

A IMPORTÂNCIA DA INTELIGÊNCIA EMOCIONAL EM SALA DE AULA

Cinthy Karina Ventura de Macêdo ¹

Ludwig Félix Machado Leal ²

Mísia Carlyne Pereira de Moraes ³

RESUMO

Este artigo teve como finalidade analisar a importância da inteligência emocional na educação. Levando em conta que através da educação as pessoas são preparadas para a vida. O estudo foi realizado através de uma Pesquisa bibliográfica utilizando o livro de Daniel Goleman, que popularizou a teoria, e artigos científicos pesquisados nos bancos de dados Scielo, Pepsic, e alguns periódicos publicados entre os anos de 2007 a 2017. O propósito da inteligência emocional é fazer com que a pessoa seja capaz de lidar com suas emoções e a do outro de forma inteligente. Pensando na Inteligência emocional dentro da sala de aula, a mesma pode contribuir para facilitar o enfrentamento das frustrações, angústias e da pressão sofrida pelos alunos para obtenção de resultados, e pelos professores, que precisam ter um bom domínio de sala de aula ao mesmo tempo que transmitem conhecimentos. Sendo assim, esta prática, de equilibrar a razão e a emoção dentro da sala de aula, contribuirá para um melhor aprendizado e também para a formação de cidadãos mais conscientes, pois através do reconhecimento de emoções em si e nos outros e da empatia, torna-se mais fácil mediar os conflitos existentes.

PALAVRAS-CHAVE: Educação, Emoções, Inteligência Emocional.

INTRODUÇÃO

A educação tem o objetivo, não apenas de transmitir conhecimentos, mas também de causar impacto em todas as áreas da vida, não apenas dos educandos, mas de todos envolvidos neste processo. Através da educação as pessoas são preparadas para a vida.

Diante do exposto, pode-se perceber que o estudo e a aplicação da teoria da inteligência emocional no âmbito da educação, pode contribuir para a produtividade do docente, assim como para o desenvolvimento cognitivo e emocional do discente

¹ Graduada em **Psicologia** pela Faculdade Maurício de Nassau (UNINASSAU-CG), cinthyakvmacedo@gmail.com;

² Mestrando em **psicologia social** na Universidade Federal da Paraíba - UFPB, psicologoludwigleal@gmail.com.br;

³ Mestranda em **psicologia social** na Universidade Federal da Paraíba - UFPB, misiacarolyne@uol.com.

METODOLOGIA

Foi utilizada a pesquisa bibliográfica através do livro de Daniel Goleman, que popularizou a teoria, do livro de Delors, composto de diversos relatórios da UNESCO, e também de artigos científicos pesquisados nos bancos de dados Scielo e Pepsic, publicados entre os anos de 2007 a 2017. Inicialmente foram encontrados 25 artigos, e após critério de inclusão e exclusão, foram selecionados para compor a amostra final 8 artigos. Como critério de inclusão, foram selecionados artigos publicados com menos de 10 anos, em português e que tivesse como tema central a inteligência emocional. Já os critérios de exclusão, foram descartados os artigos publicados antes de 2007.

RESULTADOS E DISCUSSÃO

Educação

De acordo com Rego e Rocha (2009), uma das importâncias dada à educação é a transformação e o desenvolvimento do ser humano, pois além de gerar conhecimentos, também há um ponto que não pode deixar de se levar em conta, que é a convivência em grupo, a interação social com os outros membros da instituição.

Dourado e Oliveira (2009) citam que o entendimento do significado da educação é bem diverso, pois para alguns, resume-se a apenas etapas de escolarização. Porém, para outros, é entendida como espaço múltiplo, que deve ser composta por diferentes atores, espaços e dinâmicas formativas. Sendo assim, a escola deve ser vista como um local que se deve integrar, além de alunos e professores, também a família e a sociedade, pois dentre seus objetivos, um deles é formar cidadãos, onde também deve ser considerado o ambiente em que o mesmo convive.

