

Potencializando o Ensino Secundário: Estratégias de desenvolvimento da inteligência emocional em sala de aula

Potenciando la Educación Secundaria: Estrategias de desarrollo de inteligencia emocional en el aula



Alix Rocio Duarte Suescún
<https://orcid.org/0009-0006-1610-6979>
Bucaramanga, Santander / Colombia



César Augusto Barajas Mendoza
<https://orcid.org/0009-0007-9758-5584>
Bucaramanga, Santander / Colombia



Nubia Andrea Prada Quintero
<https://orcid.org/0009-0000-1389-9113>
Bucaramanga, Santander / Colombia

Recebido: Agosto/23/2023 **Revisado:** Setembro/7/2023 **Aceito:** Outubro/26/2023 **Publicado:** January/10/2024

Como citar: Duarte, S. A. R., Barajas, M. C. A. y Prada, Q. N. A. (2024). Potencializando o Ensino Secundário: Estratégias de desenvolvimento da inteligência emocional em sala de aula. *Revista Digital de Investigación y Postgrado*, 5(9), 99-114. <https://doi.org/10.59654/2m728d64>

* Mestrado em Gestão da Tecnologia Educacional, Universidade de Santander (UDES), Bucaramanga - Colômbia. Instituição Educacional, San Francisco de Asís, Bucaramanga - Colômbia. Professora da área de Tecnologia e Informática. E-mail: aduartesuescun@gmail.com

** Mestrado em Gestão da Tecnologia Educacional, UDES - Colômbia. Professora de Matemática e Ciências Naturais/Física. Instituição Educacional, Faltriquerías, sede B Granadillo, Piedecuesta. E-mail: barajasmendoza2012@hotmail.com

*** Mestrado em Gestão da Tecnologia Educacional, UDESc - Bucaramanga - Colômbia. Instituição Educacional, San Francisco de Asís, Bucaramanga. Diretora Pedagógica–Coordenadora. IE San Francisco de Asís, Bucaramanga - Colômbia. E-mail: andreaprada111@gmail.com



Resumo

O artigo foca na importância de desenvolver a inteligência emocional em estudantes do ensino médio. Nesse propósito, destaca-se a necessidade de os professores se concentrarem no desenvolvimento de habilidades emocionais nos alunos, pois isso pode melhorar seu desempenho acadêmico e seu bem-estar emocional. Além disso, apresenta uma revisão da literatura sobre inteligência emocional e sua relação com a aprendizagem, bem como uma descrição das estratégias que os professores podem usar para promover o desenvolvimento da inteligência emocional em sala de aula. Também realça a importância da formação de professores neste tema e sugere que seja incluída nos programas de formação inicial e contínua. Cras dapibus. Vivamus elementum.

Palavras-chave: Ensino médio, inteligência emocional, desenvolvimento, estratégias, formação de professores.

Resumen

El artículo se enfoca en la importancia de desarrollar la inteligencia emocional en los estudiantes de educación secundaria. En este propósito se destaca la necesidad que los docentes se enfoquen en el desarrollo de habilidades emocionales en los estudiantes, ya que esto puede mejorar su rendimiento académico y su bienestar emocional. Además presenta una revisión de la literatura sobre la inteligencia emocional y su relación con el aprendizaje, así como una descripción de las estrategias que los docentes pueden utilizar para fomentar el desarrollo de la inteligencia emocional en el aula. También destaca la importancia de la formación docente en este tema y sugiere que se incluya en los programas de formación inicial y continua.

Palabras clave: Educación secundaria, inteligencia emocional, desarrollo, estrategias, formación docente.

Introdução

A inteligência emocional é de suma importância para a aprendizagem e o bem-estar emocional dos alunos, por isso, neste artigo, é oferecida uma revisão da literatura sobre o tema. A partir das ideias expostas, são apresentadas estratégias práticas que os professores podem utilizar para promover o desenvolvimento da inteligência emocional em sala de aula. Destaca-se a importância de estabelecer um ambiente escolar onde prevaleçam valores como respeito, confiança, amor, solidariedade e empatia.

No desenvolvimento da inteligência emocional em sala de aula, é importante que o professor seja eloquente, ou seja, que tenha a habilidade de comunicar ideias e emoções de forma clara, eficaz e persuasiva, tanto oralmente quanto por escrito, a fim de inspirar os alunos e promover um comportamento semelhante neles. Igualmente, o professor deve desenvolver

sua capacidade empática em relação aos alunos, estabelecendo assim relações de confiança e respeito.

O artigo também revela a importância da formação docente em inteligência emocional e sugere sua inclusão nos programas de formação inicial e contínua. Nesse sentido, é um guia útil para qualquer professor que deseje melhorar o desempenho acadêmico e o bem-estar emocional de seus alunos do ensino secundário. Com informações valiosas e estratégias práticas, é uma ferramenta essencial para qualquer docente que queira aperfeiçoar sua prática educativa e ajudar seus alunos a desenvolver habilidades emocionais importantes.

