

A RELAÇÃO ENTRE A EDUCAÇÃO EMOCIONAL E A PRÁTICA DOCENTE

ANNA CAROLLINY DA SILVA

Graduada do Curso de Licenciatura em Química da Universidade Federal de Pernambuco - UFPE, annacarolliny0811@gmail.com;

ANA LÚCIA LEAL

Professora Adjunta e Doutora da Universidade Federal de Pernambuco – UFPE, ana.glchaves@ufpe.br;

RESUMO

O estudo das emoções e a importância de sua influência no processo de ensino e aprendizagem está cada vez mais presente em eventos e revistas científicas. A pesquisa sobre a Educação Emocional apresenta benefícios para os que a utilizam e, no que diz respeito à categoria profissional docente, os ganhos são imensuráveis. Focando nesta categoria, é do conhecimento de todos que em nosso país ela vem sofrendo desgastes devido à intensa demanda e cobrança do meio circundante. Diante disso, questionamo-nos se a situação de pressão poderia afetar a relação do professor com seu aluno, já que o ambiente emocional é um dos fatores que contribui, positiva ou negativamente, para a aprendizagem deste. Diante dessas inquietações surgiu nossa pesquisa, que ocorreu em ambiente virtual, com a participação de nove docentes da Universidade Federal de Pernambuco, do Curso de Licenciatura em Química. Através dela, foi possível apresentar a discussão deste presente trabalho, com o objetivo de averiguar como a Educação Emocional é refletida na Prática Docente e quais os fatores que desencadeiam mediante a esta reflexão.

Palavras-chave: Emoção; Competências Emocionais; Educação Emocional.

1. INTRODUÇÃO

A atividade docente, no atual contexto brasileiro, vem apresentando um quadro delicado. Nos últimos anos pesquisas são publicadas mostrando que aspectos, como: Problemas de saúde, jornada excessiva de trabalho, baixos salários, condições profissionais adversas e a falta de uma formação continuada, contribuem para o desgaste no exercício desta categoria profissional, desvalorizando sua posição social.

Segundo dados da Nova Escola (2018), obtidos através de entrevista *online* realizada pela Associação Nova Escola, nos meses de junho e julho de 2018, 66% dos docentes já precisaram se afastar das atividades por questões de saúde e, dentre este percentual, 87% acreditam que seus problemas são decorrentes da docência. Dentre os entrevistados, 68% afirmaram apresentar estresse e ansiedade, 39% dores nos ombros e 28% alergias, além de 28% referirem que já sofreram ou sofrem de depressão¹ (NOVA ESCOLA, 2018).

Segundo aponta a Nova Escola (2018), através do presidente da Confederação Nacional dos Trabalhadores em Educação (CNTE), Heleno Araújo Filho, a falta das reais aplicações de políticas públicas tem acen-tuado as péssimas condições de trabalho dos professores, submetendo-os a uma má estrutura, excesso de alunos, dupla jornada, falta de segurança nas instituições ao qual lecionam e salário pouco atrativo, resultando em uma má valorização social da categoria, como também aumentando o quadro de professores que apresentam problemas de saúde, físicos e emocionais, derivados da profissão.

Focando, especificamente, nos aspectos emocionais, podemos apresentar, inicialmente, o conceito de Inteligência Emocional (I.E). A I.E. é definida como uma aptidão que possibilita ao ser humano usufruir de suas emoções de maneira benéfica e favorável, sem permitir que as “explosões” emocionais, derivadas das pressões e atribuições do cotidiano, prevaleçam em momentos cruciais e adaptativos da vida (GOLEMAN, 2012). Também se trata da inteligência que gera sensibilidade no reconhecimento das suas próprias emoções, como também das emoções do outro, estabelecendo-se em todas as relações que envolvem os seres humanos.

1 Os dados apresentados nesta pesquisa superaram um total de 100%, porque cada professor poderia dar mais de uma resposta.

Mas, o bom uso da I.E se faz a partir de uma gestão e conhecimento de si mesmo, sendo este processo gerado através da Educação Emocional (E.E), que permite um autoconhecimento de si e de suas próprias emoções, possibilitando o direcionamento de uma reação emocional para proteção e não vulnerabilidade diante de uma situação inesperada (CASSASUS, 2009).

No tópico a seguir, discutiremos teoricamente sobre a temática, a partir de referenciais teóricos, sobre o quão importante é o tema no contexto da educação.

2. EMOÇÃO

As emoções fazem parte do complexo subjetivo do ser humano e o acompanham em suas relações. A definição da palavra é fruto de uma discussão no meio acadêmico e de pesquisa. Segundo o dicionário *online* de Português (2021), a palavra emoção significa:

[...] reação moral, psíquica ou física, geralmente causada por uma confusão de sentimentos que, diante de algum fato, situação, notícia, etc., faz com que o corpo se comporte tendo em conta essa reação, expressando alterações respiratórias, circulatórias, comoção.

