

## ALFABETIZAÇÃO EMOCIONAL E SEUS REFLEXOS NO PROCESSO DE ENSINO-APRENDIZAGEM

Tailson Chaves de Oliveira <sup>1</sup>

### RESUMO

A presente pesquisa vem destacar a relevância da alfabetização emocional no âmbito educacional e sua influência no processo de ensino-aprendizagem. As emoções alinhadas a esse processo são essenciais pois possuem a capacidade potencializar ou inibir o registro de um determinado conteúdo ou experiência em nossa memória. Com isso o presente estudo tem como objetivo analisar as contribuições da alfabetização emocional no contexto educacional e seus reflexos no processo de ensino aprendizagem. O estudo se deu a partir de abordagem qualitativa e de revisão bibliográfica, tendo como aporte teórico Goleman (2011), Santos (2019), Nunes (2009), Cosenza e Guerra (2011), dentre outros. A partir dos resultados da pesquisa constatou-se que a alfabetização emocional no âmbito educacional é de grande relevância para a efetivação de uma educação de qualidade, já que a aprendizagem é significativamente influenciada pelas emoções.

**Palavras-chave:** Alfabetização emocional, Ensino-aprendizagem, Emoções, Educacional.

### INTRODUÇÃO

A educação é um dos pilares para vivência em sociedade, e isso valida a ideia de que as instituições escolares tem significativa influência no que se refere aos nossos relacionamentos inter e intra pessoal. Diante desse fato, é necessário se repensar constantemente o processo de ensino aprendizagem, que envolve tanto o ensinar como o aprender. E é esse processo que vai ser responsável por proporcionar uma educação de qualidade, que vai atender demandas não só cognitivas e intelectuais, mas também sociais e emocionais.

Uma alternativa que se torna relevante para o desenvolvimento saudável do processo de ensino aprendizagem é a educação pautada nas emoções, principalmente no que se refere ao conceito de alfabetização emocional, que oportuniza tanto em professores quanto em alunos o desenvolvimento de competências e habilidades que vão influenciar diretamente na forma como lidam com suas emoções e seus relacionamentos interpessoais.

A alfabetização emocional não se limita somente aos aspectos sentimentais dos envolvidos, é uma abordagem que visa o autoconhecimento, o desenvolvimento da empatia, resiliência, temperança entre outros aspectos que vão impactar diretamente no comportamento

---

<sup>1</sup> Graduando do Curso de Pedagogia da Universidade Estadual do Maranhão - UEMA, [thailsonchavesdeoliveira@gmail.com](mailto:thailsonchavesdeoliveira@gmail.com);

e na forma como nos relacionamos. E dentro do ambiente escolar isso impacta significativamente, já que professores e alunos além de terem necessidades físicas, possuem também necessidades emocionais.

Vale ressaltar, que as instituições escolares além de ser um espaço no qual os conhecimentos são sistematizados é também um local de formação do cidadão, de construção de identidade social e cultural, é um ambiente cheio de estímulos e orientações acerca do desenvolvimento de diversas habilidades, e que essas habilidades não se restringem somente ao ambiente escolar, pois são externalizadas no meio social no qual o aluno se encontra. Nesse contexto, a alfabetização emocional aplicada a vida do educando influencia no desenvolvimento de sua saúde mental e conseqüentemente no seu desempenho pessoal e profissional.

O objetivo deste estudo é analisar as contribuições da alfabetização emocional no contexto educacional e seus reflexos no processo de ensino aprendizagem. Tendo como aporte teórico: Goleman (2011), Santos (2019), Nunes (2009), Cosenza e Guerra (2011), dentre outros.

## **METODOLOGIA**

A metodologia desenvolvida na realização do presente estudo se deu com abordagem qualitativa e exploratória. Ambos os métodos são de grande relevância para a elaboração de uma pesquisa, principalmente no que cerne a área da educação.

A pesquisa qualitativa segundo Lima, Harres, Paula (2018, p. 15) “Ocupa lugar privilegiado em estudos na área da educação devido a sua potência para responder às necessidades dos processos educativos, alinhados com as demandas da sociedade atual.” Ou seja, diante desse método podemos aprofundar discussões e sanar problemas a partir de dos resultados obtidos no decorrer do estudo.

