

INSTITUTO POLITÉCNICO DE BEJA
Escola Superior de Educação

**Mestrado em Ensino na Especialidade de Educação Pré-
Escolar e 1º Ciclo do Ensino Básico**

Ana Rita Lebres Hilário

Práticas de Educação Emocional no 1.º Ciclo do Ensino Básico

**Trabalho realizado sob a orientação da
Professora Doutora Maria Cristina Faria**

Beja, 2012

Agradecimentos

Finalizada uma etapa particularmente importante da minha vida, é com muita satisfação que expresso aqui o mais profundo agradecimento a todos aqueles que me apoiaram nesta longa caminhada e que tornaram possível a realização deste trabalho.

Uma primeira referência dirige-se à minha orientadora, Professor Doutora Maria Cristina Faria, pelo privilégio de partilhar comigo todo o seu saber, pela sua disponibilidade, aconselhamento e exigência que tornaram este estudo uma realidade.

Uma palavra de agradecimento também ao diretor de curso Professor Doutor José Espirito Santo que sempre se mostrou atento e disponível ao longo deste percurso.

Gostaria também de agradecer a todos os professores deste curso de Mestrado pela transmissão de conteúdos científicos e pelas oportunidades de reflexão.

Aos professores entrevistados, por dividirem comigo as suas experiências/vivências de trabalho, que contribuíram enormemente para a definição dos rumos deste estudo.

Não posso deixar de agradecer a toda a minha família que sempre me ajudou e apoiou, sobretudo, as minhas irmãs, sobrinhos, e aos meus pais que me educaram com sonhos e projetos de vida, lutando sempre comigo em busca da realização dos meus objetivos.

A todos os intervenientes que direta ou indiretamente contribuíram para este trabalho o meu muito Obrigada!

Resumo

A educação das emoções constitui um processo complexo de construção permanente, originado no seio familiar, passando pela escola e continuando por toda a vida.

Os profissionais de ensino devem ser emocionalmente competentes para educar as emoções dos seus alunos, para que estes sejam capazes de lidar com as alegrias, as frustrações e ainda reconhecer as suas emoções e as dos outros.

O presente estudo, de cariz exploratório transversal qualitativo pretende identificar *“De que forma os professores desenvolvem o seu trabalho na sala de aula de modo a promover a Inteligência Emocional nos alunos do 1.º Ciclo do Ensino Básico”*, com base na ideologia de Daniel Goleman (2000,2003) e outros autores. Para tal, na realização deste estudo foram utilizados como instrumentos de recolha de dados entrevistas a sete professores do 1.º Ciclo do Ensino Básico, de seguida procedeu-se ao tratamento de dados recorrendo à análise de conteúdo.

Através dos resultados das entrevistas aos professores conclui-se, que por um lado, existe pouco conhecimento sobre a inteligência emocional, neste sentido, deveria existir mais formação acerca deste tema. Por outro, foi possível verificar que um professor emocionalmente competente, consegue construir uma imagem de si próprio, relativamente à sua autoconsciência emocional, usa os seus conhecimentos para a sua gestão de emoções, consegue e aprende a ultrapassar momentos difíceis através da sua automotivação, fazendo de cada perda um desafio, parte do seu conhecimentos para desenvolver um bom nível de empatia e ainda para ser capaz de fazer uma eficaz gestão de emoções em grupos.

Palavras-chave: Professores do 1.º CEB; Inteligência Emocional; Estratégias de Ensino; Promoção da Educação Emocional

Abstract

The education of the emotions is a complex process of ongoing construction, originated within the family, through school and continuing throughout life. The professional education must be emotionally competent to educate the emotions of their students so that they are able to deal with the joys, frustrations and to recognize their emotions and those of others.

This study was exploratory in nature is to identify cross "How do teachers develop their work in the classroom to promote emotional intelligence in students First cycle of Basic Education," based on the ideology of Daniel Goleman (2000,2003) and other authors. To this end, in this study were used as instruments for data collection interviews with seven teachers Primary School, then proceeded to the processing of data using content analysis.

Through the results of interviews with teachers concluded that on the one hand there is little knowledge about emotional intelligence in this sense, there should be more training on this subject. On the other, it was verified that an emotionally competent teacher, can build a picture of yourself in relation to their emotional self-awareness, using their knowledge to manage their emotions, and can learn to overcome difficult moments through their motivation, making each loss a challenge, part of their knowledge to develop a good level of empathy and even to be able to make an effective management of emotions in groups.

Keywords: Teachers Primary School, Emotional Intelligence, Teaching Strategies, Promoting Emotional Education

Abreviaturas

IE- Inteligência Emocional

QI- Quociente de Inteligência

CEB- Ciclo Ensino Básico

Índice

Introdução.....	1
PARTE I - ENQUADRAMENTO TEÓRICO	3
1 - Inteligência Emocional.....	3
2 - Emoções.....	5
3 – Capacidades do Professor Emocionalmente Competente.....	6
3.1 – Autoconsciência	7
3.2 - Gestão das Emoções	7
3.3 - Automotivação.....	8
3.4 – Empatia.....	8
3.5 - Gestão de Relacionamentos em Grupos.....	9
4 - A Família e a Educação Emocional	9
5 - O Papel da Escola e dos Professores na Promoção da Inteligência Emocional	11
PARTE II – ESTUDO EMPÍRICO	13
1 - Metodologia da Pesquisa	13
2 - Formulação do Objeto de Estudo.....	13
3 - Participantes.....	14
4 - Instrumentos e Técnicas de Recolha de Dados.....	14
5 – Procedimentos	16
6 - Tratamento de Dados.....	17
7- Apresentação e Análise dos Resultados	17
7.1. Caracterização dos Participantes	18
7.2. Entrevistas a Professores do 1.º Ciclo do Ensino Básico.....	18
7.3. Práticas de Educação Emocional no 1.º Ciclo do Ensino Básico.....	20
8 - Discussão dos Resultados.....	28
Conclusão	33
Bibliografia.....	36

Índice de Quadros

Quadro 1 – Caraterização dos Participantes.....	25
Quadro 2- Valorização da IE dos professores.....	28
Quadro 3- Competências Emocionais.....	29
Quadro 4- Autoconsciência.....	30
Quadro 5- Gestão das Emoções.....	30
Quadro 6- Automotivação.....	30
Quadro 7 – Empatia.....	31
Quadro 8- Gestão de Relacionamentos de Grupos.....	31
Quadro 9 – Assertividade.....	32
Quadro 10 - Situações que mais colocam à prova a IE dos professores.....	32
Quadro 11 - Estratégias para impulsionar as competências emocionais.....	33
Quadro 12 – Formação ao nível de IE.....	34
Quadro 13- Necessidades formativas ao nível da IE.....	34

Índice de Apêndices

Apêndice I – Guião da Entrevista a Professores sobre as Práticas de Educação Emocional.....	46
Apêndice II – Transcrição das Entrevistas.....	49

Introdução

Há algum tempo atrás o sucesso dos indivíduos era avaliado pelo raciocínio intelectual (QI), no entanto Goleman (2000) levanta uma nova discussão sobre esta temática. Segundo este autor, a inteligência emocional é a principal responsável pelo sucesso ou insucesso dos indivíduos, sendo que esta pode ser treinada, de maneira a melhorar o desenvolvimento intelectual. Portanto, a IE deve ser desenvolvida nas escolas de modo a desenvolver nos alunos as competências da inteligência emocional, são elas a autoconsciência, gestão das emoções, autoconhecimento, empatia e gestão de relacionamentos em grupos (Salovey e Sluyter, 1999, Martin & Boeck, 1997, Sampaio, 2002, Gottman e Decaire, 2000).

Dado que a investigação é um processo sistemático, que para ser consistente, terá de obedecer a uma metodologia, o trabalho de pesquisa foi elaborado por etapas, procurando a clareza e a objetividade para que a investigação fosse coerente, assim seguindo as orientações de Quivy e Campenhoudt (2003), deve iniciar-se o estudo por uma questão de partida, constituindo a mesma o ponto de problema da pesquisa. Neste estudo, partimos da seguinte questão de partida *“De que forma os professores desenvolvem o seu trabalho na sala de aula de modo a promover a Inteligência Emocional nos alunos?”*.

No que diz respeito aos objetivos específicos desta investigação, estes consistem em: conhecer o grau de importância que os professores atribuem ao desenvolvimento da inteligência emocional nos alunos; verificar as competências emocionais dos professores (autoconsciência, gestão das emoções, automotivação, empatia, gestão dos relacionamentos em grupos e assertividade) e delinear estratégias para melhorar o desenvolvimento das competências emocionais dos alunos.

A estratégia de pesquisa utilizada nesta investigação foi o estudo exploratório transversal qualitativo. Os instrumentos de recolha de dados utilizados foram entrevistas semiestruturadas, os participantes desta investigação foram sete professores do 1.º CEB, posteriormente foi efetuada a análise de conteúdo com base nos resultados obtidos através dos instrumentos de recolha de dados.

O presente estudo é composto por duas partes. Na primeira parte designada de enquadramento teórico, será feita uma revisão bibliográfica dos conceitos inerentes à inteligência emocional, de acordo com a conceção de Goleman (2000, 2003), e outros autores.

Na segunda parte, será realizado um estudo empírico, onde se descreve a metodologia utilizada bem como o desenvolvimento da investigação. A investigação termina com a apresentação da bibliografia utilizada, os apêndices, algumas reflexões finais tendo como referência os pressupostos iniciais, o quadro teórico, os dados recolhidos no trabalho empírico e as suas implicações.

PARTE I - ENQUADRAMENTO TEÓRICO

1 - Inteligência Emocional

De acordo com o dicionário de Língua Portuguesa¹ “inteligência” significa a faculdade de pensar e compreender. Segundo Antunes (2005) inteligência designa a capacidade de conseguirmos compreender as coisas escolhendo assim o melhor caminho.

Neste sentido, a inteligência é a capacidade mental que permite aprender, compreender e até mesmo adaptar-se com facilidade a uma nova situação ou a algo novo.

A noção de inteligência emocional surgiu desde o início da década de 90, com o lançamento do livro de Daniel Goleman, intitulado *“Inteligência Emocional”* (1996), este definiu a inteligência emocional como: *“a capacidade de a pessoa se motivar a si mesma e persistir a despeito das frustrações; de controlar os impulsos e adiar a recompensa; de regular o seu próprio estado de espírito e impedir que o desânimo subjugu a faculdade de pensar; de sentir empatia e de ter esperança”*. (Goleman, 2003:54). Mais tarde, Goleman (2000:323), reformula a definição de inteligência emocional como *“a capacidade de reconhecer os nossos sentimentos e os dos outros, de nos motivarmos e de gerirmos bem as emoções em nós e nas nossas relações”*.

Segundo alguns autores (Salovey e Mayer 1990; Goleman, 2000,2003) os níveis elevados de inteligência emocional contribuem para o sucesso em diferentes áreas da vida, tal como a educação, o trabalho e as relações interpessoais.

Para Salovey e Sluyter, (1999:23), *“a I.E. envolve a capacidade de perceber acuradamente, de avaliar e de expressar emoções; a capacidade de perceber e ou gerar sentimentos quando eles facilitam o pensamento; a capacidade de compreender a emoção e o conhecimento emocional; e a capacidade de controlar emoções para promover o crescimento emocional e intelectual”* A ideia de que a inteligência emocional (IE) é importante para o trabalho individual, não é nova, contudo, só recentemente é que a investigação começou a mostrar que é essencial para o sucesso das organizações.

Como pode constatar-se, estes autores encaram a inteligência emocional como algo a ser aprendido ao longo da vida, estes defendem ainda que a inteligência emocional ajuda e melhora o trabalho de equipa.

¹ Retirado do Dicionário de Língua Portuguesa (2008:295)

Alguns autores têm defendido que um elevado nível de I.E. conduzirá a sentimentos de bem-estar (Goleman, 2000; Salovey e Mayer, 1990) e sustentam que as pessoas que são capazes de compreender e controlar as suas emoções, deverão de ter uma melhor perspetiva da sua vida.

Brody (1985, Cit. por Alves, 2006) afirma que a maioria das teorias do desenvolvimento emocional tem implícita a afirmação de que a expressão, reconhecimento e experiências emocionais diferem claramente consoante o género do sujeito. As diferenças de género no desenvolvimento emocional poderiam ser fatores elucidativos das diferenças ao nível de humor, estilo motivacional, estilo cognitivo, entre outros aspetos, que se verificam entre o sexo feminino e o sexo masculino. (Brody, 1985, Cit. por Alves, 2006). Deste modo, a autora supracitada sublinha que, no período escolar as crianças atribuem emoções como tristeza, alegria, e medo ao sexo feminino, enquanto a raiva é atribuída ao sexo masculino.

Existe evidência empírica de que as crianças do sexo feminino são mais competentes que as crianças do sexo masculino no que diz respeito a algumas das dimensões do conhecimento emocional (Schultz, Izard & Ackerman, 2000, Cit. por Martins, 2009). Adams, Summers e Christopherson (1993, Cit. por Martins, 2009), referem que as crianças do sexo feminino possuem uma maior capacidade para identificar os sentimentos e emoções do outro, relativamente às do sexo masculino. Relativamente aos rapazes, as raparigas tendem a expressar mais frequentemente os seus estados emocionais, recorrendo para o efeito à comunicação verbal, assim como a explicitar abertamente as suas respostas emocionais (Alves, 2006). No que concerne à interação com os outros, as raparigas tendem a apoiar-se mais em pistas emocionais para orientar a sua ação do que os rapazes, apresentando também maior preocupação com o estado emocional dos outros (Alves, 2006).

Sobretudo, as raparigas conversam acerca de romances reais ou imaginários, sendo que estas conversas resultam muitas vezes em discussões e conflitos (Teasley & Parker, 1995; Rubin, Bukowisk, & Parker, 1998, Cit. por Alves, 2006).

As relações que se estabelecem ao longo deste período escolar, parecem ser mais estáveis e recíprocas. Por volta dos 11 anos, os amigos íntimos ou mais próximos, tendem a aumentar (Epstein, 1986; Rubin, et al., 1998, Cit. por Alves, 2006) e a apresentar características similares (idade ou sexo).

Um outro estudo mostra que as raparigas se mostram mais tímidas e fisicamente menos agressivas do que os rapazes face à provocação (Leaper, 2000, Cit. por Alves, 2006).

Enquanto na relação com os adultos, os rapazes reagem de forma mais agressiva às instruções do que as raparigas, estas mostram-se mais agressivas face ao controlo direto, sobretudo quando o adulto é do sexo feminino (Walsh, Pepler & Levene, 2002, Cit. por Alves, 2006).

É importante salientar que ser emocionalmente inteligente não significa ser simpático com toda a gente, mas sim ser honesto relativamente ao que se sente. Devendo sempre ter consciência dos próprios sentimentos e dos sentimentos dos outros.

