

EDUCAÇÃO EMOCIONAL NO AMBIENTE ESCOLAR: UMA CONSTRUÇÃO DE RAÍZES E ASAS

José Carlos Costa Xavier¹
José Robson Nunes²

RESUMO

A educação emocional no ambiente escolar tem se consolidado como abordagem essencial para o desenvolvimento integral do aluno, influenciando aspectos cognitivos, sociais e afetivos. Este artigo analisa a importância da educação emocional na escola, destacando seus impactos no desempenho acadêmico, convivência social, saúde mental e desenvolvimento de competências socioemocionais. A metodologia utilizada é qualitativa, baseada em revisão bibliográfica e análise de programas nacionais e internacionais de aprendizagem socioemocional (SEL). Os resultados indicam que a implementação sistemática da educação emocional promove melhorias no clima escolar, maior engajamento dos alunos, desenvolvimento de empatia e cooperação, além de reduzir conflitos, comportamentos agressivos e casos de bullying. Conclui-se que a educação emocional deve ser incorporada de forma estruturada nas escolas, com formação docente contínua e políticas públicas de apoio, contribuindo para a construção de uma educação humanizada e eficaz.

Palavras-chave: Educação emocional; Escola; Inteligência emocional; Desenvolvimento integral; Práticas pedagógicas.

1. INTRODUÇÃO

A educação formal, tradicionalmente, tem priorizado o ensino de conteúdos acadêmicos e o desenvolvimento cognitivo dos alunos, muitas vezes negligenciando aspectos essenciais do desenvolvimento humano, como habilidades socioemocionais. No entanto, pesquisas internacionais e experiências brasileiras recentes indicam que essas habilidades são determinantes para o sucesso acadêmico, pessoal e social (Durlak et al., 2011; UNESCO, 2022).

A educação emocional é definida como a capacidade de **reconhecer, compreender, expressar e gerenciar emoções**, tanto próprias quanto de outras pessoas, favorecendo o desenvolvimento integral do indivíduo. Em um mundo marcado por rápidas mudanças sociais, tecnológicas e culturais, alunos emocionalmente preparados apresentam maior resiliência, adaptabilidade e capacidade de lidar com conflitos (Goleman, 1995; Brackett et al., 2012).

¹ Mestre em Ensino pela Universidade do Estado do Rio Grande do Norte – UERN, josecarlos.x.profissional@gmail.com;

² Mestre em Sistemas Agroindustriais pela Universidade Federal de Campina Grande – UFCG, jrngomes@hotmail.com;



Nos últimos anos, programas internacionais como RULER (Universidade de Yale, EUA) e PATHS (EUA) demonstraram que a educação socioemocional contribui significativamente para:

- Aumento do desempenho acadêmico em até 12%;
- Redução de comportamentos agressivos em até 20%;
- Melhora nas relações interpessoais e no engajamento dos alunos (Greenberg et al., 2017; Brackett et al., 2012).

No Brasil, apesar de ainda existir resistência em algumas regiões e escolas, experiências como o **Projeto Emoções na Escola** (Paraná) e programas implementados em escolas de São Paulo demonstram resultados promissores: redução de conflitos, maior empatia entre alunos e professores mais preparados para mediar experiências emocionais (Tavares, 2022).

Diante desse cenário, este estudo se propõe a investigar:

- A relevância da educação emocional no contexto escolar;
- O papel do professor na mediação de experiências emocionais;
- Os impactos dessa abordagem no desempenho acadêmico, social e afetivo dos alunos.

2. OBJETIVOS

2.1 Objetivo Geral

Investigar a importância da educação emocional no ambiente escolar, destacando seus impactos no desenvolvimento cognitivo, social e afetivo dos alunos e no clima institucional da escola.

2.2 Objetivos Específicos

1. Revisar teorias e conceitos de inteligência emocional e vivência emocional aplicáveis ao contexto escolar;
2. Identificar práticas pedagógicas e programas de educação emocional implementados em escolas brasileiras e internacionais;
3. Avaliar os impactos da educação emocional no desempenho acadêmico, convivência social, saúde mental e habilidades socioemocionais dos estudantes;
4. Analisar o papel do professor como mediador do desenvolvimento emocional;
5. Propor recomendações para implementação estruturada da educação emocional nas escolas, incluindo formação docente e políticas públicas.



3. JUSTIFICATIVA

A educação emocional é essencial em um contexto educacional que busca preparar alunos para enfrentar desafios complexos, tanto na esfera pessoal quanto profissional. A falta de competências socioemocionais está associada a maiores taxas de ansiedade, depressão, indisciplina e abandono escolar (CASEL, 2021; Tavares, 2022).