E a pesquisa de caráter exploratória como afirma Gil (2002, p. 41) “Pode-se dizer que estas pesquisas têm como objetivo principal o aprimoramento de ideias ou a descoberta de intuições.” Sendo assim, oportuniza o desenvolvimento de conhecimentos já existentes e até mesmo a possibilita transformar em ciência o que ainda só se teoriza.

O estudo se deu a partir de revisão bibliográfica que consiste na análise de literaturas acerca da temática, sendo base para a elaboração da pesquisa. De início foi feito a seleção das obras, o recorte de considerações relevantes para o estudo e posteriormente alinhamento com as perspectivas da presente pesquisa.



Como afirma Prodanov e Freitas (2013, p. 131), na revisão bibliográfica “analisamos as mais recentes obras científicas disponíveis que tratem do assunto ou que deem embasamento teórico e metodológico para o desenvolvimento do projeto de pesquisa.” Com isso, pode-se concluir que a revisão bibliográfica é essencial para que a pesquisa flua e que seja de fato uma pesquisa científica.

Diante da relevância de um aporte teórico consistente e coerente com a temática, foram revisadas em torno de oito obras que fundamentaram o presente estudo, sendo de autores como: Goleman (2011), Santos (2019), Nunes (2009), Cosenza e Guerra (2011), dentre outros.

Cada obra contribuiu significativamente para a elaboração da pesquisa já que foram selecionadas a partir da proximidade com o objeto de estudo, pois tratam-se de literaturas que abordam comportamento humano, neurociência, autoconhecimento dentre outras temáticas indissociáveis do conceito de alfabetização emocional.

Diante desses métodos que a presente pesquisa tem por objetivo analisar as contribuições da alfabetização emocional no contexto educacional e seus reflexos no processo de ensino aprendizagem.

## **EMOÇÕES EM SALA DE AULA**

A alfabetização emocional é um conceito que vem se difundido no âmbito educacional por se tratar de uma alternativa indispensável para a melhoria do processo de ensino aprendizagem, pois ajuda a desenvolver tanto em professores quanto em alunos, habilidades e competências para lidarem com suas emoções e sentimentos, oportunizando um melhor desempenho em situações que nem sempre a inteligência racional poderá ajudar.

As emoções alinhadas ao processo de ensino aprendizagem não são mais um conteúdo a ser trabalhado, mas sim um meio de estimular a aprendizagem significativa a partir de recursos que são inerentes ao ser humano.

Como afirma Goleman (2011, p. 65-66)

Há muitos indícios que atestam que as pessoas emocionalmente competentes — que conhecem e lidam bem com os próprios sentimentos, entendem e levam em consideração os sentimentos do outro — levam vantagem em qualquer setor da vida, [...] As pessoas com prática emocional bem desenvolvida têm mais probabilidade de se sentirem satisfeitas e de serem eficientes em suas vidas, dominando os hábitos mentais que fomentam sua produtividade; as que não conseguem exercer nenhum controle sobre sua vida emocional travam batalhas internas que sabotam a capacidade de concentração no trabalho e de lucidez de pensamento.

A partir desta perspectiva percebe-se a influência das emoções no desenvolvimento do ser humano em qualquer setor, destacando principalmente que a inabilidade de lidar com as

emoções pode prejudicar significativamente o desempenho pessoal e profissional do indivíduo. E é nesse aspecto que se torna extremamente relevante o trabalho da alfabetização emocional na sala de aula.

Porém esse trabalho consiste em um grande desafio, por mais que no âmbito educacional se perceba a grande evolução quanto ao público, recursos e aos métodos utilizados ainda se encontra na educação contemporânea características do ensino tradicional que muitas vezes dificultam a aplicação de novos métodos.

