

A importância de os estudantes utilizarem a Oficina do Eu como ferramenta para desenvolver e potencializar suas aprendizagens a partir do controle emocional

Marcivone de Jesus Barros dos Anjos Souza

Universidad Internacional Tres Fronteras

Ciudad del Este – Alto Paraná – Paraguay

marcivonesouza@hotmail.com

Em meio a vários casos de violência nas escolas ocorridas em grande parte por alunos alvo de bullying, é nítida a necessidade de os agentes do campo educacional começarem a delinear uma educação que se preocupe além do lado cognitivo, mas também o lado emocional. Desse modo, a educação precisa estar atenta com a emoção dos alunos, pois ela é um instrumento importante na formação da personalidade do sujeito.

Etimologicamente a palavra emoção deriva da palavra em latim *exmovere* “que significa mover para fora ou afastar-se” (CARVALHO, 2020, p. 19), ela se constitui como impulsos instantâneos que obtivemos desde o início da evolução humana, podendo ser definida ainda, como ato de proteção aos meios internos (aparelho psíquico) e externos (as relações sociais, por exemplo).

No que se refere a formação humana, a emoção é uma parte significativa deste processo, e como tal, precisa ser pauta de discussões até mesmo nas instituições de ensino por serem justamente o primeiro local de socialização do sujeito. Assim sendo, as emoções estão presentes nos seres humanos,

[...] desde a sua evolução, sendo um elemento importante que interage com o processo cognitivo dos indivíduos. Logo, as emoções não devem ser menos importantes ou dissociadas do processo de ensino aprendizagem dos alunos. [...] deve-se considerar o desenvolvimento como um todo, em seus aspectos emocionais, cognitivos e racionais para que haja de fato o seu pleno desenvolvimento. Em vista disso, se faz necessário introduzir as emoções nas escolas e nas salas de aulas, deixando o antigo conceito e método que priorizava apenas a aquisição de conhecimento cognitivo (CARVALHO, 2020, p. 21).

Portanto, a inserção de uma educação emocional nas escolas ajudará no relacionamento entre os membros da instituição, sobretudo, no relacionamento entre professor e aluno, visto que a medida que o aluno participa das aulas de educação emocional, poderá se sentir acolhido pelo professor e os demais colegas, podendo assim, interagir socialmente aprendendo controlar suas emoções.

Para Goleman, a maior causa de invalidez entre adolescentes “é psicológica. Sintomas de depressão, severa ou branda, afetam até um terço dos adolescentes” (2011, p. 280), os números de gravidez na adolescência e o aumento de jovens na criminalidade são resultados desta invalidez também. Para o autor, esse mal-estar se configura como um mal emocional que afeta desde as crianças até mesmo os adultos em suas vidas conjugais, e como consequência, o ambiente social em que as crianças estão imersas são condicionantes a doenças psicológicas que de seu lado, afetam a formação de inteligência cognitiva e emocional.

Nesse sentido, os aspectos psicológicos quando levados em consideração podem ajudar nos relacionamentos em ambientes de diversos tipos, até mesmo no trabalho. De acordo com Nunes (2014, apud CARVALHO, 2020) a falta de equilíbrio emocional pode afetar seriamente no ambiente ocasionando o afastamento entre o corpo docente e os alunos.

Para a autora, a falta de equilíbrio emocional,

[...] no entanto, esvazia até mesmo o sentido de teorias e competência técnica de quem lidera a sala de aula e abre uma enorme cratera no caminho entre professor e aluno, dificultando as relações e o aprendizado num sentido geral, isto é lamentável, com certeza, e é nestas horas que uma reflexão se faz necessária (NUNES, 2014, p. 37 apud CARVALHO, 2020, p. 22).

Em suma, a educação por ser uma importante ferramenta auxiliar à formação humana, ela deve estar atrelada ao lado emocional já que é esse último que proporciona uma brecha para a aceção dos conteúdos passados pelos professores. Nesse sentido, a educação deve buscar conectar inteligência e emoção para que ambas caminhem na mesma direção, que é a formação do sujeito enquanto sujeito autônomo.