Em suma, mais do que um elevado Q.I, os melhores destacam-se pela autoconsciência, pela gestão das emoções, pela automotivação, pela empatia e pela gestão de relacionamentos em grupos, que faz com que o indivíduo se adapte à mudança, abrindo uma panóplia de novas competências quer a nível pessoal como emocional. Após a revisão teórica dos conceitos em torno das capacidades da IE, poderá dizer-se que Goleman (2003) é defensor da noção de que pessoas emocionalmente mais competentes apresentam uma relação consigo mesmas, e com os outros, mais positiva.

A inteligência emocional é definida como sendo a capacidade para perceber as emoções, para aceder e gerar emoções que possam auxiliar o pensamento; para as compreender, compreendendo também o conhecimento emocional, e para reflexivamente as regular de tal modo que possam promover o crescimento intelectual e emocional. Ou seja, a emoção torna o pensamento mais inteligente, e a inteligência permite pensar e usar, de modo mais apurado, as emoções.

2 - Emoções

Desde Descartes, as emoções têm ocupado um papel privilegiado em diferentes domínios do saber. A emoção é a primeira forma de linguagem empregue por cada ser humano, nos primeiros segundos de vida através do choro, a primeira forma de comunicação.

Damásio (2001) demonstra nos seus estudos que sem emoção é impossível tomar qualquer decisão. As emoções são reações a acontecimentos, que surgem inesperadamente, e têm uma duração breve, estando por isso relacionadas com o presente. Quando um indivíduo se emociona, transmite para o exterior algo que evidencia a sua emoção, esta manifestação de emoções pode ser feita através da expressão facial, do tom de voz, do corpo ou de movimentos.

De acordo com Filliozat (2001), a emoção é um movimento em direção ao exterior, um impulso que nasce do interior de nós próprios e que fala aos que nos rodeiam, uma sensação que nos diz quem somos e que nos coloca em ligação com o mundo.

Assim sendo, as emoções têm a capacidade de influenciar as escolhas pessoais, os relacionamentos com os outros e os comportamentos, de acordo com estudos realizados por alguns investigadores existe a possibilidade das emoções serem educadas. Quando o indivíduo é emocionalmente inteligente, consegue experimentar todas as emoções tendo plena consciência quando elas ocorrem e o que fazer para as controlar.

As emoções são divididas em dois tipos: negativas e positivas. As emoções negativas causam infelicidade, medo e tensão, afetando o rendimento escolar.

Quando se pensa em emoções positivas, normalmente a alegria ou felicidade, destacam-se de imediato. Estas conduzem a humores positivos como, risos, sorrisos e a alegria compartilhada são considerados sinais sociais de abertura a novas interações amistosas que acabam por criar laços entre as pessoas (Fredrickson & Cohn, 2008, Cit. por Neto 2009).

Em síntese, na realidade, a investigação tem-se dedicado muito mais ao estudo das emoções negativas do que das emoções positivas (Strongman, 1998). Talvez porque as expressões faciais das emoções negativas são mais facilmente identificadas do que as das positivas, o que explicaria uma tendência de estas serem mais estudadas. As emoções positivas possuem um efeito estimulante e renovador. Num ambiente em que o indivíduo é bem tratado, este tende a sentir-se mais seguro e confiante. Atualmente tem-se aumentado o interesse pelo estudo das emoções positivas uma vez que estas estão relacionadas ao aumento da longevidade (Fredrickson & Cohn, 2008, Cit. por Neto 2009).

As emoções desempenham um papel fundamental no desenvolvimento humano. Para uma efetiva adaptação social, o indivíduo necessita não só de experienciar as emoções, mas também de agir sobre elas, de modo a geri-las respeitando os seus próprios objetivos. Assim sendo, o indivíduo necessita de ser emocionalmente competente, de modo a otimizar as suas relações com os outros.

3 – Capacidades do Professor Emocionalmente Competente

Para Goleman (2000) a nossa IE determina o nosso potencial para aprender as aptidões práticas que se baseiam em cinco grandes capacidades que se passam a apresentar, as

primeiras três: autoconsciência, gestão de emoções e automotivação, referem-se à inteligência intrapessoal, que é a habilidade que se encontra centrada em si mesmo, segundo Goleman (2003:59), “ *A inteligência intrapessoal (...) é uma capacidade voltada para dentro. É a capacidade de criarmos um modelo correcto e verídico de nós mesmos e de usar esse modelo para funcionar eficazmente na vida*”.

As duas últimas: empatia e gestão de relacionamentos em grupos remetem-nos para a Inteligência Interpessoal, que é entendida como a habilidade de entender o outro, o que as motiva e como trabalham em grupo. Citando Goleman (2003:59), “*A inteligência interpessoal é a capacidade de compreender as outras pessoas; o que é que as motiva, como é que funcionam, como trabalhar cooperativamente com elas.*”

3.1 – Autoconsciência

A autoconsciência implica tomar consciência das próprias emoções, no momento em que estas estão a acontecer. Segundo Goleman (2000), esta é o alicerce da IE que traduz o conhecimento de si mesmo, resultando da autoanálise de si, da sua vida, de como nos comportamos e de como nos desejamos comportar. O autor reforça a importância desta competência, na tomada de consciência das emoções negativas na nossa vida, tais como: a ansiedade, a tristeza e a agressividade, como a forma mais adequada de nos adaptarmos à situação com que nos deparamos. Saber reconhecer o que sentimos através de uma auto-avaliação real das nossas próprias capacidades é algo que nos dá autoconfiança e nos orienta no momento de tomar uma decisão (Goleman, 2003).

Os indivíduos que conhecem e interpretam os seus sentimentos conduzem a sua vida de uma forma mais estável e proveitosa. Segundo Goleman (2003: 63), “*As pessoas que têm uma certeza maior a respeito dos seus sentimentos governam melhor as suas vidas, tendo uma noção mais segura daquilo que realmente sentem a respeito das decisões que são obrigadas a tomar, desde com quem casar a que emprego aceitar.*”

3.2 - Gestão das Emoções

A capacidade de gerir os próprios sentimentos e emoções diz respeito à forma como conseguimos gerir as emoções adequando-as a cada situação. Evidencia que o conhecimento de si próprio tem como principal objetivo proporcionar o auto-encontro, procurando o aperfeiçoamento constante de si como pessoa através do autodomínio, do controlo dos impulsos/emoções de maneira benéfica e pensar antes de agir, com o

intuito de conquistar a felicidade nos contextos em que se insere (Goleman, 2000). Gerir as emoções emerge do autoconhecimento e tem o significado de autorregular-se de modo a que estas facilitem, em vez de dificultarem, a tarefa que temos em mãos. Para Goleman (2003:63), é também, uma forma de *“lidar com as sensações de modo apropriado.”* A negociação connosco mesmos, com vista a atingir a estabilidade pessoal, é o ponto de partida para uma correta ligação entre o mundo e as pessoas que nos rodeiam, pelo que em certas alturas, gerir as nossas emoções implica a forma correta como descarregamos a nossa raiva ou o mau humor na pessoa certa (Goleman, 2003). O autor diz ainda que as pessoas que possuem esta qualidade em alto grau *“recuperam muito mais depressa dos tombos que a vida nos obriga a dar”* (2003:63).

3.3 - Automotivação

A automotivação é a competência que direciona as nossas emoções para alcançar os nossos objetivos. Descobrir a automotivação é encontrar os motivos que nos levam a trabalhar por razões que vão para além do dinheiro ou do protagonismo social. Um profissional motivado é alguém que coloca persistência e razão nos seus objetivos (Goleman, 2000). O mesmo autor lembra que para tomarmos iniciativas e sermos altamente eficientes, face a contrariedades e frustrações, é necessário usarmos as nossas preferências mais profundas, que nos permitem avançar em direção aos nossos objetivos (Goleman, 2003).

A capacidade de automotivação é entendida como a forma de nos mantermos otimistas em relação aos problemas ou situações desagradáveis. De acordo com Goleman (2003:63), *“As pessoas que possuem esta aptidão tendem a ser mais altamente produtivas e eficazes em tudo o que fazem”*.

3.4 – Empatia

A empatia compreende a forma como percebemos e interpretamos as emoções dos outros, tendo a noção do que as pessoas sentem, ser capazes de adotar a sua perspetiva e cultivar laços e sintonia com as outras pessoas (Goleman, 2003). As competências da IE estão ligadas umas às outras e aplicam-se tanto ao indivíduo como ao grupo. Como refere Goleman (2002), o facto de, num grupo, os indivíduos mostrarem empatia uns com os outros, leva o grupo a criar e a desenvolver normas positivas para gerir as relações do grupo com o exterior.

Como refere Goleman (2000), a empatia é fundamental para o sucesso nas relações interpessoais, sendo a capacidade para entender as emoções dos outros, de acordo com as suas respostas emocionais. No trabalho em equipa esta capacidade assume todo o seu significado, na promoção e desenvolvimento de um clima organizacional favorável às boas práticas. Esta habilidade é considerada como qualidade fundamental para os profissionais da área do ensino (Goleman, 2003).

3.5 - Gestão de Relacionamentos em Grupos

A gestão de relacionamentos em grupos é a facilidade de estabelecer relacionamentos com os outros, saber trabalhar em grupo, ser capaz de liderar situações e ainda solucionar eventuais divergências que possam surgir. Gerir os relacionamentos em grupos, é uma aptidão social que consiste em saber fazer bem a leitura das situações de um grupo (social, familiar, profissional), por forma a ter a capacidade para gerir as relações no seio de um grupo, formal ou informal. É relacionar com harmonia as suas competências para persuadir, liderar, negociar, trabalhar em equipa e resolver conflitos de forma eficiente (Goleman, 2003).

O treino da assertividade é algo primordial no estabelecimento de relações eficientes (pedagógicas, terapêuticas, pessoais e profissionais), no sentido de lidarmos bem com as reações emocionais dos outros e quando nos deparamos com situações emocionais desgastantes. Segundo Goleman (2003:64), *“São estas capacidades que estão na base da popularidade, da liderança e da eficácia interpessoal”*.

4 - A Família e a Educação Emocional

As pesquisas realizadas por Gottman & Declaire (2000) referem que a educação emocional deve começar no seio familiar. Desta forma, torna-se imprescindível que as crianças sejam habituadas a expressar e a lidar com as suas emoções desde a mais tenra idade, contando sempre com o auxílio dos pais. É importante que as crianças saibam lidar com as emoções, sobretudo com as negativas, como é o caso da raiva, do medo e da tristeza para que estas se tornem adultos emocionalmente inteligentes.

A família é a principal escola na aprendizagem emocional, contudo os pais nem sempre possuem competências emocionais. Por vezes, no seio familiar existem diversos fatores que interferem na harmonia emocional dos pais e naturalmente dos filhos.

Gottman & Declaire (2000) realizaram diversos estudos nesta área e chegaram à conclusão que as crianças cujos pais utilizavam a “Orientação Emocional” se revelavam emocionalmente mais inteligentes e conseguiram maior sucesso no meio escolar e nas suas relações com os pares. Por isso, uma das principais preocupações dos pais hoje em dia é educar os seus filhos para que estes estejam preparados para enfrentar adequadamente os desafios que possam surgir.

A família assume um papel preponderante, tornando-se no primeiro agente para a aprendizagem emocional, na medida em que nos ensina a respeitar os outros e a nós próprios; a interpretar e a exprimir sentimentos e emoções e ainda a reagir perante diversas situações. Para Marujo (1997), este processo de aprendizagem não termina aqui, por outro lado, este irá continuar, na medida em que os pais irão ser os modelos para as crianças de como estas devem lidar com os seus próprios sentimentos, como devem encarar as crenças pessoais e educacionais; a capacidade de enfrentarem problemas; toda esta relação entre a criança e os pais irá ser fundamental para um bom equilíbrio emocional das mesmas.

Goleman (2000) realizou vários estudos onde pretende evidenciar que o modo como os pais lidam com os seus filhos (com compreensão, demasiado severos, com indiferença ou com ternura) pode ter consequências profundas para a vida emocional da criança.

Em suma, a família desempenha um papel essencial como preparadores emocionais e mediadores de futuras gerações durante a construção de um relacionamento mais afetivo e a reflexão sobre sentimentos e lições de vida, otimizando que ao entrarem na fase adulta os seus filhos tenham facilidade na superação das dificuldades que possam surgir na sua vida (afetiva, profissional e pessoal), conseguindo obter sucesso e serem felizes. Assim sendo, o trabalho em conjunto com os pais cria uma atmosfera de confiança e de partilha que pode ser bastante saudável e proveitosa para a criança. Contudo, este trabalho não é apenas benéfico para a criança, este torna-se também bastante proveitoso para os próprios pais. Acresce referir que os pais poderão ensinar os seus filhos a lidar de uma forma competente com as tarefas envolvidas no relacionamento com pares e disciplinar comportamentos inadequados dirigidos a estes (Petti & Mize, 1993, Cit. Alves, 2006).

5 - O Papel da Escola e dos Professores na Promoção da Inteligência Emocional

De acordo com alguns autores, a educação emocional pode ser compreendida como um processo educativo, contínuo e permanente, que pretende potenciar o desenvolvimento emocional como complemento do desenvolvimento cognitivo, sendo que ambos são imprescindíveis para o desenvolvimento total da personalidade de um indivíduo. O processo de educação emocional tem como objectivo primordial aumentar o bem-estar pessoal e social dos alunos, tornando-os emocionalmente mais inteligentes, fazendo com que estes consigam trabalhar em grupo, sejam mais otimistas e confiantes para enfrentar os problemas que possam surgir diariamente.

Partindo-se do pressuposto que cabe à escola não só ensinar como também educar, esta deve ajudar os alunos a desenvolverem a sua inteligência emocional, esta medida pode contribuir para a diminuição da indisciplina e desmotivação, contribuindo para o sucesso escolar dos alunos. Tal como refere Goleman (2000) é importante “educar” as emoções para permitir aos alunos lidar com diversos tipos de situações, tais como, frustrações, reconhecer os seus medos e angústias, trabalhar em grupo, entre outros. De acordo com o autor supracitado, um princípio essencial para o desenvolvimento da inteligência emocional na sala de aula é o respeito que os educandos devem ter uns pelos outros. O aluno que aprende a conviver e melhorar o seu comportamento perante as dificuldades que possam surgir, irá enfrentar melhor os seus problemas, sendo capaz de expressar melhor as suas ideias e pensamentos.

Para Connell (1997: 91, Cit. por Peres 1999), *“Ser professor não é só uma questão de possuir um corpo de conhecimentos e capacidade de controlo da aula. Para ser professor é preciso ter capacidade de estabelecer relações humanas com as pessoas a quem se ensina”*. O professor deverá ensinar aos seus alunos a reconhecer, expressar e comunicar as suas emoções, ajudando-os a demonstrar as suas necessidades emocionais. Para Salovey & Sluyter (1999), o professor desempenha um papel muito importante, na medida em que este é um modelo a seguir pelos seus alunos, através de um comportamento menos formal, criando uma certa empatia com os educandos. Estes autores defendem que os professores necessitam de uma preparação e de um apoio emocional constante para que possam transmitir competências emocionais aos seus educandos. Os autores supracitados, defendem que a escola deveria promover

programas que “*enfoquem as competências emocionais*” salientam ainda para o facto destes programas serem forçosamente orientados com o devido cuidado.