Como analisa Santos (2019, p.15):

Diante de uma sociedade assustadoramente intolerante, adoecida física e emocionalmente, fica claro que o foco da nossa educação deve sair do puro aprendizado da matemática, física e português, para o aprendizado da empatia, das habilidades sociais e do autoconhecimento. Queremos filhos educados, saudáveis e felizes, mas os nossos métodos educacionais são baseados em punições, críticas, ameaças e humilhação, o que se mostra claramente incoerente.

Diante da fala da autora, percebe-se como ainda se prioriza no âmbito educacional somente o racional e o intelectual e acredita-se que seja o suficiente. Pode-se identificar como fator principal para que isso continue se reverberando, é a falta de conhecimento acerca da aplicação do conceito de alfabetização emocional nas salas de aula. Isso por que nem todos os professores tiveram a oportunidade de aprender sobre esse conceito e muito menos os pais, e isso é consequência de uma educação que prioriza o racional e inibe o emocional.

O professor precisa compreender que ele tem necessidades emocionais e seu aluno também, e quando não atendidas consequências podem surgir. Da mesma forma que cuidamos do nosso corpo, precisamos cuidar da nossa mente. A escola proporciona aulas de educação física, ou seja, o corpo está em destaque, mas e a mente? Os sentimentos e as emoções? Como cuidar? Passamos grande parte focando no externo e menosprezamos o interno.

## **ALFABETIZAÇÃO EMOCIONAL E O PROCESSO DE ENSINO APRENDIZAGEM**

Conforme Santos (2020, p 34) todos os sentimentos tem uma função e são interdependentes, um necessita do outro, para que a alegria apareça a tristeza teve que visitar, e vice versa. O ser humano é visitado por uma gama de sentimentos e que não se pode impedir a passagem de nenhum. Precisamos aprender a lidar com os nossos sentimentos e acolher o sentimento do nosso aluno, já que no espaço da sala de aula não estamos privados de sentir, é justamente nesse ambiente que inúmeros gatilhos emocionais surgem.



Para Nunes (2009, p. 19) o trabalho com os sentimentos e emoções em sala de aula:

[...] facilita o desempenho do educando em essência, pois é uma inteligente manobra para trazer os alunos mais para perto, enquanto abre espaço para trabalhar suas próprias questões, só que dentro de um contexto de empatia e simpatia recíprocas, facilitando assim as intervenções. Agindo assim, o professor em muito vai otimizar seu trabalho e poderá paralelamente ir potencializando sua habilidade em também se relacionar, deixando de lado a hierarquia rígida de estar um patamar acima do aluno, quando tratamos de questões de ordem emocional.

Nesta perspectiva evidencia-se a relevância da alfabetização emocional tanto no relacionamento professor-aluno como no processo de ensino aprendizagem, sendo uma alternativa eficaz para que professores façam intervenções que só conhecimentos disciplinares não resolveriam, utilizando então uma nova abordagem, a de estabelecer vínculos com seus alunos, que vai além da relação engessada que historicamente se construiu entre professor e aluno.

Pois um dos fatores que contribui ou não para a aprendizagem de qualidade é o vínculo do professor com o aluno, se o professor se coloca como superior e autoritário em muitas situações perante o aluno, as emoções ali presentes impossibilitarão a aprendizagem, é necessário que o professor tenha uma relação saudável com seu alunado, e isso só acontecerá se houver comunicação.

Ao se oportunizar diálogo nessa relação não quer dizer que o papel de autoridade do professor seja minimizado, ele continua sendo aquele que deve manter o equilíbrio na sala, sempre que necessário ter firmeza em suas palavras para lidar com situações atípicas, porém não pode ser o “ditador” daquele espaço, é necessário que haja abertura para que seus alunos se expressem, se comuniquem.

Como afirma Nunes (2009, p 84-85):

A autoridade e postura firme do educador abrem caminho para os acordos e ajustes por que fazem com que o aluno perceba que o educador é quem conduz, orienta, media e auxilia a turma, mas não o faz em regime de opressão [...] O educador que assim atua irradia segurança à criança estimulando nela a criatividade, o poder de expressão, de demonstração de sentimentos, e colocando os limites necessários para o desempenho de todos, fazendo isto sempre baseado no bom senso.