Daniel Goleman (2012) considera a emoção como “[...] pensamentos distintos, estados psicológicos e biológicos, e uma gama de tendências para agir” (p. 303). Logo, temos como emoção, baseando em ambas as referências, como uma condição de estado que envolve intensidade, assim como rapidez, frente a uma situação que exige ação.

Para tratarmos e discutirmos sobre o vasto mundo emocional, devemos refletir sobre a função que as emoções exercem sobre nossas vidas. Goleman (2012) define a função das emoções como uma resposta a dinâmica vivenciada pela vida humana, afirmando que elas são geradas através de impulsos que, por sua vez, provocam estímulos, sendo uma herança evolutiva humana, como forma de encarar os fatos cotidianos.

Segundo o significado do latim, *movere*, emoção denota o sentido de “se mover”. Goleman (2012) faz uma relação de se mover como uma ação imediata, tomada pelo ser humano, frente a uma nova circunstância vivenciada. Reforçando esta colocação, Possebon (2017) considera as emoções como respostas diante das situações inesperadas da vida, tendo elas uma função adaptativa.

Araújo (2013) acrescenta que a emoção é como uma energia que dá ao ser humano vigor para se relacionar, tanto com o outro, como com si mesmo. Diante disto, podemos perceber que o papel das emoções na vida humana também envolve as relações humanas e as do eu interior.

Quando falamos de situações que desencadeiam reações emocionais, elas não necessariamente estão relacionadas a eventos atuais ou presentes em uma determinada vivência do ser humano. Lembranças e recordações também podem gerar emoções, como também o próprio futuro desencadeia reações de ansiedade por uma situação que ainda irá ocorrer (ALZINA, GONZÁLES, NAVARRO, 2015).

Segundo Possebon (2017), não é qualquer estímulo que irá desencadear uma resposta emocional, mas sim um Estímulo Emocional Competente (EEC). Este se caracteriza como um ativador que desencadeia respostas emocionais, envolvendo toda a integralidade humana em uma dada resposta emocional. Ou seja, o EEC precisa ser um ativador significativo, para que, desse modo, uma emoção em resposta seja dada. Logo, o EEC será subjetivo a cada indivíduo, enquadrando-se na atemporalidade das emoções, pois uma lembrança já se caracteriza como um EEC se ela carregar um elo emocional e cheio de significados subjetivos.

Goleman (2012) afirma que todos os estímulos que compõe o ser humano em sua esfera emocional são trazidos pela humanidade, de geração em geração, sendo herança da evolução humana com sua função adaptativa. Ou seja, nossas emoções são respostas geradas através do acionamento do EEC para ajuste do ser humano diante das situações inesperadas.

Portanto, chegamos à conclusão de que as emoções são partes integrantes e necessárias à vida do ser humano. Mas, quando é que elas se tornam nossas inimigas? Segundo Goleman (2012) é quando elas se tornam paixões, impulsos avassaladores, que nos dominam e prejudicam, portanto, é neste ponto que apresentamos a I.E e sua educação.

Será esta, a temática apresentada no próximo tópico.

3. INTELIGÊNCIA EMOCIONAL

Juan Casassus (2009), considera que a expressão I.E, foi cunhada por P. Salovey e J. D. Mayer como a “habilidade de perceber e fazer uso da gama de emoções que sentimos, da mesma maneira que a inteligência tradicional consiste na habilidade de usar destrezas verbais e matemáticas” (1990 apud CASASSUS, 2009, p. 131).

Goleman (1995) define I.E, como a aptidão mestra do ser humano, pois, “a aptidão emocional é uma metacapacidade que determina até onde podemos usar bem quaisquer outras aptidões que tenhamos, incluindo o intelecto bruto” (p. 48). Como a própria terminologia aponta, a I.E representa a inteligência que lida com as próprias emoções, como também com as emoções do outro, estabelecendo-se em todas as relações que envolvem os seres vivos.

Portanto, vemos nesses pontos expostos que a I.E implica no melhor desempenho da ação emocional, intrínseca no cotidiano das relações. Goleman (2012), por exemplo, em um dos capítulos do seu livro “Inteligência emocional: A teoria revolucionária que redefine o que é ser inteligente”, intitulado “Escravos da Paixão”, apresenta a seguinte afirmação: “Os altos e baixos dão tempero à vida, mas precisam ser vividos de forma equilibrada” (p. 81).

Logo, com base nesta afirmação e diante do que foi discutido no tópico anterior, podemos afirmar que a intensidade das emoções fazem parte do jogo da vida e nos beneficiam, mas, para tal, é necessário um equilíbrio, que é contrário às explosões emocionais. É a partir desta explosão emocional que introduzimos a relevância do conceito de **Educação Emocional e de Competências Emocionais**.

4. EDUCAÇÃO EMOCIONAL E AS COMPETÊNCIAS EMOCIONAIS

Como já discutido anteriormente, as emoções, ao se tornarem dominantes e excessivas, acabam por prejudicar o ser humano, deixando-o vulnerável. Goleman (2012) destaca que educar as emoções e torná-las favoráveis ao nosso bem-estar não significa evitar sentir algo desagradável, muito menos negar a possibilidade de vivenciar situações explosivas, mas sim de assumir um posicionamento frente a essas circunstâncias e como se portar diante delas.

