CENTRO UNIVERSITÁRIO UNICARIOCA

MESTRADO PROFISSIONAL EM NOVAS TECNOLOGIAS DIGITAIS NA EDUCAÇÃO

WASHINGTON LUIZ MOREIRA BRUM

# EDUCAÇÃO EMOCIONAL NO ENSINO SUPERIOR: PROPOSTA DE PRODUTO TECNOLÓGICO PARA A FORMAÇÃO DE PROFESSORES

Rio de Janeiro
2022

**WASHINGTON LUIZ MOREIRA BRUM**

# EDUCAÇÃO EMOCIONAL NO ENSINO SUPERIOR: PROPOSTA DE PRODUTO TECNOLÓGICO PARA A FORMAÇÃO DE PROFESSORES

Dissertação apresentada ao Programa de Pós-Graduação em Novas Tecnologias Digitais na Educação do Centro Universitário UniCarioca como parte dos requisitos necessários para a obtenção do Título de Mestre em Novas Tecnologias Digitais na Educação.

Orientador:
Prof. Ms. Marcos Antonio Silva
Prof. Dr. Antonio Carlos de Abreu Mól

Rio de Janeiro
2022

B886e Brum, Washington Luiz Moreira
Educação emocional no ensino superior: proposta de produto tecnológico para a formação de professores / Washington Luiz Moreira Brum. – Rio de Janeiro, 2022.
90 f.

Orientadores: Marcos Antonio Silva e Antonio Carlos de Abreu Mól
Dissertação (Mestrado Profissional em Novas Tecnologias Digitais na Educação) - Centro Universitário UniCarioca, Rio de Janeiro, 2022.

1.Sequência didática. 2. Inteligência emocional. 3.Tecnologias. 4. Educação. I. Silva, Marcos Antonio, prof. orient. II. Mól, Antonio Carlos de Abreu, prof. orient. III.Título.

CDD 370.15

WASHINGTON LUIZ MOREIRA BRUM

**EDUCAÇÃO EMOCIONAL NO ENSINO SUPERIOR: PROPOSTA DE PRODUTO TECNOLÓGICO PARA A FORMAÇÃO DE PROFESSORES**

Dissertação apresentada ao Programa de Pós-Graduação em Novas Tecnologias Digitais na Educação do Centro Universitário UniCarioca como parte dos requisitos necessários para a obtenção do Título de Mestre em Novas Tecnologias Digitais na Educação.

O Presidente da Banca, abaixo assinado, atesta que os membros da banca participaram de forma remota desta defesa de dissertação.

Examinado por:

**Prof. Marcos Antônio Silva, M. Sc. (UniCarioca)**
Presidente da Comissão Examinadora

Profa. Sheila da Silva Ferreira Arantes, M. Sc. (UniCarioca)

Prof. André Damasceno Brown Duarte, D. Sc. (UERJ)

Prof. José Ricardo Martins Machado, M. Sc. (SEE/RJ)

Rio de Janeiro
2022

Dedico esta dissertação à minha esposa (in memoriam), carinhosamente chamada por mim de Barbie.

Nem as torrentes, das grandes águas, conseguirão apagar esse amor. Pois suas chamas são fogo ardente, mais do que a morte, é tão forte esse amor.

## AGRADECIMENTOS

Agradeço a Deus pela sua misericórdia e presença tão forte em minha vida. Onde estaria eu se não fosse o teu amor, Senhor?

Aos meus filhos, Pedro e Davi Brum, vocês são o meu maior e mais importante projeto de vida. Obrigado por me tornar o homem mais realizado desse planeta. Meu tudo, minha alegria. Um amor que só cresce a cada segundo.

A Barbara *(in memoriam)*, minha esposa e grande parceira dessa vida. Esse título também é seu. Esse sonho, sonhamos juntos, mas Deus achou melhor tê-la ao seu lado. Você sempre estará viva no meu coração e nos nossos lindos filhos. Mais do que a morte é tão forte esse amor.

Aos meus pais, por sempre estarem ao meu lado. Em especial, Sônia, minha mãe que renunciou a sua vida para ajudar na criação dos meus filhos. Você é um exemplo prático do amor e da dedicação. Obrigado por tudo.

A minha rede de apoio, irmã Debora, sobrinha Yasmin, tia Isaura e todos os demais familiares que abraçaram a minha família e que abdicaram muitas vezes de suas vidas para ficarem com os meus filhos.

Aos meus amigos de turma, Sheila, José Diogo e Ana Beatriz, por terem sido companheiros nessa jornada incrível. Quero levá-los para a vida toda.

Aos meus mestres, coordenadores e em especial ao meu orientador Marcos Antonio Silva pelos ensinamentos e trocas de experências.

Recomeçar é dar uma nova chance a si mesmo, é renovar as esperanças na vida, e o mais importante: acreditar em você de novo.
Sofreu muito nesse período?
foi aprendizado. Chorou muito?
foi limpeza da alma.

*(Carlos Drummond de Andrade)*

## RESUMO

As emoções são eventos fisiológicos, comportamentais e psicológicos e estão relacionadas a algo ou a alguém que criam um estado de prontidão. Diariamente é possível vivenciar múltiplas situações em que há o funcionamento integrado dos aspectos físicos, intelectuais e emocionais na vida humana. Essa constatação faz com que a Inteligência Emocional seja revestida de importância para o bem-estar psicológico, pois auxilia tanto nas questões subjetivas quanto nas interações realizadas no convívio social. Para o que interessa a esta pesquisa, coube pensar, na base teórica, justamente na importância do desenvolvimento de uma educação emocional no âmbito do Ensino Superior; no campo prático, prototipar um curso cuja Sequência Didática traga cunho tecnológico, visando a formação de professores que trabalhem diretamente no desenvolvimento da Inteligência Emocional do estudante. Na Sequência Didática, a proposta foi de que os alunos construíssem e produzissem um portfolio para um melhor aproveitamento da formação, visando ao término o compartilhamento de experiências e vivências adquiridas ao longo do curso. Inicialmente buscou-se todo o arcabouço teórico que pudesse contemplar os conceitos de Inteligência Emocional na atualidade. Em seguida, apontar ferramentas digitais que pudessem favorecer o desenvolvimento do trabalho, para que então o curso fosse apresentado com seu embasamento metodológico. Conclui-se que apesar da impossibilidade de execução do mesmo, conforme inicialmente projetado, devido o momento pandêmico que se vive, a Sequência Didática proposta será implementada no retorno às aulas presencias e posteriormente lançada na plataforma da instituição, viabilizando a compreensão de como a Inteligência Emocional pode favorecer a aprendizagem dos alunos do Ensino Superior a partir do uso de ferramentas digitais.



**Palavras-chave:** Sequência Didática. Inteligência Emocional. Tecnologias. Educação.

## ABSTRACT

Emotions are physiological, behavioral and psychological events and are related to something or someone that creates a state of readiness. Every day it is possible to experience multiple situations in which there is an integrated functioning of physical, intellectual and emotional aspects in human life. This finding makes Emotional Intelligence important for psychological well-being, as it helps both in subjective issues and in the interactions carried out in social life. For what interests this research, it was necessary to think, in the theoretical basis, precisely on the importance of developing an emotional education in the scope of Higher Education; in the practical field, to prototype a course whose Didatic Sequence brings a technological nature, aiming the training of teachers who work directly on the development of the student's Emotional Intelligence. In the Didatic Sequence, the proposal was for the students to build and produce a portfolio for a batter use of the training, aiming at the end of the course, the sharing of experiences acquired. Initially, the entre theoretical framework that could contemplate the concepts of Emotional Intelligence today was sought. Then, point out digital tools that could favor the development of the work, so that the course could be presented with its methodological basis. It is concluded that despite the impossibility of executing it as it was initially planned, due to the pandemic moment that we are experiencing, the proposed Didatic Sequence will be implemented in the face-to-face return classes and later released on the institution's platform, enabling the understanding of how Emotional Intelligence can favor the learning of Higher Education students from the use of digital tools.



**Keywords**: Didatic Sequence. Emotional Intelligence. Technologies. Education.


.

## LISTA DE FIGURAS

**Figura 1 –** Etapas da Pesquisa .....47
**Figura 2 –** *Print* das respostas da pergunta 1 do questionário sobre gênero .....49
**Figura 3 –** *Print* das respostas da pergunta 2 do questionário sobre faixa etária .....50
**Figura 4 –** *Print* das respostas da pergunta 3 do questionário sobre grau de escolaridade .....51
**Figura 5 –** *Print* das respostas da pergunta 4 do questionário sobre tempo de magistério superior .....52
**Figura 6 –** *Print* das respostas da pergunta 5 do questionário sobre administração das emoções .....53
**Figura 7 –** *Print* das respostas da pergunta 6 do questionário sobre estresse ou conflito .....54
**Figura 8 –** *Print* das respostas da pergunta 7 do questionário sobre medo .....55
**Figura 9 –** *Print* das respostas da pergunta 8 do questionário sobre ansiedade .....55
**Figura 10 –** *Print* das respostas da pergunta 9 do questionário sobre insegurança ...56
**Figura 11 –** *Print* das respostas da pergunta 10 do questionário sobre ansiedade no momento de avaliação escrita .....57
**Figura 12 –** *Print* das respostas da pergunta 11 do questionário sobre os impactos da ansiedade na vida profissional .....58
**Figura 13 –** *Print* das respostas da pergunta 12 do questionário sobre as causas dos sentimentos e características pessoais dos discentes .....58
**Figura 14 –** *Print* das respostas da pergunta 13 do questionário sobre pontos fortes e fracos .....59
**Figura 15 –** *Print* das respostas da pergunta 14 do questionário sobre gerenciamento de sentimentos .....60
**Figura 16 –** *Print* das respostas da pergunta 15 do questionário sobre alteridade ....60
**Figura 17 –** *Print* das respostas da pergunta 16 do questionário sobre gestão de relacionamentos .....61
**Figura 18 –** *Print* das respostas da pergunta 17 do questionário sobre como cada pessoa funciona .....62

## LISTA DE SIGLAS

SD Sequência Didática
IES Instituição de Ensino Superior
TDICs Tecnologias Digitais de Informação e Comunicação
QI Quoeficiente de Inteligência
SOAp Serviço de Atendimento Psicopedagógico ao Aluno e Professor
PAC Programa de Atualização Continuada

**SUMÁRIO**


1 INTRODUÇÃO ..... 1**Error! Bookmark not defined.**4
1.1 Inquietação ..... 16
1.2 Caracterização do problema ..... 17
1.3 Objetivos ..... 18
1.3.1 Objetivo Geral ..... 18
1.3.2 Objetivos Específicos ..... 18

2 REFERENCIAL TEÓRICO ..... 19
2.1 Entendendo a Inteligência Emocional ..... 19
2.2 Bem-estar na vida acadêmica e profissional: Relações com a Inteligência Emocional ..... 32
2.3 Ferramentas digitais: favorecendo o desenvolvimento da Inteligência Emocional em alunos do Ensino Superior ..... 35
2.4 O desenvolvimento de uma Sequência Didática ..... 42
2.5 O trabalho com portfólios ..... 43

3 METODOLOGIA ..... 45
3.1 Natureza da Pesquisa ..... 45
3.2 Etapas da Pesquisa ..... 47
3.3 Diagnose. ..... 47
3.3.1 Análise dos gráficos. ..... 49
3.4 Justificativa. ..... 62
3.5 Construção da Sequência Didática ..... 64
3.5.1 Dia 1 ..... 64
3.5.2 Dia 2 ..... 66
3.5.3 Dia 3 ..... 67
3.5.4 Dia 4 ..... 68
3.6 Aplicação da Sequência Didática ..... 70

4 CONCLUSÃO ..... 71

REFERÊNCIAS ..... 73

APÊNDICE 1 – Sequência Didática .....78
APÊNDICE 2 – Carta da instituição .....88

# 1 INTRODUÇÃO

As mudanças na vida adulta são caracterizadas por um ritmo menor em comparação a períodos anteriores, contudo, elas acontecem. Ao passo que as crianças são observadas e estudadas na perspectiva do progresso e aperfeiçoamento, os adultos são mais observados sob a visão das perdas e declínios (BEE; BOYD, 2011). Nessa fase, todos os aspectos do desenvolvimento físico, cognitivo e psicossocial se correlacionam muito fortemente. Para os pesquisadores da vida adulta, é difícil estudar aspectos isolados devido à presença de fatores confusos.

Somente no início da vida adulta é que o pensamento formal se estrutura completamente e os jovens, sob a transição da adolescência para a vida adulta, ainda são dependentes de um pensamento formal muito engessado e inflexível. Com essa ideia, entende-se que os adultos jovens (20 a 40 anos) buscam sempre “a resposta certa”, e outras possibilidades à luz de novos ambientes seriam descartadas ou muito raras. Em outras palavras, os jovens adultos procuram apenas a ideia certa, e não outras possibilidades.

A vida adulta é caracterizada pelo momento de realização. Contudo, cada vez mais, na sociedade contemporânea, tem havido um atraso na transição entre a adolescência e a vida adulta, que diz respeito a um alívio nas expectativas de crescimento dos jovens, o que permite viver essa transição com mais liberdade (PAPALIA; FELDMAN, 2013). Esse tempo tem crescido cada vez mais em nosso contexto social, uma vez que essa fase tem sido marcada por um tempo maior na escolarização. Os cursos superiores, as especializações, os mestrados e doutorados têm sido caminhos para alguns antes do ingresso no mercado de trabalho.

No que diz respeito à profissionalização e ao ingresso no mercado, foco desta pesquisa, essas áreas da vida têm demandado dos adultos mudanças efetivas nos investimentos formativos. As novas tecnologias, como as inteligências artificiais, impõem aos que adentram esse universo readaptações constantes. Além dessas, as urgências contemporâneas e o cenário capitalista indicam parâmetros de sucesso. A busca por crescimento e adequação aos novos padrões sociais tem favorecido os adoecimentos físicos e psíquicos nessa etapa da vida. Nos últimos anos, os índices

de depressão, transtorno do pânico, ansiedade, hipertensão e diabetes aumentaram consideravelmente.

Diante do desenvolvimento tecnológico, da lógica da individualização das escolhas e do sucesso a curto prazo, o indivíduo pode ser engolido pela ansiedade sobre um futuro incerto e, consequentemente, passar por dificuldades no processo de escolha de uma profissão. Seu desempenho em avaliações, aceitação do vestibular e educação emocional, sofrerão impactos diretos, fatores fundamentais nesse processo.

Professores e colegas se destacam dentro da universidade por estarem rotineiramente presentes nas atividades de cada escola, e suas atividades podem influenciar o processo de ensino e aprendizagem. A diversidade de interações nessas redes de apoio depende do contexto universitário do aluno, e são eles que podem construir repertoria lidando com adversidades e problemas que por ventura surjam.

Portanto, dadas as questões emocionais que pairam sobre os estudantes nas universidades, este trabalho foca na proposta de um produto para a formação docente que agrega atividades e metodologias da educação emocional para os alunos do Ensino Superior, por meio de uma Sequência Didática (SD) com ferramentas tecnológicas. Vale pontuar que Zabala (1998) afirma que uma SD é um conjunto de atividades organizadas e articuladas, tal como é a proposta deste trabalho.

Entendendo que as experiências dos alunos devem ser relacionadas aos conteúdos abordados em aula, dando significados à construção do conhecimento, em um processo no qual alunos e professores aprendam a partir do respeito mútuo em uma construção coletiva, cooperativa e colaborativa, o produto tecnológico terá o viés de valorizar esses aspectos emocionais dos discentes e instrumentalizar os docentes para que a aprendizagem significativa ocorra. Para que esse tipo de aprendizagem seja verificado, se faz necessário uma conexão entre os conhecimentos pré existentes sobre determinado assunto desencadeando novas ideias. Assim, o que irá ser aprendido, está ligado ao que já se sabe (AUSUBEL, 1963). Verifica-se, portanto, que a aprendizagem significativa ocorre quando há a ligação do “novo” com “prévio”, de modo a não só trazer a inclusão de novos elementos aos conhecimentos pré existentes, mas também, atuando como modificadores para esses (MOREIRA, 1999). Essa é a busca do que será desenvolvido na proposta desse trabalho.

## 1.1. Inquietação

Desde cedo, sou apaixonado por educação. Parte das minhas férias de infância foi brincar de "escola" com meus primos. Sempre fui professor, coordenador e gerente. Eu cresci e esse desejo se tornou cada vez mais real. Aos 16 anos, me formei no Ensino Médio e entrei para o Ensino Superior de Pedagogia. Eu pensei que este era o meu lugar. Eu me apaixonei completamente por essas disciplinas e todo o conhecimento sobre o processo de ensino e aprendizagem na vida do indivíduo.

Mesmo antes de terminar o curso, comecei a supervisionar estágios em duas escolas com realidades diferentes. Tive a oportunidade de aprender na prática todas as teorias adquiridas durante o período de estudo. Pouco depois do fim do meu estágio, tive sucesso e comecei a trabalhar primeiro na gestão e depois no Ensino Fundamental e Médio.

Passado algum tempo, ingressei como docente no nível superior, onde também vivi muitos momentos de alegria, mas aos poucos comecei a sentir grande ansiedade sobre o processo de aprendizagem dos alunos e seus estímulos internos e externos. Essa ansiedade me levou a buscar novas áreas de conhecimento. Estava procurando uma especialização em Psicopedagogia e tive a oportunidade de me familiarizar com as dificuldades de aprendizagem vivenciadas pelos meus alunos. Mas isso não foi o suficiente. Mesmo tendo as ferramentas para liderar e ajudar meus discentes, percebi que estava faltando algo: a universidade precisava de novas ferramentas, de metodologias e até mesmo de um novo olhar para o desenvolvimento de avaliações e currículos anuais.

O conhecimento em Psicologia me possibilita levantar a hipótese de que a educação emocional é um importante caminho de formação, assimilação e acomodação satisfatória para todas os estudantes do Ensino Superior. Ao participar ativamente de reuniões pedagógicas, notei que muitos alunos que obtiveram as melhores notas em determinada classe, tiveram declínios significativos no desempenho em certos momentos após vivenciarem problemas, sejam familiares, sejam de discriminação social ou racial, seja de tirania ou outros.

Depois de alguns discentes excelentes, do primeiro ao último período, tivemos uma boa chance de resultados para eles e para a Instituição de Ensino Superior (IES), projetando esses alunos para que pudessem ingressar imediatamente no mercado de trabalho. Eles foram cientificamente preparados, dominaram todo o conhecimento

necessário para aprovação, mas devido à falta de controle emocional, um número significativo não conseguiu o resultado esperado. Por muito tempo, a equipe de ensino buscou explicações sobre o que havia acontecido, e eu me tornei cada vez mais consciente da necessidade de introduzir atitudes, ferramentas e conteúdo em sala de aula para explorar a educação emocional dos alunos.

Foi necessário separar momentos ou ajustar as relações existentes entre conteúdo, mediadores desse processo e relações emocionais. Na minha leitura da situação, foi necessário treina-los não só sobre o conteúdo necessário, mas também sobre sua relação afetiva com o meio ambiente, os desafios e testes que experimentamos ao longo de nossas vidas. Percebi que a universidade seria mais justa, igualitária e completa quando introduzisse a educação emocional formal e obrigatória, não necessariamente como unidade curricular, mas com ações e metodologias lideradas por professores que desenvolvessem o lado emocional de seus alunos.

E então, em virtude de tudo isso, aqui me encontro hoje, pesquisando e desenvolvendo esse trabalho.

## 1.2. Caracterização do problema

Viver em sociedade exige muitas habilidades técnicas, sociais e comportamentais que também podem ser aprendidas a partir da universidade. Para que isso se estabeleça, os professores precisam fazer com que o protagonismo dos estudantes ocorra, permitindo que as interações e os relacionamentos existentes na sala de aula considerem os fatores psicológicos e emocionais dos seus alunos.

Sendo assim, as instituições de Ensino Superior e, por conseguinte, os professores, têm pela frente a necessidade contínua de estimular o aprimoramento das habilidades emocionais dos educandos. Esse desafio se dá em duas frentes, dado que tanto a IES quanto seu corpo docente precisam identificar metodologias que permitam promover um ambiente motivacional e envolvente, ao mesmo tempo que deve ser sensível às particularidades de cada estudante, de maneira que, por si só, também possam responder e manifestar aquilo que, para eles, tem mais sentido e propósito dentro das atividades desempenhadas. Dessa forma, o estímulo de alto desempenho deve ser bastante cuidadoso e atencioso, dadas as particularidades de cada indivíduo como parte de um todo.

Tal papel, no entanto, não vem sendo bem desempenhado pela universidade, uma vez que pouco se proporciona um ambiente no qual o processo de interação, inclusive o de ensino e aprendizagem, seja dialógico e participativo, no qual as experiências individuais dos estudantes agreguem ao seu bem-estar subjetivo. Uma boa estratégia é proporcionar ao estudante atividades que o tirem de uma condição passiva, desenvolvendo sua Inteligência Emocional.

## 1.3. Objetivos

A presente pesquisa traça os seguintes objetivos:

### 1.3.1 Objetivo geral

O objetivo geral dessa pesquisa consiste em propor um curso que aborde uma Sequência Didática com o intuito de auxiliar os professores do Ensino Superior em relação às deficiências das competências emocionais encontradas nos alunos, visando por meio das Tecnologias Digitais de Informação e Comunicação (TDICs), um melhor desempenho acadêmico.

### 1.3.2 Objetivos específicos

a) Conceituar Inteligência Emocional na atualidade e suas abordagens;
b) Pontuar ferramentas digitais que possam favorecer o desenvolvimento da Inteligência Emocional dos alunos do Ensino Superior;
c) Compreender como a Inteligência Emocional pode favorecer a aprendizagem dos alunos do Ensino Superior a partir do uso de ferramentas digitais.

# 2 REFERENCIAL TEÓRICO

Nesta seção, efetuou-se um levantamento bibliográfico com o intuito de fornecer suporte teórico que embasasse as reflexões acerca das temáticas propostas no decorrer dessa pesquisa alinhavando as questões emocionais, tecnológicas e acadêmicas.

## 2.1 Entendendo a Inteligência Emocional

Nos últimos anos, tem-se discutido muito sobre a influência da vida acadêmica na saúde mental do estudante, mais especificamente aquele do ensino superior. Na universidade, percebe-se que o ambiente acadêmico apresenta duas vertentes, uma positiva, oferecendo ao indivíduo a capacidade de se socializar e desenvolver o lado pessoal, mas, por outro lado, pode representar fonte de desgaste, principalmente, emocional, caso não tenha desenvolvido anteriormente habilidades sociomocionais que lhe permitam lidar com carga de estudos e cobranças acadêmicas contínuas.O cuidado com a saúde mental do estudante é capaz de prevenir danos individuais e coletivos, por esse motivo é necessário investir e garantir a efetividade do cumprimento de políticas institucionais que valorizem o corpo discente.

Na exaustão emocional, o estudante sente sua energia, seu entusiasmo e suas emoções esgotados em razão do contato frequente com problemas envolvendo o ambiente acadêmico. Junto a isso, é comum a existência de sentimento de frustração e tensão, além de se manifestar, também, de maneira física. A exaustão induz o estudante a sentir que não consegue mais lidar com seus problemas em nível afetivo. Além disso, é comum que esses indivíduos mudem, inclusive, a forma de lidar com seus colegas e com sua própria família, não conseguindo mais despender a mesma atenção e entusiasmo em seu meio.