Segundo Ribeiro, Lobato e Minerato (2010) a educação pós-moderna valoriza as experiências subjetivas do sujeito. Atualmente a educação está marcada por ausência de valores humanistas, o que conseqüentemente aumenta o índice de violência nas escolas. Com isso, vemos a importância da busca de equilíbrio dentro da sala de aula, tanto do docente, como do discente.

Cabe ao docente ensinar o aluno a pensar certo, e não se deter apenas aos conteúdos, pois tão importante quanto o conhecimento acadêmico, é a alfabetização emocional, que conforme Goleman (2012, p. 294), “amplia a visão acerca do que é a escola, explicitando-a como agente da sociedade encarregado de constatar se as crianças estão obtendo ensinamentos essenciais para a vida”. Diante disso, o professor deve levar em conta a

realidade de cada aluno para vincular a teoria à prática, sendo assim, cria-se um aprendizado mais significativo.

Delors (2010) relata em um relatório da UNESCO, que a educação deve se organizar em quatro pilares, sendo estes, aprender a conhecer, aprender a fazer, aprender a viver juntos e aprender a ser, tendo estes, a atenção igual para que a educação seja uma experiência global. Estes pilares são conhecidos como a base da educação, pois é através desta base que se constituirá uma relação capaz de compartilhar riscos e desafios, e também de apaziguar os conflitos, que são inevitáveis em qualquer relação.

Emoção e educação

A emoção, muitas vezes, é vista como algo negativo, principalmente em se tratando de decisões profissionais ou no trato intelectual. Mas afinal, o que é emoção? Miguel (2015) faz um passeio sobre teorias das emoções, sendo a primeira referenciada por William James no final do século XIX, onde o mesmo afirmava que os humanos percebem primeiro o estímulo, que causa uma reação no organismo, e que o sentimento seria a percepção deste movimento no organismo. James, por sua vez, cita o trabalho de Lange, fazendo com que esse modelo até hoje seja conhecido como James-Lange. Esta teoria tornou-se popular até meados do século XX devido ao surgimento do Behaviorismo.

Com o surgimento das abordagens cognitivistas, foi enfatizado que a avaliação da situação é a principal característica da emoção, ou seja, o indivíduo sentirá a emoção após avaliar a circunstância, porém, este fenômeno ocorre de maneira muito rápida. Já de acordo com as teorias sociais, é negado a influência dos aspectos biológicos, mas não os aspectos cognitivos, tendo o valor social a maior ênfase, pois se compreendia que a emoção é construída pela cultura, pois é através da interação que as pessoas avaliam e interpretam as reações emocionais, suas e dos outros (MIGUEL, 2015).

No estudo de Rodrigues e Rocha (2015), os mesmos encontraram vários conceitos para emoção e identificaram que a mesma é estudada dentro das mais variadas áreas, sendo elas: neurociência, filosofia, ciência da computação, economia, sociologia, antropologia, etc. Sendo assim, não há um conceito unificado do que seria emoção, pois cada área irá defini-la de forma distinta. Outro fator discutido por estes autores, se trata da questão cultural, pois cada cultura irá expressar emoção de alguma maneira, pois um mesmo acontecimento pode gerar emoções diferentes a depender do significado que será dado. Em outro momento os autores citam que a emoção tem a função de comunicar aos outros os estados mentais do

sujeito. Dentre vários autores citados por eles, destaca-se a definição de Keltner e Haidt (1999), na qual os mesmos propõem que a emoção pode atuar em quatro níveis: individual, entre pares, grupal e cultural.

Apesar de existirem várias teorias, algo sobre a emoção é universal, é a chamada Emoções Básicas, que é composta pelos sentimentos de alegria, tristeza, medo, raiva, surpresa e repugnância. São consideradas básicas pois refere-se aos aspectos da expressão facial e possibilidade de reconhecimento da expressão. A partir destas, surgem as emoções de fundo, que são as ramificações das emoções básicas (SANTOS, 2007).

