

EDUCAÇÃO EMOCIONAL: O PONTO DE PARTIDA PARA A ELUCIDAÇÃO DO SABER

Sayra Oliveira Santos da Silva*

Resumo

Neste artigo está relatado o resultado da pesquisa bibliográfica que envolveu o tema: Educação Emocional, e sua relevância para a aprendizagem integral, para a qualidade de vida e para a saúde psíquica. Relata também a importância da educação da emoção para educadores e as consequências da não educação da emoção. Está registrado aqui também o estudo de Cury (2014, 2016) que nomeia Jesus Cristo como mestre da emoção. O estudo do tema aqui proposto, trouxe a conclusão de que o treino e educação da emoção são imprescindíveis para um ensino integral e uma vida saudável e feliz, concluiu-se também que os profissionais da educação necessitam de formações continuadas e treinamentos que lhes proporcione o conhecimento da mente emocional e a gerência das emoções.

Palavras-chave: Educação. Emoção. Treinamento. Aprendizagem.

Abstract

This article is reported the results of the literature search that involved the theme: emotional literacy, and its relevance to the integral learning, quality of life and mental health. also reports the importance of emotion education for educators and the consequences of not emotion education. It is recorded here too the study of Cury (2014, 2016) appointing Jesus Christ as master of emotion. The study proposed here, came to a conclusion that training and excitement of education are essential to a full education and a healthy and happy life, also concluded that education professionals need continuing education and training that provides them knowledge of the emotional mind and the management of emotions.

Keywords: Education. Emotion. Training. Learning.

*Acadêmica do Curso de Licenciatura em Pedagogia Universidade Paulista- Unip Interativa Polo de Xique-Xique/BA. E-mail: saysantos@hotmail.com, Fone: (74) 9991324608.

INTRODUÇÃO

O ser humano é um ser complexo, de várias dimensões e aspectos formadores de seu ser integral. Essas dimensões e ou aspectos formadores trabalham juntos, e para que haja uma plenitude na ação entre eles, faz-se necessário o equilíbrio harmônico de todas as vertentes formadoras do ser humano. Em contrapartida, estes aspectos têm andando ao longo dos anos na história, e por consequência, também na educação; de forma fragmentada, desconectada, sem ligações que integram o homem, ressignificando o sentido de ser humano.

É inegável que um dos aspectos da natureza humana é a emoção, que está ligada à nossa capacidade de pensar, agir e reagir diante das situações que nos insurgem. Ou seja, este aspecto interfere em tudo o que fazemos e na forma como fazemos. Como cita Nunes (2009, p.21) “Dar ênfase à educação emocional hoje é imprescindível, pois motiva a criança no processo de aprendizagem e a prepara melhor para a vida num contexto geral”. Portanto, somos seres também emocionais e precisamos desenvolver este aspecto de forma inteligente, obtendo assim a consciência necessária para uma existência plena e abrindo caminho para uma aprendizagem significativa, resultando numa formação integral do indivíduo.

Este trabalho, por sua vez, pretende traduzir de forma geral a necessidade e a importância da educação da emoção no meio escolar, tornando mais integralizada a aprendizagem em sala de aula, com conteúdos mais significativos e que traduzam-se em conhecimento e não em apenas meras informações segmentadas e sem significado humanizado e real para a vida em sociedade e suas relações como um todo. Há também a pretensão de apontar a necessidade dos profissionais da educação, em especial dos professores que lidam de forma mais direta com o alunado, de se envolverem em formações não apenas a nível intelectual, mas também no que se refere ao aspecto emocional, facilitando assim o seu trabalho como mediador do conhecimento e modelo emocional para a segurança afetiva de seus educandos, pois, como cita Daniel Goleman (1998 p. 18) “Uma visão humana que ignore o poder das emoções é lamentavelmente míope” Então, por que não estudá-las e treiná-las para melhor servir à educação humanitária ?

A pesquisa aqui desenvolvida é de cunho bibliográfico e foi baseada essencialmente em teorias de Augusto Cury; mas também de Daniel Goleman e Vera Nunes, dentre outros. E a problemática surgiu da observação dos conflitos

emocionais ocorridos nas salas de aula das diversas escolas em que já estagiei e atuei como professora. O que gerou uma inquietação quanto à necessidade de uma educação que integre o indivíduo como um todo e quanto a tomada de medidas que beneficiem o professor em sua prática em sala de aula no que diz respeito à relevância do aspecto emocional na própria formação e na formação dos seus alunos.