Definição de inteligência emocional

O termo "inteligência emocional" foi introduzido pela primeira vez na literatura acadêmica em 1985 por Wayne em sua tese de doutorado intitulada *A study of emotion: developing emotional intelligence; self-integration; relating to fear, pain and desire (theory, structure of reality, problem-solving, contraction/expansion, tuning in/comingout/letting go)*¹. De acordo com [Wayne \(1985\)](#), trata-se de uma faculdade da consciência. Posteriormente, [Salovey e Mayer \(1990\)](#) publicam o modelo de inteligência emocional em seu artigo *Emotional Intelligence*, que apareceu em *Imagination, Cognition and Personality*. Esses autores nomeiam a inteligência interpessoal de Howard Gardner como inteligência emocional. Mayer e Salovey (1997) citados por [Mayer, Salovey e Caruso \(2012, parág. 1\)](#) afirmam: "*we define emotional intelligence as the ability to perceive and express emotion, assimilate emotion in thought, understand and reason with emotion, and regulate emotion in the self and others*"².

No entanto, quem realmente popularizou o conceito foi Daniel Goleman ao publicar em 1995 o livro *Emotional Intelligence*; embora o próprio [Goleman \(1996, p. 11\)](#) reconheça que: "Devo o conceito de Inteligência Emocional a Peter Salovey, de Yale". [Goleman \(1996, p. 64\)](#) afirma que a inteligência emocional refere-se à capacidade de "*Conocer sus propias emociones, manejar las emociones, la propia motivación, reconocer emociones en los demás y el arte manejar las relaciones*"³. No entanto, recentemente [Goleman \(2021, p. 75\)](#) revisou sua definição e expôs:

¹ Tradução nossa: Um estudo sobre emoção: desenvolvendo inteligência emocional; auto-integração; relacionando-se com medo, dor e desejo (teoria, estrutura da realidade, resolução de problemas, contração/expansão, sintonização/saída/liberação).

² Tradução nossa: Definimos inteligência emocional como a capacidade de perceber e expressar emoções, assimilar emoções no pensamento, compreender e raciocinar com emoções, e regular emoções em si mesmo e nos outros..

³ Tradução nossa: Conhecer suas próprias emoções, gerenciar as emoções, a própria motivação, reconhecer emoções nos outros e a arte de gerenciar relações.

la inteligencia emocional es la capacidad de motivarnos a nosotros mismos, de perseverar en el empeño a pesar de las posibles frustraciones, de controlar nuestros impulsos, de diferir las gratificaciones, de regular nuestros propios estados de ánimo, de evitar que la angustia interfiera con nuestras facultades racionales y de empatizar y confiar en los demás⁴.

Por sua vez, Bisquerra (2012a, p. 8) afirma que a inteligência emocional "*es la habilidad para tomar conciencia de las propias emociones y de las demás personas y la capacidad para regularlas*"⁵. No entanto, já em 1920, Thorndike escreveu seu artigo *Intelligence and its uses na Harper's Magazine*, onde propôs um elemento específico da inteligência emocional, a inteligência social, "a capacidade de compreender os outros e agir prudentemente nas relações humanas". Segundo Thorndike, a inteligência tinha três dimensões: (a) uma inteligência abstrata, relacionada à manipulação de símbolos (palavras, números, fórmulas, decisões legais, leis). (b) A inteligência mecânica, uma habilidade que permite entender e manusear objetos e ferramentas. (c) Inteligência social, a habilidade de entender e lidar com as pessoas (Molero, Saiz e Esteban, 1998).

As esferas da inteligência emocional no ensino médio

Esta teoria teve um impacto significativo em várias áreas, incluindo a educação. Em sua obra, Goleman argumenta que a inteligência emocional é pelo menos tão importante quanto a inteligência cognitiva para o sucesso na vida. A inteligência emocional é composta por várias habilidades e competências, incluindo autoconhecimento, autorregulação, motivação, empatia e habilidades sociais. As três primeiras dimensões dizem respeito ao próprio eu e dependem da própria pessoa. No entanto, as duas últimas estão relacionadas a competências de caráter social.

No que diz respeito ao ensino médio, é um período crucial no desenvolvimento dos jovens. Durante esta fase, os adolescentes enfrentam inúmeros desafios, tanto acadêmicos quanto emocionais e sociais. A implementação da teoria de Goleman neste contexto pode trazer benefícios significativos se observarmos atentamente as esferas da inteligência emocional mencionadas por Salovey e que, segundo Goleman, podemos deduzir o seguinte:

⁴ Tradução nossa: a inteligência emocional é a capacidade de nos motivarmos, perseverar no esforço apesar das possíveis frustrações, controlar nossos impulsos, adiar gratificações, regular nossos próprios estados de ânimo, evitar que a angústia interfira em nossas facultades racionais e empatizar e confiar nos outros.

⁵ Tradução nossa: é a habilidade de tomar consciência das próprias emoções e das emoções dos outros, assim como a capacidade de regulá-las.