Através desta perspectiva, será abordada a relação da emoção dentro da educação. Santos (2007), em seu estudo sobre afetividade na aprendizagem, irá enfatizar que as emoções têm um papel decisivo no processo de interação e se estabelece como um mecanismo de aprendizagem poderoso. O autor ainda cita os recentes estudos da neurociência, que se propõe a investigar a integração da emoção com o raciocínio e com a tomada de decisão, onde foi indicada que a redução da emoção é tão prejudicial quanto o excesso da mesma. E o contrário do que sempre foi pregado, a razão não é o oposto de emoção e vice-versa. O autor ainda cita que a emoção provavelmente auxilia no raciocínio, principalmente quando envolve risco e conflito.

Inteligência emocional

Ao longo do tempo, a definição de inteligência foi vinculada a medida do Quociente de Inteligência, mais conhecido como QI, onde é medida a capacidade de raciocínio lógico e habilidades matemáticas. Em meados da década de 1990, Howard Gardner desenvolveu a Teoria das Inteligências Múltiplas, na qual reconhece os diferentes tipos de inteligência, dividindo-as em 9, sendo elas: Lógico-matemática, Linguística, Naturalista, Interpessoal, Intrapessoal, Espacial, Corporal-Cinestésica, Musical e Existencialista. Com isto, pode-se entender o porquê de algumas pessoas parecerem mais inteligentes que as outras em diferentes áreas. Gardner também justifica que é impossível que apenas um tipo de Inteligência se faça presente durante os processos mentais (SILVA; NISTA-PICCOLO, 2010).

Nesta mesma época, o psicólogo Daniel Goleman publicou seu livro sobre Inteligência Emocional, baseados nos estudos de Salovey e Mayer, no qual Goleman enfatiza que este tipo de inteligência também é responsável pelo êxito pessoal e profissional de grandes líderes, gestores, pais e educadores, pois a maioria dos conflitos existentes ocorrem pelo fato das

peças não sabem lidar com suas emoções, o que pode vir a interferir nas mais diversas áreas da vida das pessoas (GOLEMAN, 2012).

O estudo da Inteligência Emocional teve início com Salovey e John Mayer, onde os mesmos propuseram uma definição desta teoria através de cinco domínios: conhecer as próprias emoções, lidar com as emoções, motivar-se, reconhecer emoções nos outros e lidar com relacionamentos. Para eles, o cérebro está em constante aprendizagem, o que torna as aptidões emocionais remediadas (GOLEMAN, 2012).

Ao contrário do que pode parecer, QI e Inteligência Emocional não se opõem. O QE (Quociente Emocional), prevalece apenas nas áreas onde o QI é menos relevante para o sucesso, a exemplo de áreas onde o autocontrole emocional e a empatia são mais valiosas que aptidões cognitivas (GOLEMAN, 2012).

Conforme citado por Miguel e Noronha (2009), a inteligência emocional é a habilidade de utilizar a emoção de maneira construtiva e adaptativa, havendo 4 aspectos que compõem o uso da IE, sendo eles: identificação das emoções em si e nos outros, percepção de como a emoção influencia na cognição, compreensão e análise das emoções e o controle reflexivo das emoções para promover o crescimento emocional e intelectual.

De acordo com Goleman (2012), a palavra Emoção vem do latim, movere (mover), que acrescentando o prefixo 'e' (afastar-se), indicando que há uma tendência a um agir imediato. É nesse 'agir imediato' que muitas vezes pessoas tomam decisões equivocadas baseadas nas emoções que perpetuava no momento. Ainda de acordo com o autor, existem duas mentes, a que raciocina e a que sente.

Um fator que deve ser levado em consideração é a educação das emoções, pois através dela as pessoas se tornam aptas às frustrações, angústias e medo. Esta possibilita aos estudantes e aos docentes a aprenderem a administrar as emoções e sentimentos.