Diante isso, podemos constatar que a permissividade não faz parte do contexto da educação emocional, educadores precisam assumir seus papéis de orientadores/auxiliadores sem ocultar o protagonismo de seus educandos, partindo de uma linguagem acolhedora, de uma escuta ativa e impondo limites em algumas situações.

Vale ressaltar que ao se falar de alfabetização emocional é necessário compreender que nem todas as emoções contribuem para aprendizagem, já que em momentos de estresse, medo e raiva a aprendizagem não acontece.



Conforme Cosenza e Guerra (2011, p. 84):

[...] as emoções precisam ser consideradas nos processos educacionais. Logo, é importante que o ambiente escolar seja planejado de forma a mobilizar as emoções positivas (entusiasmo, curiosidade, envolvimento, desafio), enquanto as negativas (ansiedade, apatia, medo, frustração) devem ser evitadas para que não perturbem a aprendizagem.

Diante dessa perspectiva, pode-se refletir sobre o como nossos comportamentos sejam negativos ou positivos influenciam no ambiente escolar e causam um impacto direto à aprendizagem. Os autores ainda corroboram com a ideia de que as emoções precisam estar presentes nos espaços educacionais a fim de oportunizar aprendizagens de qualidade, mas que nem todas emoções são de valia para o desenvolvimento do processo. E cabe ao professor fazer a preparação de um ambiente no qual os alunos tenham liberdade de se expressar e comunicar e que o mesmo faça parte desse momento mediando os conhecimentos ali compartilhados.

## **RESULTADOS E DISCUSSÃO**

A presente pesquisa destacou que a alfabetização emocional no âmbito educacional é de grande relevância para a efetivação de uma educação de qualidade, já que a aprendizagem é significativamente influenciada pelas emoções. E uns dos principais objetivos da escola é fazer com que os alunos tenham uma aprendizagem de qualidade e uma formação integral, ou seja, vai além de uma formação conteudista, que foca somente no desenvolvimento de conhecimentos de caráter intelectual.

Segundo Morais (2020, p. 168) “O processo ensino-aprendizagem ocorre de forma integradora e isso inclui não apenas o processo cognitivo, mas também uma interação conjunta de vários fatores: emocional, racional e social, por exemplo”. Diante dessa fala podemos compreender como a aprendizagem não se limita só a cognição, mas também envolve outros fatores, como o emocional, confirmando a ideia de que as emoções influenciam na qualidade do aprendizado.

Ainda corroborando com essa ideia Cury (2013, p. 76) afirma que “nós só conseguimos dar detalhes das experiências que envolvem perdas, alegrias, elogios, medo, frustração, pois a emoção determina a qualidade do registro.” Ou seja, nós temos mais facilidade de aprender, de registrar em nossa memória quando atrelamos uma emoção a um conhecimento, fato ou experiência.

E quando se fala em alfabetização emocional na perspectiva educacional, não se refere somente ao desenvolvimento em alunos, os professores precisam fazer parte disso, pois no processo de ensino-aprendizagem os dois são essenciais.



Como afirma Cosenza e Guerra (2011, p. 84):

É bom estar atento não só às emoções dos alunos, mas também às próprias emoções. A linguagem emocional é corporal antes de ser verbal, e muitas vezes a postura, as atitudes e o comportamento do educador assumem uma importância da qual não damos conta. Por causa desses fatores, o que é transmitido pode ser bem diferente do que se pretende ensinar.

A partir desta perspectiva, podemos compreender que a relação professor e aluno é indispensável quando se fala em processo de ensino-aprendizagem, pois ambos são os protagonistas desse processo. E a forma como se expressam e se comunicam influenciam na qualidade da relação entre ambos e que se não bem desenvolvida a capacidade de lidar com suas as emoções isso será uma grande barreira para o fluir dessa relação e conseqüentemente do processo de ensino-aprendizagem.

