

## **Emoções e empoderamento: reflexões acerca da emoção da raiva em jovens com deficiência intelectual**

Stephanny Angel de Souza Medeiros Dantas; Fátima Pereira Marinho; Flávia Laryssa Gonzaga Rabelo; Taísa Caldas Dantas

*Universidade Federal da Paraíba*

[stephanny\\_dantas@hotmail.com](mailto:stephanny_dantas@hotmail.com); [fatimamarinho88@gmail.com](mailto:fatimamarinho88@gmail.com); [laryssrabelo@gmail.com](mailto:laryssrabelo@gmail.com)  
[taisa.cd@gmail.com](mailto:taisa.cd@gmail.com)

**Resumo:** Historicamente a inclusão e a participação de pessoas com deficiência na sociedade e nos espaços de saber-poder são limitadas e carregadas de estigmas e preconceitos. Apesar das conquistas e dos avanços presenciados nas últimas décadas no Brasil, ainda são notórias as dificuldades enfrentadas por esses sujeitos, seja pelas barreiras do acesso e permanência, seja pelo despreparo das instituições ou seja pela perpetuação do preconceito. Os reflexos de uma sociedade excludente e preconceituosa afeta diretamente a vivência das emoções nesses indivíduos, podendo ocasionar traumas e bloqueios emocionais. A Educação Emocional como ferramenta de autoconhecimento oferece às pessoas com deficiência a possibilidade de educar-se emocionalmente, podendo auxiliar na compreensão de suas emoções e na vivência saudável das mesmas. Este trabalho nasce no âmbito do Núcleo de Educação Emocional (Neemoc) da Universidade Federal da Paraíba, através do Projeto de Extensão intitulado “Educação Emocional: um caminho para o empoderamento de jovens com deficiência”, com o objetivo de trazer reflexões acerca da vivência da emoção da raiva em jovens com deficiência intelectual em turmas da EJA de uma Escola Estadual pertencente a uma Fundação Paraibana que atende pessoas com deficiência. Os instrumentos de coleta de dados utilizados foram a observação direta e um roteiro de entrevista semi-estruturada, denominado Diário das Emoções. Os resultados desta pesquisa apontam que é de fundamental importância a vivência da emoção da raiva de maneira saudável e consciente, pois esta emoção pode oportunizar o empoderamento desses sujeitos, bem como é capaz de proporcionar motivação para a saída de situações de vulnerabilidade.

**Palavras-chave:** Raiva, Educação Emocional, Deficiência Intelectual, Empoderamento, Inclusão.

### **Introdução**

Ainda nos dias atuais, apesar das conquistas e mudanças de paradigmas referentes à concepção de deficiência, os conceitos e as práticas relacionadas à sua caracterização continuam a ser influenciadas por narrativas arcaicas, que por muito tempo classificaram a deficiência como uma patologia ou como um castigo de forças maiores. Com a repercussão da compreensão biomédica da deficiência, as pessoas com deficiência foram e continuam a ser estigmatizadas por possuírem corpos diferentes, corpos esses que são entendidos por essa concepção como problemáticos e “defeituosos”, devendo ser corrigidos. No âmbito da patologia, a compreensão da deficiência ficou conhecida através do Modelo Médico da Deficiência ou Modelo da Tragédia Pessoal (GAUDENZI, ORTEGA, 2016).

A partir desta realidade, visualiza-se um cenário de preconceitos e estereótipos atribuídos socialmente às pessoas com deficiência. A exclusão desses sujeitos tem sido uma

marca histórica na sociedade brasileira. Sabe-se que ainda hoje, através de crenças infundadas no que tange ao desenvolvimento e a capacidade das pessoas com deficiência, perpetuam-se barreiras atitudinais que interferem na ascensão social deste grupo minoritário, bem como o afasta da participação na esfera pública, política e nos espaços de saber-poder. De acordo com CROCHÍK (1996, p.49)

O preconceito se caracteriza por um conteúdo específico dirigido ao seu objeto e por um determinado tipo de reação frente a ele, em geral, de estranhamento ou de hostilidade. Ao conteúdo podemos chamar de estereótipo, cujo significado inicial pode ser remetido à máquina de reproduzir tipos utilizada pela imprensa, que deve portanto reproduzir fielmente as letras, mas que passou a ganhar o sentido também daquilo que é fixo, imutável. No caso do preconceito, é neste último sentido que ele deve ser entendido.