A competência emocional dos professores é muito importante como forma de intervir no processo de ensino aprendizagem. Assim, o primeiro passo a dar é conhecer bem o grupo com que se vai trabalhar, quanto maior for o conhecimento, maior será a eficácia da ação pedagógica, todos os aspetos são importantes e devem ser tidos em consideração, como é o caso dos interesses, as curiosidades, a história de vida, entre outros. É ainda importante conhecer os aspetos cognitivos, afetivos, emocionais, tudo isto implica, uma constante investigação, recorrendo a diálogos e a observações, de maneira a satisfazer as necessidades expressas pelos alunos.

O tipo de feedback que os professores fornecem aos alunos parece ser igualmente essencial para a aprendizagem e para a aquisição de competências podendo contribuir para a motivação, ao apoiar o envolvimento continuado no processo de aprendizagem (Shute, 2008, Cit. por Cadima, Leal & Cancela, 2011).

Martin & Boeck (1997), defendem que um professor que seja capaz de resolver uma determinada situação problemática de forma construtiva, deverá ter em conta que o seu tom de voz atua sobre o desenvolvimento emocional dos seus educandos.

Existem estudos realizados por Gottman & Declaire (2000), que revelaram que os professores que usavam a empatia no relacionamento com os alunos, conseguiram que os seus alunos melhorassem a sua autoestima, o rendimento escolar, a criatividade e a diminuição dos distúrbios nas aulas e nas faltas.

Segundo Sampaio (2002:228), “*a imagem das situações que nos marcam pode desaparecer mas deixam rasto. Esse rasto, como o de todas as experiências emocionalmente fortes, vai sendo integrado por nós e contribui para a construção dos modelos de referência futuros*”, razão pela qual o professor deverá adotar uma conduta adequada de forma a servir de modelo ao educando.

Em suma, o professor deverá incentivar os alunos a obterem o sucesso. A educação emocional pretende desenvolver nos educandos o sentido de saber controlar, gerir e exprimir as emoções, usando-as da melhor forma, assim como promover um bom relacionamento interpessoal.

PARTE II – ESTUDO EMPÍRICO

1 - Metodologia da Pesquisa

Fortin (2000:372), define metodologia como o “conjunto de métodos e das técnicas que guiam a elaboração do processo de investigação científica”. Os processos metodológicos utilizados foram selecionados no sentido de dar resposta aos objetivos e à questão de investigação.

De acordo com Gil (1999:45), o estudo exploratório “visa proporcionar maior familiaridade com o problema, com vistas a torná-lo explícito ou a construir hipóteses, tendo como objetivo principal o aprimoramento de ideias ou a descoberta de intuições.” Para Cervo e Bervian (1996:49), “O estudo exploratório é o passo inicial no processo de pesquisa pela experiência e auxílio que traz na formulação de hipóteses significativas para posteriores pesquisas”, ou seja, a pesquisa exploratória, para estes autores, é vista como uma forma de pesquisa descritiva onde se fazem afirmações explicativas em relação à construção de hipóteses no estudo exploratório.

Neste sentido, a pesquisa exploratória pode ser realizada através de diversas técnicas, habitualmente uma amostra reduzida permite que o pesquisador consiga formular o seu problema de pesquisa, permitindo-lhe escolher as técnicas mais adequadas às suas pesquisas.

Assim sendo, tendo em consideração o exposto anteriormente, o presente trabalho é de cariz exploratório transversal qualitativo, este tipo de estudo realiza descrições exatas de uma determinada situação e tem como objectivo principal familiarizar-se com o assunto que se pretende estudar. O estudo exploratório é aconselhado quando existem escassos conhecimentos sobre o problema a ser estudado, sendo que este permite uma maior compreensão acerca do mesmo.

Para uma pesquisa ser considerada de natureza exploratória, esta tem que envolver uma pesquisa bibliográfica acerca do assunto a estudar e realizar entrevistas com indivíduos que têm ou tiveram experiências práticas de acordo com a questão problema.

2 - Formulação do Objeto de Estudo

Como já foi referido, este projeto de investigação tem como principal objectivo dar resposta à seguinte questão de partida: “De que forma os professores desenvolvem o seu

trabalho na sala de aula de modo a promover a Inteligência Emocional nos alunos do 1.º Ciclo do Ensino Básico”.

Pretende-se ainda dar resposta aos seguintes objetivos específicos:

- Conhecer o grau de importância que os professores atribuem ao desenvolvimento da inteligência emocional nos alunos;
- Verificar as competências emocionais dos professores (autoconsciência, gestão das emoções, automotivação, empatia, gestão dos relacionamentos em grupos);
- Delinear estratégias para melhorar o desenvolvimento das competências emocionais dos seus alunos.

3 - Participantes

O presente estudo incidiu sobre sete participantes, estes são maioritariamente do género feminino, cinco professoras, por oposição ao masculino que constituem apenas dois professores. Os níveis de formação académica dos entrevistados concentram-se na licenciatura em 1.º Ciclo do Ensino Básico, sendo que apenas uma é licenciada em Português/Francês e outra é licenciada em 2.º Ciclo variante Matemática e Ciências da Natureza.

Quanto à instituição todos os professores trabalham no Baixo Alentejo, sendo que três trabalham no Agrupamento Vertical de Colos, um no Agrupamento de Escolas de Grândola, outro no Agrupamento de Escolas de Aljustrel, um no Agrupamento de Escolas de Odemira e por fim um no Agrupamento de Escolas de Vila Nova de Milfontes. No que diz respeito aos anos de serviço dos entrevistados, estes variam entre os quatro e os trinta e cinco anos, E4 é o que apresenta o maior número anos de serviço (35 anos), em contrapartida o E6 é o que apresenta o menor número de anos de serviço (4 anos).

4 - Instrumentos e Técnicas de Recolha de Dados

Na realização deste estudo foram utilizadas entrevistas semiestruturadas a sete professores do 1.º CEB, estas permitiram chegar a informações mais precisas e autênticas, pois esta é uma técnica que utiliza a informação verbal. A entrevista caracteriza-se pela existência de um guião previamente preparado para auxiliar na

conversa entre o entrevistador e o entrevistado, tendo como principal objectivo captar a informação pretendida de uma forma directa e imediata, possibilitando ter acesso sobre o assunto desejado.

De acordo com Thomas e Nelson (2002) as entrevistas são instrumentos extremamente válidos, pois as respostas encontradas são confiáveis. A entrevista é uma técnica que utiliza a informação verbal, deste modo, é definida por Haguette (1997:86) como um *“processo de interação social entre duas pessoas na qual uma delas, o entrevistador, tem por objetivo a obtenção de informações por parte do outro, o entrevistado”*.

Assim sendo, elaborou-se um guião de entrevista (Apêndice I), cujas questões permitiram a obtenção de respostas relacionadas com o objectivo de investigação em causa.

Apresenta-se de seguida o tema e os objetivos específicos de cada dimensão do guião de entrevista a Professores sobre Práticas de Educação Emocional:

- **Dimensão I-** Caracterização do entrevistado, tendo como objetivo conhecer o entrevistado.
- **Dimensão II** - Valorização da IE dos professores, tendo como objetivo conhecer o grau de importância que os professores atribuem ao desenvolvimento da IE nos alunos.
- **Dimensão III** - Competências Emocionais, tendo como objetivo verificar as competências emocionais.
- **Dimensão IV-** Percepção da autoconsciência, tendo como objetivo perceber a autoconsciência.
- **Dimensão V-** Percepção da gestão de emoções, esta tem como objetivo verificar a gestão das emoções.
- **Dimensão VI-** Percepção da automotivação, tendo como objetivo verificar a percepção da automotivação.
- **Dimensão VII** - Verificação da empatia, tendo esta como objetivo verificar a empatia.
- **Dimensão VIII** - Gestão de relacionamentos em grupos, tendo como objetivo verificar a gestão de relacionamentos em grupos.
- **Dimensão IX** - Assertividade, tendo como objetivo verificar a assertividade.
- **Dimensão X** - Situações que mais colocam à prova a IE dos professores, tendo como objetivo conhecer as situações que mais colocam à prova a IE dos professores.

- **Dimensão XI** - Estratégias para impulsionar as competências emocionais, sendo que o objetivo é delinear estratégias para melhorar o desenvolvimento das competências emocionais dos alunos.
- **Dimensão XII**- Formação ao nível da IE, tendo como objetivo conhecer o tipo de formação recebida pelo professor no âmbito da IE.
- **Dimensão XIII**- Necessidades formativas ao nível da IE, tendo como objetivo identificar as necessidades formativas ao nível da IE.
- **Dimensão XIV**- Validação da entrevista, tendo como objetivo recolher sugestões a incluir na entrevista.

5 – Procedimentos

O estudo iniciou-se com a revisão da literatura, tendo como objetivo principal *“identificar a forma como os professores desenvolvem o seu trabalho na sala de aula de modo a promover a Inteligência Emocional nos alunos do 1.º CEB.”* A pesquisa bibliográfica baseou-se essencialmente no modelo da inteligência emocional de Daniel Goleman (2000, 2003).

Delimitados os participantes do estudo, revela-se agora importante mostrar as etapas que se seguem na prossecução do estudo. Inicialmente irá começar-se pela formulação do objeto de estudo, assim como a metodologia de pesquisa, os sujeitos participantes no estudo aos quais se irão aplicar os instrumentos de recolha de dados. Determinados os instrumentos de recolha de dados, seguem-se as explicações que esclarecem a forma como foi efetuada a recolha de dados. Após a recolha de dados procede-se ao tratamento dos dados, dos quais irão surgir os resultados obtidos através dos sujeitos participantes no estudo, relativamente à *“forma como os professores desenvolvem o seu trabalho na sala de aula de modo a promover a Inteligência Emocional nos alunos do 1.º Ciclo do Ensino Básico.”* No final desta investigação poder-se-ão destacar as principais conclusões do estudo.

Em síntese, o processo de construção das entrevistas foi um processo que passou por diversas fases. Como não existia um guião que se adequasse ao estudo sentiu-se necessidade de construir um que tivesse em conta as dimensões referidas anteriormente. Assim sendo, antes de proceder à entrevista propriamente dita, foram expostos de forma resumida os objetivos do estudo, sendo que todas as entrevistas foram escritas, pois os entrevistados não permitiram a sua gravação. Os entrevistados foram codificados com a

letra (E), e numerados de 1 a 7 de acordo com a sequência da realização das entrevistas a fim de assegurar o anonimato e o carácter confidencial das informações prestadas.

É ainda de referir que todas as entrevistas foram realizadas no local de trabalho dos entrevistados e que cada uma demorou cerca de trinta minutos.

6 - Tratamento de Dados

Para o tratamento de dados recorreu-se à análise de conteúdo para as informações obtidas através das entrevistas, pois este é o método mais adequado no âmbito da investigação qualitativa.

Tendo em conta os objetivos que foram definidos e a natureza da investigação, optou-se pela análise de conteúdo, tal como refere Bardin (2004:18), esta é *“uma técnica de investigação para a descrição objetiva, sistemática e quantitativa do conteúdo manifesto da comunicação”*. Esta técnica propõe analisar o que é explícito no texto para obtenção de indicadores que permitam fazer inferências. Para o tipo de entrevista em apreço é indicada a modalidade de análise qualitativa (procura-se analisar a presença ou a ausência de uma ou de várias características do texto).

De entre as muitas técnicas de análise de conteúdo, Bardin (2004:147) refere que a análise por categorias é a mais utilizada pois define-a como sendo um conjunto de *“operações de divisão do texto em unidades, e categorias...”*, ainda de acordo com o mesmo autor a categorização tem como principal objetivo fornecer uma representação simplificada dos dados “brutos” que permitem organizar as respostas dadas pelos entrevistados, resumindo-as, proporcionando assim, uma representação simples de todo o conjunto de dados

Em suma, todo o processo de categorização foi obedecendo a diferentes fases, morosas, primeiramente, as entrevista realizadas aos professores foram integralmente transcritas para o Microsoft Office Word, a sua exploração foi feita através de um quadro síntese, onde foram definidas as dimensões, as categorias e subcategorias que serviram de base para a análise das entrevistas.

7- Apresentação e Análise dos Resultados

Após a recolha de dados, procedeu-se à análise dos mesmos. De seguida, serão apresentados os resultados obtidos através da análise de conteúdo das sete entrevistas aos professores de 1.º Ciclo do Ensino Básico. No sentido de facilitar a apresentação e a

leitura da informação recolhida, irá incluir-se, sempre que se considere oportuno, alguns quadros que permitem sistematizar e simplificar os dados (Huberman & Miles, 1991).

7.1. Caracterização dos Participantes

	Género	Formação Académica	Agrupamento	Anos Serviço
E1	Feminino	Licenciatura em 2.ºCiclo variante de Matemática e Ciências da Natureza	Escolas de Aljustrel	15 Anos
E2	Feminino	Licenciatura em Português e Francês	Escolas de Odemira	17 Anos
E3	Masculino	Licenciatura em 1.º Ciclo do Ensino Básico	Escolas de Colos	13 Anos
E4	Feminino	Licenciatura em 1.º Ciclo do Ensino Básico	Escolas de Colos	35 Anos
E5	Feminino	Licenciatura em 1.º Ciclo do Ensino Básico	Escolas de Colos	23 Anos
E6	Feminino	Licenciatura em 1.º Ciclo do Ensino Básico	Escolas de Colos	4 Anos
E7	Masculino	Licenciatura em 1.º Ciclo do Ensino Básico	Escolas de Vila Nova de Milfontes	8 Anos

Quadro 1 – Caraterização dos Participantes

Como podemos verificar através da leitura do quadro 1, os sete entrevistados são maioritariamente do sexo feminino. Relativamente à formação académica todos os entrevistados possuem uma licenciatura. No que diz respeito ao Agrupamento em que os sete entrevistados lecionam, todos eles se encontram a trabalhar no Baixo Alentejo. Os anos de serviço dos entrevistados variam entre os quatro e os trinta e cinco anos.

7.2. Entrevistas a Professores do 1.º Ciclo do Ensino Básico

7.2.1. Entrevistado 1

Este entrevistado valoriza a inteligência emocional, refere a este propósito que a IE “...ajuda a conceber, compreender e raciocinar, por um conjunto de capacidades que permitem viver e enfrentar o mundo que os rodeia”. Considera-se uma pessoa “comunicativa”, consegue criar “laços de amizade, confiança, reconhecimento, carinho, conforto”. Afirma reconhecer as suas emoções “através da alegria, do entusiasmo, do medo, na tristeza na maneira de pensar, sentir ou agir.” Assegura ter algum domínio das competências emocionais essenciais para ser uma profissional de ensino competente. Considera que as situações de conflito são aquelas que mais colocam à prova a IE dos

docentes. Na sua opinião deveriam “criar espaços para a descontração, para a discussão, para que o professor possa falar dos seus sentimentos, dos seus medos e das suas incertezas.”