Portanto, é nítido que precisamos repensar nosso modelo educacional que prioriza o intelectual, racional e descredibiliza o emocional e o social. O processo de ensino-aprendizagem é muito vasto e necessita ser constantemente reavaliado a fim de detectar o que precisa ser mudado e desenvolver o que já está funcionando, e diante desse estudo podemos constatar que as emoções alinhadas a esse processo é uma alternativa de grande relevância para a qualidade da educação.

## **CONSIDERAÇÕES FINAIS**

A presente pesquisa buscou evidenciar as contribuições da alfabetização emocional no contexto educacional e seus reflexos no processo de ensino aprendizagem. No decorrer do estudo, pode-se perceber o quanto as emoções influenciam no processo de ensino-aprendizagem, isso por que a forma como lidamos com as elas podem ser determinantes em qualquer setor das nossas vidas.

Um ambiente escolar que descredibiliza as subjetividades de seus alunos, tende a fracassar no que se refere a formação integral do indivíduo, pois o ser humano é cheio de potencialidades, mas se não estimuladas e desenvolvidas não se externalizam. E a escola é o ambiente principal para proporcionar estímulos e ajudar a desenvolver habilidades em seus alunos.

Por isso é essencial que nossas escolas passem a estimular o autoconhecimento e o desenvolvimento de habilidades sociais que são características da alfabetização emocional e que são de grande relevância para a efetivação da qualidade do ensino. Os alunos e os professores que tenham essas habilidades e esse conhecimento possuem vantagem no quesito



vida em sociedade, precisamos conhecer as teorias e as técnicas, mas sem esquecer que sem o conhecimento de nós mesmos isso se torna irrelevante.

## REFERÊNCIAS

COSENZA, Ramon Moreira; GUERRA, Leonor Bezerra. **Neurociência e Educação: Como o Cérebro Aprende.** – Porto Alegre: Artmed, 2011. 151 p.

CURY, Augusto. **Pais brilhantes, Professores fascinantes: A educação inteligente: formando jovens pensadores e felizes.** popular. ed. Rio de Janeiro: Sextante, 2013. 112 p. ISBN 978-85-7542-950-1.

GIL, Antonio Carlos. **Como Elaborar Projetos de Pesquisa.** 4ª. ed. São Paulo: Atlas, 2002. 176 p. ISBN 85-224-3169-8.

GOLEMAN, Daniel. **Inteligência emocional.** Tradução Marcos Santarrita. Rio de Janeiro: Objetiva, 2011. 407 p. ISBN 978-85-390-0191-0.

LIMA, Valdevez Marina do Rosário; HARRES, João Batista Siqueira; PAULA, Marlúbia Corrêa de. (org) **Caminhos da pesquisa qualitativa no campo da educação em ciências:** [recurso eletrônico] pressupostos, abordagens e possibilidades. Porto Alegre: EDIPUCRS, 2018. Disponível em: <http://www.pucrs.br/edipucrs/>. Acesso em 26 jul 2022.

MORAIS, Everton de Andrade. **Neurociência das emoções.** 1ª. ed. Curitiba: InterSaberes, 2020. 215 p. (Série Panoramas da Psicopedagogia).

NUNES, Vera. **O papel das emoções na educação.** São Paulo: Casa do psicólogo, 2009. 200 p. ISBN 978-85-7396-631-2.

PRODANOV, Cleber Cristiano; FREITAS, Ernani Cesar de. **Metodologia do trabalho científico** [recurso eletrônico] : métodos e técnicas da pesquisa e do trabalho acadêmico – 2. ed. – Novo Hamburgo: Feevale, 2013. Disponível em: [www.feevale.br/editora](http://www.feevale.br/editora). Acesso em 26 jul 2022.

SANTOS, Elisama. **Por que gritamos: Como fazer as pazes consigo e educar filhos emocionalmente saudáveis.** 1ª. ed. São Paulo: Paz e terra, 2020. 167 p. ISBN 9786555480009.

SANTOS, Elisama. **Educação não violenta: Como estimular autoestima, autonomia, autodisciplina e resiliência em você e nas crianças.** 4ª. ed. Rio de Janeiro/São Paulo: Paz e terra, 2019. 168 p. ISBN 978-85-7753-403-6.