Entretanto, muitos movimentos e lutas foram aflorados a partir dos anos 1980 devido aos questionamentos direcionados às concepções normativas que por muito tempo caracterizaram a deficiência. Nesse período, o Modelo Social da Deficiência ganha força ao se contrapor ao modelo biomédico. O que antes era entendido como um problema individual e tratado como uma patologia, com a ascensão desta nova concepção, passou-se a compreender a deficiência como característica da identidade humana e como uma categoria a ser discutida através do viés das ciências sociais e humanas.

Ainda de acordo com o Modelo Social, alega-se que os “ajustamentos” e “correções” não devem ser feitos nos corpos das pessoas com deficiência, e sim, na sociedade, visto que a mesma deve se adequar para atender à diversidade humana. Denuncia-se então, a estrutura social (GAUDENZI, ORTEGA, 2016) caracterizada por excluir e oprimir o indivíduo que possui um corpo diferente do “comum”. A estrutura social e o ambiente não têm oferecido aportes significativos para garantir o direito de ir e vir das pessoas com deficiência, resultando na exclusão e na ausência de participação desses indivíduos nas demais esferas sociais.

O peso de uma sociedade excludente e preconceituosa pode repercutir na vivência saudável das emoções pelas pessoas com deficiência. A Educação Emocional surge no âmbito educacional como um novo paradigma, justamente para oportunizar aos sujeitos a possibilidade de educar-se emocionalmente e vivenciar as emoções de forma consciente. Nas palavras de Bisquerra (2000):

Processo educativo, contínuo e permanente, que pretende maximizar o desenvolvimento emocional como complemento indispensável do desenvolvimento cognitivo, constituindo elementos essenciais do desenvolvimento integral da personalidade. Para isso se propõe o desenvolvimento de conhecimentos e habilidades sobre as emoções com o objetivo de capacitar o indivíduo para melhor responder os desafios que surgem na vida cotidiana. Tudo isso como a finalidade de aumentar o bem estar pessoal e social. (p. 243).

Contrapondo-se ao paradigma tradicional, a Educação Emocional tem como base o desenvolvimento emocional como complemento indispensável para o desenvolvimento cognitivo, elencando elementos fundamentais no desenvolvimento integral da personalidade. Corroborando com BISQUERRA (2000), entende-se que o desenvolvimento de habilidades e competências emocionais podem ser objetos de capacitação aos indivíduos com deficiência para melhor responderem aos desafios trazidos pela exclusão social e também, pelo preconceito.

No caso das pessoas com deficiência, as situações de discriminação são possíveis estímulos geradores de emoções experimentadas de maneira confusa e inconsciente, como por exemplo, a emoção da raiva. A raiva pode ser caracterizada como uma resposta primária e imediata do organismo quando se percebe impedido na realização de um objetivo ou na satisfação de uma necessidade, preparando o corpo para o enfrentamento de situações consideradas ofensivas ou depreciativas (POSSEBON, 2017). Nesse sentido, vale salientar que possíveis reações desproporcionais do organismo advindas da falta de consciência sobre esta emoção podem ocasionar em discussões, brigas corporais, e também, refletir na saúde do indivíduo.

Por outro lado, quando vivenciada de maneira saudável, esta emoção pode ser vista como uma aliada na transposição de situações de vulnerabilidade, as quais, no caso das pessoas com deficiência, são frequentemente presenciadas quando estão relacionadas ao preconceito e à exclusão. De acordo com Casassus (2009), a competência emocional proporciona aos indivíduos a possibilidade de adquirir habilidades com relação às suas emoções e às dos outros, caracterizando-se por ser um processo de transformação e incorporação da consciência e da compreensão emocional.