Ao longo da vida, há situações que envolvem respostas emocionais específicas, pois o intelecto funciona de forma integrada às emoções. Assim, tudo aquilo que é experienciado costuma envolver aspectos físicos e sensoriais que levam os indivíduos a pensarem e decidirem quais atitudes irão tomar. Nesse contexto, a Inteligência Emocional se reveste de grande importância, pois por meio dela é possível conhecer melhor como funcionam as reações emocionais, bem como

amplica-se a percepção sobre as emoções alheias, o que torna as pessoas mais competentes no convívio social. Isso se relaciona tanto às questões de âmbito pessoal, familiar e entre amigos, quanto ao trabalho, alcançando relacionamentos com colegas, chefias, ou mesmo na ocupação de papéis de liderança.

Principalmente ao longo da modernidade e com o advento da ciência, o ser humano procurou definir o que viria a ser a inteligência, visando classificar aqueles que seriam, então, mais ou menos inteligentes. Ocorre que esse mecanismo de classificação, inicialmente acompanhando a própria tendência das ciências exatas e do pensamento cartesiano, privilegiou a capacidade de raciocínio matemático como o principal item a descrever o nível de inteligência das pessoas. Assim, houve a ascensão dos testes de Quoeficiente de Inteligência (QI), puramente matemáticos no início do século XX, o que foi contestado, em parte, pelas teorias científicas desenvolvidas por outras áreas do conhecimento, como a teoria das múltiplas inteligências, de Gardner (1995); a ampliação do entendimento sobre o ser humano proposta na teoria geral dos sistemas; as ideias que envolvem o holismo e a própria teoria da complexidade, entre outras.

Ao desenvolver sua teoria das inteligências múltiplas, em meados dos anos 1980, Gardner propôs entre as inteligências manifestadas pelo ser humano, a interpessoal e a intrapessoal. A inteligência interpessoal seria aquela baseada na capacidade de “[...] perceber distinções entre os outros; em especial [...] estados de ânimo, temperamentos, motivações e intenções” (GARDNER, 1995, p. 27). Em outras palavras, a inteligência interpessoal desenvolvida por Gardner apontava na direção do reconhecimento e percepção do estado emocional daqueles que participam de um convívio. Já ao se referir à inteligência intrapessoal, o autor destaca “[...] aspectos internos de uma pessoa: o acesso ao sentimento da própria vida, à gama das próprias emoções, à capacidade de discriminar essas emoções e eventualmente rotulá-las e utilizá-las como uma maneira de entender e orientar o próprio comportamento” (GARDNER, 1995, p. 28). Isso representa bem as tendências dos estudos da psicologia na década de 1980.

Assim, no impulso dessas novas teorizações, assume-se o fato de que o ser humano não possui somente uma inteligência, mas várias, e que o funcionamento delas ocorre de forma complementar e interdependente, articulando aspectos racionais e emocionais. Sabe-se hoje, pelo avanço da neurociência e da própria

psicologia, que existe um sério comprometimento psicofisiológico em todas as ações. Portanto, ao pensar e agir, o indivíduo produz reações físicas, muitas vezes hormonais, em seu corpo, o que, em muitos casos, se associa com os aspectos emocionais.

Com o avanço das ciências nas últimas décadas do século XX, ampliou-se o entendimento acerca da constituição do homem e de suas inteligências, rompendo com a visão reducionista alicerçada no QI, que se voltava para os aspectos cognitivos que as pessoas possuíam. O lançamento da teoria das inteligências múltiplas de Gardner, em 1983, contribuiu diretamente para tal, uma vez que propõe que o ser humano possui inteligências diversas, focalizando questões distintas que se articulam ao longo da vida, podendo desenvolver suas capacidades específicas.

Com o entendimento do homem de forma sistêmica, compreendendo que ele articula várias inteligências para cumprir os desafios de seu cotidiano, ficou clara a necessidade de envolvimento entre aspectos racionais e emocionais, passando a ter maior importância a partir de então. Isso rompeu com pensamentos equivocados que apontavam que o homem era capaz de ser plenamente racional, apesar de todos os aspectos psicológicos que o constituem. Assim, foi possível o surgimento do conceito de Inteligência Emocional.

Na década de 1990, para melhor contemplar os problemas ocasionados na vida das pessoas tanto no âmbito pessoal quanto no mundo do trabalho — relacionados sobretudo com as mudanças políticas, econômicas, sociais e culturais advindas da globalização — começaram a ser ainda mais impulsionadas as pesquisas acadêmicas voltadas à Inteligência Emocional. Dessa forma, passou a receber foco o estudo das emoções, seu conhecimento, controle e educação, o que viria a produzir o conceito que hoje é conhecido e que foi difundido internacionalmente a partir da obra Inteligência Emocional, publicada em 1995 por Daniel Goleman. Porém, tal conceito já havia sido definido em um artigo de Salovey e Mayer (1990) como uma inteligência de caráter social, relacionada ao conhecimento dos sujeitos sobre suas emoções e a capacidade de controlá-las, incluindo sua percepção em relação às emoções alheias. Os mesmos autores posteriormente fizerem a seguinte definição:

> A habilidade para reconhecer o significado das emoções e suas inter-relações, assim como raciocinar e resolver problemas baseados nelas. A inteligência emocional está envolvida na capacidade de perceber emoções, assimilá-las com base nos sentimentos, avaliá-las e gerenciá-las (MAYER; CARUSO; SALOVEY, 2000).

Dessa forma, a Inteligência Emocional amplia a própria definição da inteligência, relacionando-a com as habilidades de convívio social necessárias para o equilíbrio da vida humana. A partir dessas conceituações iniciais, pode-se compreender que ela abrange os seguintes aspectos: a) não é inata; b) é uma habilidade; c) envolve competência social; d) requer conhecimento sobre as emoções; e) depende de controle versus gerenciamento; f) exige percepção da emoção alheia.

Assim, a Inteligência Emocional, como todas as demais inteligências, não é inata, isto é, não nasce pronta como um dom imutável. Pode ser entendida como uma capacidade na qual os indivíduos podem se tornar competentes. Basta, para isso, se disporem a entrar em um processo de autoanálise e autocrítica, se apropriando das condições que originam o estado emocional e aprendendo a lidar com elas no cotidiano. O mesmo se refere ao desenvolvimento da empatia, da percepção de como funciona a emoção do outro e como a pessoa está envolvida nesse processo.

No tocante ao segundo aspecto, envolve a busca pelo desenvolvimento de um conjunto de habilidades que capacitam para o convívio com as outras pessoas e que atualmente são requeridas no ambiente de estudo e/ou de trabalho. Entre elas, estão as capacidades de interação, de liderança, de gerenciamento de grupos e equipes e de negociação, que compõem as necessidades que pautam o mundo laboral no século XXI.

Enquanto competência social, o desenvolvimento da Inteligência Emocional faz com que o indivíduo lide bem com as emoções nos relacionamentos e leia com precisão situações sociais; interaja com facilidade; utilize essas habilidades para liderar, negociar e solucionar divergências, bem como para a cooperação e o trabalho em equipe; além de pressentir o que as pessoas estão sentindo (empatia), sendo capaz de assumir a perspectiva do outro e cultivando a sintonia com uma ampla diversidade de pessoas.

Tal aspecto é extremamente importante, uma vez que a todo momento nas relações e interações, ou mesmo quando os indivíduos estão sozinhos, são interpelados por emoções diversas, sob as quais não se tem controle. Elas fazem com

que se possa viver plenamente as experiências, produzindo significado para os mínimos atos cotidianos.

A Inteligência Emocional requer que se conheça intimamente as emoções que se costuma manifestar, para que seja possível canalizá-las para comportamentos mais adequados e bem vistos socialmente. Ainda que evitar as emoções seja impossível — isto é, não se pode deixar de sentir algo —, pode-se aprender a ter respostas emocionais mais satisfatórias ao ambiente e ao contexto que é vivenciado. Assim, ao sentir uma raiva profunda de alguém por ter sido fechado no trânsito, por exemplo, não é necessário iniciar uma perseguição nem abrir o vidro para xingar o motorista imprudente. Em vez disso, o indivíduo deve se acalmar, respirar, relevar e agir preventivamente na próxima vez, escolhendo outro horário, evitando a hora do *rush* e o estresse que isso provoca.

Como competência social fundamental, também envolve o reconhecimento da emoção alheia, ajudando significativamente a produzir empatia entre as pessoas. É fundamental a consciência de que os sujeitos estão constantemente vulneráveis a emoções, e que o comportamento pessoal produz efeitos naqueles que os cercam. Assim, se as pessoas forem gentis e cordiais, há grande chance da retribuição ser da mesma forma; já se forem grosseiras, autoritárias ou tiranas, serão produzidos outros tipos de emoções e, da mesma forma, colhidos como efeito das reações emocionais, outros frutos.

Quando uma pessoa fora de seu equilíbrio emocional parte para a agressão verbal com alguém, caso a vítima também se altere emocionalmente, o desfecho muitas vezes acaba sendo a agressão física. Já quando a vítima entende um pouco sobre Inteligência Emocional e tenta fazer com que o agressor perceba que está errado, seja usando habilidade comunicativa, um tom de voz persuasivo, uma atitude acolhedora ou o próprio silêncio, pode levá-lo a compreender o quanto está agindo de forma inadequada.

Assim, com base nesses fatores analisados e que ressaltam a dinâmica da vida social, afirma Goleman (2011b, p. 448) que a “[...] inteligência emocional refere-se à capacidade de identificar nossos próprios sentimentos e os dos outros, de motivar a nós mesmos e de gerenciar bem as emoções dentro de nós e em nossos relacionamentos”. Isso é, a Inteligência Emocional constitui um aspecto prático e de

aplicação nos campos sociais em que as pessoas estejam engajadas, podendo auxiliar de forma pontual na busca pela felicidade.

Cabe destacar ainda que Goleman (2011b) distingue dois grandes tipos de inteligência que constituem o ser humano: a inteligência intelectual e a emocional, problematizando que a intelectual é aquela com maior dedicação por parte das ciências, tendo sua ênfase envolvendo prioritariamente a matemática e a fala em detrimento das competências emocionais. Com base nessa constatação, o autor explica:

> Esses dois tipos diferentes de inteligência — a intelectual e a emocional — expressam a atividade de partes diferentes do cérebro. O intelecto baseia-se unicamente no funcionamento do neocórtex, que são as camadas de evolução mais recente, localizadas na parte superior do cérebro. Os centros emocionais encontram-se mais abaixo, no cérebro, no subcórtex, que é mais antigo. A inteligência emocional envolve esses centros emocionais em funcionamento, juntamente com os centros intelectuais (GOLEMAN, 2011b, p. 448).

Assim, também nos aspectos fisiológicos do funcionamento neural é possível perceber que as emoções e o intelecto ou capacidades cognitivas estão imbricados e inter-relacionados, o que reforça ainda mais a importância do estudo da Inteligência Emocional para que ela seja desenvolvida na vida das pessoas.

A Inteligência Emocional pode ser compreendida como uma competência para a vida social que deve ser perseguida tanto quanto as demais habilidades de cognição, raciocínio lógico e matemático ou capacidade de comunicação entre aqueles que convivem na sociedade. Aliás, a sociedade contemporânea cada vez mais exige que a população dedique tempo e esforços em busca de atingir seus objetivos propostos, ou ao menos sobreviver nesse universo de incerteza e inseguranças, o que produz efeitos alarmantes na saúde mental das pessoas, principalmente ao levar em conta o estresse, a ansiedade e a depressão. Tais doenças, em muitos casos, estão associadas com a falta de habilidade em lidar com os próprios sentimentos e emoções.

Conforme já anunciava Goleman (2011b) ao final do século XX, como predizendo o panorama que seria vivenciado ao longo das primeiras décadas do século XXI, com o declínio do emprego e dos níveis salariais ao redor do mundo e com a ascensão das oportunidades de trabalho autônomo, uberizados ou digitais, típicos do capitalismo de plataformas: “[...] a boa notícia é que a inteligência emocional

pode ser aprendida. Individualmente, podemos adicionar essas aptidões à nossa caixa de ferramentas para a sobrevivência numa época em que a estabilidade do emprego parece uma estranha contradição" (GOLEMAN, 2011b, p. 446). Essa possibilidade de aprender algo que pudesse instrumentalizar as pessoas a se tornarem mais competentes no mercado de trabalho, nas suas ações que abrangem o gerenciamento de pessoas, também evidencia a importância desse conceito.

Assim, após a definição do conceito de Inteligência Emocional, se faz necessário entender como ela funciona e quais os fatores que a compõem. Goleman (2011b), baseado nos modelos propostos por Salovey e Mayer (1990), propõe uma divisão do conceito em cinco dimensões específicas, conforme apresentadas a seguir: (1) Autopercepção: saber o que está sentindo em um determinado momento e utilizar as preferências que guiam a tomada de decisão; fazer uma avaliação realista das próprias capacidades e possuir uma sensação bem fundamentada de autoconfiança; (2) Autorregulação: lidar com as próprias emoções de forma que facilitem a tarefa que se tem pela frente, em vez de interferirem nela; ser consciencioso e adiar a recompensa a fim de perseguir as metas; recuperar-se bem de aflições emocionais; (3) Motivação: utilizar as preferências mais profundas para se impulsionar e se guiar na direção de suas metas, a fim de ajudar a ter iniciativa, a ser altamente eficaz e a perseverar diante de reveses e frustrações; (4) Empatia: pressentir o que as pessoas estão sentindo, ser capaz de assumir sua perspectiva e cultivar o *rapport* e a sintonia com uma ampla diversidade de pessoas; (5) Habilidades sociais: lidar bem com as emoções nos relacionamentos e ler com precisão situações sociais e redes; interagir com facilidade; utilizar essas habilidades para liderar, negociar e solucionar divergências, bem como para a cooperação e o trabalho em equipe.

No tocante a autopercepção, o entendimento gira em torno de que a percepção está relacionada diretamente com a capacidade de se ter consciência sobre os próprios sentimentos. Isso exige que o indivíduo se esforce para compreender como seu corpo e sua mente funcionam de forma articulada, sendo capaz de responder perguntas simples, tais como: O que me torna triste? O que me faz desanimar quando empreendo algo? O que me motiva? Quais são as minhas fragilidades emocionais? O que me "tira do sério"? O que me faz feliz? Tais questionamentos podem ajudar nessa busca pelo conhecimento das emoções.

Ao se referir aos aspectos neurais da percepção, Goleman (2011a, p. 46) compara a um “rastilho de neurônios” a percepção inicial que se tem sobre algo e que faz a amígdala cerebral funcionar como um caminho de pólvora que, ao queimar, alerta o sistema nervoso sobre algo que está sendo vivenciando. Assim, é possível observar a quantidade de mecanismos que são desencadeados no corpo e mente quando a amígdala percebe que se sente medo perante alguma situação:

> [...] [a amígdala] envia mensagens urgentes às principais partes do cérebro: dispara a secreção dos hormônios orgânicos para lutar-ou-fugir, mobiliza os centros de movimento e ativa o sistema cardiovascular, os músculos e os intestinos. [Ocorre] secreção de gotas de emergência do hormônio noradrenalina, para aumentar a reatividade das principais áreas cerebrais, incluindo as que tornam os sentidos mais alertas, na verdade deixando o cérebro de prontidão. [Isso tem o poder de] afixar no rosto uma expressão de medo, paralisar movimentos que os músculos estariam em vias de executar, acelerar a pulsação cardíaca, aumentar a pressão sanguínea e reduzir o ritmo da respiração. [Tais reações] fixam a atenção na causa do medo e preparam os músculos para reagir de acordo. Simultaneamente, sistemas da memória cortical são vasculhados em busca de qualquer conhecimento relevante para a emergência em questão, passando por cima dos outros fios de pensamento (GOLEMAN, 2011a, p.47).

Ainda que talvez não se conheça o funcionamento detalhado e minucioso das reações psicofisiológicas que são constantemente produzidas no corpo, existe um processo dinâmico e interdependente ocorrendo e que relaciona o que se sente e se pensa — e também o repertório de experiências que já se teve — com a constituição física, com os sistemas que fazem parte da estrutura corpórea. Assim, a identificação de como o corpo reage emocionalmente às mais diversas situações, sejam elas planejadas ou contingenciais, prepara os indivíduos para buscar o gerenciamento das respostas emocionais, que seria a autorregulamentação.

Como o próprio termo já denota, a autorregulamentação diz respeito a construir regulamentos para si, ou seja, formas de agir a partir de cada emoção que se sente. Cabe a cada um estabelecer as maneiras como irá se portar e conduzir tais emoções quando surgirem, canalizando seus efeitos para o caminho mais adequado. Tal situação é facilmente perceptível em atletas de alto nível, para os quais o desgaste físico, a dor e o estresse produzidos nos treinos é convertido em energia e motivação para proporcionar as melhores performances. Assim, alcança-se o melhor uso da condição psicofisiológica dessas atividades.

A motivação é outro elemento importante no tocante às emoções, pois seu caráter subjetivo faz com que as pessoas reajam de forma completamente diferente

frente aos mesmos estímulos ou adversidades. Dessa forma, enquanto alguns precisam de um tempo maior para lidar com obstáculos que venham a surgir no desenvolvimento de algum processo em que se engajem, sentindo-se desanimados e mesmo paralisados, outros fazem dessa situação um desafio que os leva a expandir seus esforços em busca de superação. A motivação se associa, assim, também com a capacidade de ir além de cada pessoa, com a resiliência que pode ser desenvolvida com as experiências da vida, ajudando-as a gerenciar as expectativas e a frustração.

A empatia é fundamental para quem busca desenvolver sua Inteligência Emocional, pois por meio desse exercício de alteridade consegue-se perceber o que os outros sentem e, principalmente, quais são os efeitos das ações recebidas por esses em suas vidas. Ao se analisar a emoção alheia a partir da ótica do agente causador (palavras, ações, silêncios, desprezo) pode-se regular melhor a forma como se age, deixando, por vezes, de se ter atitudes impulsivas e inconsequentes em virtude de não afetar àqueles com quem se convive. Tomando como exemplo um líder de uma organização que precisa dar *feedback* a seus funcionários que não atingiram uma meta específica, caso aja de forma impulsiva, poderá se afastar ainda mais o grupo do resultado esperado. Porém, ao compreender o impacto de suas palavras e atitudes nessa condição específica, pode valer-se de uma comunicação mais assertiva e persuasiva, canalizando o ocorrido para a busca da autorreflexão, na tentativa de gerar sinergia e motivação junto aos membros da equipe.

Ao referir-se à importância fundamental da empatia para a Inteligência Emocional, Goleman (2011a) narra uma situação que vivenciou ao conversar com uma mulher que havia sido traída pelo marido e que, após superar esse ocorrido, havia reestruturado sua vida e carreira, criando os filhos e sendo vista como exemplo de pessoa bem-sucedida na sociedade. Ao perguntar a ela como lidava com a separação, a mulher respondeu que nem pensava mais do marido, que isso havia ficado no passado, mas seus olhos se encheram de lágrimas ao responder. Foi então que ele constatou:

> Aquele lacrimejar de olhos poderia passar facilmente despercebido. Mas, por um tipo de compreensão que acontece através da empatia, os olhos marejados em uma pessoa indicam que ela está triste, não importa o que tenha expressado em palavras. A empatia é um ato de compreensão tão seguro quanto a apreensão do sentido das palavras contidas numa página impressa. O primeiro tipo de compreensão é fruto da mente emocional, o outro, da mente racional. Na verdade, temos duas mentes — a que raciocina e a que sente (GOLEMAN, 2011a, p.37).

Assim, de acordo com o exemplo acima, pela empatia pode-se perceber o que as pessoas estão sentindo ao se relacionar com elas, sendo uma habilidade social muito importante de ser desenvolvida. Caso não houvesse a empatia na situação narrada, as palavras dessa personagem levariam o autor a entender algo completamente distinto do que de fato ela estava passando, ou seja, que aquela experiência ainda causava tristeza e mal-estar em sua vida.

As habilidades sociais, por sua vez, envolvem um conjunto de capacidades que as pessoas precisam desenvolver para poderem bem conduzir suas emoções, com destaque para a comunicação, sendo imprescindível saber escutar e não somente falar; a própria empatia; o aprimoramento das relações interpessoais, em que a interação com os outros pode ser um evento produtivo e positivo; e a liderança, considerada a capacidade de influenciar e conduzir o comportamento das pessoas em relação a algum objetivo.

As habilidades sociais se relacionam diretamente com a percepção das emoções alheias, contribuindo para que as relações de convívio social se estabeleçam de forma positiva para todos os envolvidos. Ao abordar a importância dos relacionamentos para a Inteligência Emocional, Goleman (2011a, p. 121) comenta ainda que “[...] os estados de espírito positivos, enquanto duram, aumentam a capacidade de pensar com flexibilidade e mais complexidade, tornando assim mais fácil encontrar soluções para os problemas, intelectuais ou interpessoais”. Assim, habilidades sociais também envolvem aspectos como sorrir, brincar, ouvir músicas, jogar e interagir com os demais.

Como pode-se perceber, a Inteligência Emocional, considerada essencial para que se possa desfrutar plenamente das interações estabelecidas com as pessoas que se convive, seja no âmbito pessoal ou profissional, envolve dimensões diversas que devem ser conhecidas e sobre as quais deve-se empreender esforços cotidianos para que essas habilidades sejam desenvolvidas. Quando o conhecimento do funcionamento integrado entre corpo e mente, entre intelecto e emoção, é adquirido, o caminho rumo à felicidade de forma mais facilitada é trihado, pois cada dimensão que foi abordada até o presente momento e que compõe o conceito de Inteligência Emocional é um facilitador para aprimorar os aspectos necessários para o bem-viver. Da mesma forma, compreender que a busca pela felicidade envolve outras pessoas

motiva também os indivíduos a se tornarem mais hábeis em perceber os sentimentos alheios. Assim, tem-se somente a ganhar ao aprimorar e desenvolver o quociente emocional.

Portanto, conclui-se que há múltiplas contribuições que a Inteligência Emocional proporciona na condução da felicidade, entendendo as seguintes: a) autoconhecimento; b) equilíbrio; c) resiliência; d) eficácia; e) convívio harmonioso; f) relacionamentos saudáveis; g) interação; h) cooperação/colaboração.

O autoconhecimento é um fator decisivo para o atingimento do bem-estar e qualidade de vida. Nesse caso, conhecer as próprias emoções e saber como afetam o funcionamento do corpo ao longo das atividades cotidianas é uma contribuição valiosa para encontrar o equilíbrio necessário. Salovey e Mayer (1990) explicam que a emoção ocorre como uma resposta organizada que atravessa os subsistemas fisiológicos, cognitivos, motivacionais e experimentais e, assim, fazem parte de tudo aquilo que se realiza no dia a dia. Esse conhecimento é fundamental para a observação no cotidiano de como as emoções costumam se manifestar, sejam elas primárias ou secundárias, e como se reage quando isso ocorre.