O PAPEL DA EMOÇÃO NA APRENDIZAGEM

Ao contrário do que se pensa, as emoções não atrapalham o raciocínio lógico e as relações, elas agem como organizadoras na tomada de decisões e no registro da memória, gerando assim novas ações e novas emoções. Segundo Augusto Cury (2003, p.76) “Nós só conseguimos dar detalhes das experiências que envolvem perdas, alegrias, medos, frustrações, pois a emoção determina a qualidade do registro.” Assim, as emoções podem ser agentes facilitadores da aprendizagem. Auxiliando no registro e processamento mental das informações que serão transformadas em conhecimento.

Daniel Goleman (1995, p. 18), fala sobre a importância da educação da emoção para o desenvolvimento da inteligência emocional na condução ao conhecimento, cita que “Para o bem ou para o mal, quando são as emoções que dominam, o intelecto não pode nos conduzir a lugar nenhum.” Ou seja, as informações cognitivas do aprendizado, passam pela emoção antes de se concretizarem no registro da memória como conhecimento. Se a emoção é guiada, a mesma pode se tornar facilitadora do processo de aprendizagem, caso contrário, pode gerar o efeito inverso, como cita Cury (2003, p.78) “O acesso à memória dos computadores é livre. Na inteligência humana, esse acesso tem que passar pela barreira da emoção.” Portanto, para retomar as informações arquivadas na mente, passa-se antes pela barreira da emoção. Tanto na entrada quanto na saída de informações da memória humana, faz-se necessário passar pelo portal da emoção, colocando em questão a qualidade das mesmas de acordo com as emoções vigentes nos momentos de acesso.

Cury aponta que “A educação socioemocional é o futuro da educação mundial” pois a sociedade atual tem sido “bombardeada” com excesso de informações nesta era digital e da globalização; levando jovens e crianças, e até mesmo adultos a de-

envolverem distúrbios de comportamento como ansiedade, depressão e a síndrome do pensamento acelerado – SPA, assim nomeada pelo doutor Augusto Cury. O mesmo diz que “Quanto pior a qualidade da educação, mais importante o papel da psiquiatria e psicologia clínicas.” Ou seja, Cury tem a visão de que educar a emoção é um caminho de prevenção contra doenças emocionais que vem aumentando atualmente.

Segundo Cury “A ansiedade pode comprometer o desempenho intelectual. Alunos bem preparados podem se sair pessimamente numa prova de estiverem nervosos.” Se não houver aprendizado quanto a gerência das emoções, a aprendizagem fica comprometida e o risco de fracassos em decisões e relacionamentos é grande, pois a emoção é importante influenciadora tanto na qualidade do registro das informações na memória quanto no processamento dos dados registrados nela. Cury (2003 p.79) “Uma pessoa tensa ou ansiosa está apta para reagir instintivamente, e não para aprender.” Por mais que as informações e conhecimentos cognitivos sejam de boa qualidade, se no momento de acesso a mente não estiver tranquila pelo equilíbrio das emoções, as janelas da mente ficam bloqueadas, tornando inviável o processamento destes dados intelectuais.

Segundo Cury (2003, p.79): “Quem determina a abertura dos arquivos da memória é a energia emocional que vivemos a cada momento.” De acordo com o tipo de emoção que é liberada e com a forma como essa mesma carga emocional é administrada, é que as janelas da mente se abrem. Se as experiências forem carregadas de tensão, ansiedade, nervoso e medo, as janelas da mente ficam travadas, impossibilitando a aprendizagem de forma eficaz. Se a emoção for treinada para identificar e gerenciar os pensamentos e assim conduzir as ações, a aprendizagem pode ser mediada pelo controle das emoções, culminando em êxito na aprendizagem cognitiva e socioemocional. Portanto, a gerência da emoção tem o papel de abrir os portais da memória no processamento das informações, transformando-as em conhecimento.