Autoconhecimento (*self-awareness*). Ao promover o autoconhecimento, os alunos podem reconhecer suas emoções e entender como elas afetam seu comportamento e tomada de decisões. Isso é especialmente útil durante a adolescência, um período de intensa flutuação emocional. A autorreflexão e introspecção diligente em sala de aula é vital para um bom ambiente escolar, social e familiar. Goleman (1996, p. 68) afirma que *"esta consciencia de las emociones es la competencia emocional fundamental sobre la que se construyen las demás, como el autocontrol emocional"*⁶. Mayer, citado por Goleman (1996, p. 69), sustenta que o autoconhecimento é ser ser *"consciente de nuestro humor y también de nuestras ideas sobre ese humor"*⁷. Bisquerra (2012b, p. 25) afirma que é "conhecer as próprias emoções e as emoções dos outros". Esta não é uma tarefa fácil, porque, apesar de estar passando por um momento difícil, é preciso ser capaz de pensar em não se sentir assim e pensar em coisas positivas que gerem alegria ou simplesmente não pensar no negativo ou perturbador.

Na sala de aula, os nossos jovens do ensino médio apresentam características culturais, tecnológicas e sociais muito particulares porque têm acesso imediato à informação através dos seus telefones. Além de manejarem facilmente os meios eletrônicos e diferentes plataformas digitais, os nossos estudantes do ensino médio desenvolveram uma forma de resiliência e adaptabilidade por terem crescido em uma época de rápidas mudanças tecnológicas e sociais, assim como em um contexto de crises econômicas e tensões globais.

Da mesma forma, os professores têm de entender que os nossos jovens possuem uma consciência global dos problemas sociais e globais (mudança climática, igualdade de gênero e questões de justiça social) porque tiveram acesso à informação global desde uma idade precoce e, como resultado, tendem a ser mais conscientes dos problemas sociais e globais. Isso explica parte dos seus comportamentos e opiniões em determinados momentos em que estão em desacordo com outras pessoas que não possuem a mesma informação.

Autorregulação. Goleman (1996, p. 64) explica da seguinte forma: "A capacidade de se acalmar, de se livrar da irritabilidade, ansiedade e melancolia excessivas... e as consequências da falha nesta habilidade emocional básica". Bisquerra (2012b, p. 26) menciona que é *"dar una respuesta apropiada a las emociones que experimentamos"*⁸. Do nosso ponto de vista, não é outra coisa senão que o estudante deve aprender a controlar as emoções porque isso pode ajudá-los a lidar com o estresse, pressão e tensões sociais de forma mais eficaz. Isso é vital para o desempenho acadêmico e a saúde mental. Mas também, o professor deve atuar de forma autorregulada diante de situações de estresse na sala de aula ou na vida pessoal porque isso pode influenciar na relação com seus estudantes e demais membros da comunidade e colegas de trabalho.

⁶ Tradução nossa: esta consciência das emoções é a competência emocional fundamental sobre a qual as demais são construídas, como o autocontrole emocional.

⁷ Tradução nossa: consciente do nosso humor e também das nossas ideias sobre esse humor.

⁸ Tradução nossa: dar uma resposta adequada às emoções que experimentamos.

O professor tem que ter em mente que a geração de estudantes é mais aberta ao diálogo sobre saúde mental do que as gerações anteriores. Contudo, também se observaram taxas mais altas de estresse, ansiedade e depressão em comparação com gerações anteriores, embora as causas sejam complexas e multifatoriais.

Partindo desse fato, na sala de aula é necessário trabalhar em prol da autorregulação dos jovens. A sala de aula é um espaço onde deve existir controle emocional entre estudantes-professor e vice-versa. Os educadores podem modelar a inteligência emocional através do seu próprio comportamento, mostrando como lidar com o estresse, resolver conflitos e comunicar-se de forma eficaz. Igualmente, pode-se incorporar *técnicas de mindfulness* ou relaxamento na sala de aula para ajudar os alunos a serem mais conscientes de suas emoções e a regular seu comportamento. Bisquerra (2012b, p. 26) menciona as seguintes técnicas para alcançar a autorregulação: *"diálogo interno, control del estrés (relajación, meditación, respiración), autoafirmaciones positivas; asertividad; reestructuración cognitiva, imaginación emotiva, atribución causal, etc."*⁹. Ele também afirma que isso precisa ser feito continuamente e uma maneira é regular emoções como *"ira, miedo, tristeza, vergüenza, timidez, envidia, alegría, amor, etc."*¹⁰ (p. 26).

Motivação. Ao entender os gatilhos emocionais que impulsionam a motivação, os educadores podem criar ambientes de aprendizado mais atraentes e estimulantes. Goleman (1996, p. 64) menciona que a *"necesidad de ordenar las emociones al servicio de un objetivo es esencial para prestar atención, para la automotivación y el dominio, y para la creatividad"*¹¹. Nesse sentido, a inteligência emocional pode desempenhar um papel crucial na criação de ambientes de aprendizado mais atraentes e estimulantes, especialmente no ensino médio, onde os estudantes estão em uma fase crucial de desenvolvimento emocional e social.

Neste contexto, é crucial reconhecer e celebrar os sucessos dos alunos em áreas acadêmicas, emocionais e sociais, pois isso reflete positivamente em sua autoestima e no seu nível de motivação. De acordo com Schunk (2012, p. 346), a motivação é um fenômeno psicológico profundo que influencia o aprendizado: *"Los estudiantes motivados para aprender prestan atención a la enseñanza y se involucran en actividades"*¹². Bain et al. (2010) também destacaram a correlação entre a motivação do aluno e a eficácia de seu processo de aprendizado. Em linha com

⁹ Tradução nossa: diálogo interno, controle de estresse (relaxamento, meditação, respiração), autoafirmações positivas; assertividade; reestruturação cognitiva, imaginação emotiva, atribuição causal, etc.