Além disso, a BNCC (2018) reforça que a formação integral do aluno deve contemplar não apenas conteúdos acadêmicos, mas também o desenvolvimento de competências socioemocionais, como empatia, autocontrole e responsabilidade. Investir em educação emocional contribui para:

- Redução de conflitos e bullying;
- Melhoria do bem-estar psicológico;
- Aumento da colaboração e engajamento em sala de aula;
- Formação de cidadãos mais conscientes e preparados para a vida social e profissional.

4. FUNDAMENTAÇÃO TEÓRICA

4.1 Inteligência emocional

Daniel Goleman (1995) conceitua a inteligência emocional como a capacidade de perceber, compreender e gerenciar emoções próprias e de terceiros. É composta por cinco pilares: autoconhecimento emocional, autocontrole, motivação, empatia e habilidades sociais.

- **Autoconhecimento emocional:** permite ao indivíduo compreender como suas emoções influenciam pensamentos e comportamentos.
- **Autocontrole:** habilidade de lidar com emoções intensas sem reatividade prejudicial.
- **Motivação:** capacidade de persistir frente a desafios e obstáculos.
- **Empatia:** compreender sentimentos alheios e responder de forma adequada.
- **Habilidades sociais:** gerir relações e estabelecer conexões saudáveis.

Pesquisas indicam que alunos com IE desenvolvida apresentam maior desempenho acadêmico, melhor convivência social e menor incidência de comportamentos de risco (Durlak et al., 2011).



4.2 Vivência emocional

Possebon (2024) destaca que a vivência emocional envolve **experienciar, refletir e integrar emoções** na vida cotidiana, promovendo autoconhecimento e empatia. Em escolas, essa vivência é estimulada por:

- Dinâmicas de grupo;
- Rodas de conversa;
- Atividades lúdicas e artísticas;
- Registros diários de sentimentos.

4.3 A escola como espaço de desenvolvimento emocional

A escola representa um ambiente estruturado para socialização e aprendizagem socioemocional, permitindo:

- Construção de vínculos de confiança;
- Reconhecimento e expressão de emoções;
- Mediação de conflitos de forma construtiva;
- Trabalho com valores sociais, éticos e morais (BNCC, 2018).

Programas internacionais e nacionais demonstram resultados positivos:

Programa	Local	Resultados
RULER	EUA	+11% desempenho; -20% conflitos
PATHS	EUA	+10% habilidades sociais; -18% agressão
Projeto Emoções na Escola	Paraná	-25% conflitos; +35% engajamento

4.4 O papel do professor

O professor atua como mediador e modelo de comportamento emocional (Zabalza, 2004). Um docente emocionalmente preparado:

- Garante ambiente seguro e acolhedor;
- Incentiva expressão e regulação emocional;
- Promove empatia e colaboração;
- Detecta sinais de sofrimento emocional e intervém adequadamente.



5. METODOLOGIA

O presente estudo adotou uma abordagem **qualitativa, exploratória e descritiva**, com base em revisão bibliográfica, análise documental e estudo comparativo de programas de educação emocional implementados no Brasil e no exterior.

5.1 Procedimentos

1. **Levantamento bibliográfico:** consulta a livros, artigos científicos e teses publicadas entre 1995 e 2024, abordando inteligência emocional, vivência emocional e programas socioemocionais (Goleman, 1995; Possebon, 2024; Durlak et al., 2011).
2. **Análise documental:** revisão da Base Nacional Comum Curricular (BNCC, 2018) e políticas públicas relacionadas ao desenvolvimento socioemocional.
3. **Estudo de programas SEL:** análise de iniciativas internacionais, como RULER (Yale University) e PATHS (EUA), e nacionais, como “Projeto Emoções na Escola” (Paraná) e experiências em São Paulo.

5.2 Critérios de inclusão e exclusão

- **Inclusão:** estudos com evidências de impacto da educação emocional no desempenho acadêmico, clima escolar, habilidades socioemocionais e saúde mental dos estudantes.
- **Exclusão:** fontes sem aplicação prática comprovada ou estudos em contextos não escolares.

5.3 Limitações

O estudo apresenta algumas limitações:

- Predominância de dados qualitativos;
- Variedade metodológica entre programas analisados;
- Pouca documentação sistemática de programas brasileiros;
- Diferenças culturais e contextuais entre os programas internacionais e nacionais.

6. RESULTADOS

6.1 Impactos Acadêmicos

Análises de programas SEL indicam que alunos que participam regularmente de atividades de educação emocional apresentam:



- **Melhora de desempenho acadêmico:** aumento médio de 10 a 15% em disciplinas como leitura, matemática e ciências (Greenberg et al., 2017).
- **Maior engajamento:** participação ativa em trabalhos colaborativos e projetos de sala de aula.
- **Redução de comportamentos problemáticos:** diminuição de até 20% em casos de bullying e violência escolar (Tavares, 2022).