Este trabalho de educar a emoção, por sua vez, não é fácil e nem efêmero, Vera Nunes diz que “Este movimento de contrabalanço entre razão e emoção, no entanto, é tarefa para toda a vida, pois são dois polos dos quais não podemos prescindir e que costumam agir em esquema de alternância, o que garante nosso chamado equilíbrio emocional.” (NUNES, 2009, p. 19), o que faz com que haja a necessidade

de educação da emoção desde a infância e estendida para as demais fases da vida tramitando assim como um treino constante.

A excelência da aprendizagem integral não está na dualidade intelecto-emoção, mas no equilíbrio significativo entre ambos. Não se trata nem da oposição entre ambos nem da exclusão de uma das partes, mas do investimento no treino de ambos em si e entre si, garantindo que a alternância entre os mesmos, em acordo com necessidades específicas mediante as situações, promova equilíbrio numa vivência integral equilibrada; numa visão holística de ensino e educação. E, a princípio, o desígnio para o alcance deste equilíbrio se dá à medida em que nasce e se desenvolve socialmente a consciência de que a emoção pode e deve também ser treinada e educada, tanto quanto ou mais que o intelecto. “Quando você melhora a autoestima e fortalece o Eu como gestor da mente humana, isto é, as funções não cognitivas, até as cognitivas melhoram, inclusive o aprendizado de Matemática.” (CURY 2015 p. 54), ambas se cruzam e se complementam.

A INFLUÊNCIA DAS EMOÇÕES PARA UMA APRENDIZAGEM SIGNIFICATIVA QUE INTEGRALIZE O SER HUMANO

“A teoria e a técnica de quase nada adiantam sem que os aspectos emocionais que envolvem o processo de educar sejam também considerados na mesma medida de importância com que são tratados os conceitos relevantes ao intelecto”. (NUNES, 2009, p. 41). A técnica por si só pode educar o intelecto, mas sem a emoção, as características que nos tornam essencialmente humanos, tais como a capacidade de decidir, levando em conta juízos de valor, e a capacidade de discernir as próprias emoções e administrá-las nos relacionamentos, tornam-se infrutíferas, bem como a capacidade de transmitir estes conhecimentos intelectuais também fica comprometida mediante esta realidade educacional que prima apenas pela educação do intelecto.

A educação no Brasil segundo a própria Constituição de 1988, vem com enfoque num ensino que atenda ao indivíduo de forma completa, e não apenas um de seus aspectos ou de forma fragmentada. É certo que há um longo caminho a percorrer até que esta visão seja efetivamente prática, pois que não se pode precisar o nível de consciência e conhecimento dos aspectos que integralizam o homem, empre-

gado mediante a afirmativa constitucional que diz em seu Art. 205. “A educação, direito de todos e dever do Estado e da família, será promovida e incentivada com a colaboração da sociedade, visando ao pleno desenvolvimento da pessoa, bem como seu preparo para o exercício da cidadania e sua qualificação para o trabalho.” (BRASIL, 1988). “Visando ao pleno desenvolvimento” denota uma educação que seja capaz de contribuir para um desenvolvimento em que nada falte e nada sobre dos aspectos que compõem a espécie humana e dos requisitos para que estes indivíduos devidamente educados vivam em sociedade de forma integral e saudável. O que traz de volta a questão do aspecto emocional que é responsável pela qualidade do desempenho nas relações pessoais, sociais e de trabalho. Portanto, sem um bom desempenho deste aspecto, tanto “o pleno desenvolvimento da pessoa” como “seu preparo para o exercício da cidadania” ficarão devidamente comprometidos. Ou seja: durante todo este tempo, a educação no país estaria andando de forma incompleta e defasada, deixando de lado o aspecto emocional? Goleman cita que:

Há crescentes indícios de que posturas éticas fundamentais na vida vêm de aptidões emocionais subjacentes. Por exemplo, o impulso é o veículo da emoção; a semente de todo impulso é um sentimento explodindo para expressar-se em ação. Os que estão à mercê desses impulsos -os que não têm autocontrole - sofrem de uma deficiência moral. (GOLEMAN, 1998, p. 12)

Aristóteles em *Ética a Nicômaco*, já alertava que “qualquer um pode zangar-se – isso é fácil. Mas zangar-se com a pessoa certa, na medida certa, na hora certa, pelo motivo certo e da maneira certa – não é fácil.” Tanto Aristóteles quanto Goleman retratam a importância do controle dos impulsos causados pelas paixões desenfreadas às quais também se refere o apóstolo Paulo (NT) em sua segunda carta a Timóteo (2 Tm. BÍBLIA SAGRADA) quando o aconselha a ter uma conduta que não se entregue ao que ele chamava de “paixões da mocidade”. O que mostra que uma conduta ética e moral há muito esteve ligada ao controle dos impulsos, o que Goleman (1995) chama de autocontrole.