¹⁰ Tradução nossa: raiva, medo, tristeza, vergonha, timidez, inveja, alegria, amor, etc.

¹¹ Tradução nossa: necessidade de direcionar as emoções a serviço de um objetivo é essencial para prestar atenção, para a auto-motivação, domínio e para a criatividade.

¹² Tradução nossa: Os alunos motivados para aprender prestam atenção ao ensino e se envolvem em atividades.

isso, Tella (2007) destacou que é difícil obter resultados de aprendizado satisfatórios na ausência de uma motivação adequada para aprender.

Portanto, manter e estimular a motivação dos alunos pode ser um elemento chave para garantir uma aprendizagem eficaz. Deve-se levar em consideração as palavras de Duchatelet e Donche (2019) de sua pesquisa realizada na Holanda:

*The results indicate that autonomy-supportive teacher behaviour enhances self-efficacy for students who are autonomously motivated. Amotivated students might need other than autonomy-supportive teacher behaviour to develop self-efficacy*¹³.

Estudos adicionais realizados na Alemanha, como o de Bürgermeister *et al.* (2016), exploraram como os fatores emocionais são afetados em ambientes que promovem a autonomia. Suas conclusões mostram que, quando os alunos sentem que têm um controle adequado sobre seu ambiente (competência), também experimentam um sentido de apoio social por parte de seu professor (relação). Em outras palavras, um ambiente educacional que apoia a autonomia está relacionado com uma maior sensação de competência e com a percepção de um apoio social significativo.

Reconhecer emoções dos outros (empatia). Goleman (1996, p. 123) nos fala que a empatia é “*esa capacidad –o la habilidad de saber lo que siente otro*”¹⁴. No entanto, a sua base é a consciência de si mesmo; se não estamos abertos a nós mesmos, não podemos entender os sentimentos dos outros. Karimi *et al.*, (2014) e Vidyarthi *et al.*, (2014) determinaram que a inteligência emocional refere-se à compreensão de nós mesmos e dos outros, ao autocontrole das necessidades imediatas, à empatia das pessoas e ao exercício positivo das emoções. É uma tarefa difícil para o docente com os seus alunos e consigo mesmo. Hoje, quando as pessoas são mais insensíveis, é necessário ensinar empatia desde a escola e o ensino médio pode levar a ambientes mais inclusivos e tolerantes.

A empatia ajuda na resolução de conflitos e melhora as habilidades sociais dos estudantes. A sala de aula deve ser um espaço seguro para a expressão emocional, ou seja, um ambiente onde os alunos se sintam seguros para expressar suas emoções e opiniões pode promover uma aprendizagem mais autêntica e envolvente. Para isso, é vital ensinar e modelar técnicas eficazes de resolução de conflitos, que podem promover um ambiente mais harmonioso e colaborativo. Nesse propósito, pode-se usar estudos de caso e discussões para explorar temas emocionais e éticos, que podem promover a empatia e a compreensão mútua. Mas também é possível envolver os alunos em projetos de serviço comunitário, o que pode ser uma excelente maneira de desenvolver empatia e responsabilidade social nos alunos.

¹³ Tradução nossa: Os resultados indicam que o comportamento do professor que apoia a autonomia aumenta a autoeficácia dos alunos que são motivados de forma autônoma. Alunos amotivados podem precisar de algo além do comportamento do professor que apoia a autonomia para desenvolver a autoeficácia.

¹⁴ Tradução nossa: *Essa capacidade - ou a habilidade de saber o que outra pessoa está sentindo.*

Habilidades Sociais (gerenciar relações). Goleman (1996, p. 141) afirma que *"esta habilidades sociales le permiten a uno dar forma a un encuentro, movilizar o inspirar otros, prosperar en las relaciones íntimas, persuadir e influir, tranquilizar a los demás"*¹⁵. Acreditamos que a inteligência emocional promove habilidades sociais que são cruciais para trabalhar em equipe, resolver conflitos e comunicar-se eficazmente, competências cada vez mais importantes no mundo do trabalho.

Estudos de caso e experiências bem-sucedidas

Existem pesquisas que confirmam a relação entre o desempenho acadêmico e a inteligência emocional (Titrek *et al.*, 2018; Ashknasy & Dasborough, 2003; kbaribooreng, 2015; Martínez, *et al.* 2020, Fallahzadeh, 2011; Duchatelet e Donche, 2019). Outros como Song (2010) afirmam que a inteligência emocional permite o desempenho acadêmico dos alunos e a qualidade de suas interações sociais com seus colegas. Por sua vez, Fallahzadeh (2011) ao estudar adolescentes no Irã encontrou diferenças significativas nas pontuações de inteligência emocional de acordo com o habitat dos estudantes.

Na sua pesquisa, Llibre *et al.*, (2015) descobriram que os estudantes cubanos com altos níveis de inteligência emocional tendem a ter um melhor desempenho acadêmico, enquanto aqueles com níveis baixos mostraram uma tendência a obter notas mais baixas. Portanto, houve uma predominância de resultados acadêmicos favoráveis em alunos com alta inteligência emocional.