A partir do momento que se conhece as situações que funcionam como gatilho do estado emocional que se vive, é possível cultivar um grau de adaptação mais efetivo e se tornar mais resiliente, isto é, capaz de superar os obstáculos que se impõem no cotidiano. Da mesma forma, ao perceber que alguma emoção passa a funcionar como algo que impede de continuar progredindo, causando desânimo, tristeza ou medo, é possível buscar ações que levem novamente ao equilíbrio emocional, seja a partir da respiração ou da busca por pensamentos e práticas positivas (rir, brincar, cantar, dançar, realizar outras atividades físicas), recuperando o estado de bem-estar e retomando o foco principal.

No que toca a eficácia, entende-se como a capacidade de alcançar os resultados pretendidos. A Inteligência Emocional contribui diretamente para o atingimento dos objetivos, o que se refere a projetos tanto para a vida pessoal quanto para as questões que envolvem as atividades no mundo do trabalho. Goleman, Boyatzis e McKee (2018, p. 14) associam a Inteligência Emocional com a liderança organizacional, considerando-a primordial para o sucesso dos gestores:

> A compreensão do poderoso papel das emoções no ambiente de trabalho distingue os bons líderes dos demais — não só em aspectos tangíveis, como

> melhores resultados empresariais e retenção de talentos, mas também nos importantíssimos aspectos intangíveis, como moral mais elevado, motivação e dedicação (GOLEMAN; BOYATZIS; McKEE, 2018, p.14).

Essa constatação fica evidente quando é possível lembrar daqueles líderes que em algum momento da trajetória profissional de um indivíduo deixaram lembranças positivas. Em grande parte das vezes, agiam com justiça, equilíbrio, sensibilidade e capacidade de comunicação, o que fornecia um sentimento de confiança, tornando-se referências futuras. Considerando os aspectos da felicidade, entende-se que tanto o líder que possui a Inteligência Emocional tem maiores chances de realizar-se profissionalmente, quanto seus liderados também poderão elevar seu bem-estar no trabalho, realizando-se e motivando-se, o que de fato contribui para a felicidade.

Outro ponto de grande importância para a felicidade e para o qual a Inteligência Emocional contribui fundamentalmente é o convívio social. Por meio da Inteligência Emocional, maneja-se melhor os sentimentos, bem como a capacidade de ler a emoção alheia. Assim, alcança-se as respostas sentimentais de quem está ao redor. A capacidade de identificar pelo tom de voz, pela expressão facial, gestual e corporal como alguém está vivenciando uma emoção ajuda a estabelecer as bases de uma relação saudável e altruísta, em que as emoções positivas têm espaço para ocorrer. Desse modo, é possível encontrar a paz e harmonia, imprescindíveis para que a felicidade seja atingida.

Os seres humanos são considerados seres sociais desde os primórdios da espécie. Se constituem como sujeitos a partir dos espaços de convivência que participam, onde se realizam as trocas culturais com os outros. Ao longo dessas interações, são em todos os momentos interpelados por emoções diferentes, que fazem com que o corpo acione seus mecanismos fisiológicos visando a preparação para aquele tipo de experiência. Em muitos casos, há uma reação à forma como as pessoas interagem com as outras, o que fica explícito quando a Inteligência Emocional não está consolidada. Caso contrário, quando esta é desenvolvida, lida-se de forma mais eficiente com as emoções que fazem parte da vida, procurando agenciá-las e canalizá-las buscando cada vez mais relacionamentos saudáveis.

A Inteligência Emocional favorece também a cooperação e a colaboração, pois, ao produzir empatia e sensibilidade, propicia que o convívio social seja mais harmonioso, abrindo espaço para que haja troca de ideias e que as atitudes altruístas sejam postas em prática. As pessoas mostram-se mais dispostas a cooperar e

colaborar com quem sentem afinidade, considerando-se importantes e reconhecidas pelos seus esforços em comum. Dessa forma, também se associa com os conceitos de cidadania, promovendo a participação democrática das pessoas e desenvolvendo seu senso de pertencimento a uma comunidade específica.

Outro ponto significativo em que a Inteligência Emocional também contribui diz respeito à saúde mental, pois o desconhecimento, a incapacidade de gerenciamento e mesmo a falta de percepção das emoções próprias e alheias podem levar a quadros mais intensos de ansiedade, estresse ou mesmo depressão, doenças que têm sido consideradas como os grandes males do século XXI. Assim, é possível dizer que a Inteligência Emocional contribui diretamente para o bem-estar psicológico das pessoas. Ao definirem o bem-estar psicológico, Machado e Bandeira (2012) esclarecem que o conceito se refere a:

> [...] possuir uma atitude positiva em relação a si mesmo e aceitar múltiplos aspectos de sua personalidade (autoaceitação); possuir relacionamentos acolhedores, seguros, íntimos e satisfatórios com outras pessoas (relações positivas com outros); ser autodeterminado, independente, avaliar experiências pessoais segundo critérios próprios (autonomia); ter competência em manejar o ambiente para satisfazer necessidades e valores pessoais (domínio sobre o ambiente); ter senso de direção, propósito e objetivos na vida (propósito na vida); perceber um contínuo desenvolvimento pessoal e estar aberto a novas experiências (crescimento pessoal) (MACHADO; BANDEIRA, 2012).

Para que o bem-estar psicológico seja desenvolvido, é preciso focar tanto nos aspectos pessoais, subjetivos e particulares quanto nos aspectos que dizem respeito à convivência com os outros. Tais aspectos estão sempre fazendo despertar e viver as mais diversas emoções, bem como exigirão a percepção daquilo que o outro está sentindo.

Ao aprender sobre a Inteligência Emocional e suas dimensões, percebe-se o quanto esse conceito contribui para que as pessoas alcancem seu estado de felicidade, munidas de um entendimento mais preciso de como pensamentos e emoções são indissociáveis e de que tudo aquilo que se realiza afeta a vida dos que a cercam. Assim, aguça-se a percepção e o compromisso de melhorias nas relações, entendendo que, para a felicidade, é preciso ser sociável, pois o jeito de agir com o outro implica igualmente na sua felicidade.

## 2.2 Bem-estar na vida acadêmica e profissional: relações com a Inteligência Emocional

As dimensões da Inteligência Emocional remetem em grande parte aos aspectos internos, subjetivos. Estes, se iniciam com a capacidade de percepção de como as emoções são vivenciadas pelos sujeitos, para que, então, possam ser gerenciadas para respostas mais adequadas ao contexto e ao ambiente em que se inserem. Assim, caso a pessoa perceba que está se envolvendo em algum local ou situação em que se sente fragilizada e prestes a perder o controle emocional, por exemplo, ela pode saber como agir, procurando afastar-se por um momento, respirando fundo, buscando relaxar e diminuir o nível de estresse que está sentindo.

É importante esclarecer que não há possibilidades de impedir que as emoções se desenvolvam, especialmente porque parte delas depende, em primeiro lugar, do agir do sistema nervoso autônomo, sobre o qual não há controle — é o mesmo que controla os batimentos cardíacos. O que se pode fazer é direcionar as respostas psicofisiológicas que resultam delas.

As emoções desempenham um amplo papel nos mais diversos fenômenos que se desenrolam no corpo humano, no cérebro e na perspectiva cognitiva. Na sua definição, verificamos uma série de atribuições em vários modelos teóricos que envolvem reações musculares internas, comportamento manifesto, efeito afetivo e a cognição. A emoção pode ser vista, pois podemos observar o rubor no rosto, os gestos, o suor, a cor da pele mudando, enquanto o sentimento não é possível ser detectado, somente quem o tem pode senti-lo. O sentimento de uma pessoa pode ser dissimulado e pode confundir o seu interlocutor. Sendo assim, pode-se entender a emoção como sendo algo comportamental e o sentimento como mental. A emoção, portanto, é um sistema de reação inata que é desencadeado por um determinado processo intelectual (por aquilo que se percebe, aquilo que se ouve, que se vê) e depois acontece dentro do corpo.

Desde a infância, as pessoas já costumam demonstrar maiores habilidades para uma ou outra área. Assim que começam a perceber e conhecer como funciona a vida e a centralidade que o trabalho ocupa na sua cultura, já se iniciam os primeiros sonhos profissionais. Isso é verificado nas brincadeiras infantis, como nos papéis sociais que as crianças procuram representar quando entram na fase do jogo

simbólico. Ao mesmo tempo, algumas famílias costumam fazer a tradicional pergunta “O que você vai ser quando crescer?”, a qual acaba por direcionar (e reduzir) a vida para o campo profissional. A partir daí, sem a menor noção dos recursos e esforços necessários, os pequenos passam a responder aquilo que povoa seu imaginário, declarando seus sonhos profissionais, muitos dos quais infelizmente acabarão esquecidos e irrealizados.

Partindo dessa provocação inicial para abordar o teor principal desta parte do trabalho, observa-se que a realização acadêmica e profissional requer escolhas claras e um planejamento detalhado de etapas a serem seguidas. Somente assim transforma-se aquilo que era sonho, no campo das ideias, em algo real, pois essa materialização exige um projeto de vida profissional. Os sonhos são importantes, conforme menciona:

> [...] uma coisa que sustentaria o sentido de sua vida e que teria o poder de costurar melhor as experiências de seu cotidiano. Para termos esperança, precisamos compreender nossa função existencial de hoje e de agora”. Assim, é necessário que o sonho esteja de fato vinculado a experiências reais para que produza esperança, motivação, persistência e sentido a nossas vidas (ABREU, 2016).

Além disso, “[...] correr atrás dos seus sonhos faz a coragem aflorar. A coragem é o combustível para o sucesso na vida” (ABREU, 2016). O importante é perceber que esse correr atrás significa pôr-se em movimento, empreender esforços em uma busca concreta.

Os estudos, a profissão ou os trabalhos que são executados exercem um papel fundamental na vida dos indivíduos, pois, além de fornecer as condições materiais de que se necessita para viver na sociedade contemporânea, conhecida como sociedade de consumo, também funcionam como um centro produtor de emoções, que podem ser positivas ou não, afetando diretamente a qualidade de vida. Assim, quanto mais significativo e condizente for o projeto profissional com o que se pensa e sente, com o que constitui o indivíduo subjetivamente, maiores serão as chances de produzir satisfação e realização.

O ser humano está em constante movimento e em busca de satisfação nos diferentes âmbitos da vida, e o bem-estar é importante para atingir esse objetivo. No mundo acadêmico, o desafio é grande, dada a complexidade da estruturação e das relações na contemporaneidade, com cada vez mais exigências técnicas e

psicológicas. Os contextos em que os indivíduos se sentem bem e produzem com felicidade estão presentes em diversos cenários. Isso garante, no mínimo, que existe a capacidade de reproduzir essa ideia de felicidade. A pergunta que se faz é: tal ponto seria possível dentro do ambiente acadêmico? A reposta é sim, desde que se propicie condições que fortaleçam e estimulem os colaboradores ao engajamento.

O meio pelo qual isso se dá vai ao encontro da produção de qualidade de vida e de bem-estar enquanto se exerce uma atividade, seja de estudo, de pesquisa, de extensão. Assim, o nível de satisfação aumenta, desencadeando sensações e sentimentos de pertencimento, o que resulta no fortalecimento dos vínculos entre o estudante e toda a comunidade acadêmica, tais como paixão, envolvimento, energia, esforço, concentração, dedicação, comprometimento, entusiasmo, absorção, ardor. Frequentemente a noção de engajamento sugere entendimentos associados a esses elementos caracterizadores, que podem ser identificados como atributos do engajamento.

A sociedade contemporânea vivencia uma época de profundas reconfigurações no mundo da educação e do trabalho, que exigem novos perfis profissionais mais adaptáveis, flexíveis e dinâmicos para fazer face às atuais tendências e competências existentes. Assim, a realização tanto acadêmica quanto profissional parece distanciar-se cada vez mais de grande parte das pessoas. Porém, realizar-se nesse cenário pode ser possível ao colocar em prática ações de planejamento da própria vida profissional, que considerem quem o sujeito é, e que aspectos contextuais fazem parte de sua vida.

Por exemplo, o cenário laboral contemporâneo configura-se a partir de uma multiplicidade de fatores, que impõem ao indivíduo demandas heterogêneas e, muitas vezes, contraditórias. Nesse contexto, o que se compreende como realização profissional é cada vez mais complexo e difuso, trazendo inúmeras dificuldades ao sujeito. Dentre as habilidades que se exigem do indivíduo, encontram-se a flexibilidade, a resiliência e a autonomia controlada. Ser flexível está relacionado à capacidade de adaptação contínua às demandas, assim como às novas regras sociais e do mundo do trabalho, que tendem a se modificar rapidamente. A resiliência está relacionada à habilidade de se regenerar e recuperar objetivos, mesmo diante de grandes dificuldades. A autonomia controlada refere-se à necessidade de uma

construção de carreira autônoma, mas dentro dos padrões requeridos pelo mundo do trabalho.

É nesse contexto que o indivíduo é impelido a buscar sua realização profissional, prezando, em geral, por atender às demandas do mercado de trabalho. Esse panorama complexo e difuso tende a dificultar a realização profissional das pessoas, que têm suas identidades ligadas mais às exigências externas do que aos seus próprios desejos e à sua subjetividade. Sabe-se que uma das formas de evitar que o aceleramento e as cobranças do mundo contemporâneo retirem sua particularidade na relação com o trabalho é por meio do autoconhecimento, do planejamento e da construção de uma narrativa própria.

As reconfigurações do mundo do trabalho ao longo das últimas décadas têm reverberação ainda na vida acadêmica. Algumas profissões modificaram completamente a forma de atuação dos profissionais, uma vez que hoje se exige maior flexibilidade e adaptação de todos. Nesse contexto, o estudante universitário precisa, tão logo, se reconfigurar. Os novos caminhos contemporâneos possibilitam atuações mais diversificadas e não somente restritas a postos de trabalho estáveis, conforme era visto algumas décadas atrás. Assim, é imprescindível, atualmente, desenvolver capacidades de adaptação e flexibilidade, associadas com a percepção de tendências e com o conhecimento de seu potencial (saberes e fazeres) para o êxito profissional em qualquer área.

Dessa forma, ao longo da vida, os indivíduos passam constantemente por situações que envolvem respostas emocionais específicas, pois o intelecto funciona de forma integrada às emoções. Assim, tudo aquilo que se experiencia costuma envolver aspectos físicos e sensoriais que desencadeia pensamentos e decisões sobre quais atitudes serão tomadas. Nesse contexto, a Inteligência Emocional se reveste de grande importância. Isso permeia o âmbito pessoal, familiar, acadêmico e profissional.

## 2.3 Ferramentas digitais: favorecendo o desenvolvimento da Inteligência Emocional em alunos do Ensino Superior

Mudanças significativas vêm sendo observadas no modo de se comunicar nos últimos anos. O uso do computador e das novas TDICs transformaram, e continuam

transformando, as formas de comunicação e relação entre as pessoas. Não há mais limite de tempo e de espaço: qualquer pessoa, onde quer que esteja (desde que tenha acesso às novas tecnologias), pode se comunicar com outras.

A comunicação se tornou múltipla, e o conceito de rede cresce cada vez mais. Pessoas interagem com múltiplos contatos por meio de jogos cooperativos, por exemplo. Redes sociais conquistam cada vez mais o tempo das pessoas e se transformam, muitas vezes, no principal espaço de comunicação e de relações. Mensagens instantâneas substituem ligações, e e-mails substituem cartas. Ler e escrever são habilidades muito mais requisitadas do que se imaginava na atualidade. Seria incoerente distanciar a sala de aula das TDICs. É preciso capacitar os estudantes para o domínio de todas as opções de comunicação, incluindo o mundo digital como etapa de contribuição para a formação dos sujeitos. O mundo digital deve tornar-se um aliado do professor, da sala de aula e dos estudantes.

A importância da inserção do mundo digital nos processos de ensino e aprendizagem é, portanto, inegável. O ideal é capacitar os estudantes para uma ação cidadã nos contextos em que estão inseridos e para os contextos que irão ocupar. Para isso, é necessário conhecimento e domínio de todas as formas de linguagem, incluindo as possibilitadas pelo mundo digital. Reforça-se a importância da inserção das novas TDICs nos sistemas e nos espaços de educação. Essa prática inicia já nos cursos de formação de professores, para que eles saiam capacitados para tal ação.

Ferramentas digitais são recursos tecnológicos que podem ser utilizados por professores para otimização dos processos de ensinar e aprender, como plataformas on-line de aprendizagem; aplicativos de realidade virtual; plataformas de análise de aprendizagem (*learning analytics*); *G-Suite* do *Google*; jogos eletrônicos; *WhatsApp*; *Padlet*; *podcast*.

O atual contexto social apresenta uma grande diversidade de possibilidades de compartilhamento do conhecimento, principalmente em relação à educação. As novas TDICs, impulsionadas pelo ciberespaço, tornaram possível a realização de diversas práticas educativas, bem como a construção de conhecimento de forma colaborativa. As TDICs têm alto potencial de alcance e de compartilhamento do conhecimento. É importante que sejam conhecidas pelos pedagogos para poderem ser utilizadas nas práticas pedagógicas. Nas diferentes áreas da atividade humana, é possível recorrer ao uso de tecnologias. Esse é um caminho crescente e sem volta. A proposta aqui é

estuda-las para ajudar professores e alunos do Ensino Superior em sua atividade diária do processo de ensino-aprendizagem, mais especificamente, para o desenvolvimento da Inteligência Emocional. É preciso que ocupem o espaço da universidade, ainda que haja dificuldades ou certa insegurança em seu uso, já que esse é um processo normal, que será superado coletivamente.

As TDICs que se popularizaram ao longo da década de 1990, acompanhando a globalização econômica, modificaram a vida das pessoas, estabelecendo novos padrões de comunicação. Da mesma forma, propuseram diferentes modos de acessar o conhecimento e permitiram que movimentos de construção de inteligências coletivas fossem realizados ao redor do mundo. Hoje, a sociedade é aprendente, ou seja, os sujeitos são constantemente instigados, motivados e pressionados a aprender. Nesse contexto, a educação no nível superior já não consegue contemplar todas as aprendizagens requeridas, de modo que são necessárias ações por parte dos docentes, que devem conhecer os múltiplos recursos e ferramentas de aprendizagem que as TDICs propiciam. Assim, eles podem melhorar ainda mais o resultado de suas ações educativas nos grupos e espaços educacionais.

Hoje, os indivíduos são frutos de milhões de anos de evolução, que conduziram os seres humanos a viver em sociedades organizadas, incomparavelmente mais complexas do que as estruturas no reino animal. Interagir socialmente está ligado também às emoções. Ao interagir com o outro, os seres humanos não se limitam à troca de informações. Também trocam afetos. Assim, a interação com o outro se constitui de elementos sociais e afetivos. Atualmente, a vida em sociedade é pautada por TDICs que permeiam a cultura. A cibercultura está presente no dia a dia de grande parte da população mundial. Muitas pessoas começam seus afazeres diários conferindo aplicativos de mensagens, como o *WhatsApp*, tuitando ou retuitando o que acham interessante e checando e-mails e redes sociais (*Facebook, Instagram, Linkedin*, entre outras). As pessoas interagem, reproduzem informações, compartilham opiniões e criam conteúdos diariamente via *Web*.

A emoção pode estar diretamente ligada à memória e ao aprendizado. Um exemplo disso é tentar lembrar de alguma situação que tenha marcado o passado pessoal, como resgatar algo que se tenha feito numa data específica. Será muito difícil, a menos que haja algum tipo de emoção ligada a determinada data. No entanto, se uma pessoa for indagada sobre o que estava fazendo no dia 11 de setembro de

2001, quando as Torres Gêmeas, em Nova Iorque, sofreram o ataque terrorista, é muito provável que ela lembre até com detalhes, pois aquele fato mexe com suas emoções. Isso pode acontecer também quando se lembra do primeiro filme o qual assistiu no cinema ou do dia em que conheceu a pessoa por quem se apaixonou.

As emoções desempenham um amplo papel nos mais diversos fenômenos que se desenrolam no corpo humano, no cérebro e na perspectiva cognitiva. Assim, se atualmente, a educação é comparada àquela que regulava as gerações anteriores, a qual o objetivo comum em todos os sistemas educacionais se referia à qualidade e à equidade, é necessário repensar e reavaliar sua dinâmica e seu significado. Dessa forma, é necessário repensar o papel do Estado, os conteúdos e práticas pedagógicas, ou seja, repensar a atuação e a formação dos professores para a introdução e apropriação das TDICs.

Conforme Jenkins (2009, p. 19), na cultura da convergência, "[...] as velhas e as novas mídias colidem, [...] mídia corporativa e mídia alternativa se cruzam, [...] e o poder do produtor de mídia e o poder do consumidor interagem de maneiras imprevisíveis [...]". A cultura da convergência permitiu que as atividades da educação (informal, não formal e formal) realizadas no ciberespaço fossem impulsionadas, principalmente pela promoção da participação de todos e pela busca de uma inteligência coletiva com suporte da *Web*. O autor ainda ressalta que essa convergência "[...] não ocorre por meio de aparelhos, por mais sofisticados que venham a ser. A convergência ocorre dentro dos cérebros de consumidores individuais e em suas interações sociais com outros [...]" (JENKINS, 2009, p. 20). Assim, considerando que consumidores são todos aqueles que utilizam a *Web* de alguma forma, a potencialidade das novas TDICs está justamente em modificar o modo como esses sujeitos pensam e conduzem suas ações.

Consequentemente, os papéis do professor, a didática enquadrada na reflexão do ensino, os recursos com os quais a geração de aprendizagem é realizada, o *feedback* e a avaliação, são vários aspectos a serem analisados. Da mesma forma, também é importante perguntar sobre como as TDICs influenciam o tipo de pessoa e sociedade que é formada, a fim de dar sentido ao que é aprendido para a vida. Essa construção de significado é o fracasso constante no desenvolvimento da formação, uma vez que a reforma educacional tecnológica não é suficiente apenas com a adaptação e aplicação dos recursos digitais, e é necessário estabelecer fundamentos

para desenvolver a inovação educacional, a fim de responder aos conflitos do presente. Para conseguir isso, é essencial treinar os cidadãos a assumirem suas responsabilidades profissionais do ponto de vista crítico. Assim, para aprofundar-se nessa busca de curso, é pertinente repensar o papel do professor.

Sobre tecnologia, o teórico Gagne (2013, p. 3) afirma que é “[...] conhecimento sistemático derivado da pesquisa científica”. Esse autor destaca que ela é um processo contínuo e crescente de melhoramento, um movimento de constante busca de conhecimento direcionado à inovação e ao aperfeiçoamento de coisas, processos e ideias. Complementando essa perspectiva, sob o ponto de vista de Hayne e Wyse (2018, p. 38) emerge o conceito de gestão tecnológica:

> É uma atividade que as instituições têm adotado como forma de gerenciamento dos recursos limitados disponíveis para obtenção dos melhores usos na geração das tecnologias para atendimento de nossas necessidades e desejos. As necessidades ligadas à solução dos problemas e os desejos ligados ao aumento do bem-estar. Neste sentido, uma análise evolucionária da tecnologia vai ao encontro dos objetivos daqueles responsáveis pela condução do progresso tecnológico, a partir da compreensão do processo histórico que envolve a geração das tecnologias (HAYNE; WYSE, 2018, p. 38).