Inteligência emocional e educação

O propósito da inteligência emocional é fazer com que a pessoa seja capaz de lidar com suas emoções e a do outro de forma inteligente. Para o docente é importante que, além de sua capacidade cognitiva, também desenvolva sua competência emocional. Goleman (2012) sugere que os professores ensinem o alfabeto emocional às crianças, pois as pessoas mais brilhantes podem se deixar levar por impulsos desenfreados, e mesmo tendo um alto nível de QI, podem ser incompetentes emocionalmente.

Pensando na Inteligência emocional dentro da sala de aula, a mesma pode contribuir para facilitar o enfrentamento das frustrações, angústias e da pressão sofrida pelos alunos para obtenção de resultados, e pelos professores, que precisam ter um bom domínio de sala de aula ao mesmo tempo que transmitem conhecimentos.

Rego e Rocha (2009) apresentam um questionamento sobre a atualidade, onde os desafios da sala de aula são bem mais complexos do que há algumas décadas. No passado os problemas mais comuns eram xingamentos e/ou pequenas agressões entre alunos e conversas paralelas. Atualmente, há um acréscimo de ausência dos valores humanistas, na qual a violência vem aumentando não apenas nas ruas, mas dentro de casa e nas escolas. Tornou-se comum as notícias onde aluno agride gravemente outro aluno ou até o professor, por não concordar com alguma situação.

Diante dessa realidade podemos refletir sobre a importância da relação entre emoção e educação. Durante muito tempo, o conhecimento cognitivo era mais valorizado que os aspectos subjetivos. Goleman (2012) lembra que as escolas de nossa cultura tendem a ignorar a inteligência emocional privilegiando apenas a aptidão cognitiva. Sendo assim, os sujeitos envolvidos não conseguem lidar com as frustrações, o que pode levar ao adoecimento psíquico, que posteriormente pode prejudicar seu desempenho acadêmico.

Outro fator importante de se analisar é a contribuição do aspecto emocional no processo de ensino-aprendizagem. Na pesquisa realizada por Rego e Rocha (2009), pode-se comprovar essa relação, pois à medida que o docente passou a conhecer-se melhor, houve um equilíbrio entre a razão e a emoção, havendo uma melhora neste processo, bem como a compreensão de seus limites, valores e motivações. Desta forma, ao melhorar a atuação do docente, conseqüentemente irá refletir no processo do aluno.

Conforme o exposto, compreende-se a importância do profissional da psicologia educacional para atuar frente a essas questões nos diversos ambientes educativos. O suporte psicológico realizado com os educadores é um trabalho de extrema necessidade, já que os professores atuam a partir da referência que se tornam para os seus alunos. Entende-se que uma grande parcela do processo do ensino e aprendizado está pautado em emoções, ou seja, na construção dos vínculos emocionais que se dá nos processos educativos. Assim, se o educador não estiver bem emocionalmente, dificilmente ele terá bom êxito no ensino e isso prejudica a percepção das necessidades de cada aluno dificultando o acolhimento dos mesmos (VALENTE; LOURENÇO, 2020).

CONSIDERAÇÕES FINAIS

Os desafios atuais da educação vão mais além da sala de aula, pois muitos desses alunos chegam a não ter referência familiar, cabendo ao professor ter de transmitir alguns princípios. Sendo assim, o professor torna-se sobrecarregado, gerando um círculo vicioso, no qual professor e aluno não sabem lidar com suas emoções dentro da sala de aula.

Ao avaliar a importância da Inteligência Emocional no contexto educacional, pode-se perceber que o estudo e a prática desta teoria irá auxiliar ao docente a lidar com suas emoções frente a seus desafios diários, assim como, com as emoções dos alunos, pois os mesmos também enfrentam momentos de frustração, angústia e de pressão.