Estudos realizados na China por Chang e Tsai (2022) avaliaram quatro dimensões da inteligência emocional, incluindo a avaliação das próprias emoções, a avaliação emocional dos outros, o uso das emoções e a regulação das emoções. Os resultados mostram que a inteligência emocional dos estudantes teve um efeito positivo em sua motivação para aprender e sua autoeficácia.

Além disso, a análise de mediação mostrou que a relação entre a inteligência emocional e o desempenho acadêmico foi mediada sequencialmente pela motivação para aprender e autoeficácia. Buitrago e Herrera (2013) mencionam que a gestão das emoções no ambiente escolar representaria um componente dinâmico importante na educação, o que ajudaria a melhorar as relações interpessoais e o desempenho. Por sua vez, Hamad *et al.*, (2022) em Riyadh, (África) reportaram que os alunos com excelente desempenho acadêmico tiveram um alto nível de inteligência emocional.

Na Comunidade Valenciana da Espanha, um estudo realizado por Ordóñez *et al.* (2014) investigou a relação entre consciência emocional, estados de ânimo e desempenho acadêmico. A análise mostrou uma correlação significativa entre estas variáveis. Concretamente, os alunos com maior habilidade para identificar, comunicar e refletir sobre suas emoções, prestar atenção nas emoções dos outros e manter uma consciência corporal, obtiveram um desempenho acadêmico superior. Além disso, esses alunos apresentaram níveis mais elevados de felicidade. Em

¹⁵ Tradução nossa: Estas habilidades sociais permitem a alguém moldar um encontro, mobilizar ou inspirar outros, prosperar em relações íntimas, persuadir e influenciar, tranquilizar os outros.

contraste, aqueles alunos que pontuaram mais baixo em emoções como tristeza, medo e raiva tenderam a ter um desempenho acadêmico inferior. A partir desses resultados, os pesquisadores determinaram que os alunos com habilidades emocionais mais avançadas e estados de ânimo positivos tendem a obter melhores resultados acadêmicos.

Kbaribooreng *et al.* (2015) encontraram no Irã uma correlação significativa entre todos os componentes da inteligência emocional e o desempenho acadêmico dos alunos do ensino médio de Zabol. Isso sugere que a integração de lições com aprendizado socioemocional nas escolas poderia melhorar o desempenho dos alunos. Kbaribooreng *et al.* (2015) afirmam:

*In this regard, EI [emotional intelligence] can predict the performance because it shows how an individual can immediately apply his knowledge in different situations, a person who does not have the emotional skills will face problem in transforming their potential knowledge into observable performance*¹⁶.

Em um projeto liderado por Postigo *et al.* (2019) e apoiado pelo Ministério da Economia e Competitividade da Espanha, em colaboração com a Universitat de València, foi realizado um estudo para avaliar os efeitos percebidos por adolescentes participantes do Programa de Educação Emocional. Este programa inovador é baseado em um modelo que enfatiza as habilidades de inteligência emocional e utiliza uma abordagem dialógica com o objetivo de promover uma aprendizagem profunda e significativa. Os resultados do estudo mostram progressos significativos nas quatro dimensões da competência emocional que o modelo de inteligência emocional descreve, além de avanços em áreas relacionadas.

Na Espanha, Carbonell *et al.*, (2019) implementaram um "Programa de convivencia e Inteligencia Emocional"¹⁷. no Ensino Secundário com estudantes entre 11 e 15 anos com o objetivo de "prevenir las situaciones de acoso escolar del centro a través del aprendizaje y la práctica de la Inteligencia Emocional" (Carbonell, *et al.*, 2019, p. 9). Os resultados mostraram um aumento nos níveis de inteligência emocional e uma redução nos comportamentos de assédio, especialmente em Competência Social e empatia. Esta pesquisa é um indicador valioso ao buscar alternativas para resolver problemas de assédio escolar em estudantes do ensino secundário.

¹⁶ Tradução nossa: Nesse sentido, a IE [inteligência emocional] pode prever o desempenho, pois mostra como um indivíduo pode aplicar imediatamente seu conhecimento em diferentes situações. Uma pessoa que não possui habilidades emocionais enfrentará problemas ao transformar seu conhecimento potencial em desempenho observável.

¹⁷ Tradução nossa: Programa de Convivência e Inteligência Emocional.

¹⁸ Tradução nossa: Prevenir as situações de assédio escolar na escola por meio da aprendizagem e prática da Inteligência Emocional.

Ezeiza *et al.* (2008), também na Espanha, promoveram através da Diputación Foral de Gipuzkoa um projeto voltado à comunidade educativa de Gipuzkoa, abrangendo idades de 3 a 20 anos. O principal objetivo era oferecer um programa prático e orientativo, de caráter transversal, focado no desenvolvimento da Inteligência Emocional através da "ação tutorial". O objetivo final é que, ao concluir sua formação acadêmica, os jovens tenham competências emocionais que os habilitem a promover e integrar-se em um território emocionalmente inteligente e inovador. Para isso, o projeto desenvolveu materiais didáticos com exercícios práticos destinados tanto a estudantes quanto a professores de cada nível educacional proposto.