Idealizada no âmbito do Núcleo de Educação Emocional (Neemoc) da Universidade Federal da Paraíba, por meio de um Projeto de Extensão intitulado “Educação Emocional: um caminho para o empoderamento de jovens com deficiência”, esta pesquisa tem como objetivo promover reflexões críticas acerca da vivência da emoção da raiva em jovens com deficiência intelectual, elencando o papel fundamental da Educação Emocional na vivência sadia das emoções, tendo como consequência o empoderamento e a autonomia desses jovens, e também, o seu desenvolvimento integral.

## *Metodologia*

No que diz respeito aos procedimentos metodológicos, destaca-se que as raízes dessa pesquisa estão no Núcleo de Educação Emocional (Neemoc) da Universidade Federal da Paraíba, concebida através de um Projeto de Extensão denominado: “Educação Emocional: um caminho para o empoderamento de jovens com deficiência”. Com relação ao campo de pesquisa, este foi uma Escola pertencente à uma Fundação Paraibana especializada no acompanhamento e na assistência voltadas às crianças, jovens e adultos com deficiência, localizada no município de João Pessoa - Paraíba.

Este projeto é a continuação de dois outros projetos realizados anteriormente nessa mesma Fundação nos anos de 2016 e 2017, os quais tiveram como foco a formação de professores (as) e profissionais da área da Educação Especial em Educação Emocional. No ano de 2018, o projeto teve continuidade, porém, focalizando os próprios estudantes da escola a fim de destacar suas emoções, sobretudo a emoção da raiva, contribuindo para seu empoderamento e autonomia.

De início, havendo o primeiro contato, foi feita uma visita ao campo de pesquisa para compreender o público que seria considerado para a realização deste trabalho. Também nos preocupamos em acordar as datas em que as vivências de Educação Emocional com vistas à emoção da raiva seriam aplicadas, resultando na realização destas vivências no mês de Maio deste mesmo ano. Dessa maneira, os participantes da pesquisa foram 27 estudantes de três turmas, pertencentes à modalidade de Educação de Jovens e Adultos (EJA), oferecida no turno vespertino da Escola. Com relação às questões de gênero, dentre os 27 sujeitos da pesquisa, 19 pertencem ao gênero feminino e oito pertencem ao gênero masculino, com faixa etária que varia dos 15 aos 35 anos de idade.

No tocante ao instrumento utilizado para o desenvolvimento desta pesquisa, utilizou-se o Diário das Emoções, um tipo de entrevista semi-estruturada, confeccionado com imagens a fim de representar situações que possivelmente desencadeiam a emoção da raiva nos sujeitos da pesquisa. Considerando a necessidade de tornar o instrumento de coleta acessível devido às subjetividades de cada aluno/a com deficiência, adaptamos o Diário das Emoções de forma que os estudantes pudessem responder oralmente às indagações contidas no Diário. Para a melhor compreensão dos jovens, também contamos com o auxílio de materiais lúdicos.

Tratando-se de emoções e sua conceituação, foi próprio para um melhor entendimento dos sujeitos da pesquisa que antes da coleta de dados fosse realizada uma dinâmica de Educação Emocional, com o intuito de expor alguns conhecimentos sobre a emoção da raiva.

Os recursos empregados nas vivências foram: imagens, músicas, contação de histórias, desenhos e gravador de voz. Também foram realizadas dinâmicas de dança e de relaxamento.

As vivências em torno da emoção da raiva foram divididas metodologicamente em cinco momentos, sendo eles: 1. O contato inicial e a aproximação das pesquisadoras com os estudantes; 2. A apresentação da emoção da raiva utilizando os recursos didáticos; 3. A apresentação de um livro lúdico com imagens de situações potencialmente estimulantes para disparar a emoção trabalhada; 4. O diálogo com a turma sobre as situações encontradas no livro; 5. E a pergunta, de forma oral, acerca da experiência do estudante com a emoção da raiva, bem como o registro das respostas através de um gravador de voz. Durante esse processo também foram propostas algumas atividades de pintura de mandalas, de desenhos impressos, entre outros. As oficinas sempre eram finalizadas com agradecimentos aos alunos e às professoras de cada turma.