Contudo, quando se fala em formação do sujeito enquanto sujeito autônomo se está querendo dizer que essa autonomia não pode somente se restringir ao campo das habilidades intelectuais, mas também emocionais e, conseqüentemente, das habilidades de lidar consigo e com os outros socialmente.

Muito além do que um educar voltado para as habilidades intelectuais, o educar deve está vinculado ao despertar das habilidades emocionais que fazem parte da personalidade de cada indivíduo. Desse modo, o que se percebe é que na atualidade o que conta mais para o mercado de trabalho não é somente se o sujeito tem altas habilidades no desenvolvimento de programas de computador, mas também de como ele se relaciona com o outro (CARVALHO, 2020).

Nesse sentido, não basta apenas formar sujeitos que detenham uma alta bagagem de conteúdos, se o mesmo não tem capacidade de agir em situações de conflitos internos ou externos. Os testes de QI não analisam comportamento emocional e muito menos demonstram o coeficiente de rendimento interpessoal, “isso significa que aferir apenas o QI, na melhor das hipóteses, deixa de explicar 75% do êxito e, na pior, 96%. Em outras palavras, o índice não determina quem terá êxito e quem fracassará” (GOLEMAN, 2011, p. 40).

Desse modo, em uma escola, os agentes que trabalham para o bom desempenho das habilidades educacionais, precisam elaborar a dinâmica das aulas de acordo com a perspectiva do

professor sobre as reações de seus alunos, buscando com isso, o pré-conhecimento de implicações no processo de ensino e aprendizagem.

Nesse sentido, precisa haver uma sinergia entre as capacidades de inteligência cognitiva e de inteligência emocional, assim,

[...] os que têm desempenho destacado possuem ambas. Quanto mais complexo o trabalho, mais importa a inteligência emocional. Até porque a deficiência nesse tipo de capacidade pode prejudicar a utilização de qualquer conhecimento especializado ou intelecto que uma pessoa possa ter (GOLEMAN, 2011, p. 44).

Nessa mesma linha, o autor destaca que as emoções quando estão descontroladas podem fazer até mesmo pessoas inteligentes parecerem burras, por outro lado, as emoções controladas ajudam em momentos de grande tensão, tal como em casos de brigas na escola, situações de bullying, momentos estes de grande conflito interno e externo que se não se tem um equilíbrio emocional pode gerar consequências devastadoras como em casos de atentados violentos na escola (GOLEMAN, 2011).

Por isso se torna importante a educação que se preocupar com o lado emocional visando a melhora nos déficits de relacionamento nas escolas, pois “podemos ver sinais dessa deficiência em incidentes violentos [...] que se tornam cada vez mais frequentes nas escolas” (GOLEMAN, 2011, p. 279).

Como forma de buscar meios pedagógicos que ajudem na alfabetização emocional, a oficina do eu auxilia no processo de aprendizagem e na construção dos relacionamentos do aluno consigo próprio e com o outro, sejam estes os seus colegas, os professores ou até mesmo algum membro da família. Assim, a oficina do eu funcionará como uma ferramenta de alfabetização emocional a medida que o aluno vai aprendendo a lidar com as emoções, e, por conseguinte, a controlá-la em situações de tensão.

Sendo assim, conforme a oficina do eu passo a fazer parte do processo educacional, o ensino pode ocorrer de maneira qualitativa e completa o que pode ajudar no desenvolvimento do eu do sujeito, sobretudo nos conflitos no dia a dia da escola, em problemas em casa com sua família, ou em suas relações de amizade com crianças e jovens de sua comunidade.

Quando não recebem um tratamento conveniente, ou melhor, quando não há projetos e oficinais que se preocupem com a saúde emocional dos alunos nas escolas, conflitos dentro dos muros da instituição podem se configurar como implicações negativas no processo de ensino e aprendizagem.

Conseqüentemente, no futuro irão se manifestar em violência na escola que são protagonizadas por aquele tipo de aluno que chega em sala de aula trazendo problemas de casa, da rua, dos seus ciclos de amizade fora dos muros da escola, pode ser o aluno que possui uma agressividade, o típico valentão e “uma agressividade tão flagrante na infância é sinal de que, no futuro, esses problemáticos sofrerão perturbações emocionais e de outra ordem” (GOLEMAN, 2011, p. 283).