7.2.2. Entrevistado 2

O entrevistado 2, define a IE como “a capacidade de perceber/reconhecer os seus sentimentos e os dos outros que nos rodeiam”. Na sua opinião as competências emocionais são “...fulcrais para a evolução e sucesso do aluno.” Afirma que “se não se estabelecerem laços afetivos não se criam momentos de aprendizagem, há simplesmente transmissão de conteúdos lineares, pouco consistentes”. Considera-se uma profissional de ensino competente e consciente das suas emoções, “reconheço facilmente as minhas emoções e sentimentos porque tenho consciência do meu ser e faço autoanálises às minhas atitudes”. No que diz respeito às estratégias de ensino, defende que tenta “promover (...) ambientes promotores de boas relações: diagnósticos assertivos, entreajuda, diálogo, cooperação, confiança”.

7.2.3. Entrevistado 3

O entrevistado 3 tem uma boa perceção do conceito de IE, menciona que esta capacidade é muito importante no desenvolvimento dos alunos pois “...irá permitir um melhor relacionamento entre pares, melhorará a relação entre os alunos e todos os outros intervenientes na ação educativa.” Considera que o professor é visto como uma figura paternal, estabelecendo laços afetivos com relativa facilidade. Autopercepciona-se um profissional emocionalmente competente. No que respeita às estratégias utilizadas procura “fazer com que os alunos reflitam acerca dos seus comportamentos, (...) alertar para serem calmos nos seus impulsos, ”não fazer as coisas sem pensar”.

7.2.4. Entrevistado 4

O entrevistado 4 tem uma noção simplificada do conceito de IE. Demonstra ser um profissional de ensino emocionalmente competente, como evidencia através deste depoimento “A empatia é mais uma capacidade que todos os docentes deveriam ter (...). Temos que ter a capacidade de sentir/ estar no lugar do aluno (...). Tal como a maioria dos entrevistados afirma que as situações mais complicadas de resolver são os conflitos com os encarregados de educação. Por outro lado, afirma que os professores deveriam “ouvir sempre a opinião dos alunos, (...) mediar os conflitos para haver sempre uma

boa harmonia no espaço escola, incutir nos alunos valores para a vida em sociedade, respeito.”

7.2.5. Entrevistado 5

O entrevistado 5 afirma que a “inteligência emocional é a aptidão que cada indivíduo tem para conseguir perceber os seus sentimentos e os dos outros.” Assegura relacionar-se bem em grupos e ainda reconhece as suas emoções e as dos outros. Revela pouco conhecimento da forma como promover atividades estimuladoras de competências emocionais nos seus alunos, afirmando não ter “...conhecimento de como aplicar essas estratégias.”

7.2.6. Entrevistado 6

O entrevistado 6 menciona que a IE é a capacidade do indivíduo ser autoconsciente e empático. Defende que a IE é muito importante no desenvolvimento dos alunos na medida em que esta capacidade os ajudará a relacionarem-se consigo e com os outros. Na sua opinião as situações que mais colocam à prova a IE dos professores são as emoções negativas como “...grandes cargas de frustração e de fracasso”. Afirma que gostaria de realizar formações no âmbito da educação sexual, das expressões e da inteligência emocional.

7.2.7. Entrevistado 7

Este entrevistado define a autoconsciência como uma competência essencial da IE. Estabelece laços afetivos com os alunos “...estabelecendo regras dentro da sala, mas ao mesmo tempo dando carinho e compreensão, colocando-me muitas vezes no papel do aluno tentando perceber o porquê de algumas das suas reações.” Considera extremamente importante desenvolver estratégias que permitam desenvolver a IE, para tal, “...poderiam fazer-se jogos em que ambos participassem, desenvolver momentos de tertúlias com assuntos de interesses em comum e principalmente tentar que os professores se coloquem no papel dos alunos, assim como os alunos no papel dos professores.”

7.3. Práticas de Educação Emocional no 1.º Ciclo do Ensino Básico

Tendo em vista que o investigador numa análise de dados qualitativa quer apreender “*algo a partir do que os sujeitos da investigação lhe confiam*” (Amado, 2000), foi

elaborado um quadro síntese, construído a partir dos objetivos traçados, das perguntas lançadas pela entrevistadora e de recortes do discurso dos entrevistados. Através dos gráficos que se seguem podemos verificar as dimensões que foram estudadas.

8.1. Valorização da IE dos professores

Dimensões	Categorias	Sub-Categorias	Frequência	Percentagem
Valorização da IE dos professores	O que entende por IE?	Gestão das Emoções	6	54,5%
		Autoconsciência	2	18,2%
		Empatia	3	27,3%
	Acha que a IE é importante para o desenvolvimento dos seus alunos? Porquê?	Conceber, compreender e raciocinar	1	14,3%
		Relações de confiança	1	14,3%
		Relacionamento entre pares	1	14,3%
		Empatia	3	42,9%
		Autoconsciência	1	14,3%

Quadro 2- Valorização da IE dos professores

Os sete entrevistados revelaram algumas dificuldades nesta temática quando questionados sobre “*O que entende por Inteligência Emocional?*”, sendo que a definiram como “*(...) a capacidade de conseguir entender os nossos sentimentos e os dos outros e conseguir lidar com eles(...)*” (E4) ou como “*(...) a capacidade para controlar as emoções tornando-as colaborantes no processo de crescimento interno.*”(E1)

No que diz respeito a importância que estes atribuem à IE no desenvolvimento dos seus alunos, todos manifestaram a mesma opinião, sendo que a consideram extremamente importante na criação de laços afetivos, como podemos verificar “*...a inteligência emocional é muito importante para os alunos pois irá possibilitar aos alunos um melhor relacionamento entre pares e com todos os intervenientes na acção educativa...*”. (E2)

Relativamente à valorização das competências emocionais verificou-se que a maior parte dos professores consegue criar laços de amizade, ou seja, a amizade é importante para eles, como podemos observar através da leitura do quadro 2. Racionalizam os sentimentos e emoções, contudo, apresentam dificuldades nos momentos de

aprendizagens, pois não conseguem criar laços afetivos nos momentos de aprendizagem, o que não é bom, pois a emoção deve estar presente durante os momentos de aprendizagem.

8.2. Competências Emocionais

Dimensões	Categorias	Sub-Categorias	Frequência	Percentagem
Competências Emocionais	Tem facilidade em estabelecer relacionamentos com os outros?	Comunicativa	4	57,1%
		Adaptação ao outro	3	42,9%
	Consegue criar laços afetivos com os seus alunos, tanto dentro como fora da escola?	Diálogo	1	14,3%
		Laços de Amizade	5	71,4%
		Momentos de Aprendizagem	1	14,3%
	Reconhece as suas emoções e sentimentos? De que forma?	Racionaliza os sentimentos/emoções	5	71,4%
		Ser Consciente	1	14,3%
		Não responde	1	14,3%

Quadro 3- Competências Emocionais

Os entrevistados afirmam ter facilidade em estabelecer relações com os outros, a maioria consideram ser pessoas comunicativas e que se adaptam com facilidade ao outro. *“Facilmente estabeleço contacto com o outro porque sou bastante comunicativa. A partir da oralidade e direccionalidade do discurso, não descurando fatores ambientais e relacionais estabelecem-se relações de confiança favorecedoras de momentos de partilha.”* (E2)

A maioria dos entrevistados afirmam estabelecer laços afetivos com os seus alunos com alguma rapidez, sendo que a maioria consegue criar laços de amizade com os mesmos *“(…) facilmente estabeleço contacto com os outros porque sou bastante comunicativa. A partir da oralidade, e direccionalidade do discurso, não descurando fatores ambientais e relacionais estabelecem-se relações de confiança e momentos de partilha.”* (E2), ou *“estabeleço relações cordiais com as pessoas com quem travo conhecimento num primeiro momento (...), mais tarde se houver empatia as relações serão fortificadas.”* (E3)

De acordo com a questão *“Reconhece as suas emoções e sentimentos? De que forma?”*, todos os professores afirmaram reconhecer as suas emoções, considerando-se

indivíduos conscientes, que refletem sobre as suas atitudes, estes afirmam que o reconhecimento das suas emoções muitas vezes é visível “*pelo tom de voz, pelo cansaço, pelo riso...*”(E7).

8.3. Autoconsciência

Dimensões	Categorias	Sub-Categorias	Frequência	Percentagem
Autoconsciência	Considera-se uma pessoa autoconsciência?	Auto-Percepção Consciente	5	71,4%
		Percepção positiva de si	2	28,6%

Quadro 4- Autoconsciência

A maioria dos entrevistados não tem uma percepção positiva de si, sendo que estes definem a autoconsciência como a capacidade de compreender as próprias emoções e favorecer aptidões como a comunicação, no que diz respeito a esta capacidade estes conseguem compreender as suas atitudes e as consequências dos seus atos “*...antes de agir costumo refletir sobre a atitude a tomar isto pressupõe muitas vezes ter a capacidade de avaliar os atos.*” (E2)

8.4. Gestão das emoções

Dimensões	Categorias	Sub-Categorias	Frequência	Percentagem
Gestão das Emoções	Como gere as suas emoções?	Identifica, compreende e resolve a situação	3	42,9%
		Consciência do Ser	3	42,9%
		Expressões não-verbais	1	14,2%

Quadro 5- Gestão das Emoções

Relativamente à capacidade de gestão de emoções, a maioria dos entrevistados identifica, compreende e consegue resolver as situações, sendo que têm consciência de si próprios, estes gerem as suas emoções através do diálogo, da análise, da reflexão, como podemos observar, “*tento perceber a gestão das emoções com a adequação consciente à situação em causa, muitas vezes ligada ao contexto em questão.*” (E2)

8.5. Automotivação

Dimensões	Categorias	Sub-Categorias	Frequência	Percentagem
Automotivação	Considera-se uma pessoa automotivada?	Otimismo e Esperança	3	42,9%
		Vontade de Vencer	3	42,9%
		Pessimismo	1	14,2%

Quadro 6- Automotivação

Através da leitura do gráfico 6, podemos observar que a maioria dos entrevistados enfrentam as situações com otimismo e esperança e acima de tudo têm vontade de vencer. Segundo a percepção dos entrevistados, a automotivação é conseguida através de tendências emocionais que facilitam o cumprimento dos seus objetivos laborais “...a docência precisa desta capacidade...” (E4), consideram como base para um bom desempenho o otimismo, a vontade de triunfar, o empenho e a iniciativa “...considero-me plenamente motivada para “dar” aos meus alunos todo o tipo de conhecimentos preponderantes para o seu engrandecimento enquanto pessoas...”. (E2)

8.6. Empatia

Dimensões	Categorias	Sub-Categorias	Frequência	Percentagem
Empatia	Como promove a sua empatia?	Sintonia Relacional	4	57,1%
		Potenciar diversidade	1	14,3 %
		Capacidade de automotivação	2	28,6%

Quadro 7 – Empatia

Das respostas à questão “Como promove a empatia?”, como podemos observar através do gráfico 7, a maioria dos entrevistados defendem que esta capacidade implica ter consciência dos sentimentos e necessidades dos outros, adotando posturas de compreensão dos mesmos, “...tento compreender o lado do outro, (...) tento não julgar...” (E6), ir ao encontro das necessidades dos alunos, do desenvolvimento das capacidades, de com quem se relacionem, potenciar a diversidade, conseguir fazer a leitura das emoções e das relações de poder de um grupo, “...muitas vezes descemos ou subimos e colocamo-nos próximos do outro. Nunca devemos descurar os sentimentos e opiniões dos demais e sim mostrar de forma clara o pretendido em cada situação comunicacional.” (E2)

8.7. Gestão de Relacionamentos de Grupos

Dimensões	Categorias	Sub-Categorias	Frequência	Percentagem
Gestão de Relacionamentos em Grupos	De que forma gere os seus relacionamentos em grupos?	Controlo Relacional	1	14,2%
		Comunicação	3	42,9%
		Criar laços	3	42,9%

Quadro 8- Gestão de Relacionamentos de Grupos

Em relação à questão *“De que forma gere os seus relacionamentos em grupos?”*, a maioria dos entrevistados manifestou que a comunicação e a criação de laços de amizade são muito importantes, sendo que afirmaram que:

E4 – *“No grupo deverá haver a capacidade de aceitar a opinião do outro mas também não nos anularmos, isto é, tentar prevalecer a nossa opinião, delicadamente, sem criar constrangimento no outro.”*

E2 – *“Os relacionamentos em grupos são geridos dando o espaço e oportunidade comunicativa e relacional a cada elemento desse mesmo grupo.”*

Em relação a esta questão os entrevistados (E1, E2, E3, E4, E5, E6, E7), foram unânimes quando disseram que na gestão de relacionamentos em grupos são essenciais habilidades como a eficácia de persuasão, ouvir com abertura, resolver conflitos, liderar, criar laços e trabalhar em equipa para alcançar objetivos comuns.

8.8. Assertividade

Dimensões	Categorias	Sub-Categorias	Frequência	Percentagem
Assertividade	Considera-se uma pessoa assertividade?	Percepção Emocional Positiva	3	42,9%
		Adequar o discurso ao contexto	1	14,3%
		Confiança e Otimismo	3	42,9%

Quadro 9 - Assertividade

Quanto à questão *“Considera-se uma pessoa assertiva?”*, a maioria dos entrevistados considera ter uma percepção emocional positiva e afirmam exprimir os seus sentimentos de forma clara e objetiva, respeitando sempre os outros, *“...expresso os meus pontos de vista sobre assuntos (...) de forma direta, com integridade, honestidade e respeitando os outros acima de tudo”* (E1), tendo a capacidade de conhecer, avaliar e de auto reestruturar os seus pensamentos, *“...tento ponderadamente tomar as melhores decisões e proferir as palavras mais acertadas em cada situação.”* (E3)

8.9. Situações que mais colocam à prova a IE dos professores

Dimensões	Categorias	Sub-Categorias	Frequência	Percentagem
Situações que mais colocam à prova a IE dos professores	Quais as situações que mais colocam à prova a IE dos professores?	Percepção das Emoções	1	14,3%
		Situações de Conflito	4	57,1%
		Desconhecimento do Outro	1	14,3%
		Emoções Negativas	1	14,3%

Quadro 10 - Situações que mais colocam à prova a IE dos professores

No que respeita à questão “*Quais as situações que mais colocam à prova a IE dos professores? Porquê?*”, a maioria dos entrevistados defendem que as situações que mais colocam à prova a IE dos professores, são reclamações delicadas por parte dos encarregados de educação, situações de conflito na sala de aula, a acomodação das pessoas a determinadas situações, “...o desconhecimento do outro e a não capacidade de interpretar/descodificar sentimentos...” (E2), tudo isto implica um bom desenvolvimento emocional por parte do docente na tomada de decisões para um ambiente educativo favorável e harmonioso.