Após a realização das vivências foram organizados os dados coletados, sendo transcritos e catalogados de maneira que facilitassem a compreensão no momento em que fossem postos à análise.

### ***Resultados e Discussões***

As discussões em torno da vivência das emoções no campo pedagógico são relativamente recentes e ainda incipientes no Brasil. Antes de serem reconhecidas como aspectos fundamentais para o desenvolvimento do ser humano, na área educacional as emoções foram, por muito tempo, renegadas e esquecidas no chão das escolas devido a hegemonia de um paradigma educacional que reprime a sensibilidade e a integralidade do ser, visando apenas os aspectos técnico-científicos, racionais e produtivos. Neste sentido, o conhecimento pleno acerca das emoções foi deixado de lado, ocasionando em um tipo de inconsciência emocional por parte dos estudantes e da sociedade como um todo.

A vivência das emoções de forma adormecida e inconsciente pode levar o indivíduo a experimentar situações corriqueiras de maneira desconfortável, prejudicando, conseqüentemente, o seu bem-estar físico e emocional. No que se refere às pessoas com deficiência, o cotidiano marcado pelo preconceito e exclusão passam a ser lidos como aspectos decisivos para o desencadear de emoções, podendo acarretar em experiências negativas quando as emoções não são trabalhadas internamente.

A origem da palavra emoção está relacionada com um movimento interno gerado por um estímulo que afeta a nossa alma, trazendo consigo a ideia de movimento, distante de ser

algo imutável ou estático (POSSEBON, 2017). Ainda de acordo com a autora, define-se a emoção por “um conjunto complexo de interações subjetivas e objetivas que ocorrem mediante uma ativação, ou seja, mediante um acontecimento gerador” (p.18), sendo possível afirmar que a emoção é caracterizada como uma reação do organismo que o indivíduo expressa por meio de situações estimulantes.

As emoções primárias - alegria, tristeza, medo, raiva, nojo e surpresa - estão espalhadas por todo o globo e são pertencentes a todos, pois são emoções compreendidas como inatas e intrínsecas a todo ser humano. Como ratifica Martins (2004, p.23), as “emoções são reações globais, inatas e passageiras que têm uma função específica na vida de cada ser”, em que as reações originadas por cada emoção detêm um papel particular diante de determinadas situações do cotidiano.

A emoção da raiva, foco desta pesquisa, é caracterizada por POSSEBON (2017, p.41) como “uma resposta primária e imediata do organismo quando se percebe impedido na consecução de um objetivo ou na satisfação de uma necessidade”, o que traduz a possibilidade desta emoção oferecer uma relação de equilíbrio entre as funções biológicas do corpo e a necessidade que se tem em cumprir aquilo que lhe é desejado. De acordo com Casanova *et al* (2009, p.9),

A raiva é uma emoção humana completamente normal, saudável, e uma determinada quantidade dela é necessária a nossa sobrevivência. [...] Inspira os sentimentos e os comportamentos poderosos e agressivos, que permitem ao ser humano lutar e defender-se quando é atacado.

Como está posto na citação acima, a emoção da raiva é essencial para a sobrevivência e também se caracteriza como uma necessidade natural do organismo, retirando, por consequência, o estigma socialmente estabelecido de que esta emoção é negativa, reconhecendo-a como fundamental para a vida dos seres humanos. No que se refere às pessoas com deficiência, a vivência desta emoção pode ser experimentada de maneira confusa e inconsciente devido a presença do preconceito e da exclusão social, que surgem como possíveis estímulos desencadeadores da raiva.