O emprego de novas tecnologias, segundo Assmann (2000), "ampliam o potencial cognitivo do ser humano (seu cérebro e mente) e possibilitam mixagens complexas e cooperativas". A evolução tecnológica, portanto, tem grandes impactos nos processos de ensino e aprendizagem. A tecnologia é importante elemento integrante da ampliação da autonomia intelectual, compreensão de normas e os interesses pela vida social. Isso porque o domínio das linguagens inclui a tecnologia, e o seu domínio significa ação social.

A partir dos paradigmas tradicionais, dos quais é possível contar hoje, por estarem presentes nas salas de aula, é possível localizar o professor como transmissor, guia e líder de um modelo educacional em que a resposta - capacidade de aprendizagem - repousa sobre seus ombros. No entanto, também é necessário apontar como isso é inapropriado para a era da revolução da informação e comunicação atual.

O professor pode exercitar várias habilidades em sala de aula, como por exemplo a navegação transmídia que é uma habilidade que convida o aluno a exercer a criatividade produzindo conteúdos para plataformas diferentes de comunicação.

Além disso, condiz com a capacidade de acompanhar o fluxo de histórias e informações através de múltiplas modalidades e suportes/plataformas, conhecendo a linguagem de cada uma delas. Aprendendo a navegar em diferentes e às vezes conflitantes modos de representação midiáticos, os alunos podem fazer escolhas significativas sobre as melhores maneiras de expressar suas ideias em cada contexto.

Seria incoerente distanciar a sala de aula das TDICs. É preciso capacitar os estudantes para o domínio de todas as opções de comunicação, incluindo o mundo digital como etapa de contribuição para a formação dos sujeitos, o que, certamente, e conforme já tão salientado, favorece o desenvolvimento da Inteligência Emocional. O mundo digital deve tornar-se um aliado do professor, da sala de aula e dos estudantes. O ideal é capacita-los para uma ação cidadã nos contextos em que estão inseridos e para os contextos que irão ocupar. Para isso, é necessário conhecimento e domínio de todas as formas de linguagem, incluindo as possibilitadas pelo mundo digital. Reforça-se a importância da inserção das novas TDICs nos sistemas e nos espaços de educação. Essa prática inicia já nos cursos de formação de professores, para que eles saiam capacitados para essa ação. Assim corrobora:

> […] o computador e a Internet são tecnologias multidimensionais e como interfaces digitais usadas para práticas sociais, pois estão a serviço do homem, na tentativa de tornar sua vida mais confortável, além de integrá-lo cada vez mais aos contextos social, cultural, econômico, educacional e político da Sociedade da Informação (ARAÚJO, 2018, p. 1591).

Portanto, para os processos de ensino e aprendizagem, há implicação relacionada com visão de Inteligência Emocional e que precisa ser ampliada para uma visão voltada para, inclusive, o desenvolvimento de inteligências múltiplas. Isso resulta na inserção, também, das práticas sociais do mundo digital nos processos de ensino e aprendizagem. Com essa prática, potencializam-se as possibilidades de participação e circulação dos sujeitos nas sociedades.

A questão da inserção das novas TDICs em sala de aula motiva outra reflexão muito importante: o surgimento de novas práticas de linguagem. Os impactos nas relações sociais e na forma como as pessoas interagem sofrem significativas modificações. Consequentemente, emergem essas novas práticas. Questiona-se o que elas trazem de positivo e de negativo. Este é mais um desafio da educação: possibilitar espaço para as novas TDICs na sala de aula para promoção de metodologias ativas, o que traz consigo as novas práticas de linguagem. Entendendo

por metodologias ativas o processo no qual o estudante está envolvido diretamente na construção de sua aprendizagem, ou seja, o professor não assume o papel de protagonista da educação, e sim de mediador do processo de aprendizagem, tendo o aluno como o centro do processo (BACICH; MORAN, 2018).

De forma positiva, a linguagem dos alunos se faz mais presente, condizente com a promoção de uma formação baseada no multiletramento e para além dos livros didáticos. Tecnologias como *smartphones, laptop*, lousas digitais, plataformas de aprendizagem, entre outros recursos tecnológicos, ingressam com mais ênfase nas salas de aula (quando o contexto possibilita essa prática, pois não são todas as escolas e nem todos os professores que podem dispor desses recursos), mas nem sempre são utilizadas de forma didática e efetivamente produtivas.

Portanto, é importante o reconhecimento das novas práticas de linguagem. São elas, todas aquelas intermediadas pelas TDICs, denominadas de linguagens das tecnologias. De acordo com Corrêa e Dias:

> [...] o que hoje vemos à nossa volta são produções culturais letradas em efetiva circulação social, como um conjunto de textos híbridos de diferentes letramentos, sejam vernaculares e dominantes; de diferentes campos, ditos 'popular, de massa ou erudito', desde sempre híbridos, caracterizados por um processo de escolha pessoal e política e de hibridização de produções de diferentes 'coleções', o que permite que cada pessoa possa fazer 'sua própria coleção', sobretudo a partir das tecnologias digitais (CORRÊA; DIAS, 2016, p. 249).

Há que se considerar, no entanto, que a inserção das tecnologias de um mundo digital nem sempre é possível. Apesar dos recursos tecnológicos estarem associados ao progresso do homem, convém lembrar que também apresentam aspectos negativos, como aqueles que são considerados 'excluídos digitais'. É importante não refutar nem endeusar os recursos, e, por essa razão, é possível ampliar o sentido do termo, especialmente nos dias atuais (SANTOS; SANTOS; OLIVEIRA, 2017, p. 19).

Além disso, é preciso atenção para o tratamento da pluralidade de produções e das exigências que são impostas aos professores. Isso porque, ao professor, cabe o desafio (mais um) de construir conhecimento com os seus alunos sobre as diferentes produções, as características e os usos adequados para cada uma delas. Por exemplo, reduções e abreviações utilizadas em comunicações informais como no *WhatsApp* pessoal, devem ser minimizadas em uma comunicação oficial/formal no *WhatsApp* profissional e assim por diante.

Isso demonstra um fato que precisa de atenção: há um grande volume de informações, uma pluralidade de recursos para as produções e armazenamento, mas é preciso refletir sobre como utilizar tudo isso para construir conhecimento, valorizando as novas práticas de linguagens do mundo digital. De certa forma, essas ferramentas do mundo digital e as novas formas de linguagem têm prejudicado o interesse educacional do aluno e consequentemente afetado seu desenvolvimento na aprendizagem. Por isso, é necessário encontrar novos caminhos didáticos que ofereçam subsídios aos professores para que consigam despertar o interesse dos discentes pela prática educativa em meio a tantas opções tecnológicas que aceleram demasiadamente o cotidiano e entregam um volume de informações que muitas vezes estão esvaziadas de sentido.

## 2.4 O desenvolvimento de uma Sequência Didática

Conforme mencionado anteriormente, Zabala (1998) afirma que a SD consiste na propositura de uma série de atividades articuladas e organizadas. Estas, possuem objetivos bem definidos para ambos os lados, sejam professores ou alunos, com um princípio e um fim. Assim, é evidente a "possibilidade de melhora da atuação docente como resultado de um conhecimento mais profundo das variáveis que intervêm e do papel que cada uma delas tem no processo de aprendizagem dos alunos" (ZABALA, 1998, p. 48).

Considera-se os critérios descritos a seguir como parâmetro para o desenvolvimento de elementos constantes nas atividades em uma SD, de acordo com Zabala (1998): I) o levantamento dos conhecimentos pré-existentes do estudante sobre o que irá desenvolver; II) a propositura de atividades funcionais e significativas; III) nível adequado das atividades ao discente; IV) nível de desafio das atividades e que promovam ligação com o conhecimento prévio e o que será desvendado; V) atividades motivadoras.

No tocante à eficácia da SD no espaço escolar, de acordo com Zabala (1998), verifica-se uma participação ativa dos personagens envolvidos, não só por parte do professor, ao se planejar para o ato de ensinar, mas também por parte dos discentes que se apresentam motivados a aprender. Assim, observa-se um processo de interação significativo por parte de todos os envolvidos na aprendizagem.

Da mesma forma, na prática, e de modo estrutural, para Dolz; Noverraz e Schneuwly (2004, p.98), uma SD deve ocasionar uma conexão progressiva entre as etapas, de modo a ir construindo o conhecimento. Para os mesmos teóricos, “elas procuram favorecer a mudança e a promoção dos alunos a uma melhor mestria dos gêneros e das situações de comunicação” (DOLZ; NOVERRAZ; SCHNEUWLY, 2004, p.53).

Dentre as ações de uma SD estão as atividades de leitura, escuta, escrita e reescrita, indo além dos limites da gramática, repensando o processo de ensino e aprendizagem da escrita na perspectiva que ultrapassa a decodificação de grafemas, fonemas, frases, indo de encontro ao letramento (NASCIMENTO, 2009, p. 68).

## 2.5 O trabalho com portfólios

Nos últimos tempos, mudanças ocorreram no campo das práticas das avaliações escolares. Sabe-se que a ideia de ensino como transmissão de conhecimento, e de aprendizagem com repetição do conteúdo transmitido pelo docente não encontra mais lugar nas atuais propostas de educação. O saber não é mais estático e exclusivo da escola. Assim, as propostas que buscam analisar o alunado precisou acompanhar tal desenvolvimento, ou seja, “levar adiante uma avaliação da aprendizagem que pudesse dar conta e estar em consonância com as finalidades educativas” (HERNÁNDEZ, 2000, p. 163-164).

Por conseguinte, nesse novo contexto, surge o portfólio como modalidade de avaliação. Nos Estados Unidos, seu uso em meio educativo adquiriu tamanha repercussão que foi considerado como uma das três metodologias mais importantes (SÁ-CHAVES, 2000). Para Seldin & cols. (1998), tem sido usado no Canadá, por cerca de 20 anos, chamado de dossiê de ensino e, tem sido adotado por mais de 1.000 universidades nos Estados Unidos.

O uso do portfólio como um instrumento eficaz para uma avaliação formativa é defendido por Vilas Boas (1998), uma vez que reúne os trabalhos dos alunos e professores, reconhecendo seus esforços, progressos e necessidades de desenvolvimento em um determinado aspecto. Ainda, reitera Sá-Chaves (2000) que o portfólio reflexivo é um instrumento de diálogo entre educador e educando, que pode ser utilizado não só no término do período para fins avaliativos, mas também

continuamente, apoiando modos de ver e de interpretar que facilite o reconhecimento da necessidade de redefinição de critérios para o mehor desenvolvimento do aprendizado. Nesse sentido, entende-se que para Sá-Chaves (2000) o portfólio é um instrumento de estimulação do pensamento reflexivo, oportunizando a documentação, registro e estruturação dos procedimentos e da própria aprendizagem, sendo uma fonte de auto-reflexão.

No mesmo caminho, afirma Gardner (1994) que o portfólio é um elemento de auto-reflexão e avaliação, ao passo que os estudantes aprendem melhor e de uma forma mais integral. Os discentes passam a ter um compromisso com as atividades por um período de tempo significativo e se conectam com essas.

De acordo com o editor da obra *"Manual de Portfólio",* Shores e Grace (2001), todos os atores se beneficiam com o desenvolvimento dos portfólios, sejam pais, professores ou alunos, pois esse tipo de avaliação aumenta a cooperação e o entendimento entre todas as partes.

No que tange a aprendizagem do estudante universitário, de acordo com De Sordi (2000), o portfólio utilizado de modo contínuo e processual, reúne sistematicamente as diferentes produções dos alunos e os motiva às mais diversas formas de expressões. Isso rompe com a super valorização da escrita e da comunicação em situações formais estipuladas pelo professor de modo prévio. Assim, afirma-se que um portfólio é mais do que uma reunião de trabalhos ou materiais. Além da seleção e organização de evidências de aprendizagem do discente, possibilita, também, a identificação de questões relacionadas ao modo como os alunos e os professores refletem sobre o processo de aprendizagem.

# 3 METODOLOGIA

Neste capítulo serão apresentados os métodos utilizados durante esta pesquisa, descrevendo todo o caminhar do estudo. Serão consideradas as etapas do curso, desde o momento da coleta de dados, sendo essa a parte investigativa do trabalho, entendida como Diagnose. Como etapa seguinte, há a Justificativa, anterior à elaboração da SD e que serve de embasamento para a mesma, descrevendo o processo de análise e discussão de seus resultados. Apresenta-se ainda a construção e aplicação da própria SD.

## 3.1 Natureza da Pesquisa

Quanto aos objetivos, a pesquisa se caracteriza como descritiva e exploratória; ou seja, estuda um assunto ainda pouco explorado para proporcionar uma visão geral do fato. De acordo com Gil (2012, p. 27) “as pesquisas exploratórias têm como principal finalidade desenvolver, esclarecer e modificar conceitos e ideias, tendo em vista a formulação de problemas mais precisos ou hipóteses pesquisáveis para estudos posteriores”. Assim, o intuito da presente pesquisa exploratória é conhecer profundamente o assunto em questão, para construir hipóteses sobre o tema – como a Inteligência Emocional pode favorecer a aprendizagem dos alunos do Ensino Superior a partir do uso de ferramentas digitais – aumentando o nível de compreensão acerca do assunto. Então, o que se quer, também, é que esta pesquisa constitua a primeira etapa de uma mais ampla.

A pesquisa realizada, quanto à abordagem, se caracteriza como quali-quanti, uma vez que se propõe a identificar aspectos relevantes da Inteligência Emocional em relação a aprendizagem dos estudantes com as ferramentas digitais, fazendo um levantamento qualitativo abordando seus principais conceitos e teóricos, e também analisando dados quantitativos dos questionários aplicados.

Qualitativamente, se preocupa com aspectos da realidade centrando-se na compreensão e na explicação da dinâmica das relações sociais (GERHARDT; SILVEIRA, 2009). Nesse tipo de pesquisa, há a preocupação com a subjetividade, no sentido da relação direta do pesquisador com o objeto estudado. Conforme Creswell (2010, p. 211), “[...] a pesquisa qualitativa é uma pesquisa interpretativa, com o

investigador tipicamente envolvido em uma experiência sustentada e intensiva com os participantes".

Por isso, a pesquisa realizada é inicialmente conceitual, e posteriormente quantificável, pois os dados coletados a partir do questionário proposto estão relacionados diretamente ao contexto natural e às interações sociais que ocorrem, a partir da relação da Inteligência Emocional no âmbito do Ensino Superior. Em outras palavras, consonante com Appolinario (2011), a preocupação seminal é com o fenômeno; ou, ainda, a proposta realizada está focada "no universo de significados, motivos, aspirações, crenças, valores e atitudes, o que corresponde a um espaço mais profundo das relações, dos processos e dos fenômenos" (MINAYO, 2001, p. 15). Além disso, como compete à pesquisa qualitativa, questionamentos foram levantados durante todo o processo, buscando "[...] a dispersão ou expansão dos dados e da informação" (HERNÁNDEZ SAMPIERI; FERNÁNDEZ COLLADO; BAPTISTA LUCIO, 2013, p. 35).

De acordo com Gioia (2006) relata que a pesquisa qualitativa é uma metodologia de pesquisa exploratória, baseada em pequenas amostras, que proporciona *insights* e compreensão do contexto do problema. As informações são obtidas a partir de uma análise do discurso do entrevistado, bem como de sua postura global diante das questões que lhe são apresentadas.

Já no que se refere a abordagem quantitativa, vislumbra-se explicar o fenômeno por meio de números ou da quantificação (KAUARK; MANHÃES; SOUZA, 2010). Esse tipo de pesquisa ressalta um caminhar com colheita de dados observáveis e quantificáveis, considerando o que foi passível de ser visto em relação aos fatos objetivos, fenômenos e acontecimentos que independem da vontade do investigador (FREIXO, 2011).

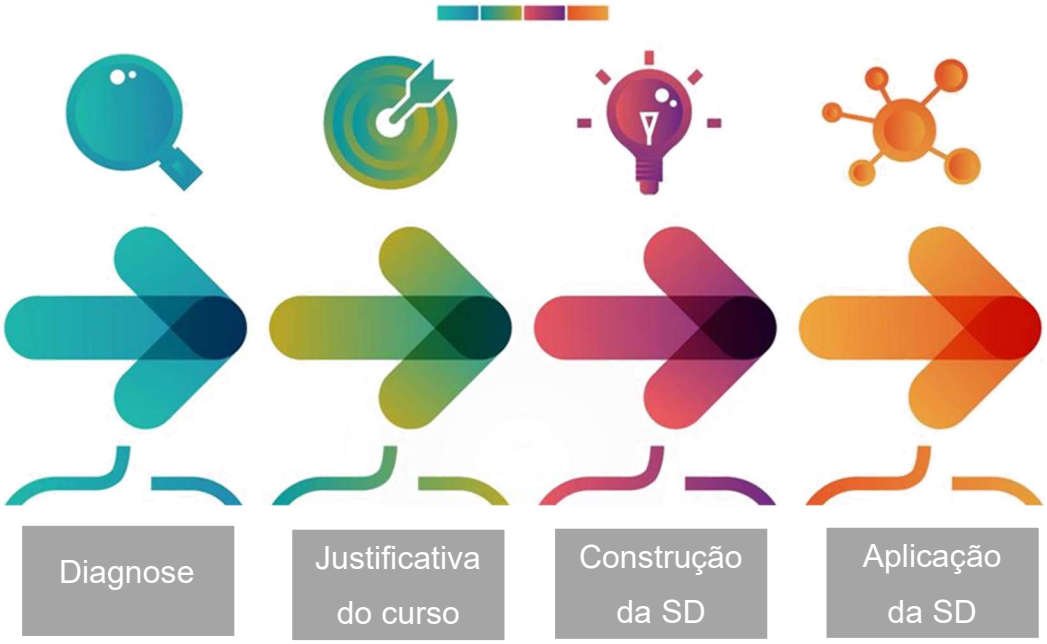
As informações levantadas foram analisadas e extratificadas, representando assim o resultado obtido dos questionários que foram aplicados. Dessa forma, propõe Reis (2010) que os dados são quantificáveis e podem ser traduzidos em opiniões, números e informações aos quais em seguida tendem a ser analisados e classificados.

Verifica-se, portanto, que a investigação em questão possui ambos aspectos narrados acima, caracterizando-se como quali-quanti.

## 3.2 Etapas da Pesquisa

Os passos metodológicos utilizados nessa pesquisa visam a solução do problema identificado pelo autor, bem como alcançar os objetivos elencados ao longo do estudo. Para isso, o método foi dividido em 4 etapas conforme imagem a seguir:

**Figura 1 -** Etapas da Pesquisa




Fonte: Dados de pesquisa (2021)

## 3.3 Diagnose

A fim de identificar a realidade dos conhecimentos prévios dos docentes, essa etapa teve como objetivo a elaboração de um questionário pelo autor com perguntas investigativas visando identificar as possíveis deficiências dos docentes que lecionam no Ensino Superior em relação ao autodomínio de suas habilidades emocionais e a percepção e intervenção dessas habilidades em seus alunos.

Os participantes foram professores do Ensino Superior, tendo em vista que a seleção dessa unidade de análise foi feita por conveniência, ou seja, foi escolhida pela proximidade e localização dos participantes com o local de trabalho do realizador da pesquisa, tendo como objetivo conhecer a percepção sobre a educação emocional e

sua possível influência sobre os estudantes. Os professores participaram diretamente com o pesquisador desse trabalho a fim de rastrear a possível influência do aspecto emocional no processo educacional dos alunos.

Sobre o questionário, Gil (2012, p.128) o define como a “técnica de investigação composta por um número mais ou menos elevado de questões apresentadas por escrito às pessoas, tendo por objetivo o conhecimento de opiniões, crenças, sentimentos, interesses, expectativas, (...)”. Mediante os avanços tecnológicos, esse instrumento permanece tendo seus objetivos alcancados, contudo não apenas por escrito, como também através do uso das tecnologias.

As perguntas inseridas no questionário foram hospedadadas no Google formulário, disponíveis no link https://docs.google.com/forms/d/e/1FAIpQLSfy6RREIOAC_QSruqje4P4ToIQhcQiDK_DryqUYLDrU_kKmJw/viewform. Foram enviadas para professores que lecionavam no Ensino Superior em qualquer IES pública ou particular, através do aplicativo *WhatsApp* e ficou durante trinta dias com o acesso liberado para seu preenchimento.

Surgindo no ano de 2009, na Califórnia, e sendo a mída social mais utilizada no momento, com aproximadamente 500 milhões de usuários, o *WhatsApp* é um aplicativo de mensagem on-line que facilita e viabiliza a comunicação entre as pessoas de qualquer lugar do mundo através do uso da internet (SOUZA, ARAÚJO e PAULA, 2015). Com essa ferramenta tecnológica, foi possível coletar os dados dos professores de Ensino Superior que estavam isolados em suas residências devido ao acometimento da pandemia da COVID-19.

O questionário contou com 17 questões, com cinco opções de resposta cada uma. O participante ao término do preenchimento, salvava suas informações e encerrava sua contribuição. As perguntas estavam assim dispostas: (1) Gênero; (2) Faixa etária; (3) Grau de escolaridade; (4) Tempo de magistério superior; (5) Observo que meu estudante consegue administrar emoções de forma eficiente e positiva; (6) Ao realizar alguma atividade em grupo, eu observo situações de estresse ou conflito; (7) Observo situações em que o estudante apresenta medo; (8) Observo situações em que o estudante apresenta ansiedade; (9) Observo situações em que o estudante apresenta insegurança; (10) Observo que o momento de avaliação escrita gera muita ansiedade nos estudantes; (11) Meu estudante se mostra ansioso em relação à vida profissional, de maneira que impacta negativamente os estudos; (12) Consigo

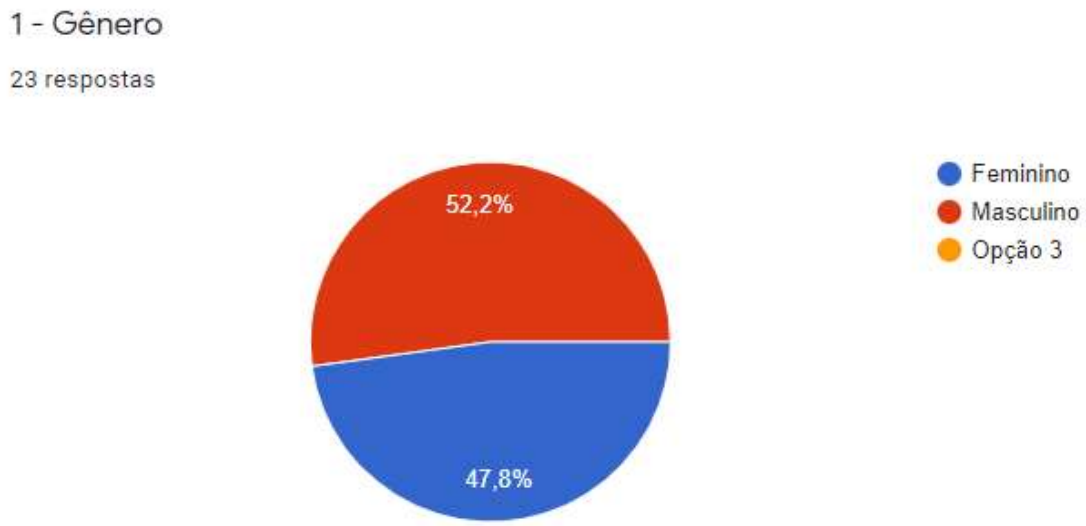
compreender as causas dos seus sentimentos e suas características pessoais; (13) Consigo compreender bem os pontos fortes e fracos dos estudantes; (14) Consigo gerenciar seus sentimentos e dar “uma resposta” de maneira apropriada em qualquer situação; (15) Consigo entender as emoções dos outros e me colocar no lugar deles, interpretando os sentimentos e os ajudando; (16) Sei gerir relacionamentos; (17) Sei compreender como cada pessoa funciona.