Neste sentido, Araújo (2013) destaca que a E.E se inicia no interior de cada um, através de um trabalho educativo, com a intenção de apaziguar as emoções desconfortáveis e trazer bem-estar através da vivência de emoções equilibradas.

Partindo desta premissa, apresentamos as concepções de Casassus (2009) ao abordar a temática da E.E considera que ela nos oportuniza a acrescentar novas características em nossa postura frente as situações

adversas da vida e este benefício que ela nos proporciona dependerá de uma decisão individual de evoluir como ser humano.

Ou seja, a E.E favorece o desenvolvimento de cada indivíduo que se dispõe a conhecer a si mesmo, por meio de um processo de auto-consciência emocional, através do desenvolvimento das competências emocionais.

Neste sentido, as competências emocionais são compostas por capacidades adquiridas através da E.E. O autor esclarece que:

enquanto a inteligência emocional consiste na aquisição de destrezas com relação a suas próprias emoções e as dos outros, a competência emocional implica não apenas a incorporação dessas habilidades, como inclui, além disso, um processo de transformação no qual a pessoa incorpora consciência e a compreensão emocional (p. 136).

As principais capacidades que são desenvolvidas através das competências emocionais, para Casassus (2009), são:

- 1) *Estar aberto ao mundo emocional;*
- 2) *Atentar-se a este mundo;*
- 3) *Unir a emoção junto ao pensamento;*
- 4) *Compreender e analisar as informações vindas desse mundo;*
- 5) *Regular de maneira saudável e equilibrada, as emoções;*
- 6) *Modular as emoções e, por fim;*
- 7) *Possuir a capacidade do acolhimento, do apoio ao outro.*

A seguir iremos aprofundar cada uma dessas competências emocionais:

- 1) A **capacidade de estar aberto ao mundo** por meio: Da abertura à importância deste mundo emocional; Ter reconhecimento do outro e da legitimidade; Ser sensível a sua emoção e a do outro; Dar valor ao bem-estar emocional; Mostrar-se disponível e aberto para compartilhar suas experiências emocionais e; Ser aberto para acolher e ser acolhido.
- 2) A **capacidade de estar atento** implica em “prestar atenção”. Estar atento significa o ato de se colocar à disposição para viver a experiência de observador e questionador diante das ações emocionais que perpassam as nossas realidades, por meio das relações e situações que circundam nossa vida. Este ato implica em se colocar como expectador das nossas ações emocionais a fim de

entendê-las para, estrategicamente, começarmos nosso processo de mudança.

Vale salientar que esta jornada, enquanto um processo de descoberta, também pode ser marcada por dificuldades e fracassos que devem ser acolhidos e respeitados, sendo úteis ao processo de crescimento, já que aprendemos também com nossos equívocos emocionais. Esse processo pode ser doloroso, difícil e podemos muitas vezes fugir dele, por isso ter consciência emocional é crucial para migrar nessa jornada, pois, ao explorarmos nossas emoções

[...] usamos todas essas áreas do se dar conta, as situações, fatos, pessoas, etc, que nos emocionam de diversas formas; as vivências que nos fazem ter; e as imagens, fantasias, recordações, pensamentos que nos provocam reações emocionais que podem estar ou não em correspondência com o que acontece com o presente (CASASSUS, 2009, p. 142).

Portanto, através desse trecho observamos que o estar atento emocionalmente desperta “gatilhos” que irão nos levar a uma profunda reflexão que não apenas envolve a nós, mas também ao outro e a situações, que emocionalmente correspondem ao nosso mundo emocional, portanto, este é um importante ato para a transformação emocional.

- 3) A *capacidade de pensar* também faz parte das competências emocionais. Pensar e logo após agir corresponde a uma postura coerente frente às emoções e nossas emoções podem, e devem, relacionar-se ao nosso raciocínio lógico. A ausência desse diálogo pode gerar bloqueios e dificultar a tomada de decisão nos momentos de ação. Claro que sem consciência emocional, torna-se difícil esse contato, porque a paixão emocional, como anteriormente discutimos ao apresentar os estudos de Goleman (2012), prevalece diante das nossas ações, fazendo-nos agir impulsivamente, de maneira que muitas vezes não nos favorece e, como acima citamos, valorizar o bem estar emocional é uma capacidade que devemos priorizar na E.E.
- 4) Outra competência emocional se centra na *capacidade de compreensão e análise relacionadas ao mundo emocional*. Casassus (2009) afirma que enxergamos o mundo segundo a ótica da emoção, ou seja, segundo o estado que nos encontramos emocionalmente em uma dada situação, assegurando que “[...] pelas

emoções, temos diversas maneiras de ver o mundo” (p. 148). Portanto, regular esta ótica de forma equilibrada, através de uma análise compreensiva, permite-nos enxergar com mais clareza as circunstâncias da vida, abrangendo nossas possibilidades de escolhas frente aos desafios enfrentados.