A raiva “pode ser causada por fatores internos e externos, e como outras emoções, ao sentirmos esta emoção, o batimento cardíaco e a pressão sanguínea aumentam, além dos níveis das hormonas adrenalina e noradrenalina.” (CASANOVA *et al*, 2009, p.9). Com isso, é compreendido que os efeitos gerados por essa emoção se expressam para além do nível psicológico, estabelecendo relação direta com o corpo físico e com a saúde do indivíduo.

Nesse sentido, a partir dos dados coletados nesta pesquisa, foram percebidos alguns estímulos capazes de levar à vivência da emoção da raiva pelos jovens e adultos com

deficiência intelectual participantes. Possebon (2017) orienta que não é qualquer situação que tem o poder de desencadear uma emoção, pois, para que a situação emocione, ela precisa ser um Estímulo Emocional Competente - EEC, termo criado por António Damásio (2013) para designar que toda emoção emerge da avaliação que a pessoa faz da realidade e de seu olhar perante a situação. Para os sujeitos participantes, um dos Estímulos Emocionais Competentes capazes de gerar a emoção da raiva estão relacionados à situações que evocam a frustração. Um dos sujeitos participantes colabora com essa afirmativa ao expor a seguinte fala a respeito da emoção da raiva: 1. *“Quando meu tio promete que vai me levar para passear, aí tem dias que ele não pode e eu fico muito brava, porque ele promete e não cumpre às vezes.”*

A partir deste relato, percebe-se que o fator desencadeador da emoção da raiva neste jovem está relacionado à frustração. Situações vinculadas ao universo do trabalho, escola, família e amigos geralmente são surpreendidas por esse sentimento, denunciado a partir do momento em que se gera uma expectativa diante do outro ou de algo. Entretanto, dado que a frustração é vista como fonte de negatividade e problemas para o indivíduo, espera-se, da mesma forma, que esta seja a razão para que sejam desenvolvidos mecanismos de defesa ou de superação da própria frustração (DE MOURA, 2006). Nesse sentido, através do desenvolvimento da consciência emocional é esperado que a superação de situações que geram o sentimento de frustração aconteça, possibilitando que o sujeito reflita sobre a emoção ocorrida.

Outro Estímulo Emocional Competente capaz de despertar a emoção da raiva nos jovens com deficiência pesquisados se refere ao *bullying*, perceptível nas falas a seguir: 1. *“O que me deixa com raiva é quando a pessoa “manga” de mim, quando ri de mim eu não gosto, fico com raiva.”* 2. *“Quando mexem comigo”*. O *bullying* está associado ao preconceito e é conceituado como uma atitude hostil ou negativa para com determinados grupos sociais, baseada em generalizações deformadas ou incompletas (ARONSON, 1999), também fundamentadas em estigmas socialmente atribuídos. Sobre este aspecto, Silva (2007) contribui dizendo que,

Esta generalização (ou representação mental) é chamada estereótipo e significa atribuir características pessoais ou motivos idênticos a qualquer pessoa de um grupo, independentemente da variação individual existente entre os membros deste. (p. 57-58).

A presença do *bullying* como fator desencadeante da emoção da raiva em jovens com deficiência nos leva a identificar, mais uma vez, o caráter estereotipado que os estudantes sofrem enquanto jovens e adultos com deficiência, pelo fato de possuírem uma condição diferenciada. Destaca-se que o caráter preconceituoso associado ao *bullying* pode afetar o

campo emocional desses jovens, interferindo, conseqüentemente, na vida cotidiana dos mesmos. Como seres humanos e sujeitos sociais de direitos e deveres, as pessoas com deficiência são iguais a qualquer outra pessoa, independentemente de suas subjetividades físicas ou mentais.