Após o término do prazo de preenchimento, os dados foram gerados através de gráficos, representados de forma clara e objetiva. Os gráficos abaixo contribuíram junto ao referencial teórico na elaboração da SD, parte aplicável desse curso de formação permanente para docentes.

### 3.3.1 Análise dos gráficos

A primeira pergunta abordada nessa pesquisa dizia respeito ao gênero considerado pelos participantes da mesma. Dentre as possibilidades fornecidas destacavam-se os itens feminino, masculino e uma terceira opção que poderia ser selecionada, conforme demonstrado no canto direito da figura 2 abaixo:

**Figura 2 –** *Print* das respostas da pergunta 1 do questionário sobre gênero

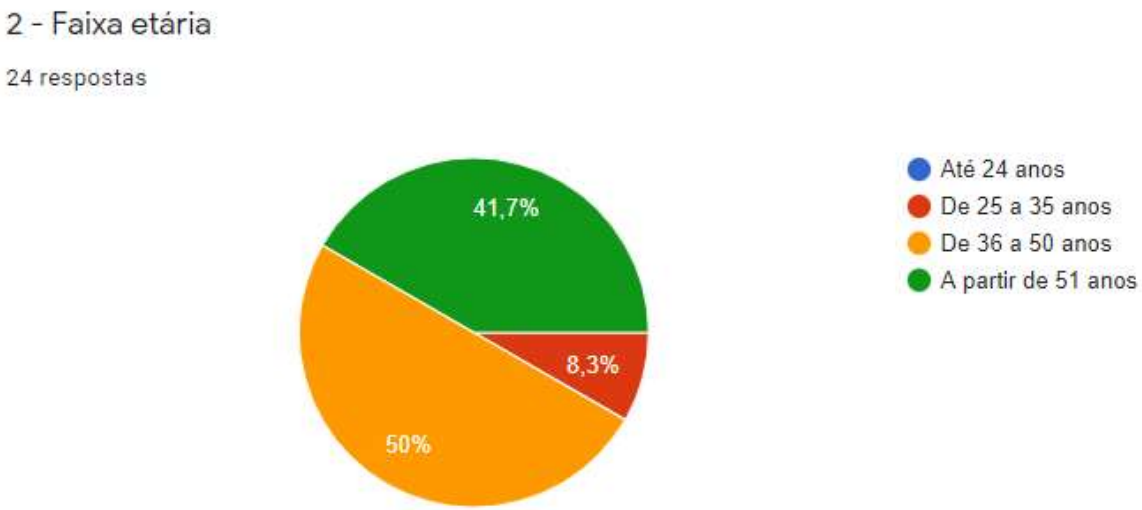



**Fonte:** Dados de pesquisa (2021).

Houve um total de 24 respondentes, dos quais 52,2% se identificaram enquanto gênero masculino e 47,8% do gênero feminino. Um participante da pesquisa não respondeu. Nesse sentido, concluiu-se que há praticamente um equilíbrio no tocante ao gênero dos pesquisados.

Em relação a segunda pergunta, analisou-se a faixa etária dos participantes. Esse item foi importante para identificar o perfil dos mesmos, considerando que a parte tecnológica teve grande valia nesse estudo e especulou-se que o desempenho na utilização da mesma estivesse diretamente relacionado a faixa etária dos pesquisados. Observou-se o limite até 24 anos, de 25 a 35 anos, de 36 a 50 anos e a partir de 51 anos, como apontado no canto direito da figura 3 abaixo:

**Figura 3 –** *Print* das respostas da pergunta 2 do questionário sobre faixa etária

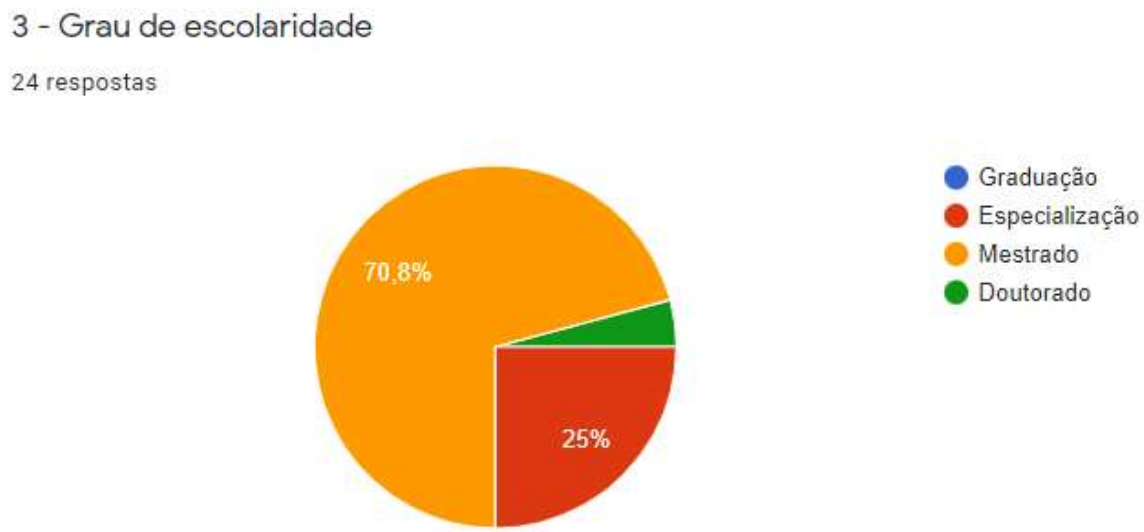



**Fonte:** Dados de pesquisa (2021).

Em relação às respostas desse item, metade se enquadrou entre 36 a 50 anos, ficando com o percentual de 50%; em segundo lugar, com 41,7%, identificou-se os participantes com mais de 51 anos; e de maneira minoritária, apenas 8,3% tinha entre 25 a 35 anos. Nenhum respondente encontrou-se na faixa até 24 anos. Tal desbalanceamento não chegou a ser um estranhamento, já que se tratava de professores do Ensino Superior, pressupondo um tempo a mais de qualificação além da Licenciatura (especialização, mestrado e doutorado, por exemplo).

Tal perspectiva encontrou justificativa especificamente na pergunta 3 ao tratar sobre o grau de escolaridade de cada respondente. Dentre as possibilidades fornecidas encontravam-se graduação, especialização, mestrado e doutorado, conforme listado e passível de visualização no canto direito da figura 4 abaixo:

**Figura 4 –** *Print* das respostas da pergunta 3 do questionário sobre grau de escolaridade

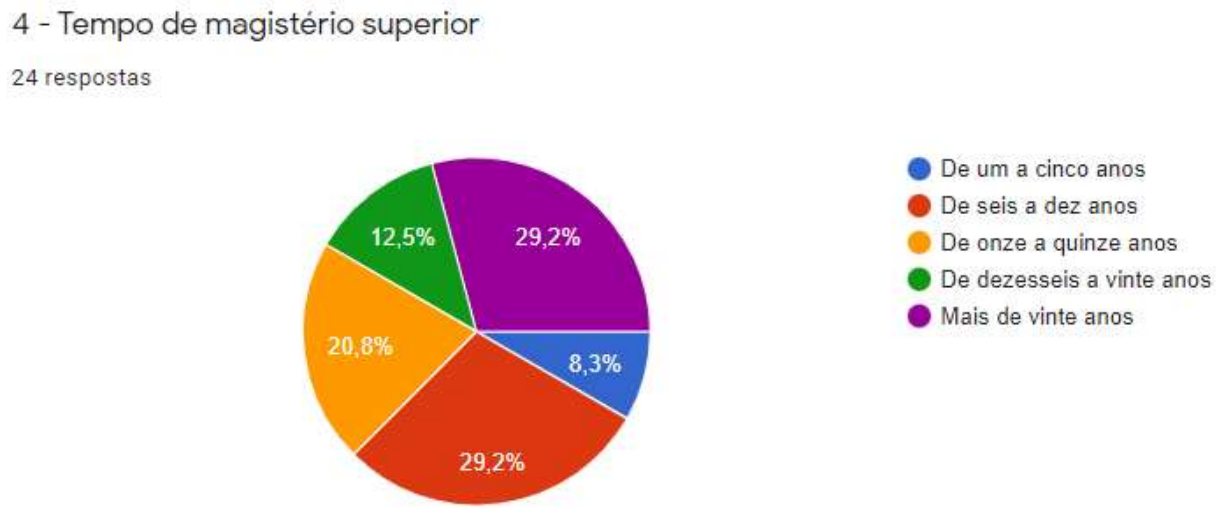



**Fonte:** Dados de pesquisa (2021).

Os resultados apresentados corroboraram a perspectiva de um maior grau de escolaridade dentre os pesquisados, uma vez que o público-alvo era professores do Ensino Superior. Assim, observou-se que 70,8% possuíam mestrado; 25% eram especialistas e 4,8% eram doutores. Não houve respondentes apenas com o nível de graduação.

Já em relação ao tempo de magistério superior que cada um possuía (pergunta 4), as possibilidades giravam em torno de um a cinco anos, de seis a dez anos, de onze a quinze anos, de dezesseis a vinte anos, e mais de vinte anos, conforme demonstrado na imagem da figura 5 a seguir:

**Figura 5 –** *Print* das respostas da pergunta 4 do questionário sobre tempo de magistério superior



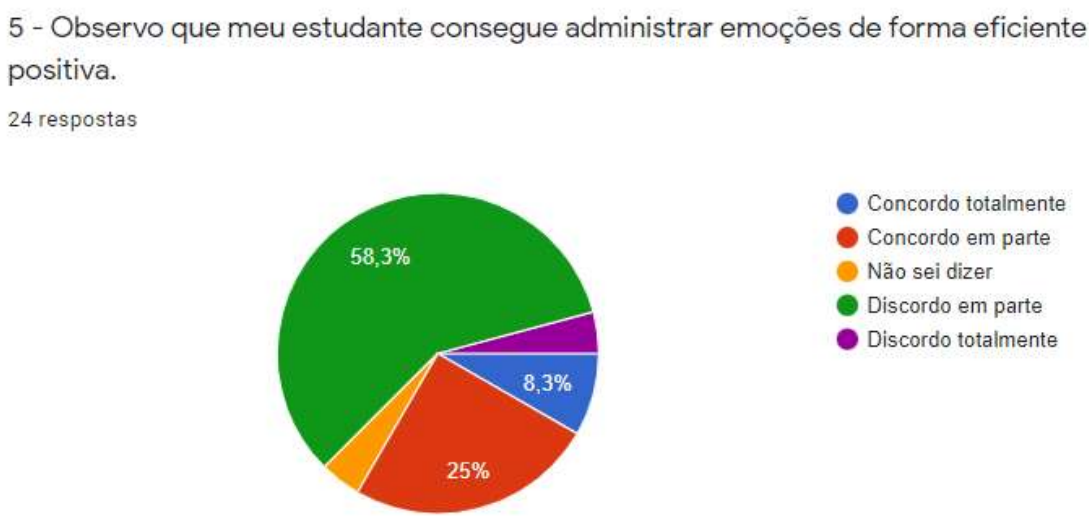

**Fonte:** Dados de pesquisa (2021).

Foi possível verificar que no tocante a esse item há um equilíbrio: 29,2% tinha entre seis e dez anos de atuação no magistério superior; a mesma porcentagem para mais de vinte anos; 20,8% trabalhavam entre onze e quinze anos; 12,5% entre dezesseis e vinte anos; e 8,3% entre um e cinco anos.

Em seguida, após essas questões preliminares que delinearam o público indagado, começaram as questões mais assertivas a respeito da relação do docente e a forma como costumava trabalhar a Inteligência Emocional dos seus estudantes.

Em relação à assertiva 5, que buscou identificar se o respondente conseguia observar que o estudante administrava emoções de forma eficiente e positiva, uma escala que ia desde concordo totalmente até discordo totalmente foi oferecida, perpassando pelo itens concordo em parte, não sei dizer e discordo em parte, conforme apresentado no canto direito da figura 6 a seguir:

**Figura 6 –** *Print* das respostas da pergunta 5 do questionário sobre administração das emoções




**Fonte:** Dados de pesquisa (2021).

De acordo com essa análise, houve a seguinte porcentagem: 8,3% concordaram totalmente com a assertiva; 25% concordaram em parte; 4,2% não sabiam dizer; 58,3% discordaram em parte; e 4,2% discordaram totalmente. Nesse aspecto, chamou a atenção que mais da maioria respondeu que discordava em parte, o que parece indicar que os entrevistados conseguem observar as emoções e como seus alunos se relacionam com elas. Porém, ainda alguns não souberam se manifestar a respeito desse item. Uma possível hipótese é justamente a carência de uma formação (seja ela inicial ou continuada) nessa percepção de Inteligência Emocional. Em linhas gerais, o professor não tem essa capacitação.

No tocante à assertiva 6, que visou analisar se o pesquisado identificava situações de estresse e conflito quando realizava atividades em grupo, a mesma escala que ia desde concordo totalmente até discordo totalmente, perpassando pelo itens concordo em parte, não sei dizer e discordo em parte, foi apresentada, conforme figura 7:

**Figura 7 –** *Print* das respostas da pergunta 6 do questionário sobre estresse ou conflito




**Fonte:** Dados de pesquisa (2021).

Analisando essa pergunta, foi possível chegar as seguintes porcentagens: 37,5% concordaram totalmente com a afirmação; 50% concordaram em parte; 4,2% não sabiam dizer; e 8,3% discordaram em parte. Nenhum respondente discordou totalmente. Nesse sentido, pareceu haver, em parte, uma certa observação docente em relação aos estudantes.

Nessa pergunta, foi interessante observar que, majoritariamente, houve a concordância por parte dos respondentes, dos quais metade (50%) concordaram em parte que, ao realizar atividades em grupo, observavam situações de estresse ou conflito; e ainda, 37,5% concordaram totalmente. Apenas 12,5% não sabiam dizer ou discordaram em parte, não havendo discordância total. Aqui se levantou uma questão importante relacionada a relacionamento interpessoal como, por exemplo, na apresentação de trabalhos, seminários, ou seja, situações em que, no geral, há conflitos de ideias, de percepções.

Considerando a assertiva 7, que analisou se havia percepção por parte do pesquisado em relação a apresentação de medo nos estudantes, a mesma escala que ia desde concordo totalmente até discordo totalmente, foi proposta, conforme apresenta a figura 8:

**Figura 8 –** *Print* das respostas da pergunta 7 do questionário sobre medo

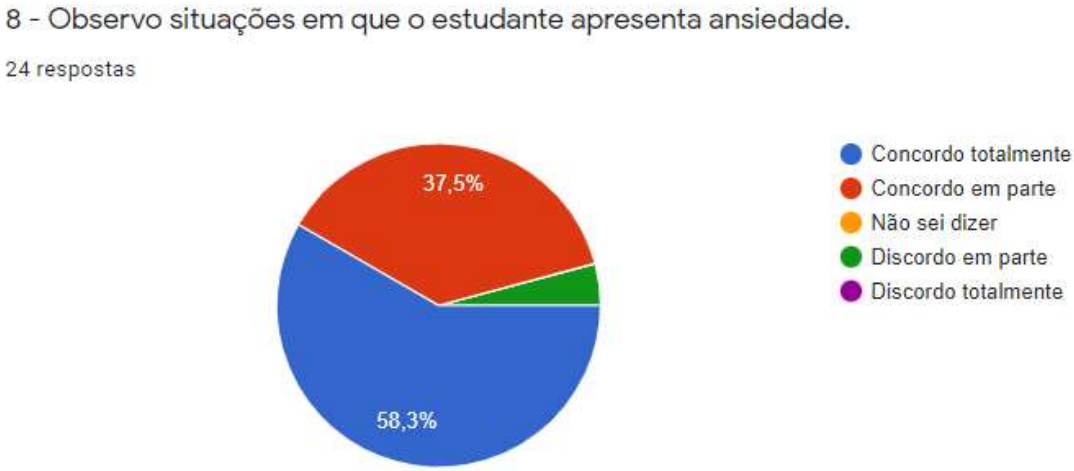



**Fonte:** Dados de pesquisa (2021).

Foi possível analisar que o docente, de uma forma geral, percebia situações em que o estudante apresentava medo. Somando os que concordaram totalmente e aqueles que concordaram em parte, a porcentagem alcançou o número de 87,5%. Chamou a atenção, de certa maneira, os 12,5% que não sabiam dizer, discordaram em parte ou discordaram totalmente. Questionou-se se seria, por exemplo, uma falta de percepção docente ou se esses estudantes observados dominavam plenamente o sentimento do medo, não o deixando transparecer.

A assertiva 8 buscou a compreensão da percepção dos pesquisados em relação a apresentação de ansiedade por parte dos estudantes, a mesma escala proposta anteriormente foi oferecida, conforme demonstra a figura 9:

**Figura 9 –** *Print* das respostas da pergunta 8 do questionário sobre ansiedade

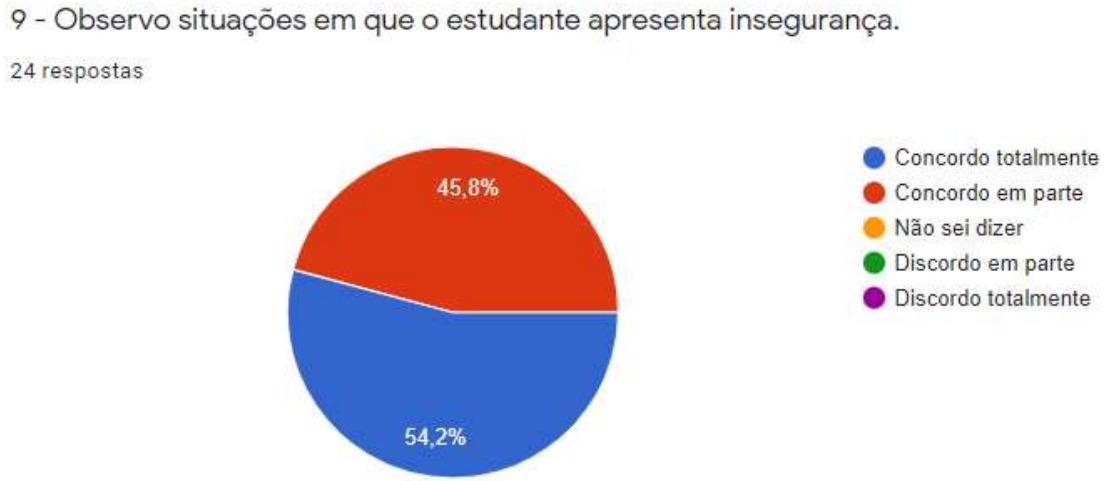



**Fonte:** Dados de pesquisa (2021).

Nessa questão, majoritariamente os respondentes apontaram que observaram situações em que os estudantes apresentavam ansiedade, com o percentual de 58,3% concordando totalmente. Ainda numa porcentagem bastante expressiva, 37,5% concordou em parte. Somente 4,2% responderam discordar em parte, o que poderia denotar uma falta de percepção pelos docentes ou, ainda, até mesmo um equilíbrio emocional dos estudantes em situações que, no geral, poderiam gerar conflitos internos.

Já a assertiva 9 buscou identificar a percepção dos pesquisados no tocante a apresentação do quadro de insegurança por parte dos estudantes, utilizando a mesma escala proposta conforme figura 10:

**Figura 10 –** *Print* das respostas da pergunta 9 do questionário sobre insegurança




**Fonte:** Dados de pesquisa (2021).

Todos os respondentes afirmaram observar situações nas quais os estudantes apresentaram insegurança. Desses, 54,2% concordaram totalmente e 45,8% concordaram em parte. Restou a interpretação de que os docentes, conforme as respostas, teriam essa capacidade de percepção. Obviamente as situações poderiam ser as mais diversas, desde a apresentação de um trabalho, um seminário, a um debate ou mesmo uma prova. Em quaisquer que sejam as situações, de uma forma geral o estudante pareceu transparecer insegurança.

Considerando a pergunta 10, pontuou-se o quadro de ansiedade nos estudantes referente ao momento de avaliação escrita. Para tal, os respondentes exprimiram sua percepção utilizando a mesma escala proposta nas questões anteriores, conforme figura 11:

**Figura 11 –** *Print* das respostas da pergunta 10 do questionário sobre ansiedade no momento de avaliação escrita




**Fonte:** Dados de pesquisa (2021).

A resposta para essa questão se concentrou no fato de que majoritariamente, todos os respondentes concordaram com a assertiva, sendo que 58,3% concordaram totalmente e 41,7% concordaram em parte. Aqui, diversos pontos poderiam ser levantados, como a própria tensão provocada por uma avaliação escrita; ou, mais intimamente, se considerarmos o atual cenário de saúde, reflexos da própria pandemia da COVID-19 que acomete os dias atuais.

Entendendo o questionamento 11, ainda no tocante à ansiedade, porém no que diz respeito à vida profissional impactando negativamente nos estudos dos discentes, vislumbrou-se a percepção dos pesquisados por meio da mesma escala, como apresentado na figura 12:

**Figura 12 –** *Print* das respostas da pergunta 11 do questionário sobre os impactos da ansiedade na vida profissional




**Fonte:** Dados de pesquisa (2021).

Nesse questionamento, mais de 80% concordaram com a ideia de que o estudante se mostrou ansioso em relação à vida profissional, de maneira que poderia vir a impactar negativamente seus estudos. Os professores que tiveram essa percepção demonstraram um ponto interessante, uma vez que lidaram com habilidades socioemocionais.

De acordo com a pergunta 12, investigou-se se os respondentes eram capazes de compreender as causas dos sentimentos dos estudantes e suas características pessoais por meio da escala proposta nas questões anteriores, conforme figura 13:

**Figura 13 –** *Print* das respostas da pergunta 12 do questionário sobre as causas dos sentimentos e características pessoais dos discentes

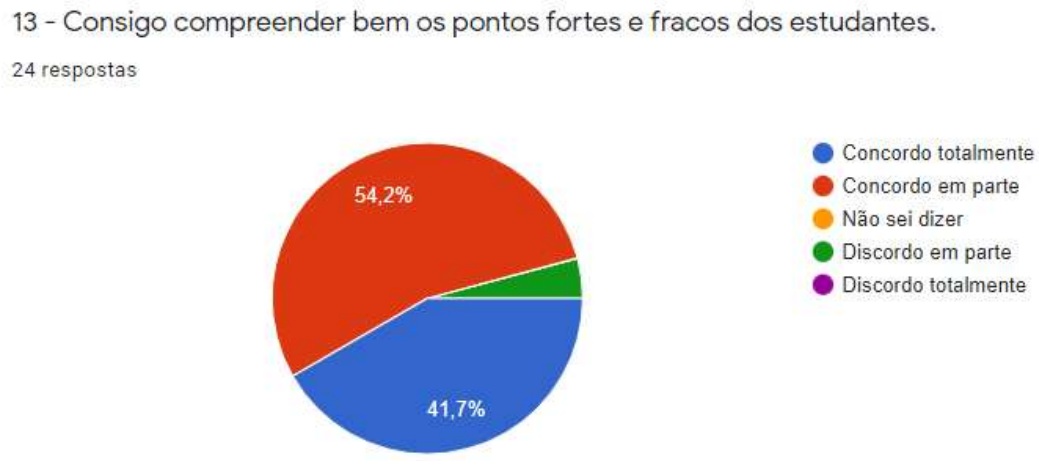



**Fonte:** Dados de pesquisa (2021).

Metade dos respondentes, com o percentual de 50%, consideraram que conseguiam compreender em parte as causas dos sentimentos e suas características pessoais. Não houve discordância total, apenas em parte, equivalendo a 12,5%. Mas, foi interessante observar que, o mesmo percentual não soube responder ao questionamento. Os outros 25% concordaram totalmente.

