERNAMENTAIS

BRASIL. **Constituição da República Federativa do Brasil**, 1988. Disponível em: <https://www.planalto.gov.br/ccivil_03/constituicao/constituicao.htm>. Acesso em: 18 set. 2025

_____. **Lei de Diretrizes e Bases da Educação Nacional**, 1996. Disponível em: <https://www.planalto.gov.br/ccivil_03/leis/l9394.htm>. Acesso em: 18 set. 2025

- LIVROS / PUBLICAÇÕES

CARNEIRO, Caio. **Seja Foda**. São Paulo. BUZZ EDITORA, 2017.

NUNES, Vera. **O papel das emoções na educação**. São Paulo: Casa do Psicólogo, 2014.

POSSEBON, Elisa Pereira. **O Universo das emoções: uma introdução**. Coleção Educação Emocional, v. 1. Libellus. João Pessoa. 2017.

POSTIC, Marcel. **A relação Pedagógica**. Coimbra: Coimbra Editora, 1990.

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

RODRIGUES, Miriam. **A Educação Emocional positiva: saber lidar com as emoções é uma importante missão**. Nova Hamburgo: Sinopsys, 2015.

- PUBLICAÇÕES E ARTIGOS DE PERIÓDICOS (FORMATO ELETRÔNICO)

BISQUERRA ALZINA, Rafael La educación emocional en la formación del profesorado BISQUERRA, Rafael. **Educación emocional em la formación del professorado**. Revista Interuniversitaria de Formación del Profesorado, vol. 19, núm. 3, diciembre, 2005, pp. 95-114 Universidad de Zaragoza Zaragoza, España. Disponível em: <<https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=27411927006>>. Acesso em: 18 set. 2025.

CASANOVA, Nuno; SEQUEIRA, Sara; SILVA, Vítor Matos. **Emoção: Trabalho desenvolvido no âmbito da disciplina de 'Psicologia Geral' do curso de Psicologia**. Portugal, março. 2009. Disponível em: <https://www.psicologia.pt/artigos/ver_artigo_licenciatura.php?emocoas&codigo=TL0132&area=d3>. Acesso em: 18 set. 2025.

COELHO, Patrícia Margarida Farias. SAGITÁRIO, Matheus Firmino. **A Inteligência Emocional nas Práticas Educativas: Uma Abordagem sobre Educação Emocional e Sua Contribuição para o Desenvolvimento Integral do Aluno**. Disponível em: <<https://revistas.metodista.br/index.php/cadernosdeeducacao/article/view/461>>. Acesso em: 10 ago. 2025.

COSTA, Maria Gorete Xavier da. **A Educação Emocional E O Curso De Pedagogia da Universidade Federal da Paraíba**. João Pessoa. 2017. Disponível em: <<https://drive.google.com/drive/search?q=maria%20gorete>>. Acesso em: 02 set. 2025.

FONSECA, Vítor da. **Importância das emoções na aprendizagem: uma abordagem neuropsicopedagógica**. Revista psicopedagógica. vol.33 no.102 São Paulo, 2016. Disponível em: <https://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0103-84862016000300014>. Acesso em: 16 set. 2025.

FREIRE, Paulo. **Pedagogia do Oprimido**. 17. ed. Rio de Janeiro: Paz e Terra, 1987. Disponível em: <<https://melhorespraticas.uff.br/wp-content/uploads/sites/17/2024/03/Pedagogia-do-oprimido-Paulo-Freire.pdf>>. Acesso em: 18 set. 2025.

GADOTTI, Moacir. **Qualidade na educação: uma nova abordagem**. Congresso de Educação Básica 2013. Qualidade na aprendizagem. Rede Municipal de Ensino de Florianópolis. Disponível em:

<http://www.pmf.sc.gov.br/arquivos/arquivos/pdf/14_02_2013_16.22.16.85d3681692786726aa2c7daa4389040f.pdf>. Acesso em: 11 set. 2025.

GARCIA, Sandra. MEIER, Marcos. **Mediação da aprendizagem: contribuições de Feuerstein e Vygotsky**. Curitiba: Edição do Autor, 2007. Disponível em: <file:///C:/Users/lange/Downloads/Meier_Medicao0001.pdf>. Acesso em: 18 set. 2025.

GOLEMAN, Daniel. **Inteligência Emocional: a teoria revolucionária que define o que é ser inteligente**. 2a ed. Objetiva, Rio de Janeiro. 2011. Disponível em: <<https://ceaf.mpac.mp.br/wp-content/uploads/10-Inteligencia-Emocional-Daniel-Goleman.pdf>>. Acesso em: 17 set. 2025.

PACHECO, Natalio Extremeta; BERROCAL, Pablo Fernandez. **Inteligencia emocional y educación**. 1 ed. Madrid: Editorial Grupo 5, 2015. Disponível em: <<https://www.redalyc.org/pdf/274/27411927005.pdf>>. Acesso em: 10 set. 2025

SARTOR, Gisela Aparecida. **A Inteligência Emocional No Processo De Ensino-Aprendizagem**. Medianeira. 2020. Disponível em: <<https://repositorio.utfpr.edu.br/jspui/bitstream/1/25858/1/inteligenciaemocionalensinoaprendizagem.pdf>>. Acesso em: 10 set. 2025.

WEDDERHOFF, Elisio. **Educação Emocional: um novo paradigma pedagógico?**. Disponível em: <<http://www.periodicos.udesc.br/index.php/linhas/article/viewFile/1299/1110>>. Acesso em: 02 ago. 2025.