O último fator preponderante capaz de estimular a emoção da raiva observado nesta pesquisa está relacionado a ser impedido de algo. Vale salientar que situações como estas não permitem o alcance da autonomia desejada por esses indivíduos, podendo ser percebida através das falas a seguir:

1. *“Quando minha tia fica me tirando do sério porque eu gosto de vir pra cá. Ela fica se metendo, falando pra minha mãe não querendo que eu venha, aí eu fico com raiva. Eu não gosto não, fico chorando e com raiva.”*
2. *“Quando meu pai não deixa eu fazer nada com ele pra ajudar, eu fico com raiva.”*

As pessoas com deficiência são cercadas por uma rede de proteção que muitas vezes é inconsciente e involuntária, criada por parte dos seus familiares e/ou das pessoas que estão ao seu redor. Nesta pesquisa, foi possível constatar que a autonomia dos jovens com deficiência passa a ser relativa, ou mesmo desconsiderada, no momento em que são impedidos de realizar algo. Por esse ângulo, visto que é natural que as pessoas tomem as suas próprias decisões e façam as suas escolhas, as pessoas com deficiência também devem estar inseridas em sua realidade como autoras de suas próprias vidas, adquirindo autonomia e participação em ambientes que antes lhes eram negadas. Vale salientar que a ausência da autonomia pode afetar o empoderamento dessas pessoas, assim como o *bullying* e o preconceito podem afetar a autoestima.

Os Estímulos Emocionais Competentes presenciados nesta pesquisa demonstram que o trabalho acerca da emoção da raiva com jovens e adultos com deficiência precisa ser pensado e desenvolvido. Isso porque a Educação Emocional proporciona ao sujeito o autoconhecimento e possibilita a consciência acerca das suas emoções e do outro, bem como oferece as melhores tomadas de decisões perante as situações que desencadeiam a emoção da raiva. Através de um trabalho de Educação Emocional é possível propiciar o autocontrole emocional para o enfrentamento de situações de vulnerabilidade presenciadas pelas pessoas com deficiência, como as citadas acima. As emoções, novamente, como sinaliza POSSEBON (2017, p.15),

*“[...] desempenham um papel central nas nossas vidas, especialmente por serem estruturantes no desenvolvimento de uma pessoa. Elas influenciam a personalidade, estão nos comportamentos, têm impactos na sua saúde. Além disso, as emoções estão na fonte da aquisição de competências fundamentais para lidar com exigências sociais [...].”*



Para tanto, a Educação Emocional se caracteriza como um paradigma educacional emergente, no qual propõe uma prática pedagógica mais sensível ao ser humano, tendo como base o reconhecimento das emoções como aspectos centrais em nossas vidas, e também, fundamentais na aquisição de competências e conhecimentos necessários para o estabelecimento de uma vivência saudável e harmoniosa a nível coletivo, pessoal e ambiental. A vivência saudável e consciente da emoção da raiva é capaz de possibilitar às pessoas com deficiência o enfrentamento de situações de fragilidade, sinalizando uma quebra de paradigmas. Nesse sentido, ressaltamos que para esses indivíduos, um olhar mais humano e afetivo diante de seus campos emocionais e de seus seres como um todo, pode proporcionar a verdadeira inclusão, dentro ou fora da escola.

### **Conclusões**

Nesta pesquisa foi oferecida a possibilidade de identificar os principais Estímulos Emocionais Competentes que levam a vivência da raiva em estudantes com deficiência da modalidade de Educação de Jovens e Adultos de uma Escola Estadual do município de João Pessoa-Paraíba. As situações que mais se destacaram foram aquelas relacionadas à frustração, à falta de autonomia e ao *bullying*, permitindo que fossem propostas análises críticas sobre estas situações relatadas pelos jovens, as quais no nosso entendimento, trazem a marca do preconceito ainda presente na sociedade brasileira.

Na vivência da frustração, o indivíduo se depara com o insucesso de uma expectativa, podendo ser um estímulo capaz de disparar a emoção da raiva. Casos de frustração podem ser presenciados quando, por exemplo, uma promessa não é cumprida. Com relação à falta de autonomia, a percepção em torno dessa sensação se dá no momento em que é negada a participação e o protagonismo das pessoas com deficiência em suas próprias vidas, quando estas são impedidas de constituírem as suas próprias histórias. O *bullying* pode influenciar negativamente na vivência desta emoção devido ao fato de estar associado ao preconceito, no qual neste caso, está intrínseco ao desrespeito para com as pessoas com deficiência.