8.10. Estratégias para impulsionar as competências emocionais

Dimensões	Categorias	Sub-Categorias	Frequência	Percentagem
Estratégias para impulsionar competências emocionais	Na sua opinião, quais as estratégias que os professores deveriam utilizar para promover o seu relacionamento com os seus alunos?	Ambiente Agradável	1	14,2%
		Potencializar momentos de partilha	3	42,9%
		Dinâmicas de Grupo	2	28,6%
		Reforço positivo	1	14,2%
	Que estratégias utiliza para promover as competências emocionais dos seus alunos? Tem conhecimento de aplicar essas estratégias?	Espaços de descontração	1	14,2%
		Valorização do aluno	2	28,6%
		Inspirar confiança	2	28,6%
		Ausência de estratégias	1	14,2%
		Jogos Emocionais	1	14,2%

Quadro 11 - Estratégias para impulsionar as competências emocionais

As opiniões dos entrevistados são diversificadas relativamente às estratégias utilizadas por cada um de forma a promover o relacionamento com os seus alunos, a maioria potencializa momentos de partilha, outros valorizam as dinâmicas de grupo, poucos valorizam os ambientes agradáveis e o reforço positivo.

Relativamente às estratégias utilizadas pelos professores para promover competências emocionais nos seus alunos, estes defendem que se deve incutir segurança, valorizar o aluno e, afirmam que é importante que se desenvolva um clima de confiança, “...tento desenvolver as competências emocionais para que o aluno ganhe confiança em si próprio, (...) tendo consciência dos seus valores, do que pretende, da consciência que tem de si próprio. Tento valorizar cada um individualmente” (E2), fazendo com que os alunos reflitam acerca dos seus comportamentos ganhando confiança em si mesmo. O

E7 realiza jogos, leituras, tertúlias e dramatizações que ajudam a promover as competências emocionais dos seus alunos.

8.11. Formação ao nível da IE

Dimensões	Categorias	Sub-Categorias	Frequência	Percentagem
Formação ao nível da IE	Realizou alguma formação no âmbito da IE? Qual? Quais os seus contributos?	Ausência de Formação em IE	7	100%

Quadro 12 – Formação ao nível de IE

Quando questionados sobre se alguma vez frequentaram alguma formação ao nível da IE o não foi unânime, nenhum dos entrevistados participou em nenhuma formação.

A inteligência emocional tem vindo a manifestar-se como uma aptidão fundamental em todos os domínios da atividade profissional e pessoal. Torna-se preocupante a ausência desta aptidão emocional e a incapacidade de gerir emoções, pois no seu quotidiano estes profissionais de ensino podem deparar-se com diversas dificuldades pessoais, familiares, escolares, na interação social e no trabalho.

8.12. Necessidades formativas ao nível da IE

Dimensões	Categorias	Sub-Categorias	Frequência	Percentagem
Necessidades formativas ao nível da IE	Que formação sente necessidade de realizar?	Necessidades Educativas Especiais	3	33,3%
		Inteligência Emocional	4	44,5%
		Expressões (dramática, motora, música)	1	11,1%
		Educação Sexual	1	11,1%
	Que formação pensa que os seus colegas deveriam realizar?	As mesmas necessidades de formação	7	100%

Quadro 13- Necessidades formativas ao nível da IE

Através da análise do gráfico 13, podemos observar que as formações que os entrevistados gostariam de realizar são as seguintes:

E1 – Educação Especial e Inteligência Emocional;

E2 - Inteligência Emocional;

E3 – Necessidades Educativas Especiais;

E4/E5-Necessidades Educativas Especiais e Inteligência Emocional;

E6- Inteligência Emocional, Educação Sexual, Expressões (dramática, motora e musical);

E7 - Inteligência Emocional na Infância.

Podemos constatar, através das respostas obtidas, que a maioria dos entrevistados gostaria de realizar formações no âmbito da Inteligência Emocional e das Necessidades Educativas Especiais.

No que respeita à última questão *“Que formação pensa que os seus colegas deveriam fazer?”*, todos os entrevistados apontaram para os colegas as mesmas formações que apontaram para si, *“Penso que como eu necessito, aponto as mesmas para os meus colegas.”* (E4)

8 - Discussão dos Resultados

No que diz respeito à valorização da inteligência emocional dos professores, podemos definir este conceito como uma habilidade individual que permite clarificar, perceber e gerir as nossas emoções e as dos outros, de modo a promover o crescimento pessoal e intelectual do indivíduo, esta possui cinco habilidades fundamentais são elas a autoconsciência; o controlo emocional; a motivação; a empatia e a habilidade social.

A inteligência emocional não é um conceito novo. Baseia-se num longo percurso de pesquisas e de formulação de teorias acerca dos comportamentos sociais e pessoais.

Para Goleman (2000:323), a inteligência emocional é *“(...) a capacidade de reconhecer os nossos sentimentos e os dos outros, de nos motivarmos e de gerirmos bem as emoções em nós e nas nossas relações”*.

A inteligência emocional é imprescindível no desenvolvimento dos alunos, esta pode ser alcançada através de algum treino e esforço, para tal é preciso persistência. Para desenvolver a inteligência emocional na sala de aula é importante que exista respeito mútuo pelos sentimentos dos outros, e para tal é necessário que o professor saiba como se sente e seja capaz de comunicar abertamente as suas sensações e sentimentos.

Para Goleman (2000), é imprescindível “educar” as emoções e fazer com que os alunos também se tornem aptos a lidar com frustrações, negociar com outros, reconhecer as próprias angústias e medos. A educação das emoções fortalece o indivíduo, capacitando-o e equilibrando-o para os problemas da actualidade.

No que se refere às Competências Emocionais, Wallon (Cit. por Dantas, 1992:89), refere que *“(...) a afetividade e a inteligência são essenciais na sala de aula, este*

deverá ser o local onde se inicia o despertar das inteligências, afigurando-se um local propício para o desenvolvimento dos alunos e dos professores que necessitam de estar preparados para lidar com as suas próprias emoções e com as de seus alunos.”

Assim sendo, o professor não deverá negar as suas emoções negativas, mas sim ser capaz de expressá-las de modo natural em contexto sala de aula. Os alunos aprendem através dos atos e atitudes dos professores, assim torna-se essencial o ensino do reconhecimento das suas próprias emoções, tudo isto auxilia os alunos a responsabilizarem-se pelas suas próprias necessidades emocionais.

Relativamente à autoconsciência, o professor é autoconsciente, quando, ao longo do seu percurso pessoal e profissional, responde de forma harmoniosa, sobretudo em situações cujas emoções são negativas (raiva, medo, ódio, desprezo). Um professor é emocionalmente competente quando, se depara com uma situação negativa, ao sentir que está a ficar envolvido por sentimentos desagradáveis, e à medida que estes o invadem, toma consciência de imediato, desse estado de espírito.

Exercícios como a auto-análise, autocrítica e ouvir críticas construtivas devem ser feitos diariamente. A ampliação da autoconsciência necessita do desenvolvimento da autocrítica. A análise pessoal, o prestar atenção em si mesmo e na forma como os outros reagem, fazem parte desta ampliação de consciência, a nobreza de ouvir e aceitar críticas construtivas.

Segundo Goleman, (2000), a gestão das emoções *“é uma aptidão que se desenvolve na autoconsciência”*. É a habilidade de gerir as próprias emoções e sentimentos, adequando-os a cada situação. Perante os desafios diários o professor enfrenta situações favoráveis ao desequilíbrio emocional. A melhor alternativa, será a reflexão, analisar e perceber os factos para reagir de forma mais calma e equilibrada. Assim, é possível controlar os impulsos, agindo de forma inteligente.

Um professor deve ter uma alta percepção do que consegue controlar, deve criar estratégias para resolver os conflitos que possam surgir, procurando tranquilidade em ambientes sossegados. Foi comprovado num estudo realizado por Heil, Powel e Feifer (1960, Cit. por Branco,1999), que professores com autocontrolo são mais eficazes com todo o tipo de alunos.

Quanto à automotivação, esta habilidade está relacionada com a crença pessoal em alcançar os nossos objetivos. O professor automotivado está sempre activo e produtivo na qualidade e bem estar, a motivação leva-o a gostar do que faz.

O professor emocionalmente competente, exceccionalmente age sobre o impulso, ao contrário, entende-se como uma pessoa capaz de controlar os seus impulsos e agir após pensar, o que comprova a noção de maior eficiência cognitiva, porque utiliza maior quantidade de informação e o maior número de regras para tomar decisões complexas.

A empatia é a habilidade que compreende a forma como percebemos e interpretamos as emoções de outrem, gerando compreensão. O professor emocionalmente competente deverá ser capaz de perceber/reconhecer os sentimentos dos outros e adaptar-se ao que estes estão a sentir, independentemente das palavras expressas, o que corrobora a perspectiva de autores como Mekikibin e Joyce (1981) e Walters e Strivers (1977, Cit. por Branco, 1999).

O professor competente deverá ser capaz de ler os sinais não-verbais (expressão facial, atitude comportamental) e valorizar a forma como o outro (aluno, colega), pronuncia as palavras, o tipo de palavras que escolhe, além disso, considera importante o tom de voz e a postura corporal.

Por outro lado, a Gestão de Relacionamentos de Grupos, traduz-se na facilidade de estabelecer relacionamentos com os outros. Esta competência está associada ao indivíduo que tem a percepção de conseguir dar expressão verbal aos sentimentos coletivos, mas que a partir da habilidade em controlar a expressão das suas próprias emoções, se consegue ajustar com os sentimentos que identifica no grupo, sem ser pela necessidade de gostarem dele. O professor emocionalmente competente mantém relações estáveis ao longo do tempo, e nestas, diz claramente o que pensa, comunica olhando as pessoas nos olhos, sente-se calmo, desenvolvendo maior respeito pela individualidade, maior tolerância perante o conflito e uma perspectiva social mais ampla. A assertividade é a habilidade de expressar ideias, opiniões, sentimentos, ao mesmo tempo em que há uma afirmação de direitos, sem violar os direitos dos outros.

O comportamento assertivo é o que torna o professor capaz de agir de acordo com o seu próprio interesse, a expressar os sentimentos de forma sincera ou ainda a desenvolver os seus próprios direitos sem contestar os dos outros. Segundo Goleman (2003:64), *“São estas capacidades que estão na base da popularidade, da liderança e da eficácia interpessoal”*. O treino da assertividade é primordial num profissional de ensino para que este possa estabelecer relações eficazes, a fim de lidar de forma correta com as suas emoções e as dos seus alunos.

As situações que mais colocam à prova a IE dos professores são os conflitos com os alunos ou com os encarregados de educação, estes podem ser resolvidos através de

conversas informais, com pesquisas sobre o que mais lhes interessa, investigação, uma contínua avaliação do ensino-aprendizagem, demonstrar interesse em relação às necessidades expressas, tudo isto contribuirá de forma positiva para a resolução desses problemas. Segundo Goleman (2000:185) *“negociar e resolver desacordos”*, é um facto que parece ser fundamental no contexto educativo.

As estratégias dos professores para impulsionar as competências emocionais dos alunos são inúmeras. O docente deverá ser detentor de conhecimento, alguém que conhece as técnicas da transmissão do saber e habilidade para estabelecer uma relação harmoniosa de ensino-aprendizagem com alunos muitas vezes desmotivados. Ser professor implica para além da transmissão de conteúdos a formação enquanto ser humano, este deverá estar apto para auxiliar o aluno a consciencializar-se das suas emoções, para tal necessita de ser intuitivo, tal como refer Cury (2007:58), *“Quem não desenvolve a intuição pode estar preparado para educar robôs, mas não seres humanos”*.

É no contexto sala de aula que existe a possibilidade de expandir a educação emocional, torna-se importante desenvolver rotinas escolares que favoreçam as dinâmicas de grupo, criação de espaços para que os alunos possam discutir regras da vida, falar sobre conflitos interiores, onde podem também surgir dificuldades emocionais e ainda a necessidade de negociar com os outros para superá-las pode gerar a evolução nos alunos.

Relativamente à formação ao nível de IE, esta apresenta-se mais importante do que o Q.I. dado que a primeira pode ser alvo de trabalho e de melhoramento. As pessoas emocionalmente inteligentes distinguem-se por características como autoconsciência, gestão das emoções, automotivação, empatia e gestão de relacionamentos em grupos. O conhecimento da inteligência emocional assim como dos seus princípios e propostas surge assim como uma mais-valia para qualquer indivíduo que pretenda melhorar significativamente a sua performance profissional e interpessoal.

Os professores estão inseridos num mundo que está em constante mutação, são confrontados diariamente com diversos desafios para os quais a formação inicial não os preparou devidamente. Deste modo, é muito importante reinvestir numa formação contínua e atualizada, porém é necessária uma análise das necessidades de formação dos docentes. Esta formação deverá contribuir para o desenvolvimento pessoal, profissional e social, bem como responder às dificuldades e problemas mais visíveis para que seja possível responder de forma adequada às postulações do dia-a-dia pedagógico do profissional de ensino.

O conceito de formação segundo Garcia (1999) é complexo e distinto pois existem poucas conceptualizações e unanimidade. Contudo, a formação relaciona-se com o desejo e a aptidão de cada indivíduo. Assim, o formando é responsável pelo início e progresso da sua formação, essa formação deverá favorecer o seu melhoramento a nível pessoal e profissional. É desejável que a formação de professores seja contextualizada numa ótica de formação constante. Segundo Rodrigues (1991:476), o conceito de necessidade de formação é *“resultante do confronto entre expectativas, desejos e aspirações, por um lado e, por outro, as dificuldades e problemas sentidos no quotidiano profissional.”*

Ao longo da sua carreira o professor vai sentido algumas lacunas e dificuldades nas diversas situações de trabalho com as quais se depara diariamente. Este profissional de ensino tem como principal objectivo a busca de formação a fim de satisfazer as necessidades primordiais dos alunos, no que diz respeito às aprendizagens adquiridas, à motivação, ao interesse, à autonomia, à interação com o grupo, entre outras.

Em suma, os professores desempenham um papel preponderante na nossa sociedade e são indispensáveis no processo de ensino-aprendizagem e de socialização, tal como refere Silva (1997:55) *“o processo de desenvolvimento de uma perspectiva, nova e criativa, de encarar as situações educativas em que o aprender a interpretar o que se vê e ouve tem um papel primordial.”* Deste modo, é essencial que o papel dos professores seja valorizado permitindo uma melhor qualidade de ensino. Assim sendo, os profissionais de ensino precisam de se sentir seguros e motivados naquilo que fazem, pois o professor atua para desenvolver nos alunos capacidades, competências e saberes. De acordo, com Carrolo (1997:46) *“Ser professor é uma atividade complexa cuja finalidade é a produção de “estados de espírito” e a modificação de mentalidades e comportamentos das pessoas, cujas características relevam do agir comunicacional”.*

Assim, numa abordagem mais alargada, a formação contínua deve abranger não só a atualização permanente dos professores, mas também integrar múltiplas dimensões, ou seja, falar de formação implica falar de um processo de mudança que leva a um crescimento pessoal e profissional dos professores e ao desenvolvimento organizacional dos contextos de trabalho.