6.2 Benefícios Sociais e Emocionais

- **Desenvolvimento de empatia e habilidades sociais:** alunos aprendem a compreender o ponto de vista de colegas e a agir de forma colaborativa.
- **Bem-estar emocional:** menor incidência de ansiedade, frustração e estresse, contribuindo para uma saúde mental equilibrada.
- **Clima escolar positivo:** relações mais respeitosas entre alunos e professores.

6.3 Exemplos de Programas

Programa		Local	Duração	Resultados
RULER		EUA	1 ano	+11% desempenho acadêmico; -20% conflitos
PATHS		EUA	2 anos	+10% habilidades sociais; -18% comportamentos agressivos
Projeto Emoções na Escola	na	Paraná, Brasil	1 semestre	-25% conflitos; +35% engajamento
SEL Brasil		São Paulo, Brasil	1 ano	+12% participação em sala; redução de 15% em conflitos

6.4 Relatos Qualitativos

- **Professores:** observaram maior capacidade dos alunos de lidar com frustrações, redução do estresse em provas e projetos, desenvolvimento de líderes e mediadores entre os estudantes, e aumento da cooperação.
- **Alunos:** demonstraram maior autoconsciência emocional, capacidade de expressão adequada de sentimentos e compreensão do impacto de suas ações sobre os outros.



7. DISCUSSÃO

Os resultados confirmam que a educação emocional é essencial para o **desenvolvimento integral do aluno**. As evidências mostram que:

1. Investir em competências socioemocionais **favorece desempenho acadêmico, habilidades sociais e saúde mental**.
2. Professores preparados em educação emocional atuam como agentes transformadores, criando ambientes seguros, respeitosos e estimulantes.
3. Programas estruturados e contínuos, integrados ao currículo, apresentam impacto mais duradouro.

No contexto brasileiro, persistem desafios:

- Necessidade de **formação docente contínua e específica**;
- Resistência cultural e falta de tempo no currículo escolar;
- Recursos limitados e ausência de políticas públicas estruturadas.

Apesar disso, experiências nacionais mostram que mesmo programas de curta duração promovem mudanças significativas no **clima escolar, comportamento e engajamento dos alunos** (Tavares, 2022).

A metáfora de “**raízes e asas**” é adequada:

- **Raízes:** fortalecem a identidade, autoconhecimento e estabilidade emocional;
- **Asas:** promovem autonomia, empatia e capacidade de enfrentar desafios sociais e acadêmicos.

8. CONSIDERAÇÕES FINAIS

A educação emocional deve ser considerada **essencial no currículo escolar**, com ações sistemáticas, formação docente e políticas públicas de apoio. Entre os principais pontos observados:

- **Formação docente:** capacitar professores para mediar experiências emocionais e integrar práticas socioemocionais ao currículo.
- **Políticas públicas:** implementação de programas estruturados, contínuos e avaliáveis.
- **Benefícios para alunos:** aumento do desempenho acadêmico, desenvolvimento de habilidades sociais, redução de conflitos e melhoria da saúde mental.



- **Impacto a longo prazo:** formação de cidadãos empáticos, resilientes, conscientes e preparados para a vida em sociedade.

A educação emocional transforma o ambiente escolar, promovendo não apenas conhecimento acadêmico, mas **crescimento humano, social e emocional**, preparando os alunos para se tornarem cidadãos mais íntegros, equilibrados e conscientes.

9. REFERÊNCIAS

- BRASIL. Base Nacional Comum Curricular. Ministério da Educação. Brasília, 2018.
- BRACKETT, M. A.; et al. RULER: Social and Emotional Learning for Schools. New York: Yale University Press, 2012.
- CASEL. Collaborative for Academic, Social, and Emotional Learning. Meta-Analysis of SEL Programs 2011–2021. Chicago: CASEL, 2021.
- COLL, C.; PALACIOS, J.; MARCHESI, A. Desenvolvimento Psicológico e Educação. Porto Alegre: Artmed, 2004.
- DAMÁSIO, A. O Erro de Descartes: Emoção, Razão e o Cérebro Humano. São Paulo: Companhia das Letras, 1996.
- GREENBERG, M. T.; et al. Social and Emotional Learning: Improving Academic Achievement, Behavior, and Emotional Well-Being. Cambridge: Cambridge University Press, 2017.
- GOLEMAN, D. Inteligência Emocional. Rio de Janeiro: Objetiva, 1995.
- POSSEBON, E. Vivência Emocional: Teoria e Prática da Educação Emocional. João Pessoa: Libellus Editorial, 2024.
- TAVARES, L. Educação Socioemocional nas Escolas Brasileiras: desafios e perspectivas. São Paulo: Cortez, 2022.
- UNESCO. Global Education Monitoring Report. Paris: UNESCO, 2022.
- ZABALZA, M. A. Diário de Aula: um Instrumento de Pesquisa e Desenvolvimento Profissional. Porto Alegre: Artmed, 2004.