O autocontrole está ligado à capacidade de dominar as paixões, impedindo que estas dominem antes a razão. Goleman (1995, p. 19) afirma que as primeiras leis e proclamações sobre ética, tais como o Código de Hamurabi, Os Dez Mandamentos dos Hebreus e os Éditos do Imperador Ashoka, podem ser interpretadas como tentativas de conter, subjugar e domesticar as emoções. O que mostra que desde os

tempos antigos, havia uma preocupação em desenvolver no homem o controle de seus impulsos primitivos ou de sobrevivência, que “combatem contra a alma” como aconselha Pedro em sua Segunda Carta nos Evangelhos.

Embora com diferentes nomeações, a necessidade de treinamento e educação da emoção esteve implícita desde as civilizações antigas, em diferentes partes do mundo. “Como Freud observou em *O Mal-estar na Civilização*, o aparelho social tem tentado impor normas para conter o excesso emocional que emerge, como ondas, de dentro de cada um de nós.” (FREUD apud GOLEMAN, 1995). No entanto, apenas no mundo pós-moderno, a ciência vem se empenhando em desenvolver estudos que comprovem a ação destas emoções projetadas na mente humana, por meio da neurociência.

Se, ao longo dos anos vem sendo comprovada a necessidade do controle das emoções para o exercício da cidadania, como tornarmos cidadãos efetivos, as crianças e jovens de nosso país, sem o devido tratamento das emoções no contexto educacional brasileiro, se na própria Constituição, como já foi citado, está implícita a necessidade de que a educação seja realizada para o pleno desenvolvimento da pessoa, para o exercício da cidadania e para a preparação para o trabalho? Aristóteles, chegou a dizer que “Educar a mente sem educar o coração não é educação.”

O aumento crescente dos casos de doenças emocionais e ou psicossomáticas tanto do ponto de vista de Cury (2003) quanto de Goleman (1995), apontam para a necessidade de que as escolas assumam o papel de educadoras integrais, levando em conta o aspecto da emoção e não apenas formando o intelecto. Segundo Cury (2003 p. 14): “Devemos procurar soluções que atacam diretamente o problema. Precisamos conhecer algo sobre o funcionamento da mente e mudar alguns pilares da educação.” E Goleman (1995, p. 14) sugere que “Uma das soluções é uma abordagem de parte das escolas em termos de educação do aluno como um todo, ou seja, juntando mente e coração na sala de aula.” E acrescenta: “Já antevejo o dia em que o sistema educacional incluirá como prática rotineira a instilação de aptidões humanas essenciais como autoconsciência, autocontrole e empatia e das artes de ouvir, resolver conflitos e cooperar.”

A necessidade de tornar efetiva a ação educadora por meio da integralização de mente e coração torna-se cada vez mais evidente, provocando a questionamentos sobre o sistema educacional vigente e fomentando pontos de partida para a renovação do mesmo, moldando-o às reais necessidades da sociedade contemporânea e

fazendo com que os alunos possam ser preparados para uma aprendizagem que vá além do que é puramente racional, mas desenvolvendo o aspecto emocional em parceria com o intelecto, formando pessoas humanizadas e de capacidade crítica de pensamento, além da capacidade de se interiorizar e gerenciar a própria mente emocional, cidadãos morais. Assim, dada a teoria defendida por Cury (2003, p.16,17) de que “O aprendizado depende do registro diário de milhares de estímulos externos (visuais, auditivos, táteis) e internos (pensamentos e reações emocionais), nas matrizes da memória. ” Considera-se que este conhecimento venha a auxiliar a reformulação de teorias educacionais ultrapassadas e servir de apoio para a elaboração de novas teorias que sirvam às demandas educacionais da atualidade.