O autor destaca que para desenvolver esta capacidade, três pontos são fundamentais, sendo necessários os conhecimentos: Das circunstâncias que cercam as suas emoções e as dos outros envolvidos na situação; Os pensamentos e imagens que baseiam as ações das emoções e; As histórias que vinculam as emoções presentes na situação. Por meio desses três pontos, é possível realizar uma análise compreensiva, para que as ações emocionais sejam mediadas de maneira saudável e justa, consigo e com o outro.

5) Sobre a *capacidade de regulação emocional*, podemos considerar que, como discutimos anteriormente, as emoções fazem parte do nosso cotidiano e não são negativas, muito menos contraditórias a nossa razão, mas servem para nos adaptar às circunstâncias da vida. Neste sentido, as emoções são energias vitais e dependerá de cada um o modo e uso delas.

Sobre essa competência emocional, Casassus (2009) afirma que os seus desdobramentos ocorrem em três momentos distintos: Quando ocorre a tomada de consciência; Quando há um genuíno reconhecimento e; Logo após os dois pontos anteriores, inicia-se a domesticação das emoções. Sem esses três passos se torna impossível obter um sucesso no processo de E.E, pois, sem esta capacidade, a tendência é nos tornarmos “escravos” das emoções, levados à deriva, sem reagir favoravelmente diante das situações, ou seja, sendo vulnerável.

6) A *capacidade de modulação e expressão emocional* também é outra competência pautada pelo autor. Modular e logo em seguida expressar corretamente as emoções compõe o conjunto das competências emocionais, porque após uma regulação interna coerente, podemos modular adequadamente a expressão das nossas emoções, de tal modo que sua expressão nos favoreça. Para isto precisamos,

- estar em contato com o outro. Estar consciente do que se sente permite modular a expressão. A sintonia com as emoções dos outros e dos grupos permite agir

coerentemente com elas; e - assumir a responsabilidade do que fazemos com as próprias emoções.

Capacidade de expressar as diferentes emoções:

- no âmbito corporal, permitir que o corpo se expresse;
 - na linguagem, poder nomear e expressar verbalmente; e
 - por meio de outras formas de expressão não – verbais.
- (p. 154)

7) Por fim, temos a última competência emocional, *a capacidade de acolher, conter e apoiar o outro*. Neste sentido, todas as competências que discutimos até agora se tratavam da consciência emocional em primeira pessoa, mas esta última competência, relaciona-se com o outro, o externo.

Para Casassus (2009), acolher significa escutar com compaixão. Nesta escuta, deixamos de lado os nossos preconceitos, julgamentos, impulsos, achismos e optamos por um acolhimento da perspectiva do outro. Já o conter, vem carregado de acompanhamento, por meio de uma ligação que vai além da conexão, sendo “[...] não somente um abrir de portas para que se estabeleça uma conexão entre duas pessoas [...]. Vai muito mais além, pois permite acompanhar de maneira explícita nos conteúdos de sua emoção” (Idem, p. 159).

Portanto, diante dessas citações que apresentamos de Casassus (2009), observamos que conter o outro está carregado de empatia, acolhimento e cuidado com o seu mundo emocional, pois, quem possui esse nível de maturidade emocional, respeita emocionalmente a experiência que o outro vive com suas emoções, sabendo que cada um vive de forma singular o seu mundo emocional. Por isso esta competência é a última a ser discutida pelo autor, porque saber acolher, conter e, conseqüentemente, apoiar o outro, deriva de uma prática constante de E.E.

No tópico a seguir, apresentaremos a metodologia de nosso trabalho, como também os resultados e discussão dos dados coletados.

5. METODOLOGIA

A nossa pesquisa apresenta uma perspectiva exploratória, caracterizando-se como um estudo de caso, com abordagem qualitativa, já que analisamos a relação subjetiva dos professores participantes, de acordo com nosso referencial, submetidos em nossa análise.

Segundo Prodanov e Freitas (2013), na pesquisa qualitativa há “[...] uma relação dinâmica entre o mundo real e o sujeito, isto é, um vínculo indissociável entre o mundo objetivo e a subjetividade do sujeito que não pode ser traduzido em números” (p.70).

Quanto aos objetivos da pesquisa, classificamos a mesma como exploratória, porque, segundo Prodanov e Freitas (2013), esta apresenta uma entrevista com alguém que vive a realidade a qual se pretende explorar e, por fim, analisar os dados extraídos que levem à compreensão do assunto a ser abordado. Neste sentido, uma pesquisa dita exploratória possibilitou a investigação do nosso tema central, proporcionando mais informações sobre o mesmo.

A partir disso, fizemos um estudo de caso. Oliveira (2008) o considera como um tipo de pesquisa qualitativa que visa estudar um caso único “quando o pesquisador tiver o interesse em pesquisar uma situação singular, particular” (p.5). Como nossa pesquisa visou estudar como professores relacionavam a Educação Emocional e sua reflexão na Prática Docente, então, tivemos um caso particular e singular a explorar.