Nesse sentido, com as intervenções firmadas nos Fundamentos da Educação Emocional foi possível compreender algumas experiências emocionais que os estudantes participantes vivenciaram, possibilitando evidenciar a maneira em que as questões relacionadas à deficiência continuam a interferir fortemente nas emoções das pessoas com deficiência. Estas pessoas estão desacreditadas de si enquanto sujeitos autônomos de voz e de direitos, o que reafirma o papel da Educação Emocional em oportunizar o empoderamento

dos mesmos. Vale ressaltar que a superproteção, o preconceito e o autoritarismo que estão presentes nos âmbitos familiar e escolar fazem com que não seja promovido a esses indivíduos um desenvolvimento integral com vistas à inclusão.

Além disso, foi compreendido que a emoção da raiva pode se constituir, quando vivenciada de maneira saudável como uma emoção que tem uma função fundamental na quebra de paradigmas, viabilizando o enfrentamento de situações de fragilidade que as pessoas com deficiência estão sujeitas. Isso, claro, a partir do momento em que os indivíduos se percebem conscientes emocionalmente, para que assim, sejam capazes de compreender no outro tais acontecimentos.

Conclui-se que a Educação Emocional é direcionada a esse contexto como base fundamental na tomada de consciência das emoções, e por consecutivo, na compreensão em torno do outro, culminando na vivência saudável e harmoniosa das emoções. A Educação Emocional se constitui como uma ponte para ultrapassar situações que tornam as pessoas com deficiência vulneráveis e invisíveis, visando o empoderamento destas, sujeitos de direitos e autores de suas próprias histórias.

### **Referências**

ARONSON, E. Prejudice. In: **The Social Animal**. New York: Worth Publishers/W.H. Freeman and Company, 1999. p. 304-363.

BISQUERRA, Rafael Alzina. **Educación Emocional y Bienstar**. Espanã. Wolter Kluwer Educación. 2000.

CASANOVA, Nuno; SIQUEIRA, Sara; MATOS e SILVA, Vitor. **Emoções**. 2009. Disponível em: <<https://goo.gl/2vTKmq>>. Acesso em: Agosto de 2018.

CROCHÍK, José Leon. **Preconceito, indivíduo e sociedade. Temas em psicologia**. vol.4 no.3 Ribeirão Preto dez. 1996. Universidade de São Paulo. *Versão impressa* ISSN 1413-389X.

CASASSUS, Juan. **Fundamentos da Educação Emocional**. Brasília: UNESCO, Liber Livros Editora, 2009.

DAMÁSIO, António. **Em busca de Espinosa: prazer e dor na ciência dos sentimentos**. São Paulo: Companhia das Letras, 2013.

DE MOURA, Cristiane Faiad; PASQUALI, Luiz. **Construção de um teste objetivo de resistência à frustração**. **PsicoUSF**, Itatiba, v. 11, n. 2, p. 137-146, dez. 2006. Disponível em <<https://goo.gl/NqByuj>>. Acesso em Agosto de 2018.

GAUDENZI, Paula. ORTEGA, Francisco. **Problematizando o conceito de deficiência a partir das noções de autonomia e normalidade.** *Ciência & Saúde Coletiva*, 21(10):3061-3070, 2016.

MARTINS, J. M. **A lógica das emoções na ciência e na vida.** Editora Vozes, Petrópolis, 2004.

POSSEBON, E. G. **As emoções básicas: medo, tristeza e raiva.** Libellus. João Pessoa, 2017.

\_\_\_\_\_. **O universo das emoções: uma introdução.** Libellus. João Pessoa, 2017.

SILVA, Adriana Nunan do Nascimento. **Homossexualidade e Discriminação: o preconceito sexual internalizado.** 2007. Disponível em: <<https://goo.gl/GXXtQP>>. Acesso em: Agosto de 2018.