Conclusão

Terminada esta investigação, resta-nos tecer algumas considerações em torno do que foi o desenvolvimento deste estudo. A revisão bibliográfica efetuada permitiu-nos uma maior perceção da relevância da Inteligência Emocional em contexto sala de aula.

Através da fundamentação desta investigação, conclui que apesar de cada autor e investigador ter a sua conceção de IE, cada um deles a desenvolve baseando-se nas suas experiências, dando origem a teorias com ligeiras diferenças, mas que, em conjunto, se complementam e não se contradizem. Daniel Goleman (2000, 2003), para além de ser o mais popular é, o autor mais prático e objectivo naquilo que desenvolve, tendo sido por isso, que serviu como modelo base de aplicação do conceito desta investigação.

Para Goleman (2000), a Inteligência Emocional é a aptidão ou a capacidade central de raciocinar com emoção, indica um potencial, para o qual o organismo ou a pessoa, está à priori dotado para concretizar.

Tendo a família um papel preponderante na educação dos filhos, é muito importante que esta transmita segurança e confiança nos mesmos, de modo a fomentar a sua inteligência emocional.

Este estudo teve como objetivo primordial *“identificar de que forma os professores desenvolvem o seu trabalho na sala de aula de modo a promover a Inteligência Emocional nos alunos”*.

Através da informação recolhida foi notório que estes professores utilizam diferentes estratégias para promover a inteligência emocional, que passam desde momentos diálogos, entreajuda, partilha, criação de espaços agradáveis, reflexão e análise dos comportamentos/acontecimentos, leituras, dramatizações e jogos que contribuem para o desenvolvimento de competências emocionais dos alunos. Os entrevistados consideram-se empáticos, assertivos, autoconsciente, e acima de tudo estabelecem laços afetivos com os seus alunos com muita facilidade, sendo que isso se torna indispensável para uma aprendizagem plena, como podemos observar através da opinião da E2, *“Se não se estabelecerem laços afetivos não se criam momentos de aprendizagem, há simplesmente transmissão de conteúdos lineares, pouco consistentes (...) estabeleço facilmente laços de afetividade, como trabalho (...) numa zona rural facilmente esses laços são transpostos para o exterior; no dia-a-dia (supermercado, eventos culturais, festas de anos, festas locais...)”*. Assim sendo, o professor deverá ensinar os alunos a reconhecer

as suas emoções a saber categorizá-las e comunicá-las aos outros, fazendo com que os seus alunos se tornem responsáveis pelas suas próprias necessidades emocionais.

A educação emocional deve ser uma preocupação no processo de formação da criança, pois é uma área essencial para o desenvolvimento pessoal e humano e torna-se imprescindível para a construção de indivíduos socialmente equilibrados. É importante que as crianças saibam identificar e reconhecer as emoções tanto em si como a dos que as rodeiam.

Deste modo, a inteligência emocional não pode ser encarada como um fenómeno escolar, mas sim num processo de construção permanente, devendo iniciar-se no seio familiar, passando pela escola e continuando por toda a vida. Poderá dizer-se que o papel da família e da escola se complementam numa mesma missão, a de ajudar a desenvolver e a formar pessoas.

Com este trabalho pretende-se demonstrar que a inteligência emocional desempenha um papel preponderante na realização pessoal e profissional, tal como refere Goleman (2000:33), *“A nossa Inteligência Emocional determina o nosso potencial para aprender as aptidões práticas que se baseiam em cinco elementos: Autoconsciência, motivação, autodomínio, empatia e talento nas relações”*, assim torna-se imprescindível usar os sentimentos para tomar decisões, saber esperar pelos elogios quando se atingem os objetivos, permanecer otimista apesar das contrariedades e obstáculos que possam surgir, estas são algumas das características que um indivíduo deverá possuir para ser emocionalmente competente. Nunca é tarde para se tornarem cidadãos emocionalmente competentes, pois a inteligência emocional aprende-se, desenvolve-se e melhora-se ao longo da vida.

De acordo com Day (2001), a manutenção de um bom ensino exige que os professores revisitem e revejam regularmente as suas formas de atuação. Por outro lado, exige também que os professores abordem as questões da autoeficácia, da identidade, da realização profissional, do comprometimento e da inteligência emocional. Deste modo, podemos concluir, utilizando as palavras do mesmo autor, segundo o qual *“o bom ensino envolve a cabeça e o coração. Ser um profissional significa manter um comprometimento com a investigação ao longo de toda a vida”* (Day, 2001:103).

Em suma, as limitações deste estudo prendem-se, sobretudo, com o seu carácter exploratório e com o número limitado de participantes no mesmo, devido aos constrangimentos temporais do facto de se tratar de um trabalho no âmbito do mestrado. Neste sentido, esta investigação suscita temas para futuras investigações. Por exemplo,

seria importante conhecer, com mais detalhe, o conceito positivo dos professores. Ainda uma outra linha de investigação que seria importante desenvolver tem a ver com a auscultação das necessidades pessoais (sentido de autoeficácia, motivação, empenho, realização profissional,) e profissionais (gestão da aula, desempenho de cargos) e o modo como estas se podem articular em propostas concretas de aprendizagem e de desenvolvimento profissional a promover junto dos professores e das escolas.

Bibliografia

ALVES, D. (2006). *O Emocional e o Social na Idade Escolar: Uma abordagem dos preditores da aceitação pelos pares*. Dissertação de Mestrado não publicada. Faculdade de Psicologia e Ciências da Educação. Universidade do Porto.

AMADO, J. (2000). *Interacção Pedagógica e Indisciplina na Aula*. Porto Edições ASA.

ANTUNES, C. (2005). *As Inteligências Múltiplas e os seus estímulos*. Porto: Asa Editores.

BARDIN, L. (2004). *Análise de Conteúdo* (4ª ed.). Lisboa: Edições 70.

BOGDAN y BIKLEN. (1994): *Investigação Qualitativa em Educação*. Porto: Porto Editora.

CADIMA, J, LEAL T, & CANCELA, J.,(2011). Interacções professor-aluno nas salas de aula no 1. CEB: Indicadores de Qualidade. Revista Portuguesa de Educação, 24 (1), pp- 7-34. Universidade do Minho.

CARROLO, C. (1997). “*Formação e Identidade Profissional dos Professores*”. in ESTRELA, M. ; CARROLO, C. ; et al. (1997). *Viver E Construir A Profissão Docente*. Porto: Porto Editora.

CERVO, A. L.; BERVIAN, P. A. (1996). *Metodologia Científica*. 4. ed. São Paulo: Makron Books.

DAY, C. (2001). *Desenvolvimento Profissional de Professores. Os desafios da aprendizagem permanente*. Porto: Porto Editora.

DAMÁSIO, A. (2001). *O Erro de Descartes*. Publicações Europa América.

DANTAS, H. (1992) *Afetividade e a construção do sujeito na psicogenética de Wallon*, em La Taille, Y., Dantas, H., Oliveira, M. K. Piaget, Vygotsky e Wallon: teorias psicogenéticas em discussão. São Paulo: Summus Editorial Lda.

FILLIOZAT, I. (2001). *No Coração das Emoções das Crianças*. Cascais: Pergaminho.

FORTIN, M. F., (2000). *O Processo de Investigação – da concepção à realização*. Loures: Lusociência.

GARCÍA, C.M. (1999). *Formação de Professores - Para uma mudança educativa*. Porto: Porto Editora

- GIL, A. C. (1999). *Métodos e Técnicas de Pesquisa Social*. 5.ª ed. São Paulo: Editora Atlas.
- GOLEMAN, Daniel (2000). – *Trabalhar com Inteligência Emocional*. – 3ª ed. Lisboa: Temas e Debates.
- GOLEMAN, Daniel (2003). – *Inteligência Emocional* – 12ª ed. Lisboa: Temas e Debates.
- GOTTMAN, J. & DECLAIRÉ, J. (2000). *A Inteligência Emocional na Educação*. Cascais: Pergaminho.
- HAGUETTE, T. M. F. (1997). *Metodologias Qualitativas na Sociologia*. 5.ª Edição Petrópolis.
- MARTINS, R. (2009). *Conhecimento Emocional e Temperamento em Crianças de Idade Pré-Escolar: Um Estudo Exploratório*. Dissertação de Mestrado não publicada. Faculdade de Psicologia e Ciências da Educação. Universidade do Porto.
- MARTIN, Doris; BOECK, Karin (1997). *O que é a Inteligência Emocional*. Editora Pergaminho, Cascais.
- MARUJO, H. A. (1997). *As práticas parentais e o desenvolvimento sócio-emocional: propostas para uma optimização de recursos e de resultados*. In H. Marchand & H. R.
- NETO, V. (2009). *Emoção e Comportamento Corporal dos Espectadores de Futebol Durante o Jogo*. Dissertação de Mestrado não publicada. Faculdade de Motricidade Humana. Universidade Técnica de Lisboa.
- PERES, A. N. (1999): *Educação Intercultural: utopia ou realidade?* Porto: Profedições.
- QUIVY, R. & CAMPENHOUDT, L.V. (2003). *Manual de Investigação em Ciências Sociais*. 3.ª ed. Lisboa: Gradiva.
- RODRIGUES, M A. (1991). *Necessidades de Formação: contributo para o estudo das necessidades de formação dos professores do ensino secundário*. Universidade de Lisboa, Lisboa.
- SALOVEY, P. & SLUYTER, D. (1999). *Inteligência Emocional da Criança. Aplicações na Educação e no dia-a-dia*. 2.ª ed. Rio de Janeiro: Editora Campus.
- SALOVEY, P., & MAYER, J. (1990). Emotional Intelligence. *Imagination, Cognition, and Personality*, 9, 185-211.

SAMPAIO, D. (2002). *Inventem-se Novos Pais*. 14.^a ed. Lisboa: Editorial Caminho.

SILVA, M. (1997). “*O Primeiro Ano de Docência: O Choque com a realidade*”. In ESTRELA, M. ; CARROLO, C. ; et al. (1997). *Viver E Construir A Profissão Docente*. Porto: Porto Editora.

STRONGMAN, K. (1998). *A Psicologia da Emoção. Uma perspectiva sobre as teorias da emoção*. Lisboa: Climepsi Editores.

THOMAS, J. R., NELSON, J.K. (2002). *Métodos de Pesquisa em atividade Física*. 3^aed. Porto Alegre Artmed.

VALLE, E. (1997). *Educação Emocional*. São Paulo: Olho d’Água.

APÊNDICE I

Guião da Entrevista a Professores sobre Práticas de Educação Emocional

Guião Orientador para a Entrevista a Professores sobre Práticas de Educação Emocional

Enquadramento da entrevista: Estudo exploratório transversal qualitativo

Esta entrevista tem como objectivo identificar de que forma os professores desenvolvem o seu trabalho na sala de aula de modo a promover a Inteligência Emocional nos alunos do 1.º Ciclo do Ensino Básico.

A entrevista terá início, tendo em conta os seguintes aspetos:

- ✓ Informar o entrevistado sobre a temática e objectivo do trabalho de investigação;
- ✓ Sublinhar a importância da participação do entrevistado para a realização do trabalho;
- ✓ Desenvolver um clima de confiança e empatia;
- ✓ Informar que posteriormente poderá ver a transcrição da entrevista.

Entrevistados: Professor(a) de 1º Ciclo do Ensino Básico

Meio de comunicação: tipo – oral (se consentida, gravada)

Tempo previsto de entrevista: de 20 a 30 minutos

1. Caracterização do Entrevistado

1.1. Nome

1.2. Formação académica

1.3. Agrupamento

1.5. Anos de serviço

Objetivo Geral	Objetivos Específicos	Dimensão	Questões
-Identificar de que forma os professores desenvolvem o seu trabalho na sala de aula de modo a promover a Inteligência Emocional nos alunos	-Conhecer o grau de importância que os professores atribuem ao desenvolvimento da IE nos alunos.	- Valorização da IE dos professores.	-O que entende por Inteligência Emocional? -Acha que a IE é importante para no desenvolvimento dos alunos? Porquê?
	-Verificar as competências emocionais dos professores	-Competências Emocionais	-Tem facilidade em estabelecer relacionamentos com os outros? Porquê? -Consegue criar laços afetivos com os seus alunos, tanto dentro como fora da escola? Como? -Reconhece as suas emoções e sentimentos? De que forma?
	-Verificar a autoconsciência	- Autoconsciência	-Considera-se uma pessoa autoconsciente?

	-Verificar a gestão de emoções	-Gestão de Emoções	- Como gere as suas emoções?
	-Verificar a automotivação	-Automotivação	-Considera-se uma pessoa automotivada?
	-Verificar a empatia	-Empatia	-Considera-se uma pessoa empática?
	-Verificar a gestão de relacionamentos em grupos	-Gestão de relacionamentos em grupos	-De que forma gere os seus relacionamentos em grupos?
	-Verificar a assertividade	-Assertividade	-Como lida com as questões de assertividade?
	-Conhecer as situações que mais colocam à prova a IE dos professores.	-Situações que mais colocam à prova a IE dos professores.	-Quais as situações que mais colocam à prova a IE dos professores? Porquê?
	-Delinear estratégias para melhorar o desenvolvimento das competências emocionais dos alunos.	-Estratégias para impulsionar as competências emocionais.	-Na sua opinião, que estratégias os professores deveriam utilizar para promover o seu relacionamento com os alunos? -Que estratégias utiliza para promover as competências emocionais dos seus alunos? Tem conhecimento de aplicar essas estratégias?
	- Conhecer o tipo de formação recebida pelo professor no âmbito da IE.	-Formação ao nível da IE.	-Realizou alguma formação no âmbito da IE? Qual? -Quais os seus contributos?
	-Identificar as necessidades formativas ao nível da IE.	-Necessidades formativas ao nível da IE.	-Que formação sente necessidade de realizar? -Que formação pensa que os seus colegas deviam realizar?
	-Recolher sugestões a incluir na entrevista.	-Validação da entrevista	-Haverá alguma pergunta que não tive a oportunidade de fazer que queira incluir na entrevista?