Entre as estratégias e procedimentos para implementar o projeto de educação emocional estão: Orientação esporádica, programas em paralelo, disciplinas optativas, ação tutorial, integração curricular e educação para a cidadania. Além disso, são propostas as fases de:

(a) Análisis de contexto: contexto ambiental, estructura, formato (duración), recursos, situación del profesorado, clima del centro... (b). Identificación de necesidades: destinatarios/as, objetivos... (c) Diseño: fundamentación, formulación de objetivos, contenidos a desarrollar, selección de actividades, recursos, plazos, destinatarios/as, criterios de evaluación y costes. (d) Ejecución: puesta en marcha de las actividades. Atención a posibles variaciones. (e) Evaluación: no basta con ofrecer valoraciones, la evaluación consiste en uno de los elementos básicos (Ezeiza *et al.*, 2008, p. 11)¹⁹.

Entre os conteúdos do programa estão: Inteligência emocional, conhecimento das próprias emoções e dos outros, autoestima, automotivação, empatia, resolução de conflitos, habilidades de vida, habilidades sociais, compreensão e regulação das emoções. Os blocos temáticos são divididos em duas partes: (a) Competências intrapessoais (direcionadas à própria pessoa): Consciência emocional, regulação emocional, autonomia emocional. (b) Competências interpessoais (direcionadas aos outros): Habilidades socioemocionais e habilidades de vida e bem-estar (Ezeiza *et al.*, 2008).

Os estudos e exemplos apresentados destacam a relevância das emoções no contexto educacional. Dalai-Lama e Ekman (2009) argumentaram que, embora o conhecimento em um sistema educacional seja valioso e possa levar à felicidade, alcançar essa felicidade requer uma compreensão inteligente das emoções. Em linha com isso, Shahzada *et al.* (2011) sugerem a inclusão do desenvolvimento emocional nos currículos escolares, pois existe uma correlação entre o desempenho acadêmico e a inteligência emocional.

¹⁹ Tradução nossa: (a) Análise de contexto: contexto ambiental, estrutura, formato (duração), recursos, situação dos professores, clima da instituição... (b) Identificação de necessidades: destinatários, objetivos... (c) Design: fundamentação, formulação de objetivos, conteúdos a desenvolver, seleção de atividades, recursos, prazos, destinatários, critérios de avaliação e custos. (d) Execução: implementação das atividades. Atenção a possíveis variações. (e) Avaliação: não basta fornecer avaliações, a avaliação consiste em um dos elementos básicos (Ezeiza *et al.*, 2008, p. 11).

Além disso, o desenvolvimento emocional promove relacionamentos e, portanto, é relevante considerar educar emocionalmente as pessoas para alcançar competência emocional. Nesse sentido, Landry (2019) afirma que são quatro as competências básicas da inteligência emocional: Consciência de si mesmo, autogestão, consciência social e gestão de relações.

A integração da inteligência emocional na educação secundária

López (2012, p. 45) afirma que a inteligência emocional deve ser aplicada desde a infância e em qualquer idade, porém destaca que, no caso da adolescência, é necessário autoafirmar-se, "valorar sus capacidades y limitaciones, tomar sus propias decisiones, tener responsabilidades, sentirse aceptados por los demás, etc."²⁰. Ele, assim como Goleman (1996), Salovey e Mayer (1990), Mayer et al. (2012), concorda que a inteligência emocional permite que a pessoa se conheça melhor e entenda os outros. Por isso, López (2012) atribui grande importância ao trabalho realizado pelo professor em sala de aula com seus alunos para formar o que ele chama de "carga emocional e afetiva". Para isso, ele recomenda começar com "*sus intereses y necesidades personales y sociales y en sus vivencias directas*."²¹. Entre os recursos didáticos a utilizar e a forma como a sala de aula deve ser organizada, ele menciona o seguinte:

... (imágenes, fotografías, canciones, cuentos, literatura, juegos, vídeos, objetos, noticias de prensa, role- playing, etc.) que susciten la conciencia emocional y que ofrezcan la posibilidad de experimentar emociones. Conviene ofrecer espacios en el aula de reflexión y de introspección, fomentar la comunicación con los demás y trabajar en equipo.

Es efectivo preparar espacios abiertos con sillas o cojines en los que, desde una cierta comodidad postural, se puedan exponer, compartir y vivenciar situaciones de aprendizaje emocional y favorezcan la comunicación visual y corporal de los alumnos. (p. 46)²²

²⁰ Tradução nossa: Valorizar suas capacidades e limitações, tomar suas próprias decisões, ter responsabilidades, sentir-se aceitos pelos outros, etc.

²¹ Tradução nossa: Seus interesses e necessidades pessoais e sociais, bem como em suas experiências diretas.

²² Tradução nossa: ... (imagens, fotografias, músicas, histórias, literatura, jogos, vídeos, objetos, notícias de imprensa, role-playing, etc.) que despertem a consciência emocional e ofereçam a possibilidade de experimentar emoções. É aconselhável fornecer espaços na sala de aula para reflexão e introspecção, incentivar a comunicação com os outros e promover o trabalho em equipe.

É eficaz preparar espaços abertos com cadeiras ou almofadas nos quais, a partir de um certo conforto postural, seja possível expor, compartilhar e vivenciar situações de aprendizado emocional, favorecendo a comunicação visual e corporal dos alunos. (p.46).