Nossa pesquisa contou com a participação de nove professores do Ensino Superior, do Curso de Licenciatura em Química do Centro Acadêmico do Agreste (CAA). O modo de seleção dos professores ocorreu de acordo com a disponibilidade de cada um deles para participar da pesquisa e o modo de coleta ocorreu em ambiente virtual google, por meio de um questionário misto.

Segundo Gerhardt e Silvera (2009), o questionário se trata de “[...] um instrumento de coleta de dados constituído por uma série ordenada de perguntas que devem ser respondidas por escrito pelo informante, sem a presença do pesquisador” (p.69). O primeiro questionário que utilizamos constou de perguntas abertas e fechadas, sendo do tipo misto. Gerhardt e Silvera (2009) asseguram, esse tipo de questionário há perguntas de caráter aberto, com o participante tendo liberdade nas suas respostas, e perguntas de caráter fechado, com alternativas e listas pre-determinadas apresentadas aos participantes.

6. RESULTADOS E DISCUSSÃO

Nosso questionário foi composto por nove afirmações fechadas e quatro perguntas abertas, cujas respostas estão apresentadas neste tópico por meio de recortes, através de percentuais. As afirmações

fechadas tinham como possibilidade de respostas quatro alternativas. Por questões de sigilo, os nomes dos participantes não serão revelados.

Primeiramente apresentaremos as perguntas abertas referentes às idades dos docentes participantes. Dentre eles, cerca de 11,1%, afirmou possuir 34, 39, 44, 47 e 59 anos. 22,2%, afirmaram possuir 35 e 36 anos.

Na pergunta aberta 2 estão perguntamos sobre o sexo dos docentes participantes e 66,7% dos participantes foram mulheres e 33,3% homens. Vale salientar que o convite para participação da pesquisa foi realizado a todos os docentes da comunidade acadêmica, indistintamente, porém, a disponibilidade e interesse para participar da pesquisa foi em maior quantidade nas docentes do Campus.

As seguintes perguntas abertas foram referentes à Formação Acadêmica; Área de Atuação na Universidade Federal de Pernambuco - Campus Agreste e; Tempo de Atuação na Universidade Federal de Pernambuco - Campus Agreste e Tempo de Experiência na docência e tempo de atuação na UFPE- CAA.

Dentre os nove participantes, sete possuem Doutorado, um Pós-doutorado e um Química (não especificando o grau da formação acadêmica). Observamos que 66,6% dos docentes possuem seis anos ou mais de docência no Campus e 44,4% possuem cerca de quatro anos.

Apresentadas as questões abertas, apresentaremos as questões fechadas do nosso questionário, com o objetivo de iniciarmos a nossa discussão voltada a nossa temática principal. As questões fechadas, que foram no total de oito, como mencionamos anteriormente, constaram com quatro alternativas afirmativas, como : **sempre, frequentemente, algumas vezes e nunca.**

A seguir discutiremos os percentuais de cada uma dessas afirmações na questões apresentadas.

1ª) AS CRÍTICAS DOS MEUS ALUNOS ME AFETAM FACILMENTE.

Ser aberto a críticas demonstra o quão disposto cada indivíduo está para encarar mudanças e saídas da zona de conforto. Aqui desejamos saber se os docentes participantes entendiam que possuíam uma capacidade de *unir emoção ao pensamento*. Receber críticas e avaliá-las como possíveis construtoras de mudanças significativas, indica maturidade emocional, porque elas ativam o nosso EEC.

Como sabemos, nem toda crítica é destrutiva e para acolhê-la, faz-se necessário abertura e união entre a emoção surgida pelo desconforto de ser criticado, com o pensamento que analisa a crítica. Infelizmente, como autodefesa, torna-se às vezes natural agir com raiva, fúria e negação diante das discordâncias (GOLEMAN, 2012; POSSEBON, 2017), mas a abertura a mudanças, através de um ato emocionalmente consciente, como referimos, indica maturidade. Ou seja, uma pessoa aberta a se educar emocionalmente através das críticas, assume uma mudança de postura e conduta, com o objetivo de melhorar e evoluir como ser humano.

Entre os participantes 66,7% afirmaram que “algumas vezes” se sentiam afetados pelas críticas vindas dos discentes, 22,2% registraram que “nunca” eram afetados e 11,1% afirmaram que “frequentemente” se afetavam. O docente que afirmou “frequentemente” ser afetado negativamente por críticas de seus alunos demonstrou, de acordo com tudo o que foi pautado em nosso referencial teórico, necessidade de um maior amadurecimento emocional. Já os docentes que afirmaram “nunca” ou “algumas vezes”, apontaram que possuem essa abertura e comunicação entre a emoção e pensamento.

2ª) POSSO FACILMENTE ENTENDER COMO OS MEUS ALUNOS SE SENTEM.

Nesta questão, nos direcionamos a analisar a capacidade de *acolher e apoiar o outro*. O ato de compreender aqui vai muito além do entendimento do que se passa com o discente, mas se enquadra no fato de o docente ter uma postura acolhedora, permitindo que seu discente se manifeste com liberdade, sem medo de julgamento e com espaço de fala, respeitando a particularidade de seu ser.