APÊNDICE II

Transcrição das Entrevistas a Professores sobre Práticas de Educação Emocional

ENTREVISTADO 1

Entrevistador: *Qual a sua formação académica?*

E1: *Licenciatura em 2.º Ciclo variante Matemática e Ciências da Natureza*

Entrevistador: *Qual o nome do Agrupamento para a qual trabalha?*

E1: *Agrupamento de Escolas de Aljustrel*

Entrevistador: *Há quantos anos exerce esta profissão?*

E1: *15 Anos*

Entrevistador: *O que entende por Inteligência Emocional?*

E1: *“...a inteligência emocional compreende capacidades para controlar as emoções, tornando-as colaborantes no processo de crescimento interno...”*

Entrevistador: *Acha que a IE é importante para o desenvolvimento dos alunos? Porquê?*

E1: *“Claro que sim, porque esta ajuda a conceber, compreender e raciocinar, por um conjunto de capacidades que permitem viver e enfrentar o mundo que os rodeia, nomeadamente: a capacidade de prestar atenção, de observação.”*

Entrevistador: *Tem facilidade em estabelecer relacionamentos com os outros? Porquê?*

E1: *“Sim, porque sou uma pessoa bastante comunicativa.”*

Entrevistador: *Consegue criar laços afetivos com os seus alunos, tanto dentro como fora da escola? Como?*

E1: *“Sim. Criando laços de amizade, confiança, reconhecimento, carinho, conforto.”*

Entrevistador: *Reconhece as suas emoções e sentimentos? De que forma?*

E1: *“Sim. Através da alegria, do entusiasmo, do medo, na tristeza na maneira de pensar, sentir ou agir.”*

Entrevistador: *Considera-se uma pessoa autoconsciente?*

E1: *“Sim. Porque consigo refletir sobre as coisas e agir sobre elas. Tomar consciência de como sou, o que quero, como vou consegui-la, para quê e pôr em ação para conseguir atingir o que quero.”*

Entrevistador: *Como gere as suas emoções?*

E1: *“Identificando, compreendendo, gerindo e usando as emoções.”*

Entrevistador: *Considera-se uma pessoa automotivada?*

E1: “Sim. Porque tento ter uma boa a capacidade de me automotivar, para atingir uma meta, atuando sem desistir.”

Entrevistador: *Considera-se uma pessoa empática?*

E1: “Sim. Porque considero-me uma pessoa afetuosa.”

Entrevistador: *De que forma gere os seus relacionamentos em grupos?*

E1: “Relaciono-me bem em grupo, tento sempre aceitar a opinião dos outros, mas defendendo sempre o meu ponto de vista.”

Entrevistador: *Considera-se uma pessoa assertiva?*

E1: “Sim. Porque expresso os meus pontos de vista sobre assuntos, ideias, propostas, conselhos, ideais, e conceitos de forma direta, com integridade, honestidade respeitando os outros acima de tudo.”

Entrevistador: *Quais as situações que mais colocam à prova a IE dos professores? Porquê?*

E1: “É ter em mente três emoções positivas como a alegria, o prazer e a amor. Estas emoções é que permitem à criança relacionar-se bem consigo mesmo e com os professores.”

Entrevistador: *Na sua opinião, que estratégias os professores deveriam utilizar para promover o seu relacionamento com os alunos?*

E1: “Trabalhar no sentido de criar um ambiente agradável e livre de tensões na sala de aula. O aluno precisa aprender a ser feliz na escola, descobrir o prazer de aprender, e de fazer as suas atividades bem-feitas, aprender que é permitido errar e que o erro nos faz crescer. Não ter medo de descobrir, assumir e desenvolver a própria potencialidade.” (Bomtempo,1997)

Entrevistador: *Que estratégias utiliza para promover as competências emocionais dos seus alunos? Tem conhecimento de aplicar essas estratégias?*

E1: “(...) Criar espaços para a descontração, para a discussão, para que o professor possa falar dos seus sentimentos, dos seus medos e das suas incertezas.”

Entrevistador: *Realizou alguma formação no âmbito da IE? Qual? Quais os seus contributos?*

E1: Não

Entrevistador: *Que formação sente necessidade de realizar?*

E1:Educação Especial e Inteligência Emocional.

Entrevistador: *Que formação pensa que os seus colegas deviam realizar?*

E1: Educação Especial e Inteligência Emocional.

ENTREVISTADO 2

Entrevistador: *Qual a sua formação académica?*

E1: *Licenciatura em Ensino do Português e Francês*

Entrevistador: *Qual o nome do Agrupamento para a qual trabalha?*

E1: *Agrupamento de Escolas de Odemira*

Entrevistador: *Há quantos anos exerce esta profissão?*

E1: *17 Anos*

Entrevistador: *O que entende por Inteligência Emocional?*

E1: *“Inteligência emocional é uma noção que se prende com a capacidade de perceber/reconhecer os seus sentimentos e os dos outros que nos rodeiam, a forma como nos relacionamos e maneira como os percebemos/interpretamos.”*

Entrevistador: *Acha que a IE é importante para no desenvolvimento dos alunos? Porquê?*

E1: *“A IE é de extrema importância para o desenvolvimento dos alunos, ela comporta aspetos cognitivos, emocionais, relacionais e preceptivos. Fatores fulcrais para a evolução e sucesso do aluno.”*

Entrevistador: *Tem facilidade em estabelecer relacionamentos com os outros? Porquê?*

E1: *“Facilmente estabeleço contacto com o outro porque sou bastante comunicativa. A partir da oralidade e direccionalidade do discurso, não descurando fatores ambientais e relacionais estabelecem-se relações de confiança favorecedoras de momentos de partilha.”*

Entrevistador: *Consegue criar laços afetivos com os seus alunos, tanto dentro como fora da escola? Como?*

E1: *“Se não se estabelecerem laços afetivos não se criam momentos de aprendizagem, há simplesmente transmissão de conteúdos lineares, pouco consistentes. Dentro da escola estabelecem-se facilmente laços de afetividade, como trabalho no 1º ciclo numa zona rural facilmente esses laços são transpostos para o exterior; no dia-a-dia (supermercado, eventos culturais, festas de anos, festas locais...).”*

Entrevistador: *Reconhece as suas emoções e sentimentos? De que forma?*

E1: “Reconheço facilmente as minhas emoções e sentimentos porque tenho consciência do meu ser e faço autoanálises às minhas atitudes, aos meus juízos de valor e tento ajustá-las ao que considero assertivo de acordo com o código de conduta da sociedade onde me encontro inserida.”

Entrevistador: *Considera-se uma pessoa autoconsciente?*

E1: “Sou autoconsciente porque antes de agir costumo refletir sobre a atitude a tomar e isto pressupõe muitas vezes ter a capacidade de avaliar os atos.”

Entrevistador: *Como gere as suas emoções?*

E1: “Tento perceber a gestão das emoções com a adequação consciente à situação em causa, muitas vezes ligada ao contexto em questão.”

Entrevistador: *Considera-se uma pessoa automotivada?*

E1: “A automotivação prende-se com o gostar plenamente do que se faz, aí considero-me plenamente motivada para “dar” aos meus alunos todo o tipo de conhecimentos preponderantes para o seu engrandecimento como pessoas.”

Entrevistador: *Considera-se uma pessoa empática?*

E1: “Como estabeleço facilmente comunicação com o outro, facilmente há empatia. Muitas vezes descemos ou subimos patamares e colocamo-nos “próximos” do outro. Nunca devemos descurar os sentimentos e opiniões dos demais e sim mostrar de forma clara o pretendido em cada situação comunicacional.”

Entrevistador: *De que forma gere os seus relacionamentos em grupos?*

E1: “Os relacionamentos em grupo são geridos dando o espaço e oportunidade comunicativa/ relacional a cada elemento desse mesmo grupo.”

Entrevistador: *Considera-se uma pessoa assertiva?*

E1: “Considero-me assertiva porque tenho capacidade de conhecer, avaliar, ser avaliada e de auto reestruturar (conhecimentos, pensamentos, ensinamentos atitudes...).”

Entrevistador: *Quais as situações que mais colocam à prova a IE dos professores? Porquê?*

E1: “O desconhecimento do outro e a não capacidade de interpretar/descodificar sentimentos, nalguns casos há acomodação a situações, pessoas.”

Entrevistador: *Na sua opinião, que estratégias os professores deveriam utilizar para promover o seu relacionamento com os alunos?*

E1: “As estratégias usadas para promoção dos relacionamentos com os alunos são inúmeras e distintas de turma para turma, de criança para criança. Há sempre que

promover em todos os casos momentos favorecedores de ambientes promotores de boas relações: diagnósticos assertivos, entreajuda, diálogo, cooperação, confiança(...).”

Entrevistador: *Que estratégias utiliza para promover as competências emocionais dos seus alunos? Tem conhecimento de aplicar essas estratégias?*

E1: “Com os meus alunos tento desenvolver as competências emocionais para que o aluno ganhe confiança em si próprio, nunca se desviando do que a “norma” instituída seja aceite, tendo consciência dos seus valores, do que pretende, da consciência que tem de si próprio. Tento valorizar cada um individualmente.”

Entrevistador: *Realizou alguma formação no âmbito da IE? Qual? Quais os seus contributos?*

E1: Não

Entrevistador: *Que formação sente necessidade de realizar?*

E1: Inteligência Emocional.

Entrevistador: *Que formação pensa que os seus colegas deviam realizar?*

E1: Inteligência Emocional.

ENTREVISTADO 3

Entrevistador: *Qual a sua formação académica?*

E1: Licenciatura em 1.º Ciclo do Ensino Básico

Entrevistador: *Qual o nome do Agrupamento para a qual trabalha?*

E1: Agrupamento Vertical de Colos

Entrevistador: *Há quantos anos exerce esta profissão?*

E1: 13 Anos

Entrevistador: *O que entende por Inteligência Emocional?*

E1: “A Inteligência Emocional caracteriza a maneira como as pessoas lidam com as suas emoções e com as das pessoas em seu redor. O grande factor da Inteligência Emocional é a autoconsciência, e isto quer dizer: reconhecer o sentimento que nos atravessa enquanto ele decorre, e não à posteriori. Segundo Goleman, “a chave para tomar boas decisões pessoais é ouvir os sentimentos” e daí evoluirmos na nossa capacidade de inteligência emocional.

Entrevistador: *Acha que a IE é importante para no desenvolvimento dos alunos? Porquê?*

E1: “A inteligência emocional é muito importante no desenvolvimento dos alunos porque supostamente irá permitir um melhor relacionamento entre pares, melhorará a relação entre os alunos e todos os outros intervenientes na ação educativa.”

Entrevistador: *Tem facilidade em estabelecer relacionamentos com os outros? Porquê?*

E1: “Normalmente estabeleço relações cordiais com as pessoas com quem travo conhecimento num primeiro momento. Mais tarde, se houver empatia, as relações serão fortificadas.”

Entrevistador: *Consegue criar laços afetivos com os seus alunos, tanto dentro como fora da escola? Como?*

E1: “Considero que o trabalho no 1º ciclo passa sempre por desenvolver laços afetivos com os alunos, devido essencialmente à sua tenra idade, e também porque eles olham ainda um pouco para o professor como um ser paternal. Dentro de diálogos “adultos” com os alunos, por vezes devemos falar a linguagem “infantil” de forma a sermos um “deles”, fazendo com que eles possam sentir confiança em nós.”

Entrevistador: *Reconhece as suas emoções e sentimentos? De que forma?*

E1: “Sim. O sentimento assume um papel fundamental nas nossas tomadas de decisões. Alguns sentimentos, como a ansiedade ou a angústia não nos ajudam a tomar decisões assertivas.”

Entrevistador: *Considera-se uma pessoa autoconsciente?*

E1: “Considero que sim. Raramente tomo decisões sem ponderar as mesmas.”

Entrevistador: *Como gere as suas emoções?*

E1: “As emoções são sentidas, e após isso, tento que elas não interfiram muito nas decisões que tenho que tomar.”

Entrevistador: *Considera-se uma pessoa automotivada?*

E1: “Considero que a automotivação é inerente às necessidades. Quando estou a necessitar de algo, tento automotivar-me para a ter.”

Entrevistador: *Considera-se uma pessoa empática?*

E1: “Sou uma pessoa que estabelece relações (sentimentais, de cooperação em trabalho, cordiais) com alguma facilidade.”

Entrevistador: *De que forma gere os seus relacionamentos em grupos?*

E1: “Estabelecimento de regras prévias, de acordo com as sugestões dos alunos e nomeando as regras de cada um.”

Entrevistador: *Considera-se uma pessoa assertiva?*

E1: “Tento ponderadamente tomar as melhores decisões e proferir as palavras mais acertadas de acordo com cada situação.”

Entrevistador: *Quais as situações que mais colocam à prova a IE dos professores? Porquê?*

E1: “As situações de conflito em sala de aula fazem com que os professores tenham que tomar medidas com alguma celeridade, e isso faz com que quem tenha uma IE melhor desenvolvida possa vir a tomar as melhores decisões para o bom funcionamento da sua aula.”

Entrevistador: *Na sua opinião, que estratégias os professores deveriam utilizar para promover o seu relacionamento com os alunos?*

E1: “As dinâmicas de grupo são das melhores estratégias.”

Entrevistador: *Que estratégias utiliza para promover as competências emocionais dos seus alunos? Tem conhecimento de aplicar essas estratégias?*

E1: “A inteligência emocional é um vazio nos nossos planos curriculares. Pode-se trabalhar, mas de uma forma quase que espontânea (...) Procuro fazer com que os alunos reflitam acerca dos seus comportamentos, naquilo que dizem,... e alertar para serem calmos nos seus impulsos, ”não fazer as coisas sem pensar”...”

Entrevistador: *Realizou alguma formação no âmbito da IE? Qual? Quais os seus contributos?*

E1: Não

Entrevistador: *Que formação sente necessidade de realizar?*

E1: Necessidades Educativas Especiais

Entrevistador: *Que formação pensa que os seus colegas deviam realizar?*

E1: Necessidades Educativas Especiais

ENTREVISTADO 4

Entrevistador: *Qual a sua formação académica?*

E1: Licenciatura em 1.º Ciclo do Ensino Básico

Entrevistador: *Qual o nome do Agrupamento para a qual trabalha?*

E1: Agrupamento Vertical de Colos

Entrevistador: *Há quantos anos exerce esta profissão?*

E1: 35 Anos

Entrevistador: *O que entende por Inteligência Emocional?*

E1: “É a capacidade de conseguir entender os nossos sentimentos e os sentimentos dos outros e conseguir lidar com eles.”

Entrevistador: *Acha que a IE é importante para no desenvolvimento dos alunos? Porquê?*

E1: “Na nossa profissão é importante a Inteligência Emocional porque estamos em constante contacto com as emoções dos nossos alunos e temos que no momento oportuno gerir tais emoções da melhor maneira.”

Entrevistador: *Tem facilidade em estabelecer relacionamentos com os outros? Porquê?*

E1: “Sim, havendo sempre uma adaptação por parte do docente assim como por parte dos alunos.”

Entrevistador: *Consegue criar laços afetivos com os seus alunos, tanto dentro como fora da escola? Como?*

E1: “Através de amizade, carinho e compreensão.”

Entrevistador: *Reconhece as suas emoções e sentimentos? De que forma?*

E1: “Após algum tempo de relacionamento com os nossos alunos, nota-se logo as suas emoções (tristeza, alegria) no rosto de cada aluno. Não consigo ficar indiferente, visto estar de corpo e alma dedicada ao grupo, tentando sempre dentro das minhas possibilidades atenuar as emoções menos positivas para que haja o melhor ambiente possível.”

Entrevistador: *Considera-se uma pessoa autoconsciente?*

E1: “Sim, porque para ser uma boa profissional tem que ser-se consciente e não há consciência sem autoconsciência, é importante reconhecer todo o nosso mundo envolvente.”