No ensino secundário, o objetivo é ir além da sala de aula para promover uma aprendizagem que seja significativa, pedagogicamente valiosa e aplicável no dia a dia dos alunos, no seu ambiente social e com as pessoas com quem interagem. Uma estratégia eficaz para alcançar este objetivo é a incorporação transversal da educação emocional em diferentes disciplinas, unidades curriculares ou áreas de aprendizado, idealmente no maior número delas possível. Os professores desempenham um papel crucial como modelos a seguir, facilitando que os alunos aprendam a desenvolver sua inteligência emocional através da imitação. Para que essa abordagem seja bem-sucedida, é imperativo estabelecer um ambiente escolar onde prevaleçam valores como respeito, confiança, amor, solidariedade e empatia. É crucial que o professor seja eloquente, ou seja, que tenha a habilidade de comunicar ideias e emoções de maneira clara, eficaz e persuasiva, tanto oralmente quanto por escrito, com o objetivo de inspirar os alunos e promover um comportamento similar neles.

Para promover um ambiente de aprendizagem integral e eficaz, é essencial que o professor desenvolva sua capacidade empática em relação aos alunos, estabelecendo assim relações de confiança e cordialidade. Estar receptivo ao contato humano não só facilita a comunicação afetiva, mas também solidifica relações interpessoais positivas. Esta abordagem requer que o professor seja formado e sensibilizado em competências emocionais como um passo prévio indispensável para oferecer educação emocional de qualidade. Cursos, leituras e a troca de experiências são excelentes recursos para esta formação. O papel do professor é especialmente relevante na implementação de programas de educação emocional, pois geralmente é o referencial mais imediato e constante para os alunos ao longo da semana.

A educação emocional, por sua vez, deve ser uma abordagem contínua ao longo de toda a escolaridade e oferecer diversas oportunidades para a prática e aplicação desses aprendizados. Isso não deve ser limitado apenas ao ambiente escolar, mas deve se estender à família, atividades extracurriculares e tempo livre. Em última análise, o objetivo é que toda a experiência de vida do aluno se torne um cenário para o desenvolvimento de suas competências emocionais, pois a própria vida é a melhor escola para esse tipo de aprendizado.

Conclusões

Após a exposição, conclui-se que a educação emocional é fundamental para o bem-estar dos alunos e seu desempenho acadêmico. Os professores podem incorporá-la em diversas disciplinas e áreas de aprendizagem para promover um ambiente de aprendizagem integrado e eficaz.

Para alcançar o verdadeiro propósito de educar os alunos para uma sociedade mais justa e com um sentido de respeito aos outros, é necessário desenvolver em sala de aula a confiança, o amor, a solidariedade e a empatia; esses são essenciais para estabelecer um clima escolar adequado. O que implica a implementação de estratégias práticas para promover o desenvolvimento da inteligência emocional na sala de aula.

Por fim, conclui-se que, em relação às estratégias para desenvolver a inteligência emocional

no ensino secundário, é importante a incorporação transversal da educação emocional em várias disciplinas e áreas de aprendizagem.

Referências

- Ashknasy, N. M.; Dasborough, M. T. (2003). Emotional Awareness and Emotional Intelligence in Leadership Teaching. *Journal of Education for Business*, 79, 18-22. DOI:10.1080/08832320309599082
- Bain, S. K., McCallum, R. S., Bell, S. M., Cochran, J. L. & Sawyer, S. C. (2010). Foreign language learning aptitudes, attitudes, attributions, and achievement of postsecondary students identified as gifted. *Journal of Advanced Academics*, 22, 130-156. <https://www.ejmste.com/download/the-impact-of-motivation-on-students-academic-achievement-and-learning-outcomes-in-mathematics-among-4060.pdf>
- Bisquerra, R. (Coord.). Punset, E., Mora, F., García, N. E., López, C. É., Pérez, G. J. C., Lanttieri, L., Nambiar, M., Aguilera, P. Segovia, N. y Planells, O. (2012a). ¿Cómo educar las emociones? *La inteligencia emocional en la infancia y la adolescencia*. Esplugues de Llobregat: Hospital Sant Joan de Déu. <https://www.observatoriodelainfancia.es/oia/esp/descargar.aspx?id=3483&tipo=documento>
- Bisquerra, R. (2012b). *De la inteligencia emocional a la educación emocional*. 24-35. En Bisquerra, R. (Coord.). Punset, E., Mora, F., García, N. E., López, C. É., Pérez, G. J. C., Lanttieri, L., Nambiar, M., Aguilera, P. Segovia, N. y Planells, O. ¿Cómo educar las emociones? *La inteligencia emocional en la infancia y la adolescencia*. Esplugues de Llobregat: Hospital Sant Joan de Déu. <https://www.observatoriodelainfancia.es/oia/esp/descargar.aspx?id=3483&tipo=documento>
- Buitrago R.E. y Herrera L. (2013). Matricular las emociones en la escuela, una necesidad educativa y social. *Praxis & Saber*. 4(8), 87–108. doi: 10.19053/22160159.2653.
- Bürgermeister, A., Ringeisen, T., & Raufelder, D. (2016). Fostering students' moderation competence: the interplay between social relatedness and perceived competence. *Teaching in Higher Education*, 21(8), 990– 1005. <https://doi.org/10.1080/13562517.2016.1209183>
- Carbonell, B. N., Cerezo, R. F., Sánchez, E. S., Méndez, M. I. y Ruiz, E. C. (2019). Programa de convivencia e Inteligencia Emocional en Educación Secundaria. *Creatividad y sociedad: revista de la Asociación para la Creatividad*, 29, 62-82. <http://creatividadysociedad.com/creatividad-y-emociones>
- Chang, Y. C. & Tsai, Y. T. (2022). The Effect of University Students' Emotional Intelligence, Learning Motivation and Self-Efficacy on Their Academic Achievement—Online English Courses. *Frontier in Psychology*, 13:818929. doi: 10.3389/fpsyg.2022.818929