Já no questionamento 13, os docentes foram indagados se eram capazes de compreender bem os pontos fortes e fracos dos estudantes por meio da escala proposta anteriormente, conforme figura 14:

**Figura 14 –** *Print* das respostas da pergunta 13 do questionário sobre pontos fortes e fracos




**Fonte:** Dados de pesquisa (2021).

Interessante entender que, majoritariamente, os professores se colocaram como quem conseguem compreender bem os pontos fortes e os fracos dos estudantes. Sendo que 41,7% concordaram totalmente com a assertiva e 54,2% concordaram em parte. Uma porcentagem pequena disse discordar em parte. Foi relevante destacar que quando se pensa numa proposta de curso, é justamente a esse público, principalmente, que se pensa como alvo para o desenvolvimento pleno de habilidades socioemocionais, pelas vias da Inteligência Emocional.

Na assertiva 14, os docentes foram questionados se conseguiam gerenciar os sentimentos dos estudantes e dar “uma resposta” de maneira apropriada a eles através da escala já conhecida, conforme figura 15:

**Figura 15 –** *Print* das respostas da pergunta 14 do questionário sobre gerenciamento de sentimentos

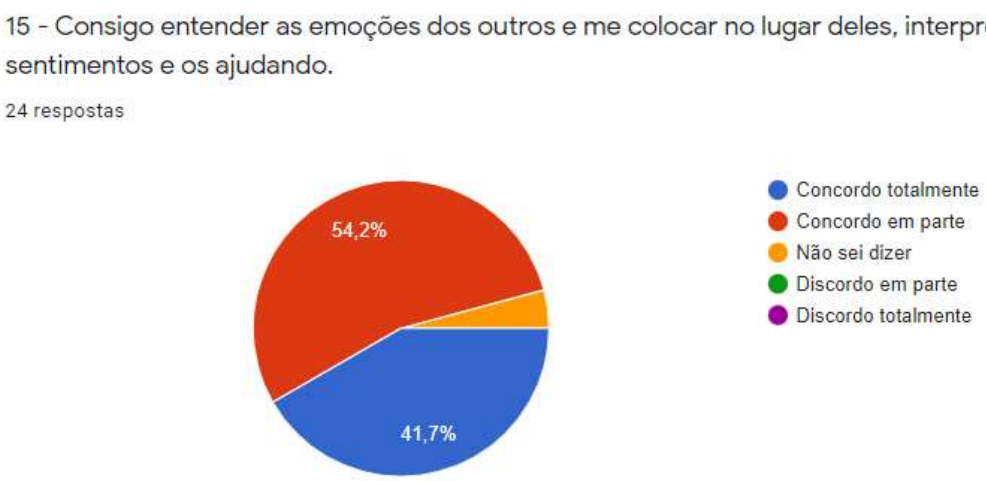



**Fonte:** Dados de pesquisa (2021).

Nesse ponto, metade dos respondentes, com o percentual de 50%, concordaram em parte com a ideia de conseguir gerenciar os sentimentos e dar uma resposta de maneira apropriada em qualquer situação. Um pouco menos, com o percentual de 29,2%, concordou totalmente. Outra parte não sabia dizer (12,5%) e, menos ainda discordou em parte (8,3%).

A assertiva 15, conta com o caráter empático do respondente, avaliando se esse consegueria entender as emoções dos outros e se colocar em seu lugar, interpretando os sentimentos e os ajudando. A escala utilizada foi a mesma, conforme apresentado na figura 16:

**Figura 16 –** *Print* das respostas da pergunta 15 do questionário sobre alteridade

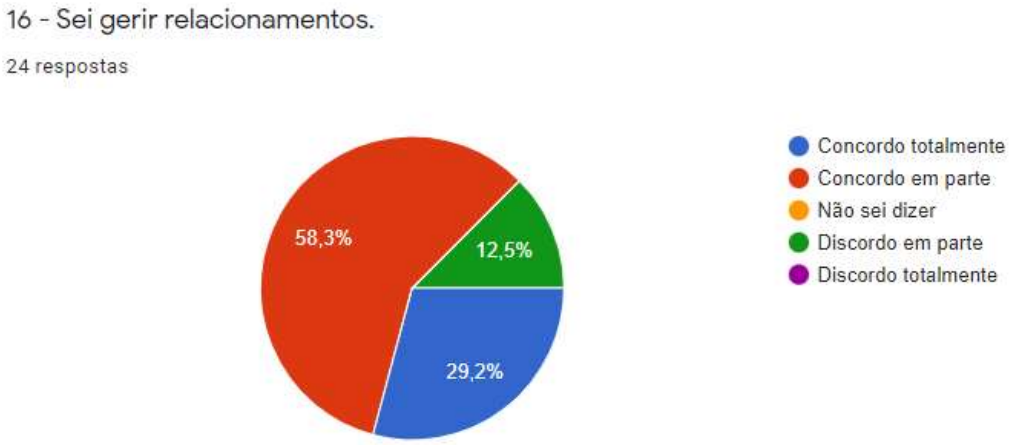



**Fonte:** Dados de pesquisa (2021).

Nessa assertiva, houve uma grande proximidade entre os que concordaram totalmente (41,7%) e os que concordaram em parte (54,2%), não havendo nenhum tipo de discordância. Somente um pequeno percentual não soube dizer. De certa maneira, as respostas apontaram para a percepção de que os entrevistados teriam a capacidade de alteridade, o que seria potencialmente positivo para a atuação docente frente aos estudanes.

Entendendo a assertiva 16 como aquela que tratou da capacidade do entrevistado de gerir relacionamentos, foi usada a mesma escala para apurar os resultados, conforme mostra a figura 17:

**Figura 17 –** *Print* das respostas da pergunta 16 do questionário sobre gestão de relacionamentos




**Fonte:** Dados de pesquisa (2021).

Um pouco mais da metade dos respondentes assinalou concordar em parte com a ideia e saber gerir relacionamentos, com o percentual de 58,3%. Já 29,2% concordou totalmente. Foi interessante observar que ninguém assinalou que não soube dizer, assim como discordar totalmente, mas uma parcela apontou discordar em parte, com o percentual de 12,5%. Os últimos, poderiam ser um possível público-alvo para a proposta do curso estabelecida nesse trabalho.

A última assertiva, de número 17, tratou da compreensão dos respondentes sobre o funcionamento de cada pessoa. A escala utilizada foi a mesma, conforme apresentado na figura 18 abaixo:

**Figura 18 –** *Print* das respostas da pergunta 17 do questionário sobre como cada pessoa funciona




**Fonte:** Dados de pesquisa (2021).

Nessa pergunta, majoritariamente, 75% dos respondentes concordaram em parte com a percepção de compreender como cada pessoa funciona. No mesmo sentido, 8,3% concordou totalmente. Foi possível concluir, que os professores, de uma forma geral, concordaram com a assertiva.

## 3.4 Justificativa do curso

O curso cuja temática é “Educação Emocional no Ensino Superior: Formando Professores”, surgiu após a percepção do autor de lacunas e dificuldades de cunho emocional dos professores do Ensino Superior na relação com seus alunos e suas respectivas dificuldades.

Atuando no Serviço de Atendimento Psicopedagógico ao Aluno e Professor (SOAp), de uma IES, o autor identificou que parte das questões apresentadas pelos estudantes não eram apenas acadêmicas, existiam fragilidades e deficiências emocionais, pessoais e coletivas no manejo estudantil, as quais alguns docentes não conseguiam atuar pelo fato de estarem na mesma esfera.

Sobre as questões emocionais, Goleman (2009) partilha sua opinião com Martin & Boeck (1999), ao afirmarem que “sentir e pensar são coisas, portanto, que estão interligadas. As nossas emoções determinam até que ponto podemos tirar

partido do nosso potencial mental". Por mais difícil que seja para muitos a compreensão dessa afirmação, observa-se constantemente alunos e docentes que demonstram capacidade intelectual abaixo do esperado quando estão em situações de conflitos pessoais, sendo assim, torna-se essencial a inserção, em seus planejamentos, de metodologias que articulem os conteúdos com a educação emocional.

Ainda nessa vivência no SOAp, o autor do trabalho vivenciou diversos momentos constrangedores na realização de atendimento com docentes após reclamações de alunos, devido o baixo rendimento da turma, reclamações metodológicas, avaliações de desempenho baixa, dentre outras. Os encontros eram muito difíceis, pois os docentes não aceitavam reclamações sobre as suas condutas em sala, não compreendiam a importância de relações emocionais assertivas para o sucesso do aprendizado e sempre alegavam que pelas suas titulações de mestres e doutores, não deveriam viver aquele momento.

Embora historicamente se pensasse que as emoções interferiam de forma negativa com o processo cognitivo, reconhece-se agora que, quando geridas adequadamente, as emoções podem fornecer informações essenciais na resolução de problemas. Nessa perspectiva, o uso inteligente das emoções é considerado um aspecto fundamental na adaptação psicológica (Hansen; Stough, 2009). Ou seja, se não há compreensão de suas limitações, autopercepção e autorregulação não há mudança em todo o processo.

Parte dos alunos buscavam esse atendimento psicopedagógico, mas o autor logo no primeiro encontro identificava que o principal problema antecedia à dificuldade acadêmica, estava lincado às suas emoções, ausência de empatia, autoconhecimento, equilíbrio, resiliência, relações saudáveis e harmoniosas. Esse quadro justificava a importância de uma equipe docente emocionalmente preparada e sensível às dificuldades emocionais dos seus alunos, visando atuar não apenas como meros transmissores dos seus conteúdos específicos inerentes a sua disciplina, mas também em uma visão atual e holística na relação com seus respectivos alunos. Era necessário prepará-los para o presente mercado de trabalho e até mesmo para a vida, habilidades sociais, vivência em grupo, cooperação, interação e colaboração. Essas são habilidades importantes e necessárias para o mundo profissional.

Conforme alegado por Furnham (2009, p. 152), “somos pessoas do coração e da cabeça, afecto e cognição, emoções e ideias. Os dois interagem intimamente”. Torna-se claro que a interação satisfatória da cognição com a emoção favorece o equilíbrio e consequentemente o melhor desempenho do indivído. A interação do pensar, sentir e aplicar é o esperado para situações positivas e assertivas na vida.

Em face ao exposto e a fim de contribuir na formação emocional dos docentes, o curso tem como objetivo geral sensibilizar os participantes na compreensão de como a Inteligência Emocional pode favorecer a aprendizagem dos alunos, demonstrando a Educação Emocional como um importante caminho de formação, assimilação e acomodação satisfatória para todos os estudantes do Ensino Superior. Por fim, valorizar os aspectos emocionais dos alunos, exercendo um papel ativo e amplo, proporcionando um ambiente significativo para que ocorra a aprendizagem.

## 3.5 Construção da Sequência Didática

Neste subcapítulo, descreve-se como ocorreu a construção da SD (vide Apêndice 1 com a SD completa), etapa do curso proposto.

O intuito é estabelecer uma SD bem estruturada, conforme afirma Araújo (2013). Assim, todos os encontros são organizados no período de 1h50min, a saber: Dia 1, Dia 2, Dia 3 e Dia 4. Importante notar que, um dia está conectado ao outro, fazendo com que os docentes evoluam na estruturação do conhecimento, ao longo do desenrolar dos dias, até a chegada da conclusão do portfólio como proposto na SD.

### 3.5.1 Dia 1

Como objetivo geral desse primeiro dia, busca-se compreender a evolução do conceito de Inteligência ao longo dos anos. Como objetivos específicos, explorar a concepção prévia do grupo sobre a evolução do conceito de Inteligência; apresentar um novo olhar para as Inteligências através de vídeos atuais; e introduzir a estratégia de portfólio para um melhor aproveitamento da formação. A temática proposta gira em torno do conceito sobre Inteligência e sua evolução. Os recursos didáticos utilizados são o computador, celulares, TV e internet.

No campo pedagógico, fundamenta-se esse dia de acordo com a perspectiva de Moreira (2011) ao tratar da aprendizagem realmente significativa, afirmando que deve-se “criar/propor situação(ções) – discussão, questionário, mapa conceitual, mapa mental, situação-problema, etc. – que leve(m) o aluno a externalizar seu conhecimento prévio” (MOREIRA, p. 3, 2011).

Em relação a estratégia de elaboração de portfólio, afirma Torres (2007) que esse faz com que o trabalho seja observado de maneira processual e permite a “organização do próprio aluno a partir de suas experiências e suas reflexões ao longo do processo de aprendizagem” (TORRES, p.43, 2007). Corroborando a ideia de construção, Vygotsky, Luria e Leontiev (1988) consideram que o indivíduo constrói pessoalmente os seus conhecimentos nas interações com outros atores sociais e a partir das interações com os signos e instrumentos presentes na sociedade.

Já no campo tecnológico, Leite (2018) afirma que as TDICs servem para oportunizar um momento online com que gere interação, motivação e dinamismo, potencializando a participação do aluno enquanto protagonista do processo de ensino aprendizagem e não apenas um ouvinte como nas metodologias tradicionais de ensino.

Assim, Prensky (2001) aponta a necessidade de os professores buscarem estratégias e ferramentas nas tecnologias digitais como pontes entre o que se deseja ensinar e o sujeito que aprende. Dessa forma, nesse dia, a plataforma do Youtube é sugerida, tornando o ambiente de aprendizagem significativo, na medida em que “fornece o contexto ou um ponto de partida para uma aprendizagem organizada à volta da solução de problemas autênticos, envolvendo a colaboração, discussão, defesa de ideias e construção de consensos (...)” (BASTOS, p. 40, 2011).

Na primeira etapa do dia, como atividade inicial, é apresentada as razões que corroboraram para a elaboração do curso, de forma breve. Diversos questionamentos são levantados e o formador conduz o debate problematizando as questões a partir das respostas dos participantes. Na segunda etapa, o aplicador cria uma apresentação na plataforma on-line *Mentimeter* com o questionamento que serão respondidos por meio de celulares para a elaboração de uma nuvem de palavras. De acordo com o site Techtudo (2020), a plataforma online Mentimeter é utilizada para a criação e compartilhamento de apresentações de slides com interatividade. Possui serviços gratuitos e pagos, possibilitando que profissionais de diferentes áreas como professores criem suas

apresentações, como é o caso de nuvem de palavras e questionários que podem ser compartilhados via Internet facilmente.

Na próxima etapa, o formador promove um debate sobre os tópicos com os participantes. Em seguida, apresenta um vídeo que versa sobre a evolução da Inteligência, e contribui para a compreensão sobre a temática das Múltiplas Inteligências. A avaliação desse primeiro encontro, assim como os demais, gira em torno da construção de um portfólio expondo as percepções a respeito do conteúdo apresentado. O formador explica a importância da construção do portfólio e suas contribuições para o registro e acomodação dos conteúdos.

### 3.5.2 Dia 2

A temática proposta no segundo dia gira em torno das dimensões da Inteligência Emocional. Os recursos didáticos utilizados são o computador, internet e folha com quadro com os aspectos da Inteligência Emocional. Como objetivo geral, busca-se compreender que a Inteligência Emocional amplia a própria definição da Inteligência, relacionando-a com as habilidades de convívio social necessárias para o equilíbrio da vida humana. Como objetivos específicos, sensibilizar a busca pelo desenvolvimento de um conjunto de habilidades que capacitam os indivíduos para o convívio com outras pessoas e são requeridas no ambiente de estudo e/ou de trabalho; conhecer as emoções que as pessoas costumam manifestar, para que possam ser canalizadas para comportamentos mais adequados e bem vistos socialmente; continuar com a estratégia de portfólio para um melhor aproveitamento da formação.

No tocante a fundamentação pedagógica, pontua-se a respeito dos aspectos neurais da percepção, Goleman (2011a, p. 46) compara a um “rastilho de neurônios” a percepção inicial que temos sobre algo e que faz a nossa amígdala cerebral funcionar, como um caminho de pólvora que, ao queimar, alerta nosso sistema nervoso sobre algo que estamos vivenciando. Para Mayer; Caruso; Salovey (2000), trata-se da habilidade para reconhecer o significado das emoções e suas inter-relações, assim como raciocinar e resolver problemas baseados nelas. A Inteligência Emocional está envolvida na capacidade de perceber emoções, assimilá-las com base nos sentimentos, avaliá-las e gerenciá-la.

Já na fundamentação tecnológica deste encontro, toma-se como base a ideia de a internet oferecer ao estudante da atualidade as mais avançadas ferramentas pedagógicas. Os podcasts, mesmo sendo uma ferramenta recente, oferta a possibilidade de um estudo móvel e autônomo, ultrapassando os muros acadêmicos. Assim, os alunos poderão acessar aos conteúdos quer no seu local de habitação, quer em qualquer outro sítio, ou mesmo quando se deslocam (Edirishingha *et al*., 2007; Salmon, 2007). Os podcasts auxiliam aspectos organizacionais da aprendizagem trazendo a informalidade e o divertimento a uma aprendizagem formal, desenvolvendo a aprendizagem autônoma dos alunos e competências de estudo independentes, permitindo um envolvimento mais aprofundado com o material de aprendizagem e ajudando os alunos a aprender enquanto se movimentam (Edirishingha; Salmon, 2007).

Em virtude disso, a primeira etapa desse dia consiste em apresentar aos participantes o ResumoCast: T2#012 Inteligência Emocional | Daniel Goleman, disponível no *Google Podcasts* e explorar as principais situações do cotidiano, confrontando com os conceitos de Inteligência Emocional a partir das cinco dimensões apresentadas por Goleman (2011). Na etapa seguinte, o aplicador entrega a cada participante uma folha com o quadro com os aspectos da Inteligência Emocional e explica que a atividade visa a autoavaliação e autopercepção sobre as cinco dimensões da Inteligência Emocional e então realiza alguns questionamentos promovendo um debate com os participantes. A última etapa consiste em dar sequência a construção do portfólio, na qual os participantes farão as anotações importantes deste encontro.

### 3.5.3 Dia 3

A temática desse dia aborda as múltiplas contribuições da Inteligência Emocional para a realização acadêmica e profissional. Os recursos didáticos utilizados são o computador, TV, caixa de som, bolas de gás e papéis. O objetivo geral é compreender que ao se apropriar do conhecimento do funcionamento de forma integrada entre corpo e mente, entre intelecto e emoção, é possível trilhar o caminho rumo à felicidade de forma mais facilitada. Assim, cada dimensão que se estuda e que compõe o conceito de Inteligência Emocional aprimorará em alguns dos aspectos

necessários para o bem-viver. Os objetivos específicos são compreender que a busca pela felicidade envolve outras pessoas e que se deve desenvolver a habilidade em perceber os sentimentos alheios e a implicação para as emoções do outro; assimilar de uma forma satisfatória as múltiplas contribuições que a Inteligência Emocional produz para a felicidade; permanecer com a estratégia de portfólio.

A fundamentação pedagógica, versa sobre as habilidades sociais que se relacionam diretamente com a percepção das emoções alheias, contribuindo para que as nossas relações de convívio social se estabeleçam de forma positiva para todos os envolvidos. Ao abordar a importância dos relacionamentos para a Inteligência Emocional, Goleman (2011a, p. 121) comenta ainda que "[...] os estados de espírito positivos, enquanto duram, aumentam a capacidade de pensar com flexibilidade e mais complexidade, tornando assim mais fácil encontrar soluções para os problemas, intelectuais ou interpessoais". Assim, habilidades sociais também envolvem aspectos como sorrir, brincar, ouvir músicas, jogar e interagir com os demais.

Já a fundamentação tecnológica traz o *Prezi*, que de acordo com o site Mundo Nativo Digital (2022), é possível criar apresentações de impacto através do conceito de apresentações de zoom. Ele utiliza o mesmo conceito do *Google Maps* para ampliar e reduzir textos e imagens de uma forma que causa alto impacto em quem está assistindo.

No primeiro momento desse dia, os participantes serão sensibilizados por meio de uma dinâmica e escrevem no papel fornecido o que significa felicidade para eles. Em seguida, o formador explana brevemente, através do *Prezi*, conceitos sobre a Felicidade e promove um debate com os participantes expondo suas percepções. Posteriormente, entrega a cada participante uma folha para que conste as múltiplas contribuições que a Inteligência Emocional produz para a sua felicidade como forma de autoavaliação e autopercepção. E por fim, dão sequência a construção do portfólio.

### 3.5.4 Dia 4

O objetivo geral proposto nesse dia é compreender o desenvolvimento do bem-estar psicológico, concentrando tanto nos aspectos pessoais, subjetivos e particulares quanto nos aspectos que dizem respeito à convivência com os outros. Os objetivos específicos são gerenciar, despertar e viver as mais diversas emoções, bem como

perceber aquilo que o outro está sentindo; apresentar um novo olhar para as Inteligências através de vídeos atuais; e finalizar o portfólio proposto. A temática do encontro aborda a contribuição direta da Inteligência Emocional para o bem-estar psicológico das pessoas. Os recursos didáticos utilizados são o computador, TV, internet e folha com quadro com estratégias a serem implantadas.

A fundamentação tecnológica, versa sobre a utilização do *Google Charts* que de acordo com o site Via Carreira (2020), é uma ferramenta que permite a criação de gráficos utilizando a linguagem JavaScript, de modo gratuito, integrando dados presentes no *Google Drive*, assim como utiliza a tecnologia HTML5. Ainda, visando o caráter motivacional do alunado, abordando as ideias de Bordenave e Pereira (2002) ao afirmar que de único detentor de conhecimento, que vai transmiti-lo para o aluno, o professor torna-se um estimulador ou incentivador no departamento da curiosidade da busca do aluno, na busca da construção de seu próprio saber, para a seguir, coordenar e transformar esse saber em prática, com ética; e que estas tecnologias sejam ferramentas que favoreçam nossa transformação em pessoas ativas, permitindo-nos evoluir plenamente entre todos os conceitos modernos com essas tecnologias de apoio (BORDENAVE e PEREIRA, 2002, p. 32).