Entrevistador: *Como gere as suas emoções?*

E1: “Sempre que o docente se aperceber que algo não está a decorrer bem com algum aluno deve, de imediato, gerir da melhor forma a situação, dialogando, analisando, refletindo.”

Entrevistador: *Considera-se uma pessoa automotivada?*

E1: “Mais uma vez a docência necessita desta capacidade, estamos constantemente com necessidade de usar a motivação, tanto a auto motivação como a motivação para com os nossos alunos.”

Entrevistador: *Considera-se uma pessoa empática?*

E1: “A empatia é mais uma capacidade que todos os docentes deveriam ter, visto estarem a lidar com o outro, numa turma onde reina a alegria, de certeza que o docente está alegre. Temos que ter a capacidade de sentir/ estar no lugar do aluno, penso que quase sempre o tenho conseguido ao longo do meu percurso escolar.”

Entrevistador: *De que forma gere os seus relacionamentos em grupos?*

E1: “No grupo deverá haver a capacidade de aceitar a opinião do outro mas também não nos anularmos, isto é, tentar prevalecer a nossa opinião, delicadamente, sem criar constrangimento no outro.”

Entrevistador: *Considera-se uma pessoa assertiva?*

E1: “Expressando sempre os meus sentimentos de forma clara e honesta, respeitando os sentimentos dos outros.”

Entrevistador: *Quais as situações que mais colocam à prova a IE dos professores? Porquê?*

E1: “Reclamações por parte dos pais/encarregados de educação que por vezes não têm razão temos de manter a calma, e fazê-los ver as que nem sempre têm razão.”

Entrevistador: *Na sua opinião, que estratégias os professores deveriam utilizar para promover o seu relacionamento com os alunos?*

E1: “Ouvir sempre a opinião dos alunos, estar atenta a alguma alteração no comportamento, mediar os conflitos para haver sempre uma boa harmonia no espaço escola, inculcar nos alunos valores para a vida em sociedade, respeito.”

Entrevistador: *Que estratégias utiliza para promover as competências emocionais dos seus alunos? Tem conhecimento de aplicar essas estratégias?*

E1: “A vida diária com os alunos leva-nos a gerir constantemente as emoções tanto dos alunos com nossas, na maior parte das situações são resolvidas sem que seja necessário estratégias.”

Entrevistador: *Realizou alguma formação no âmbito da IE? Qual? Quais os seus contributos?*

E1: Não

Entrevistador: *Que formação sente necessidade de realizar?*

E1: Necessidades Educativas Especiais e Inteligência Emocional

Entrevistador: *Que formação pensa que os seus colegas deviam realizar?*

E1: “Penso que como eu necessito aponto as mesmas para os meus colegas.”

ENTREVISTADO 5

Entrevistador: *Qual a sua formação académica?*

E1: Licenciatura em 1.º Ciclo do Ensino Básico

Entrevistador: *Qual o nome do Agrupamento para a qual trabalha?*

E1: Agrupamento de Escolas de Grândola

Entrevistador: *Há quantos anos exerce esta profissão?*

E1: 23 Anos

Entrevistador: *O que entende por Inteligência Emocional?*

E1: “Penso que inteligência emocional é a aptidão que cada individuo tem para conseguir perceber os seus sentimentos e os dos outros. Sendo que também tem de conseguir gerir os mesmos.”

Entrevistador: *Acha que a IE é importante para no desenvolvimento dos alunos? Porquê?*

E1: “Penso que sim pois sem inteligência emocional não conseguimos no nosso dia-a-dia gerir e lidar com as crianças e as várias emoções com que nos deparamos.”

Entrevistador: *Tem facilidade em estabelecer relacionamentos com os outros? Porquê?*

E1: “Sim. Porque tento sempre adaptar-me ao outro.”

Entrevistador: *Consegue criar laços afetivos com os seus alunos, tanto dentro como fora da escola? Como?*

E1: “Sempre, pois penso que tem que se ser uma pessoa muito fria para não o conseguir. Ainda hoje passados estes anos continuo a ter com antigas crianças dos meus grupos hoje já adultos um bom relacionamento.”

Entrevistador: *Reconhece as suas emoções e sentimentos? De que forma?*

E1: “Sim pois logo que passe algum tempo sobre a sua integração num grupo, é fácil perceber os sentimentos estampados nos rostos das crianças. Conseguem fazer transparecer a sua, alegria tristeza ou mesmo o medo.”

Entrevistador: *Considera-se uma pessoa autoconsciente?*

E1: “Sim, porque sem se ser autoconsciente, perceber e compreender as nossas atitudes, e consequentemente as consequências dos nossos atos, não poderia de maneira nenhuma ser uma boa profissional no seu todo.”

Entrevistador: *Como gere as suas emoções?*

E1: “Sempre que a professora se aperceber que algo se passa em relação a qualquer criança deve agir de forma a compreender o que se passa, atuando de imediato e resolvendo a situação.”

Entrevistador: *Considera-se uma pessoa automotivada?*

E1: “Sim, porque por natureza sou uma pessoa otimista e na nossa profissão se não tivermos automotivação não vale a pena continuar.”

Entrevistador: *Considera-se uma pessoa empática?*

E1: “Tentando colocar-me no lugar do outro, só assim haverá a possibilidade de compreensão.”

Entrevistador: *De que forma gere os seus relacionamentos em grupos?*

E1: “Conversa em grande grupo de forma a promover a concórdia e o debate de ideias entre os alunos.”

Entrevistador: *Considera-se uma pessoa assertiva?*

E1: “Defendendo os meus direitos sem injuriar os dos outros.”

Entrevistador: *Quais as situações que mais colocam à prova a IE dos professores? Porquê?*

E1: “Em todas as situações e todos os dias estamos sendo postos à prova. Tanto na escola como no nosso quotidiano. Por vezes algumas reclamações por parte dos encarregados de educação”.

Entrevistador: *Na sua opinião, que estratégias os professores deveriam utilizar para promover o seu relacionamento com os alunos?*

E1: “Tento sempre aceitar a opinião dos outros, respeitando, colaborando e dando também a minha opinião. Penso que temos que aceitar a vida democrática do grupo.

Entrevistador: *Que estratégias utiliza para promover as competências emocionais dos seus alunos? Tem conhecimento de aplicar essas estratégias?*

E1: “No nosso dia-a-dia estamos constantemente a gerir emoções principalmente no início de cada ano letivo. É preciso ter alguma sensibilidade e gerir consoante a personalidade de cada criança, não tendo pessoalmente conhecimento de como aplicar essas estratégias.”

Entrevistador: *Realizou alguma formação no âmbito da IE? Qual? Quais os seus contributos?*

E1: Não

Entrevistador: *Que formação sente necessidade de realizar?*

E1: Necessidades Educativas Especiais e Inteligência Emocional

Entrevistador: *Que formação pensa que os seus colegas deviam realizar?*

E1: “Como eu sinto necessidade de formação também os meus colegas o deverão sentir, mas só a eles cabe o interesse de frequentar e escolher o que mais lhe interessa e motiva.”

ENTREVISTADO 6

Entrevistador: *Qual a sua formação académica?*

E1: Licenciatura em 1.º Ciclo do Ensino Básico

Entrevistador: *Qual o nome do Agrupamento para a qual trabalha?*

E1: Agrupamento Vertical de Colos

Entrevistador: *Há quantos anos exerce esta profissão?*

E1: 4 Anos

Entrevistador: *O que entende por Inteligência Emocional?*

E1: “É a habilidade para lidar com as emoções, as minhas e as dos outros. De sentir empatia, de ser assertiva, de avançar perante dificuldades e obstáculos.”

Entrevistador: *Acha que a IE é importante para no desenvolvimento dos alunos? Porquê?*

E1: “Sim. Para que possam desde logo começar a desenvolver esta habilidade que lhes permitirá, durante a vida, relacionar-se consigo e com os outros.”

Entrevistador: *Tem facilidade em estabelecer relacionamentos com os outros? Porquê?*

E1: “Acho que sim. Se bem que não vou á procura e até sou um pouco tímida mas parece-me que me consigo relacionar bem com todos. Não me lembro de uma relação conflituosa e até com as pessoas com que tive desacordos fortes consigo manter um relacionamento cordial.”

Entrevistador: *Consegue criar laços afetivos com os seus alunos, tanto dentro como fora da escola? Como?*

E1: “Sim. Sem me querer meter muito nas suas vidas particulares, sempre que encontro algum aluno ou mesmo ex. aluno sinto grande alegria e percebo que é recíproco. Se não os vejo chama-me e metem-se comigo.”

Entrevistador: *Reconhece as suas emoções e sentimentos? De que forma?*

E1: “Sim. É fácil é à posteriori penso um pouco mais sobre o assunto.”

Entrevistador: *Considera-se uma pessoa autoconsciente?*

E1: “Sim. Porque consigo, na maior parte das vezes, identificar os meus sentimentos e emoções. E mesmo quando são dúbios procuro entender o porquê.”

Entrevistador: *Como gere as suas emoções?*

E1: “ (...) se existir alguma situação que me traz desconforto procuro resolvê-la da melhor forma.”

Entrevistador: *Considera-se uma pessoa automotivada?*

E1: “Sim. Apesar de às vezes ser difícil, não podemos nem parar nem baixar os braços nas dificuldades com que nos deparamos.”

Entrevistador: *Considera-se uma pessoa empática?*

E1: “Sim. Tento compreender o lado do outro. Sobretudo tento não julgar. Acho que o julgamento é dos grandes obstáculos à empatia.”

Entrevistador: *De que forma gere os seus relacionamentos em grupos?*

E1: “Sem problemas e com facilidade.”

Entrevistador: *Considera-se uma pessoa assertiva?*

E1: “Sim. Tento utilizar métodos de comunicação que me permitam manter o respeito próprio e que me permitam alcançar os meus objetivos.”

Entrevistador: *Quais as situações que mais colocam à prova a IE dos professores? Porquê?*

E1: “Talvez sejam as que implicam grandes cargas de frustração e de fracasso.”

Entrevistador: *Na sua opinião, que estratégias os professores deveriam utilizar para promover o seu relacionamento com os alunos?*

E1: “Sempre o reforço positivo.”

Entrevistador: *Que estratégias utiliza para promover as competências emocionais dos seus alunos? Tem conhecimento de aplicar essas estratégias?*

E1: “Procuro fazer com eles uma leitura dos acontecimentos e colocar cada “coisa” no seu lugar. Há tensões exteriores que os miúdos sofrem que os angustiam muito.”

Entrevistador: *Realizou alguma formação no âmbito da IE? Qual? Quais os seus contributos?*

E1: Não

Entrevistador: *Que formação sente necessidade de realizar?*

E1: Inteligência Emocional, Educação Sexual; Expressões (dramática, musical e motora).

Entrevistador: *Que formação pensa que os seus colegas deviam realizar?*

E1: “É complicado falar das necessidades dos colegas. Aquilo que eu penso que poderiam necessitar eles podem não sentir. Mas talvez as mesmas.”

ENTREVISTADO 7

Entrevistador: *Qual a sua formação académica?*

E1: Licenciatura em 1.º Ciclo do Ensino Básico

Entrevistador: *Qual o nome do Agrupamento para a qual trabalha?*

E1: Agrupamento de Escolas de Vila Nova de Milfontes

Entrevistador: *Há quantos anos exerce esta profissão?*

E1: 8 Anos

Entrevistador: *O que entende por Inteligência Emocional?*

E1: “A inteligência Emocional é a capacidade de reconhecer os sentimentos e a capacidade de lidar com os mesmos.”

Entrevistador: *Acha que a IE é importante para no desenvolvimento dos alunos? Porquê?*

E1: “Sim, porque a inteligência emocional promove um autoconhecimento das suas emoções, estabelece um auto domínio das mesmas, adequando-as nas diversas situações, facilitando as relações com os outros.”

Entrevistador: *Tem facilidade em estabelecer relacionamentos com os outros? Porquê?*

E1: “Sim, não tenho dificuldades em fazer novos amigos.”

Entrevistador: *Consegue criar laços afetivos com os seus alunos, tanto dentro como fora da escola? Como?*

E1: “Sim, estabelecendo regras dentro da sala, mas ao mesmo tempo dando carinho e compreensão, colocando-me muitas vezes no papel do aluno tentando perceber o porquê de algumas das suas reações. Prova disso é que muitos dos meus ex-alunos continuam a manter contacto comigo.”

Entrevistador: *Reconhece as suas emoções e sentimentos? De que forma?*

E1: “Sim, há dias em que estou um pouco cansado ou chateado e que não tenho tanta disposição e outros dias que estou mais contente, brincando mais.”

Entrevistador: *Considera-se uma pessoa autoconsciente?*

E1: “Sim, porque consigo perceber quando não estou bem, tentando contrariar tal sentimento, ou pelo menos tentando não o demonstrar aos outros.”

Entrevistador: *Como gere as suas emoções?*

E1: “Pelo tom de voz, pelo cansaço, pelo riso ou pela cara mais séria.”

Entrevistador: *Considera-se uma pessoa automotivada?*

E1: “Tem dias. Há alturas que por mais interesses que tenha o cansaço é tanto que é difícil automotivar-me.”

Entrevistador: *Considera-se uma pessoa empática?*

E1: “Sim, porque costumo relacionar-me bem com todo o tipo de personalidades.”

Entrevistador: *De que forma gere os seus relacionamentos em grupos?*

E1: “Relaciono-me bem em grupo, gosto de trabalhar em grupo quando este funciona. No entanto por vezes também se torna numa tarefa complicada.”

Entrevistador: *Considera-se uma pessoa assertiva?*

E1: “Gosto do que faço e tento não errar, procurando saber mais em cada desafio que me é proposto.”

Entrevistador: *Quais as situações que mais colocam à prova a IE dos professores? Porquê?*

E1: “Penso que as situações em que os professores mais colocam à prova a IE, são situações/reclamações delicadas com alguns pais, que muitas vezes não tendo razão é necessário dar-lhes importância, sem deixar no entanto de demonstrar o nosso ponto de vista.”

Entrevistador: *Na sua opinião, que estratégias os professores deveriam utilizar para promover o seu relacionamento com os alunos?*

E1: “Acho que para promover o relacionamento entre professores com os alunos poderiam fazer-se jogos em que ambos participassem, desenvolver momentos de tertúlias com assuntos de interesses em comum e principalmente tentar que os professores se coloquem no papel dos alunos, assim como os alunos no papel dos professores.”

Entrevistador: *Que estratégias utiliza para promover as competências emocionais dos seus alunos? Tem conhecimento de aplicar essas estratégias?*

E1: “Realizo alguns jogos, leituras e dramatizações que contribuem para desenvolver competências emocionais dos alunos”.

Entrevistador: *Realizou alguma formação no âmbito da IE? Qual? Quais os seus contributos?*

E1: Não

Entrevistador: *Que formação sente necessidade de realizar?*

E1: Inteligência Emocional na Infância

Entrevistador: *Que formação pensa que os seus colegas deviam realizar?*

E1: Inteligência Emocional na Infância