Os docentes que afirmaram “sempre” possuem essa facilidade de compreensão (33,3%) ou “frequentemente” (55,6%) deram indícios de que na vivência de suas relações possuíam esta capacidade oriunda da E.E, já que o olhar atento e compreensivo do outro possui uma forte relação com a compaixão, como tratamos no referencial teórico na discussão de Cassasus (2009), sendo um ponto chave relacionado a essa competência.

Já os participantes que entenderam possuir o oposto dessa característica, que só “algumas vezes” (11,1%) entendiam o que os discentes sentiam, indicaram pouca escuta, reflexão e compaixão, indícios de frágil capacidade de escuta e de acolhimento com o outro.

3ª) LIDO MUITO EFICAZMENTE COM OS PROBLEMAS DOS MEUS ALUNOS.

Lidar eficazmente com os problemas do outro, em nosso contexto, com os problemas dos alunos, implica mais uma vez na *capacidade de acolhimento e de escuta* dos docentes. É importante enfatizar que o propósito dessa afirmação não foi de o docente ser o responsável por solucionar os problemas dos seus alunos, mas como ele se portava diante deles, como os acolhia, apoiava-os e continha os seus impulsos emocionais.

Como discutido, vimos que acolher, apoiar e se conter são características da competência emocional, logo, os docentes que afirmaram “sempre” (33,3%) ou “frequentemente” (33,3%) acreditavam compreender seus discentes, teoricamente, possuíam as características já mencionadas.

Já o oposto desta situação foi localizado nas respostas “algumas vezes”, correspondentes a 33,3% da amostra. Neste caso, pareceu haver pouca consciência emocional do docente, com a falta das três diretrizes acima citadas, uma delicada postura que pode representar uma dificuldade no contato com as emoções do outro, não conseguindo compreender o porquê da ação emocional deste. Não houve respostas para o “nunca”.

4ª) NÃO ME IMPORTA O QUE ACONTECE COM MEUS ALUNOS FORA DA UFPE.

O conteúdo da frase apresentada aborda o oposto da afirmação anterior, pois aqui o docente que afirma “sempre” ou “frequentemente”, sinaliza um *déficit*, em sua E.E porque o ato de não olhar atentamente o seu discente de maneira compreensiva está associado à incompetência emocional (CASASSUS, 2009).

Aqui também foi analisada a capacidade de *acolhimento e de escuta do outro*, pois, se importar com que acontece com seus discentes fora “dos muros” do campus acadêmico demonstra um ato de cuidado, empatia e compaixão, mostrando que o lecionar deve ir muito além do puramente racional, implicando em compromisso com a integralidade, com a formação humana, formação essa que, inclusive, abrange valores que os discentes levarão para a vida.

Neste sentido, os docentes afirmaram que “nunca” (77,8%) ou que só “algumas vezes” (22,2%), “não” se importavam com o que acontecia com seus alunos fora da UFPE, mostraram uma maior sensibilidade e,

consequentemente, uma maior postura de E.E, pois, ocupavam-se das emoções dos seus alunos no ofício da sua profissão. Nenhum dos docentes responderam “sempre” ou “frequentemente”.

5ª) CONSIGO FACILMENTE DEIXAR OS MEUS ALUNOS À VONTADE

Entendemos que deixar os alunos à vontade significa proporcionar um contexto de ensino e aprendizagem prazeroso, acolhedor, que não seja aversivo, que não gere pressões desnecessárias, representando um forte indício da existência de um ambiente emocional em sala de aula também satisfatório. Como discutimos, um dos fatores necessários a um ambiente emocional favorável é uma boa relação entre o docente e seus discentes. Ou seja, uma relação emocional bem desenvolvida contribuirá para um ambiente emocional na sala de aula também saudável, com ganhos inquestionáveis à evolução dos pares.

Analisamos aqui a *capacidade de acolhimento e de apoio* do docente ao seu discente, já que a atitude de os deixar à vontade é consequência do acolhimento e apoio sinceros, já que todos devem ter assegurado o direito de manifestar, livremente e de maneira saudável, a sua dimensão emocional.

Consequentemente, aqueles docentes que afirmaram “sempre” ou “frequentemente”, fazem-nos acreditar que sua relação com o ambiente de trabalho (sala de aula, alunos, escola) é uma relação agradável e isso deve se refletir nos seus alunos positivamente, criando um ambiente emocional agradável e propício ao aprendizado (CASASSUS, 2009). Mas, nunca é demais lembrar, que essa boa relação do docente com seus alunos é um reflexo positivo de sua relação emocional consigo mesmo, ou seja, de vivenciar uma boa E.E.

Dentre os docentes participantes, 77,7% responderam que “frequentemente” deixam seus discentes à vontade no ambiente de aula e 22,2% afirmaram que “sempre” agem dessa forma. Já o oposto a essa afirmação, sugere-nos um ambiente emocional tenso, adverso, tanto para o docente, quanto para seus alunos. Neste caso temos um perfil de incompetência emocional, mas felizmente, dentre os participantes, nenhum registrou essas duas alternativas.