- López, C. E. (2012). Inteligencia emocional en el aula. pp. 45-55. En Bisquerra, R. (Coord.). Punset, E., Mora, F., García, N. E., López, C. É., Pérez, G. J. C., Lanttieri, L., Nambiar, M., Aguilera, P. Segovia, N. y Planells, O. *¿Cómo educar las emociones? La inteligencia emocional en la infancia y la adolescencia*. Esplugues de Llobregat: Hospital Sant Joan de Déu. <https://www.observatoriodelainfancia.es/oia/esp/descargar.aspx?id=3483&tipo=documento>
- Martínez, M. A. M., López, L. R., Aguilar, P. J. M., Trigueros, R., Morales, G. M. J. & Rocamora, P. P. (2020). Relationship between Emotional Intelligence, Cybervictimization, and Academic Performance in Secondary School Students. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 17(21), 7717. doi: 10.3390/ijerph17217717.
- Mayer, J. D., Salovey, P. y Caruso, D. (2012). *Models of Emotional Intelligence*. In Sternberg, R. J. *Handbook of Intelligence* - Cambridge University Press. www.cambridge.org/core/books/abs/handbook-of-intelligence/models-of-emotional-intelligence/939985F534A44268E9C5AD7B33036087
- Molero, C., Saiz, E. & Esteban, C. (1998). Revisión histórica del concepto de inteligencia: una aproximación a la inteligencia emocional. *Revista Latinoamericana de Psicología*, 30(1), 11-30. <https://www.redalyc.org/pdf/805/80530101.pdf>
- Ordóñez, L. A., González, B. R., Montoya, C. I. Y Schoeps, K. (2014). Conciencia emocional, estados de ánimo y rendimiento académico. *International Journal of Developmental and Educational Psychology INFAD Revista de Psicología*, 1(6), 229-236. <https://revista.infad.eu/index.php/IJODAEP/article/view/738/675>
- Postigo, Z. S., Schoeps, K., Montoya, C. I. & Escartí, A. (2019). Emotional education program for adolescents (PREDEMA): evaluation from the perspective of students and effects on socio-affective competences. *Journal for the Study of Education and Development*, 42(2), 303-336. DOI: 10.1080/02103702.2019.1578925
- Salovey, P. y Mayer, J. D. (1990). Emotional Intelligence. *Imagination, Cognition and Personality*, 9(3), 185-211.
- Shahzada, G., Ghazi, S. R., Khan, A., Khan, H. N. & Shah, M. T. (2011). The relationship of emotional intelligence with the student's academic achievement. *Interdisciplinary Journal of Contemporary Research Business*, 3(1), 994-1001.
- Song, L. J., Huang, G. H., Peng, K. Z., Law, K. S., Wong, C. S & Chen Z. (2010). The differential effects of general mental ability and emotional intelligence on academic performance and social interactions. *Intelligence*, 38(1), 137-143. doi: 10.1016/j.intell.2009.09.003.
- Schunk, D. H. (2012). *Teorías del aprendizaje. Una perspectiva educativa*. 6a edición. Pearson Educación.

- Tella, A. (2007). The Impact of Motivation on Student's Academic Achievement and Learning Outcomes in Mathematics among Secondary School Students in Nigeria. *Eurasia Journal of Mathematics, Science and Technology Education*, 3(2), 149-156. doi: 10.12973/ejmste/75390
- Titrek, O., Çetin, C., Kaymak, E. y Kaşıkçı, MM (2018). Academic Motivation and Academic Self-efficacy of Prospective Teachers. *Journal of Education en Taining Studies*, 1. 6, 77-82. <https://redfame.com/journal/index.php/jets/article/view/3803>
- Thorndike, E. L. (1920). Intelligence and its use. *Harper's Magazine*, 140, 227-235.
- Vidyarthi, P. R., Anand, S. & Liden, R. C. (2014). Do emotionally perceptive leaders motivate higher employee performance? The moderating role of task interdependence and power distance. *The Leadership Quarterly*, 25(2), 232-244. <https://www.sciencedirect.com/science/article/abs/pii/S1048984313000817?via%3Dihub>
- Wayne, L. P. (1985). *A study of emotion: developing emotional intelligence, self-integration, relating to fear, pain and desire (theory, structure of reality, problem-solving, contraction/expansion, tuning in/coming out/letting go)*. Dissertation, The Union for Experimenting Colleges and Universities. <http://eqi.org/payne.htm>