Já a fundamentação pedagógica, traz Goleman, Boyatzis e McKee (2018, p. 14) associando a Inteligência Emocional com a liderança organizacional, considerando-a primordial para o sucesso dos gestores. A compreensão do poderoso papel das emoções no ambiente de trabalho distingue os bons líderes dos demais - não só em aspectos tangíveis, como melhores resultados empresariais e retenção de talentos, mas também nos importantíssimos aspectos intangíveis, como moral mais elevado, motivação e dedicação.

O formador abre o último encontro apresentando os dados coletados na pesquisa realizada com professores de Ensino Superior de várias IES. Através de gráficos, exibidos no *Google Charts*, explica seus resultados e a proposta do dia, ou seja, conhecer melhor as principais doenças psicossomáticas presentes na vida das pessoas. Em seguida, apresenta um vídeo, através do computador, projetado pela TV, retirado do Youtube narrando as principais doenças psicossomáticas presentes na vida das pessoas. Após o vídeo, os participantes são direcionados para um debate, expondo suas percepções a respeito do conteúdo apresentado, considerando um trecho fornecido pelo aplicador. Após o acesso às informações das doenças

psicossomáticas mais comuns na vida das pessoas, o formador entrega a cada participante uma folha com um quadro para preencherem em relação as metodologias adotadas em sala mediante as questões dos alunos. O objetivo é criar diferentes e novas estratégias a serem implantadas após a vivência nesse curso. O portfólio é finalizado e o formador colherá *feedback* dos participantes em relação a construção do mesmo e suas contribuições a respeito das vivências nesse curso remetendo ao portfólio e a construção de seus conceitos.

## 3.6 Aplicação da Sequência Didática

A proposta inicial era a aplicablidade do curso com os docentes do Centro Universitário Signorelli, localizado na Rua Araguaia, 3, Freguesia, Jacarepagua, Rio de Janeiro.

Devido ao atual momento pandêmico, anunciado em março de 2020, e com todas as dificuldades relacionadas ao trabalho remoto, isolamento social, novas e diferentes atribuições aos docentes, não foi possível aplicar o curso.

Mesmo com a inviabilidade de aplicação, tratou-se de um protótipo, com uma proposta pensada a partir de uma construção teórica e com informações coletadas por meio do questionário disponibilizado para os docentes que lecionam no Ensino Superior.

O protótipo tem como sua função inicial, segundo Moore (2007), a implantação das disciplinas on-line, contudo, tem como foco apresentar as estruturas modulares constituídas por ferramentas de um ambiente virtual de aprendizagem. Contém funcionalidades que apresentam regularidade e desempenham um papel pedagógico na aprendizagem mediada por tecnologia.

A SD apresentada tem previsão de ser implementada no retorno às aulas presencias, no próximo PAC (Programa de Atualização Continuada), na primeira semana de fevereiro de 2022, com os docentes que lecionam no Ensino Superior dessa instituição, e posteriormente lançada na plataforma da própria IES, possibilitando que qualquer docente interessado e capacitado possa aplicar o curso.

No apêndice 2, segue a carta do Professor Doutor e Reitor da UniSIGNORELLI, Hércules Pereira, ressaltando a aplicação do curso, através da SD e reforçando que essa contrubui na formação de seus docentes e enaltece o PAC, realizado pela IES.

# 4 CONCLUSÃO

Viver em sociedade é característica de muitos seres vivos que passam praticamente toda sua existência interagindo com outros de sua espécie, dentro de grupos. Para essas espécies, interagir em sociedade é uma forma de se constituir como ser vivo. Os seres humanos, assim como muitos outros mamíferos, têm hábitos sociais. Interagir socialmente significa comunicar-se com o outro, compreender, colocar-se no lugar do outro e aceitar as regras da sociedade em que vive.

A capacidade humana de socializar antecede o próprio desenvolvimento da linguagem. Hoje, somos frutos de milhões de anos de evolução, que conduziram os seres humanos a viver em sociedades organizadas, incomparavelmente mais complexas do que as estruturas no reino animal. Interagir socialmente está ligado também às emoções. Emoções são reações a estímulos externos e estão relacionadas com a subjetividade de cada indivíduo. Ao interagir com o outro, os seres humanos não se limitam à troca de informações. Também trocam afetos. Assim, a interação com o outro se constitui de elementos sociais e afetivos.

Vive-se hoje em dia numa corrida desenfreada contra o tempo, buscando satisfazer necessidades que se confundem com a própria realização e a felicidade. Expostos aos conflitos que decorrem da configuração do tempo atual — sobretudo estimulados pela lógica do consumo, da competição, da concorrência, do empresariamento de si e do individualismo —, muitas vezes perde-se o controle dos sentimentos e emoções, tendo atitudes que se distanciam cada vez mais de uma condição de equilíbrio físico e emocional.

Além disso, vive-se o período da informação em um mundo globalizado, cuja matéria-prima da revolução tecnológica e da organização da economia é a sociedade da informação e a busca frenética das novas tecnologias para o conhecimento. O acesso ao mundo e as suas tradições culturais, acontece com muito mais eficácia e rapidez que ontem. Com a explosão da computação e, consequentemente da internet, passou-se a considerar que disponibilizar informação em uma página da Internet seria um processo educativo e até mesmo cultural. Essas tecnologias sempre estiveram presentes na sociedade e, de certa forma, influenciam na percepção e conceitualização do mundo. É imprescindível orientar aos docentes para o uso das

novas TDICs, como prática metodológica, tanto no seu desenvolvimento contínuo, quanto na sua prática em sala de aula.

Assim, toda formação deve aprofundar os conteúdos apresentados em um eventual treinamento, transformando-o, verdadeiramente, em uma formação plena. É esse processo que trará o aporte indispensável de um conhecimento que se faz pelo viés da crítica. Reconstruir a função da universidade e do professor, inserindo-o no contexto das TDICs significa oportunizar-lhe, além do acesso às tecnologias, condições de compreender suas características e potencialidades, tendo claro que compreender significa mais do que ser capaz de fazer funcionar, significa inseri-las no contexto do mundo contemporâneo, penetrar nessa nova linguagem, nessa nova lógica, nesse novo modo de ser, pensar e agir. É necessário envolver ativamente os professores no processo de reflexão de sua própria prática, descrevendo, problematizando e elaborando propostas para sua reestruturação.

Quando se pensa na incorporação dos recursos informatizados ao processo de ensino e aprendizagem, sobretudo no que diz respeito à formação dos professores, deve-se expressar não somente a capacitação técnica, mas principalmente a construção do conhecimento por parte deles. A formação deve ter como objetivo uma busca que ultrapassa o simples domínio dos processos e dos instrumentos colocados à disposição do professor.

Justamente por isso, o curso proposto nesta dissertação alia as TDICs aos processos educacionais, uma vez que a tecnologia deve aparecer como um aliado na função do professor e não como uma sobrecarga, mas principalmente como um elemento formador da cidadania, de uma consciência social e, como foco deste trabalho, a aplicabilidade da Inteligência Emocional.

A contemporaneidade exige uma atitude diferenciada da que cotidianamente é assumida nas vidas das pessoas, pois significa compreender os detalhes, buscar as entrelinhas, as conexões e as desconexões do tempo em relação tanto ao passado quanto ao futuro. Em suma, exige cada vez mais a gestão adequada das emoções.

Com isso, esta pesquisa cumpre um importante papel aos estudantes de graduação, aos profissionais da educação e a todo público interessado, uma vez que estabelece um impacto pedagógico e científico na área dos estudos da Educação ao associar teoria e prática para o desenvolvimento da Inteligência Emocional.

## REFERÊNCIAS


ABREU, C. N. de. **Psicologia do cotidiano**: como vivemos, pensamos e nos relacionamos hoje. Porto Alegre: Artmed, 2016.

APPOLINÁRIO, F. **Dicionário de metodologia científica**. 2ª ed. São Paulo: Atlas, 2011.

ARAÚJO, D.L. O que é (e como faz) sequência didática? **Entrepalavras.** Fortaleza, v.3, n.1, p. 322-334, 2013.

ARAÚJO, M. S. Ensino-aprendizagem com tecnologias digitais na formação inicial de professores de inglês. **Trabalhos em Linguística Aplicada**, v. 57, n. 3, p. 1590–1614, 2018. Disponível em: http://www.scielo.br/pdf/tla/v57n3/0103-1813-tla-57-03-1590. pdf. Acesso em: 17 set. 2021.

ASSMANN, H. A. A metamorfose do aprender na sociedade da informação. In: **Revista Ciência da Informação**, Brasília, v.29, n.2, p.7-15, 2000. Em: http://www.ibict.br/cionline/290200/29020002.htm. Acesso em: 13 jun 2021.

AUSUBEL, D.P. **The psychology of meaningful verbal learning.** New York: Grune & Stratton, 1963.

BACICH, L.; MORAN, J. **Metodologias ativas para uma educação inovadora: uma abordagem teórico-prática**. Porto Alegre: Penso Editora, 2018.

BASTOS, M. da A. A. O YouTube e o pensamento de ordem superior em inglês (LE): um estudo com alunos do ensino secundário. Braga: Universidade do Minho, 2011. Disponível em: <http://repositorium.sdum.uminho.pt/bitstream/1822/ 17822/1/Maria%20da%20Ascens%C 3%A3o%20Afonso%20Bastos.pdf>. Acesso em: 27.abr.2022.

BEE, H.; BOYD, D. **A criança em desenvolvimento**.12ª ed. Porto Alegre: Artmed, 2011.

BORDENAVE, J.; PEREIRA, A. M. **Estratégias de ensino-aprendizagem**. 24ª ed. Petrópolis: Vozes, 2002.

CORREA, H. T.; DIAS, D. R. Multiletramentos e usos das tecnologias digitais da informação e comunicação com alunos de cursos técnicos. **Trabalhos em Linguística Aplicada**, v. 55, n. 2, p. 241–262, 2016. Disponível em: http://www.scielo.br/pdf/tla/v55n2/0103-1813- tla-55-02-00241.pdf. Acesso em: 17 set. 2021.

CRESWELL, J. W. **Projeto de pesquisa**: métodos qualitativo, quantitativo e misto. 3ª ed. Porto Alegre: Artmed, 2010.

DE SORDI, M. R. L. Avaliação da aprendizagem universitária em tempos de mudanças: a inovação ao alcance do educador comprometido. In: I. P. A. Veiga & M.

E. L. M. Castanho (orgs) **Pedagogia Universitária: a aula em foco.** Campinas: Papirus, 2000.

DOLZ J.; NOVERRAZ, M.; SCHNEUWLY, B. Sequências didáticas para o oral e escrita: apresentação de um procedimento. In: **Gêneros orais e escritos na escola.** Trad. e (Org.). de Roxane Rojo e Glaís Sales Cordeiro. São Paulo: Mercado de Letras, p. 95-128, 2004.

EDIRISHINGHA, P.; SALMON, G. Pedagogical Models for Podcasts in Higher Education. LRA/BDRA – Conference pre-print copy. EDIRISINGHA, P.; SALMON, G.; FOTHERGILL, J. Profcasting - a pilot study and guidelines for integrating podcasts in a blended learning environment. LRA/BDRA demonstration file – Pre-publication version. University of Leicester, UK, pp. 1-6, 2007. Disponível em: http://www2.le.ac.uk/projects/impala/presentations/Berlin/Pilot%20study/view

FREIXO, M. **Metodologia Científca – Fundamentos, Métodos e Técnicas**. Lisboa: Instituto Piaget, 2011.

FURNHAM, A. The Importance and Training of Emotional Intelligence at Work. Em C. Stough, D. H. Saklofske & J. D. A. Parker (Eds). **Assessing Emotional Intelligence: Theory, Research, and Applications**. New York: Springer, 2009.

GAGNE, R. M. (ed.). **Instructional technology**: foudations. New York: Routledge, 2013.

GARDNER, H. **Educación Artística y Desarrolo Humano.** Barcelona: Paidós, 1994.

_____. **Inteligências múltiplas**: a teoria na prática. Porto Alegre: Artes Médicas,1995.

GERHARDT, T. E.; SILVEIRA, D. T. **Métodos de pesquisa**. Porto Alegre: UFRGS, 2009.

GIL, A. C. **Métodos e técnicas de pesquisa social**. 6ª ed. São Paulo: Atlas, 2012.

GIOIA, R. M. (Coord). **Decisões de marketing**: os 4 Ps. São Paulo: Saraiva, 2006.

GOLEMAN, D.; BOYATZIS, R.; McKEE, A. **O poder da inteligência emocional**: como liderar com sensibilidade e eficiência. Rio de Janeiro: Objetiva, 2018.

GOLEMAN, D. **Inteligência emocional**.13ª ed. Lisboa: Temas e debates, 2009.

_____. **Inteligência emocional**. Rio de Janeiro: Objetiva, 2011a.

_____. **Trabalhando com a inteligência emocional**. Rio de Janeiro: Objetiva, 2011b.

HANSEN, K., J.; STOUGH, C. Emotional Intelligence and Clinical Disordens. Em C. Stough, D. H. Saklofske & J. D. A. Parker (eds). **Assessing Emotional Intelligence: Theory, Research, and Applications**. New York: Springer, 2009.

HAYNE, L. A.; WYSE, A. T. de S. Análise da evolução da tecnologia: uma contribuição para o ensino da ciência e tecnologia. **Revista Brasileira de Ensino de Ciência e Tecnologia**, v. 11, nº 3, p. 37–64, 2018.

HERNÁNDEZ, F. **Cultura visual. mudança educativa e projeto de trabalho.** Porto Alegre: Artmed, 2000.

HERNÁNDEZ S. R.; FERNÁNDEZ COLLADO, C.; BAPTISTA LUCIO, M. del P. **Metodologia de pesquisa**. 5ª ed. Porto Alegre: Penso, 2013.

JENKINS, Henry. **Cultura da Convergência**. 2 ed. São Paulo: Aleph, 2009.

KAUARK, F; MANHÃES, F.C.; SOUZA, C.H.M. **Metodologia da Pesquisa: guia prático**. Itabuna: Via Litterarum, 2010.

LEITE, B. Aprendizagem tecnológica ativa. **Revista internacional de educação superior**, v. 4, n. 3, p. 580-609, 2018.

MACHADO, W. de L.; BANDEIRA, D. R. Bem-estar psicológico: definição, avaliação e principais correlatos. **Estudos de Psicologia** (Campinas), v. 29, n. 4, p. 587–595, 2012. Disponível em: https://doi.org/10.1590/S0103-166X2012000400013. Acesso em: 28 fev. 2021.

MARTIN, D.; BOECK, K. **QE: O que é a inteligência emocional**. 2ª ed. Lisboa: Editora Pergaminho, 1999.

MAYER, J. D.; CARUSO, D. R.; SALOVEY, P. Emotional Intelligence meets traditional standards for an intelligence. **Intelligence**, v. 27, n. 4, p. 267–298, 2000. Disponível em: http://www.gruberpeplab.com/teaching/psych131_fall2013/documents/13.1_Mayer_2000_EmotionIntelligenceMeetsStandardsForTraditionalIntelligence.pdf. Acesso em: 14 jan. 2021.

MINAYO, M. C. de S. (org.). Pesquisa Social. **Teoria, método e criatividade.** 18ª ed. Petrópolis: Vozes, 2001.

MOORE, M.; KEARSLEY, G. **Educação a distância uma visão integrada**. São Paulo: Thomson Learning, 2007.

MOREIRA, M.A. **Teorias de Aprendizagem.** São Paulo: EPU, 1999.

_____. Unidades de Ensino Potencialmente Significativas - UEPS. 2011. Disponível em: <https://www.if.ufrgs.br/~moreira/UEPSport.pdf>. Acesso em: 27.nov.2021.

MUNDO NATIVO DIGITAL. Prezi. Disponível em: < https://mundonativodigital.com/2015/06/26/cansado-do-powerpoint-veja-06-alternativas-que-farao-de-suas-apresentacoes-um-grande-sucesso/ > Acesso em: 27.abr. 2022.

NASCIMENTO, E. L. Gêneros da atividade, gêneros textuais: repensando a interação em sala de aula. In: _____. **Gêneros textuais: da didática das línguas aos objetos de ensino.** São Carlos: Editora Claraluz, p. 51-90, 2009.

PAPALIA, D. E.; FELDMAN, R. D. **Desenvolvimento humano**. 12ª ed. Porto Alegre: Artmed, 2013.

PRENSKY, M.: Digital Natives Digital Immigrants. In: PRENSKY, Marc. **On the Horizon.** NCB University Press, Vol. 9 No. 5, October (2001a). Disponível em: < https://www.marcprensky.com/writing/Prensky%20-%20Digital%20Natives,%20Digital%20Immigrants%20-%20Part1.pdf>. Accesso em: 27.abr.2022.

REIS, F. **Como elaborar uma dissertação de mestrado**. Lisboa: Pactor, 2010.

SÁ-CHAVES, I. **Portfólios Reflexivos: estratégia de formação e de supervisão.** Aveiro: Universidade, 2000.

SALOVEY, P.; MAYER, J.D. Emotional intelligence. **Imagination, Cognition and Personality**, v. 9, p. 185–211, 1990.

SANTOS, P. K.; SANTOS, E. R.; OLIVEIRA, H. B. **Educação e tecnologias**. Porto Alegre: SAGAH, 2017.

SELDIN, P., COLS. O Portfólio de ensino. In: E. C. B Souza **Avaliação de Docentes e de Ensino. Leituras complementares.** Brasília: UnB. v. 5. 1998.

SHORES, E., GRACE, C. **Manual de Portfólio: Um guia passo a passo para o professor.** Porto Alegre: Artmed, 2001.

SOUZA, J.L.A.; ARAÚJO, D.C; PAULA, F.A.; Mídia social Whatsapp: uma análise entre as interações sociais. In: **Alterjor: Jornalismo Popular e Alternativo** (ECA-USP) Ano 06 – Volume 01 - 11ª ed, 2015. Disponível em: http://www.revistas.usp.br/alterjor/article/view/aj11-a05. Acesso em: 07 jan.2021.

TECHTUDO. Plataforma online Metimeter. Disponível em: <https://www.techtudo.com.br/listas/2020/09/o-que-e-mentimeter-veja-como-funciona-e-como-criar-apresentacoes.ghtml> Acesso em: 27.abr.2022.

TORRES, S. C. G. *et al*. **Portfólio como instrumento de aprendizagem e suas implicações para a prática pedagógica reflexiva.** 2007.

VIA CARREIRA. Google Charts. Disponível em: < https://viacarreira.com/montar-graficos-e-infograficos-online/ > Acesso em: 27. abr. 2022.

VILAS BOAS, B. M. F. O projeto Político-Pedagógico e a Avaliação. In: I. Veiga &, L. Resende (orgs.) **Escola: Espaço do Projeto Político-Pedagógico.** Campinas SP: Papirus, 1998.

VYGOTSKY, L. S.; LURIA, A. R.; LEONTIEV, A. N. **Linguagem, desenvolvimento e aprendizagem.** Editora: Ícone. 1988.

ZABALA, A. **A prática educativa: como ensinar.** Porto Alegre: Artmed, 1998.

## APÊNDICE 1 – Sequência didática

### DIA 1

| | |
|---|---|
| **Instituição:** CENTRO UNIVERSITÁRIO SIGNOREELI | **Duração:** 1 dia de 1 hora e 50 minutos |
| **Autor:** Washington Brum | **E-mail:** brumpsicologia@hotmail.com |
| **Temática**: Conceito sobre Inteligência e sua evolução histórica. | |
| **Objetivo Geral:** Compreender a evolução do conceito de Inteligência ao longo dos anos | |
| **Objetivos Específicos**:<br>✓ Explorar a concepção prévia do grupo sobre a evolução do conceito de Inteligência;<br>✓ Apresentar um novo olhar para as Inteligências através de vídeos atuais;<br>✓ Introduzir a estratégia de portfólio para um melhor aproveitamento da formação. | |
| **Recursos:** Computador, celulares, TV e internet. | |

| | |
|---|---|
| **1ª Etapa**<br>20min | **Apresentação da proposta e conversa informal**<br><br>**1º momento**<br>• Apresentar as razões que corroboraram para a elaboração do curso, de forma breve, relatando a dissertação de mestrado.<br>**2º momento**<br>• Levantar os seguintes questionamentos:<br>- Vocês já vivenciaram situações em que houve declínio significativo no desempenho de algum estudante após vivenciarem problemas familiares, sociais ou econômicos?<br>- É possível mitigar os impactos de fatores externos no desempenho dos estudantes?<br>• Durante a interação, o formador deverá conduzir o debate problematizando as questões a partir das respostas dos participantes. |
| **2ª Etapa**<br>20min | **Nuvem de palavras**<br>O formador criará uma apresentação na plataforma on-line *Mentimeter* com o seguinte questionamento:<br>• O que é Inteligência?<br>• O que é Inteligência Emocional?<br><br>Os participantes encaminharão suas respostas por meio de seus celulares para a plataforma on-line.<br>O computador estará ligado a TV, conectado ao aplicativo e através do celular irão enviar suas concepções prévias sobre o conceito de Inteligência para a elaboração da nuvem de palavras. |

| | |
|---|---|
| **3ª Etapa**<br>20min | **Roda de conversa**<br>Após a formação de palavras/frases ou pequenos textos, o formador promoverá um debate sobre os tópicos com os participantes. O formador solicitará que cada participante comente a sua contribuição. Conversarão sobre a evolução histórica |
| **4ª Etapa**<br>5min | **Vídeo**<br>O formador apresentará um vídeo disponível no link: https://www.youtube.com/watch?v=UQ-a2jC683I<br>O vídeo versa sobre a evolução da Inteligência, e contribuirá para compreensão dos participantes sobre a temática das Múltiplas Inteligências. |
| **5ª Etapa**<br>45min | **Avaliação - Registro do primeiro dia**<br>Após o vídeo, os participantes serão direcionados para a construção de um portfólio expondo suas percepções a respeito do conteúdo apresentado, considerando os seguintes eixos norteadores:<br>• Inteligência Intelectual<br>• Inteligências Múltiplas<br>• Inteligência Emocional<br>O formador explicará a importância da construção de um portfólio e suas contribuições para o registro e acomodação dos conteúdos. |

| **Fundamentação Pedagógica:** | **Fundamentação Tecnológica:** |
|---|---|
| De acordo com Moreira (2011) para que se tenha uma aprendizagem realmente significativa, deve-se "criar/propor situação(ções) – discussão, questionário, mapa conceitual, mapa mental, situação-problema, etc. – que leve(m) o aluno a externalizar seu conhecimento prévio" (MOREIRA, p. 3, 2011).<br><br>Para Torres (2007) o portfólio permite que o trabalho seja observado de maneira processual e permite a "organização do próprio aluno a partir de suas experiências e suas reflexões ao longo do processo de aprendizagem" (TORRES, p.43, 2007).<br><br>Vygotsky; Luria; Leontiev (1988) consideram que o indivíduo constrói pessoalmente os seus conhecimentos nas interações com outros atores sociais e a partir das interações com os signos e instrumentos presentes na sociedade. | As Tecnologias Digitais de Informação e Comunicação servem para oportunizar um momento online com que gere interação, motivação e dinamismo, potencializando a participação do aluno enquanto protagonista do processo de ensino aprendizagem e não apenas um ouvinte como nas metodologias tradicionais de ensino (LEITE, 2018).<br><br>Para Bastos (2011) a plataforma do Youtube torna o ambiente de aprendizagem significativo, na medida em que "fornece o contexto ou um ponto de partida para uma aprendizagem organizada à volta da solução de problemas autênticos, envolvendo a colaboração, discussão, defesa de ideias e construção de consensos (...)".(BASTOS, p. 40, 2011)<br><br>Prensky (2001) aponta a necessidade de os professores buscarem estratégias e ferramentas nas tecnologias digitais como pontes entre o que se deseja ensinar e o sujeito que aprende. Quando se fala a mesma língua, a compreensão se torna mais fácil e o aprendizado se consolidar de forma mais efetiva.<br>De acordo com o site Techtudo (2020), a plataforma online Mentimeter é utilizada para a criação e compartilhamento de apresentações de slides com interatividade. Possui serviços gratuitos e pagos, possibilitando que profissionais de diferentes áreas |

| | |
|---|---|
| | como professores criem suas apresentações, como é o caso de nuvem de palavras e questionários que podem ser compartilhados via Internet facilmente. |
| **Referências Bibliográficas** | BASTOS, M. da A. A. O YouTube e o pensamento de ordem superior em inglês (LE): um estudo com alunos do ensino secundário. Braga: Universidade do Minho, 2011. Disponível em: <http://repositorium.sdum.uminho.pt/bitstream/1822/ 17822/1/Maria%20da%20Ascens%C 3%A3o%20Afonso%20Bastos.pdf>. Acesso em: 27.abr.2022.<br><br>LEITE, B. Aprendizagem tecnológica ativa. Revista internacional de educação superior, v. 4, n. 3, p. 580-609, 2018.<br><br>MOREIRA, M.A. Unidades de Ensino Potencialmente Significativas - UEPS. 2011. Disponível em: <https://www.if.ufrgs.br/~moreira/UEPSport.pdf>. Acesso em: 27.nov.2021.<br><br>PRENSKY, M.: Digital Natives Digital Immigrants. In: PRENSKY, Marc. On the Horizon. NCB University Press, Vol. 9 No. 5, October (2001a). Disponível em: < https://www.marcprensky.com/writing/Prensky%20-%20Digital%20Natives,%20Digital%20Immigrants%20-%20Part1.pdf>. Acesso em: 27.abr.2022.<br><br>TECHTUDO. Plataforma online Metimeter. Disponível em: <https://www.techtudo.com.br/listas/2020/09/o-que-e-mentimeter-veja-como-funciona-e-como-criar-apresentacoes.ghtml> Acesso em: 27.abr.2022.<br><br>TORRES, S. C. G. *et al*. Portfólio como instrumento de aprendizagem e suas implicações para a prática pedagógica reflexiva. 2007.<br><br>VYGOTSKY, L. S.; LURIA, A. R.; LEONTIEV, A. N. Linguagem, desenvolvimento e aprendizagem. Editora: Ícone. 1988. |

## DIA 2

| | |
|---|---|
| **Instituição:** CENTRO UNIVERSITÁRIO SIGNOREELI | **Duração:** 1 dia de 1 hora e 50 minutos |
| **Autor:** Washington Brum | **E-mail:** brumpsicologia@hotmail.com |

**Temática**: As dimensões da Inteligência Emocional

**Objetivo Geral:** Compreender que a Inteligência Emocional amplia a própria definição da Inteligência, relacionando-a com as habilidades de convívio social necessárias para o equilíbrio da vida humana.