6ª) TORNEI-ME MAIS INSENSÍVEL EM RELAÇÃO ÀS PESSOAS, DESDE QUE COMECEI ESTE TRABALHO.

Tornar-se insensível em relação às pessoas após se tornar docente, sugere-nos um comprometimento da esfera emocional do mesmo. Se ele não utilizou as situações vivenciadas em sua profissão como ferramentas de reflexão e consciência emocional de si e do outro, parece não haver uma E.E bem desenvolvida.

Nesta afirmação analisamos a capacidade de *estar atento ao mundo emocional*, pois, se após estar inserido em uma profissão cuja base é a formação através das relações humanas, o docente avalia ter ficado mais insensível diante do outro, podemos supor que não houve a devida atenção às mensagens emocionais advindas destes ‘encontros’.

Como apontado em nossa discussão, tanto no tópico da E.E, quanto no da I.E, as situações enfrentadas cotidianamente desencadeiam reações emocionais, porém, o que fazemos com elas vêm de nossa E.E, ou da falta dela. Conseqüentemente, não desenvolver uma sensibilidade emocional ao conviver com pessoas, indica-nos uma frágil abertura para o desenvolvimento de sua própria vida emocional e, conseqüentemente, da vida emocional do outro.

Assim, aqueles que assinalaram que “sempre” ou “frequentemente” se tornaram mais insensíveis aos outros, indicam fragilidade emocional devido à falta de atenção necessária ao mundo emocional, mas, em nossa pesquisa, felizmente nenhum participante assinalou essas alternativas.

Contrários a esse perfil há os docentes que assinalaram as alternativas “nunca” ou apenas “algumas vezes” correspondendo, respectivamente, a 77,8% e 22,2%. Estes profissionais parecem buscar a E.E através da consciência de si e do outro, por meio de suas competências emocionais, estando disponíveis e abertos ao mundo emocional.

7ª) SINTO COMO SE MINHA PACIÊNCIA ESTIVESSE CHEGANDO AO FIM.

A regulação emocional é um tema já tratado (CASASSUS, 2009). Dentro da regulação emocional, vimos que a domesticação das emoções é um ponto que caracteriza uma competência emocional. E a domesticação das emoções inserida na capacidade de *regular de maneira saudável e equilibrada, as emoções*.

Ao apresentarmos essa afirmação, queríamos efetivamente analisar esta competência, pois, sentir-se “sempre” no limite das situações significa não regular as emoções de forma positiva diante das circunstâncias, ou seja, não há o uso favorável da resposta emocional, como se cada ação se enquadrasse em uma reação espontânea e não refletida, consciente, como demanda a E.E.

Diante disto, o docente que afirmou “sempre” ou “frequentemente”, correspondendo a 11,1% para cada registro, indica-nos que sua regulação emocional não está bem alinhada e a capacidade de regulação emocional está fragilizada mediante as situações da vida. Já os docentes que afirmaram que só “algumas vezes” (55,6%) ou que “nunca” (22,2%) sentiram que a paciência estava chegando ao fim, acreditamos que se tratam de pessoas que possuem uma capacidade de regular as emoções em momentos de esgotamento, buscando respostas equilibradas.

8ª) NO MEU TRABALHO, LIDO COM OS PROBLEMAS EMOCIONAIS COM CALMA.

Nesta afirmação buscamos analisar a capacidade de *compreender e analisar as informações do mundo emocional*, presentes nas ações cotidianas. Uma competência emocional bem desenvolvida caracteriza alguém que sabe analisar suas respostas emocionais, redirecionando suas emoções em ações positivas que lhe façam bem e lhe proporcionem saúde emocional.

Ao contrário desta capacidade, temos o docente incompetente emocionalmente, que não lida bem com as informações advindas do mundo circundante, não analisando de maneira consciente e reflexiva suas respostas emocionais, desencadeadas por um EEC.

Os docentes que afirmaram “sempre” (22,2%) ou “frequentemente” (33,3%) lidam com os problemas emocionais com calma, parecem possuir esta capacidade bem desenvolvida, pois lidam com os problemas com “jogo de cintura”, característicos da flexibilidade, redirecionamento de rotas e acolhendo novas direções. Já os docentes que afirmaram “algumas vezes” (33,3%) e “nunca” (11,1%), demonstraram pouco conhecimento de suas emoções, já que não conseguem lidar com calma diante dos dilemas da vida, exaltando-se emocionalmente ou, em alguns momentos, falhando na tentativa de viverem eventos emocionalmente saudáveis.

7. CONSIDERAÇÕES FINAIS

Como foi possível observar, a discussões que obtivemos dos dados extraídos foram de uma rica abordagem. Vimos que mesmo não sendo um tema diretamente tratado e discutido nas aulas dos docentes participantes da pesquisa (pois, nenhum deles ensinam a temática E.E em suas aulas), a E.E é participante das suas práticas e postura pedagógica, fazendo assim uma grande diferença na relação do docente com ele mesmo, com seus alunos e conseqüentemente com todo o ambiente que engloba a aprendizagem.