Sendo assim, esta prática, de equilibrar a razão e a emoção dentro da sala de aula, contribuirá para um melhor aprendizado e também para a formação de cidadãos mais conscientes, pois através do reconhecimento de emoções em si e nos outros e da empatia, torna-se mais fácil mediar os conflitos existentes.

REFERÊNCIAS

DELORS, Jacques (Org.). **Educação um tesouro a descobrir**: Relatório para a UNESCO da Comissão Internacional sobre Educação para o século XXI. Cortez UNESCO, 2010. Disponível em: <<http://unesdoc.unesco.org/images/0010/001095/109590por.pdf>>. Acesso em: 13 fev 2018.

DOURADO, Luiz Fernandes; OLIVEIRA, João Ferreira de. A qualidade da educação: perspectivas e desafios. **Cad. Cedes**, vol. 29, n. 78, p. 201-215, maio/ago. 2009. Disponível em: <<http://www.scielo.br/pdf/ccedes/v29n78/v29n78a04.pdf>>. Acesso em: 13 fev 2018.

GOLEMAN, Daniel. **Inteligência emocional**: a teoria revolucionária que define o que é ser inteligente. 2ª ed. Rio de Janeiro: Objetiva, 2012.

LOBATO, Wallace Carvalho Ribeiro, Wolney; LIBERATO, Rita de Cássia. Paradigma tradicional e paradigma emergente: algumas implicações na educação. **Rev. Ensaio**, v.12, n.01, p.27-42, 2010. Disponível em: <<http://www.scielo.br/pdf/epec/v12n1/1983-2117-epec-12-01-00027.pdf>>. Acesso em: 8 fev 2018.

MIGUEL, Fabiano Koich; Noronha, Ana Paula Porto. Estudo da relação entre inteligência emocional e estresse em ambientes de trabalho. **Avaliação Psicológica**, 2009, 8(2), pp. 219-228. Disponível em: <<http://pepsic.bvsalud.org/pdf/avp/v8n2/v8n2a08.pdf>>. Acesso em: 17 nov 2017.

MIGUEL, Fabiano Koich. Psicologia das emoções: uma proposta integrativa para compreender a expressão emocional. **Psico-USF**, Bragança Paulista, v. 20, n. 1, p. 153-162,

jan./abr. 2015. Disponível em: <<http://www.scielo.br/pdf/pusf/v20n1/1413-8271-pusf-20-01-00153.pdf>>. Acesso em: 24 jul 2018.

RÊGO, Claudia Carla de Azevedo Brunelli; ROCHA, Nívea Maria Fraga. Avaliando a educação emocional: subsídios para um repensar da sala de aula. **Ensaio: aval. pol. públ. Educ.**, v. 17, n. 62, p. 135-152, jan./mar. 2009. Disponível em: <<http://www.scielo.br/pdf/ensaio/v17n62/a07v1762.pdf>>. Acesso em: 13 dez 2017.

RODRIGUES, Hugo; ROCHA, Fábio Liborio. **Uma definição constitutiva de emoções**. vol. 5, num. 15, 2015. Disponível em: <<http://www.periodicoseletronicos.ufma.br/index.php/revistahumus/article/view/4253/2313>>. Acesso em: 24 jul 2018.

SANTOS, Flávia Maria Teixeira dos. As emoções nas interações e a aprendizagem significativa. **Rev. Ensaio**, v.09, n.02, p.173-187, 2007. Disponível em: <<http://www.scielo.br/pdf/epec/v9n2/1983-2117-epec-9-02-00173.pdf>>. Acesso em: 24 jul 2018.

SILVA, Vera Lúcia Teixeira da; NISTA-PICCOLO, Vilma Leni. Dificuldade de aprendizagem na perspectiva das inteligências múltiplas: um estudo com um grupo de crianças brasileiras. **Revista Portuguesa de Educação**, 2010, 23(2), pp. 191-211. Disponível em: <<http://www.scielo.mec.pt/pdf/rpe/v23n2/v23n2a09.pdf>>. Acesso em: 20 jul 2018.