**Objetivos Específicos**:

- ✓ Sensibilizar a busca pelo desenvolvimento de um conjunto de habilidades que capacitam os indivíduos para o convívio com outras pessoas e que atualmente são requeridas no ambiente de estudo e/ou de trabalho;
- ✓ Conhecer intimamente as emoções que as pessoas costumam manifestar, para que possam ser canalizadas para comportamentos mais adequados e bem vistos socialmente;
- ✓ Introduzir a estratégia de portfólio para um melhor aproveitamento da formação.

| **Recursos:** Computador, internet e folha com quadro com os aspectos da Inteligência Emocional. |
|---|

| | |
|---|---|
| **1ª Etapa**<br>40<br>min | **Tomada de Consciência**<br>**1º momento**<br>• Apresentar aos participantes o ResumoCast: T2#012 Inteligência Emocional \| Daniel Goleman disponível no Google Podcasts apresentando o link: https://podcasts.google.com/feed/aHR0cHM6Ly93d3cuc3ByZWFrZXIuY29tL3Nob3cvMjg4NTQyOC9lcGlzb2Rlcy9mZWVk/episode/aHR0cHM6Ly9hcGkuc3ByZWFrZXIuY29tL2VwaXNvZGUvMTYyNTY1ODg?ep=14<br>**2º momento**<br>• Após a apresentação do Podcast o formador deverá explorar as principais situações do cotidiano, confrontando com os conceitos de Inteligência Emocional a partir das cinco dimensões apresentadas por Goleman (2011):<br>• Autopercepção,<br>• Autorregulação,<br>• Motivação,<br>• Empatia,<br>• Habilidades sociais**.** |
| **2ª Etapa**<br>40 min | **Atividade prática**<br>O formador entregará a cada participante uma folha com o quadro com os aspectos da Inteligência Emocional (vide exemplo de quadro no final do Dia 2) e explicará que a atividade visa a autoavaliação e autopercepção sobre as cinco dimensões da Inteligência Emocional.<br>Em seguida, serão realizados os seguintes questionamentos:<br>• O que me torna triste?<br>• O que me faz desanimar quando empreendo algo?<br>• O que me motiva?<br>• Quais são as minhas fragilidades emocionais?<br>• O que me “tira do sério”?<br>• O que me faz feliz?<br>O formador discorrerá sobre a importância de se compreender que ao abordar a autopercepção, é preciso entender que a percepção está relacionada diretamente com a capacidade de se ter consciência sobre os próprios sentimentos. Isso exige que o indivíduo se esforce para entender como seu corpo e sua mente funcionam de forma articulada, sendo capaz de responder perguntas simples. Tais questionamentos podem ajudar na busca pelo conhecimento das emoções. |
| **3ª Etapa**<br>10 min | **Roda de conversa**<br>Após o preenchimento do quadro, o formador promoverá um debate com os participantes, considerando os seguintes eixos norteadores:<br>• Como me relaciono com meus alunos em relação as cinco dimensões da Inteligência Emocional?<br>• Tenho contribuído para a formação emocional do meu aluno ou apenas para a formação específica de sua área? |

<table>
<tr><td></td><td>• Sou empático mediante as situações que o meu aluno apresenta?<br><br>De forma espontânea o formador liderará esse momento de reflexão e autoavaliação.</td></tr>
<tr><td>4ª Etapa<br><br>20 min</td><td>Avaliação - Registro do segundo dia<br><br>Dando sequência a construção do portfólio, os participantes farão as anotações importantes do segundo encontro.</td></tr>
<tr><td colspan="2">Fundamentação Pedagógica:<br><br>Ao referir aos aspectos neurais da nossa percepção, Goleman (2011a, p. 46) compara a um “rastilho de neurônios” a percepção inicial que temos sobre algo e que faz a nossa amígdala cerebral funcionar, como um caminho de pólvora que, ao queimar, alerta nosso sistema nervoso sobre algo que estamos vivenciando.<br><br>Para Mayer; Caruso; Salovey (2000), trata-se da habilidade para reconhecer o significado das emoções e suas inter-relações, assim como raciocinar e resolver problemas baseados nelas. A inteligência emocional está envolvida na capacidade de perceber emoções, assimilá-las com base nos sentimentos, avaliá-las e gerenciá-la.<br><br>Fundamentação Tecnológica:<br><br>A Internet oferece ao estudante da atualidade as mais avançadas ferramentas pedagógicas. Os podcasts, mesmo sendo uma ferramenta recente, oferta a possibilidade de um estudo móvel e autônomo, ultrapassando os muros acadêmicos.<br>Com efeito, com os podcasts, os alunos poderão acessar aos conteúdos quer no seu local de habitação, quer em qualquer outro sítio, ou mesmo quando se deslocam (Edirishingha et al., 2007; Salmon, 2007).<br>Os podcasts auxiliam aspectos organizacionais da aprendizagem trazendo a informalidade e o divertimento a uma aprendizagem formal, desenvolvendo a aprendizagem autônoma dos alunos e competências de estudo independentes, permitindo um envolvimento mais aprofundado com o material de aprendizagem e ajudando os alunos a aprender enquanto se movimentam (Edirishingha; Salmon, 2007).</td></tr>
<tr><td>Referências Bibliográficas</td><td>
EDIRISHINGHA, P.; SALMON, G. Pedagogical Models for Podcasts in Higher Education. LRA/BDRA – Conference pre-print copy. EDIRISINGHA, P.; SALMON, G.; FOTHERGILL, J. Profcasting - a pilot study and guidelines for integrating podcasts in a blended learning environment. LRA/BDRA demonstration file – Pre-publication version. University of Leicester, UK, pp. 1-6, 2007. Disponível em: http://www2.le.ac.uk/projects/impala/presentations/Berlin/Pilot%20study/view<br><br>GOLEMAN, D. Inteligência emocional. Rio de Janeiro: Objetiva, 2011a.<br><br>MAYER, J. D.; CARUSO, D. R.; SALOVEY, P. Emotional Intelligence meets traditional standards for an intelligence. Intelligence, v. 27, n. 4, p. 267–298, 2000. Disponível em: http://www.gruberpeplab.com/teaching/psych131_fall2013/documents/13.1_Mayer_2000_EmotionIntelligenceMeetsStandardsForTraditionalIntelligence.pdf Acesso em: 14 jan. 2021.
</td></tr>
</table>

**Quadro com os aspectos da Inteligência Emocional**

| As cinco dimensões da Inteligência Emocional | Eu tenho | Eu não tenho | Preciso melhorar | Como melhorar |
|---|---|---|---|---|
| Autopercepção — saber o que estamos sentindo num determinado momento e utilizar as preferências que guiam nossa tomada de decisão; fazer uma avaliação realista de nossas próprias capacidades e possuir uma sensação bem fundamentada de autoconfiança. | | | | |
| Autorregulação — lidar com as próprias emoções de forma que facilitem a tarefa que temos pela frente, em vez de interferir com ela; ser consciencioso e adiar a recompensa a fim de perseguir as metas; recuperarmo-nos bem de aflições emocionais. | | | | |
| Motivação — utilizar nossas preferências mais profundas para impulsionar-nos e guiar-nos na direção de nossas metas, a fim de nos ajudar a termos iniciativa, sermos altamente eficazes e perseverarmos diante de reveses e frustrações. | | | | |
| Empatia — pressentir o que as pessoas estão sentindo, sendo capaz de assumir sua perspectiva e cultivar o *rapport* e a sintonia com uma ampla diversidade de pessoas. | | | | |
| Habilidades sociais — lidar bem com as emoções nos relacionamentos e ler com precisão situações sociais e redes; interagir com facilidade; utilizar essas habilidades para liderar, negociar e solucionar divergências, bem como para a cooperação e o trabalho em equipe. | | | | |

## DIA 3

| | |
|---|---|
| **Instituição:** CENTRO UNIVERSITÁRIO SIGNOREELI | **Duração:** 1 dia de 1 hora e 50 minutos |
| **Autor:** Washington Brum | **E-mail:** brumpsicologia@hotmail.com |

**Temática**: Múltiplas contribuições da Inteligência Emocional para a realização acadêmica e profissional.

**Objetivo Geral:** Compreender que ao se apropriar do conhecimento do funcionamento de forma integrada entre corpo e mente, entre intelecto e emoção, é possível trilhar o caminho rumo à felicidade de forma mais facilitada. Assim, cada dimensão que se estuda e que compõe o conceito de Inteligência Emocional aprimorará em alguns dos aspectos necessários para o bem-viver.

**Objetivos Específicos**:

- ✓ Compreender que a busca pela felicidade envolve outras pessoas e que se deve desenvolver a habilidade em perceber os sentimentos alheios e a implicação para as emoções do outro;
- ✓ Assimilar de uma forma satisfatória as múltiplas contribuições que a Inteligência Emocional produz para a felicidade;
- ✓ Permanecer com a estratégia de portfólio para um melhor aproveitamento da formação.

**Recursos:** Computador, TV, caixa de som, bolas de gás, papéis.

| | |
|---|---|
| **1ª Etapa**<br>30 min | **Sensibilização**<br><br>Os participantes receberão uma bola de gás e um papel.<br>Deverão após uma rápida reflexão, escrever no papel o que significa felicidade para eles. O formador poderá colocar uma música de fundo para tocar em caixa de som para acompanhar a dinâmica.<br>Após a escrita, todos deverão inserir dentro da bola o papel e enchê-la.<br><br>Em seguida, os participantes, em pé, deverão jogar as bolas para o alto. Quando todas as bolas estiverem espalhadas, cada participante ficará com uma para estourar e ler o conceito encontrado dentro dela sobre felicidade. |
| **2ª Etapa**<br>30 min | **Roda de conversa**<br><br>O formador explanará brevemente, através da apresentação do *Prezi*, conceitos sobre a Felicidade.<br><br>Em seguida, promoverá um debate com os participantes expondo suas percepções a respeito do papel recebido na dinâmica anterior com os conceitos de felicidade. |
| **3ª Etapa**<br>30 min | **Atividade prática**<br><br>O formador após a explanação sobre o tema, entregará a cada participante uma folha para que conste as múltiplas contribuições que a Inteligência Emocional produz para a sua felicidade como forma de autoavaliação e autopercepção. |

| | |
|---|---|
| **4ª Etapa**<br>20 min | **Avaliação - Registro do primeiro dia**<br><br>Dando sequência a construção do portfólio, os participantes farão as anotações importantes do terceiro encontro. |

| **Fundamentação Pedagógica:** | **Fundamentação Tecnológica:** |
|---|---|
| As habilidades sociais se relacionam diretamente com a percepção das emoções alheias, contribuindo para que as nossas relações de convívio social se estabeleçam de forma positiva para todos os envolvidos. Ao abordar a importância dos relacionamentos para a Inteligência Emocional, Goleman (2011a, p. 121) comenta ainda que "[...] os estados de espírito positivos, enquanto duram, aumentam a capacidade de pensar com flexibilidade e mais complexidade, tornando assim mais fácil encontrar soluções para os problemas, intelectuais ou interpessoais". Assim, habilidades sociais também envolvem aspectos como sorrir, brincar, ouvir músicas, jogar e interagir com os demais. | De acordo com o site Mundo Nativo Digital (2022), com o *Prezi* é possível criar apresentações de impacto através do conceito de apresentações de zoom. Ele utiliza o mesmo conceito do *Google Maps* para ampliar e reduzir textos e imagens de uma forma que causa alto impacto em quem está assistindo. |

| | |
|---|---|
| **Referências Bibliográficas** | GOLEMAN, D. **Inteligência emocional**. Rio de Janeiro: Objetiva, 2011a.<br>MUNDO NATIVO DIGITAL. Prezi. Disponível em: < https://mundonativodigital.com/2015/06/26/cansado-do-powerpoint-veja-06-alternativas-que-farao-de-suas-apresentacoes-um-grande-sucesso/ > Acesso em: 27. abr. 2022. |

## DIA 4

| | |
|---|---|
| **Instituição:** CENTRO UNIVERSITÁRIO SIGNOREELI | **Duração:** 1 dia de 1 hora e 50 minutos |
| **Autor:** Washington Brum | **E-mail:** brumpsicologia@hotmail.com |

**Temática:** A Inteligência Emocional contribui diretamente para o bem-estar psicológico das pessoas.

**Objetivo Geral:** Compreender o desenvolvimento do bem-estar psicológico, concentrando tanto nos aspectos pessoais, subjetivos e particulares quanto nos aspectos que dizem respeito à convivência com os outros.

**Objetivos Específicos:**

- ✓ Gerenciar, despertar e viver as mais diversas emoções, bem como perceber aquilo que o outro está sentindo;
- ✓ Apresentar um novo olhar para as Inteligências através de vídeos atuais;
- ✓ Finalizar o portfólio para um melhor aproveitamento da formação.

**Recursos:** Computador, TV, internet e folha com quadro com estratégias a serem implantadas.

| | |
|---|---|
| **1ª Etapa**<br>20 min | **Apresentação da proposta**<br><br>O formador abre o último encontro apresentando os dados coletados na pesquisa realizada com professores de Ensino Superior de várias IES. Através de gráficos, exibidos no *Google Charts*, explica seus resultados e a proposta do dia, ou seja, conhecer melhor as principais doenças psicossomáticas presentes na vida das pessoas. |
| **2ª Etapa**<br>15 min | **Sensibilização**<br><br>O formador apresentará um vídeo, através do computador, projetado na TV, retirado do Youtube, disponível no link: https://www.youtube.com/watch?v=NRVJ17KyhLM<br><br>Esse vídeo narra as principais doenças psicossomáticas presentes na vida das pessoas.<br><br>Outro ponto significativo em que a Inteligência Emocional também contribui diz respeito à saúde mental, pois o desconhecimento, a incapacidade de gerenciamento e mesmo a falta de percepção das emoções próprias e alheias podem levar a quadros mais intensos de ansiedade, estresse ou mesmo depressão, doenças que têm sido consideradas como os grandes males do século XXI. Assim, pode-se considerar que a Inteligência Emocional contribui diretamente para o bem-estar psicológico das pessoas. |
| **3ª Etapa**<br>15 min | **Roda de conversa**<br><br>Após o vídeo, os participantes serão direcionados para um debate, expondo suas percepções a respeito do conteúdo apresentado, considerando o trecho abaixo:<br><br>A Inteligência Emocional, vale ressaltar, pode ser compreendida como uma competência para a vida social que deve ser perseguida tanto quanto as demais habilidades de cognição, raciocínio lógico e matemático ou capacidade de comunicação entre aqueles que convivem na sociedade. Aliás, a sociedade contemporânea cada vez mais exige da população que dedique tempo e esforços em busca de atingir seus objetivos propostos, ou ao menos sobreviver nesse universo de incerteza e inseguranças em que nos inserimos, o que produz efeitos alarmantes na saúde mental das pessoas, principalmente se considerarmos o estresse, a ansiedade e a depressão. Tais doenças, em muitos casos, estão associadas com a falta de habilidade em lidar com os próprios sentimentos e emoções.<br>Quando nos apropriamos do conhecimento de que funcionamos de forma integrada entre corpo e mente, entre intelecto e emoção, podemos trilhar nosso caminho rumo ao bem-estar e à felicidade, nos campos acadêmico e profissional, de forma mais facilitada, pois cada dimensão que estudamos e que compõe o conceito de Inteligência Emocional nos aprimorará em alguns dos aspectos necessários para o bem-viver. |
| **4ª Etapa**<br>30 min | **Atividade prática**<br><br>Após o acesso às informações das doenças psicossomáticas mais comuns na vida das pessoas, o formador entregará a cada participante uma folha com um quadro (vide exemplo de quadro no final do Dia 4) para preencherem em relação as metodologias adotadas em sala mediante as questões dos alunos. O objetivo é criar diferentes e novas estratégias a serem implantadas após a vivência nesse curso. |

<table>
<tr><td>5ª Etapa<br>30 min</td><td colspan="2">Avaliação - Registro do último dia<br><br>Finalizando o portfólio, os participantes farão as anotações importantes do último encontro.<br><br>O formador colherá feedback dos participantes em relação a construção do portfólio e suas contribuições a respeito das vivências nesse curso remetendo ao portfólio e a construção de seus conceitos.</td></tr>
<tr><td colspan="2">Fundamentação Pedagógica:<br><br>Goleman, Boyatzis e McKee (2018, p. 14) associam a Inteligência Emocional com a liderança organizacional, considerando-a primordial para o sucesso dos gestores.<br><br>A compreensão do poderoso papel das emoções no ambiente de trabalho distingue os bons líderes dos demais - não só em aspectos tangíveis, como melhores resultados empresariais e retenção de talentos, mas também nos importantíssimos aspectos intangíveis, como moral mais elevado, motivação e dedicação.</td><td>Fundamentação Tecnológica:<br><br>De acordo com o site Via Carreira (2020), o Google Charts é uma ferramenta que permite a criação de gráficos utilizando a linguagem JavaScript, de modo gratuito, integrando dados presentes no Google Drive, assim como utiliza a tecnologia HTML5.<br><br>De único detentor de conhecimento, que vai transmiti-lo para o aluno, o professor torna-se um estimulador ou incentivador no departamento da curiosidade da busca do aluno, na busca da construção de seu próprio saber, para a seguir, coordenar e transformar esse saber em prática, com ética; e que estas tecnologias sejam ferramentas que favoreçam nossa transformação em pessoas ativas, permitindo-nos evoluir plenamente entre todos os conceitos modernos com essas tecnologias de apoio (BORDENAVE e PEREIRA, 2002, p. 32).</td></tr>
<tr><td>Referências Bibliográficas</td><td colspan="2">BORDENAVE, J.; PEREIRA, A. M. Estratégias de ensino-aprendizagem. 24ª ed. Petrópolis: Vozes, 2002.<br><br>GOLEMAN, D.; BOYATZIS, R.; McKEE, A. O poder da inteligência emocional: como liderar com sensibilidade e eficiência. Rio de Janeiro: Objetiva, 2018.<br><br>VIA CARREIRA. Google Charts. Disponível em: < https://viacarreira.com/montar-graficos-e-infograficos-online/ > Acesso em: 27. abr. 2022.</td></tr>
</table>

| Emoção | Estratégia 1 | Estratégia 2 |
|---|---|---|
| Ansiedade | | |
| Medo | | |
| Vergonha/Timidez | | |
| Tristeza | | |
| Dificuldade de falar em público | | |
| Desatenção | | |
| Estresse | | |
| Conflito | | |
| Insegurança | | |

## APÊNDICE 2 – Carta da Instituição

CENTRO UNIVERSITÁRIO INTERNACIONAL SIGNORELLI

Prezado Senhor,

Com nossos cordiais cumprimentos, vimos solicitar à atenção de V.S.a., no que se refere ao trabalho desenvolvido pelo mestrando Washington Luiz Moreira Brum.

Ressalte-se que as ações a serem implantadas através desse e-book em forma de sequência didática, certamente exercerão um impacto positivo, social, educacional e cultural, gerando inovações nas áreas de metodologias para o ensino da educacional emocional em nossa universidade para os docentes e discentes.

A implantação do trabalho contribui à formação docente e enaltece o nosso contínuo PAC (programa de atualização continuada), momento para toda à equipe, de aperfeiçoamento, estimulando processos e métodos novos, no caminho do movimento disruptivo.

Aqui, cabem nossos agradecimentos e congratulações de tão prestigioso e inovador trabalho.

Sem mais, aqui me despeço, renovando protestos da mais alta estima e distinta consideração, colocando-me à disposição para quaisquer informações adicionais que se fizerem necessárias.

Atenciosamente,

Prof. Dr. Hércules Pereira

Reitor

Credenciado pela Portaria nº901 MEC • 16/11/2001 • DOU 217, Seção1 • 19/11/2001
Entidade Mantenedora: Instituto de Gestão Educacional Signorelli CNPJ 07.426.888/0001-85
Rua Araguaia, 9 • Freguesia • Jacarepaguá • CEP 22745-270 • Rio de Janeiro • RJ • Brasil
www.signorelli.edu.br • Tel.: 55 (21) 3212.2000