Vale saliente que apenas o questionário misto não é suficiente para afirmar se de fato as respostas dos docentes participantes são realmente correspondentes com as suas respectivas práticas na realidade, pois, para isto seria necessário um aprofundamento da pesquisa com outros meios de coleta de dados, com maior espaço de tempo, para um máximo embasamento destas questões.

Porém, o foco de nossa pesquisa foi analisar nas afirmações dos docentes, o quão importante é na prática profissional o uso saudável do universo emocional, através da E.E, por meio dos referenciais teóricos utilizados neste trabalho.

Vimos que boa parte dos docentes participantes, aproximadamente 80% deles, afirmaram utilizar da E.E nas relações estabelecidas dentro do ambiente de aula e de trabalho, como é possível observar nas questões: **1ª) As críticas dos meus alunos me afetam facilmente; 2ª) Posso facilmente entender como os meus alunos se sentem; 4ª) Não me importa o que acontece com meus alunos fora da UFPE; 5ª) Consigo facilmente deixar os meus alunos à vontade; 6ª) Tornei-me mais insensível em relação às pessoas, desde que comecei este trabalho e 7ª) Sinto como se minha paciência estivesse chegando ao fim**, as quais possuíram maiores percentuais nas afirmações de cunho positivo por parte dos docentes.

Já as questões: **3ª) Lido muito eficazmente com os problemas dos meus alunos e 8ª) No meu trabalho, lido com os problemas emocionais com calma**, tiveram um considerado empate em percentuais, das afirmações escolhidas, mostrando que, por mais que nas outras questões as afirmações boa parte dos docentes tenham escolhido afirmações positivas, nessas esses docentes demonstraram uma outra postura, mostrando assim que no processo evolutivo da E.E é possível que em alguns momentos haja instabilidades, equívocos e erros, pois, nesta jornada de

autoconhecimento, somos passíveis de errar para que através do erro possamos aprender.

Portanto, podemos afirmar que a E.E e sua discussão é rica e abrangente, que direta ou indiretamente o universo das emoções fazem parte da sala de aula, parte da figura do docente e do discente. Estudar as emoções, cada vez mais se faz importante e crucial, pois, a verdadeira aprendizagem apenas não inclui uma perspectiva conteudista, como também inclui uma postura humana, sensível e emocional, por isto é fundamental se pesquisa sobre a E.E e a prática docente.

REFERÊNCIAS

ALZINA, R. B.; GONZÁLES, J. C. P.; NAVARRO, E. G. **Inteligencia emocional en educación**. Madri: Síntesis, 2015. 431p.

ARAÚJO, J.R. **Ensinar a paz**: Ensaio sobre Educação emocional e social. 1. ed. Ribeirão Preto: Editora Inteligência Relacional, 2013. 216p.

CASASSUS, J. **Fundamentos da Educação Emocional**. Brasília: UNESCO: Liber Livro Editora, 2009. 252p.

DICIO. **Dicionário Online de Português**. Disponível em: <https://www.dicio.com.br/emocao/>. Acesso em: 05 mar.2021.

GERHARDT, T. E.; SILVEIRA, D. T. (org). **Métodos de pesquisa**. 1 ed. Porto Alegre: Editora UFRGS, 2009. *E – book* (120 p.). ISBN 978-85-386-0071-8. Disponível em: <http://meiradarocha.jor.br/news/tcc/files/2017/12/Gerhardt-e-Silveira.-M%C3%A9todos-de-Pesquisa-EAD-UFRGS.pdf>. Acesso em: 11 fev. 2021.

GOLEMAN, D. **Inteligência Emocional**: A Teoria Revolucionária que redefine o que é ser Inteligente. 2. ed. Rio de Janeiro: Editora Objetiva, 2012. 384p.

PRODANOV, C. C.; FREITAS, E. C. **Metodologia do trabalho científico**: Métodos e Técnicas da Pesquisa, 2 ed. Nova Hamburgo: Feevale, 2013. *E – book* (276 p.) ISBN 978-85-7717-158-3. Disponível em: https://aedmoodle.ufpa.br/pluginfile.php/291348/mod_resource/content/3/2.1-E-book-Metodologia-do-Trabalho-Cientifico-2.pdf. Acesso em: 11 fev. 2021.

POSSEBON, G.E. **O universo das Emoções:** Uma introdução. João Pessoa: Libellus, 2017. 88p. 1 v.

OLIVEIRA, C. L. Um apanhado teórico-conceitual sobre a pesquisa Qualitativa: tipos, técnicas e características. **Revista Travessia**, v.02, p. 1- 16, 2008. Disponível em: <http://e-revista.unioeste.br/index.php/travessias/article/view/3122>. Acesso em: 18 mai. 2018.

TEIXEIRA, L. **Nova Escola:** 66% dos Professores já precisaram se afastar por problemas de saúde. Disponível em: <https://novaescola.org.br/conteudo/12302/pesquisa-indica-que-66-dos-professores-ja-precisaram-se-afastar-devido-a-problemas-de-saude>. Acesso em: 01 set. 2019.