Contudo, para o autor, nem todas as crianças raivas são brigonas,

[...] algumas são marginalizadas sociais retraídas, que reagem com exagero às provocações ou ao que consideram ser ofensa ou injustiça. Mas uma falha de percepção comum a essas crianças agressivas é que elas veem pequenas ofensas onde não há intenção, imaginando que os colegas lhe são mais hostis do que na verdade são. Isso as leva a interpretar atos insignificantes como ameaças – um inocente esbarro é visto como uma provocação – e a contra-atacar (GOLEMAN, 2011, p. 283).

Essas crianças são emocionalmente vulneráveis, reagindo de modo agressivo a qualquer ação de outra pessoa, isso pode ser um reflexo do que passam em casa, nos conflitos familiares que os perseguem até mesmo quando estão na escola e que podem contribuir negativamente para a formação destes sujeitos, transformando-os em adultos doentes emocionalmente. Desse modo, com uma educação emocional aplicada nas escolas esses exemplos podem diminuir, não sumir ao todo, mas pode abrir espaço para uma educação de qualidade, pois é notório que a inteligência emocional possui um papel fundamental quando o assunto é a busca por um controle das emoções de modo significativo, assim educar não se restringe “apenas a decifração de códigos e números, vai muito mais além, ou seja, é preciso aprender a lidar sabiamente com as emoções que varia desde a raiva, as tensões, as tristezas, a ansiedade e as alegrias” (SANTOS, 2018, p. 7). Logo, podemos perceber que esse método de direcionar os alunos para aprimorar,

[...] a autoconsciência, o autocontrole e crescer sua empatia facilitando assim um melhor relacionamento interno e externo, é formar um indivíduo mais autônomo e confiante, mostrando que são capazes de controlar e gerar emoções a seu favor para um desempenho (CARVALHO, 2020, p. 27).

Com a inserção da oficina do eu, o ambiente escolar torna-se mais leve para o trabalho docente, faz com que o ato de aprender seja mais prazeroso, potencializar a aprendizagem dos alunos e auxiliar na metodologia do professor. A oficina do eu é um importante instrumento de alfabetização emocional, e faz com que a visão que a sociedade tem da escola se amplie, ainda mais se ela busca passar ensinamentos fundamentais para a vida.

Esse processo de alfabetizar os alunos também para o controle emocional possibilita a formação de humanos mais sociáveis e responsáveis com suas ações no mundo e com suas relações interpessoais. Isto significa que a educação emocional precisa fazer parte da realidade escolar e da metodologia de ensino do professor. Por isso a oficina do eu é tão importante nesse momento, pois ela irá permitir que a dinâmica escolar veja o aluno como protagonista do processo de ensino e aprendizagem.

Contudo, esse ato de ver o aluno como protagonista não tem a pretensão de reduzi-lo a um papel de mero agente receptor de conteúdos, mas como um sujeito que precisa ser visto e compreendido tanto em suas habilidades cognitivas quanto no aflorar de suas emoções. Desse modo, inserir o aluno em uma metodologia que tenha como objetivo ajudá-lo no controle de suas emoções é muito mais do que só querer prepará-lo para o mercado de trabalho, mas sim formar um cidadão pleno e consciente de seus limites emocionais.

REFERÊNCIAS

- GOLEMAN, Daniel. Trabalhando com inteligência emocional. [recurso eletrônico] / Daniel Goleman; tradução M.H. C. Côrtes. – Rio de Janeiro: Objetiva, 2011.
- GOLEMAN, Daniel. Inteligência emocional. [recurso eletrônico] / Daniel Goleman; tradução Marcos Santarrita. – Rio de Janeiro: Objetiva, 2011.
- SANTOS, Bruno Freitas. Educação emocional: uma breve discussão. Revista Espaço Acadêmico – n. 204 – maio/2018.
- CARVALHO, Nivia Maciel de. A importância da inteligência emocional no contexto escolar. Grupo UNIS, São Lourenço, 2020.