A NECESSIDADE DE EQUILÍBRIO EMOCIONAL PARA OS EDUCADORES

Se, por um lado, as crianças e jovens estão cada vez mais estressados e ansiosos, por outro lado, os professores também estão. Sua profissão não é devidamente valorizada, a jornada costuma ser extensa e a remuneração insatisfatória. E além de tudo, a cobrança e os conflitos são diários e por muitas vezes intensos. E ao falar em educação da emoção, não se pode desconsiderar a necessidade maior de equilíbrio emocional por parte dos principais agentes da educação, os próprios educadores! Nunes (2009, p. 37,38) alerta que a falta de equilíbrio emocional esvazia até o sentido de teorias e competência técnica de quem lidera a sala de aula e cria um abismo entre professor e aluno, dificultando as relações e o aprendizado no sentido geral.

É necessário que quem trabalha com a educação saiba controlar seus impulsos e tenha um cuidado especial com a própria emoção, se não, não teremos jovens que sonhem seguir esta profissão futuramente. Pois, estes agentes educacionais estarão com sua saúde psíquica comprometida e já não poderão atuar em seu ofício. Assim, Cury (2003, p. 57) aponta que “os professores necessitam proteger sua emoção diante do calor dos conflitos dos alunos, caso contrário um atrito poderá desgastá-los profundamente. Nesse caso, a escola se tornará um deserto e os professores contarão nos dedos os dias que faltam para sua aposentadoria ”.

Apesar dos avanços na ciência e tecnologia, os professores são indispensáveis para a educação especialmente quando a mesma trata da integralidade do ser humano pois, só seres humanizados, que reconheçam seu papel diante da vida e da

sociedade, podem educar outros seres humanos. Cury (2003, p.51) adverte que os educadores apesar de suas dificuldades, são insubstituíveis, pois que virtudes como a gentileza, solidariedade, tolerância, inclusão, os sentimentos altruístas e todas as demais áreas da sensibilidade não podem ser ensinadas por máquinas, mas unicamente por seres humanos.

Sem a devida atenção ao aspecto emocional dos educadores, até mesmo estes tem adoecido, tem desenvolvido sintomas de estresse, e se não gerenciarem a própria emoção, não terão como lidar de forma sadia e eficaz com seus alunos. Cury (2003, p.14), fala que mesmo os “Bons professores estão ficando estressados e gerando alunos despreparados para a vida. ” Cury questiona ainda o tipo de educação atual que vem eliminando a qualidade de vida dos professores, e cita que no Brasil 92% dos professores têm três ou mais sintomas de estresse e 41% têm dez ou mais, segundo estudos do instituto Academia de Inteligência. E ressalta que este é um número altíssimo que significa que metade dos professores não deveriam estar na sala de aula, e sim internados em uma clínica que lhes tratasse o estresse (CURY, 2003).

Dessa forma, fica evidente a necessidade de atenção e cuidado no que tange à formação emocional do educador, logo que este é encarregado de mediar a educação de seus alunos em seu sentido mais amplo, e não apenas transferindo informações. Para Cury (2003 p.14) “Precisamos ser educadores muito acima da média se quisermos formar seres humanos inteligentes e felizes, capazes de sobreviver nessa sociedade estressante. ”

Cury (2015 p. 55) aponta que a educação socrática era cerceada por experiências que irrigavam o terreno da emoção de seus discípulos, diferente da educação moderna, destituída de emoção, onde o professor não se coloca no processo, não se posiciona como mestre da vida. Cury cita ainda que “Sócrates irrigava a mente, inspirava sonhos, chorava junto com os alunos”, o que fez com que mesmo depois da sua morte seus ensinamentos se perpetuassem na vida de seus discípulos. Um ensino seco e mecânico, vazio de emoção, pode gerar pessoas inteligentes intelectualmente, mas despreparadas para a vida em sociedade e para exercer suas funções humanas não cognitivas como: empatia, solidariedade, cooperação, capacidade de resolver problemas, dentre outras.

No que tange a educação emocional dos professores, para que atuem como modelo e para que ensinem as aptidões emocionais a seus alunos, Goleman afirma que:

Pouca coisa ou nada na educação padrão dos professores os prepara para esse tipo de ensinamento. É por esta razão que os programas de alfabetização emocional, normalmente, fornecem aos professores em perspectiva várias semanas de treinamento especial na técnica. (GOLEMAN, 1995 p. 293).

Goleman ampara a visão de promotor da educação emocional o professor, que antes de exercer sua função como educador da emoção de seus alunos, deve antes, ser sujeito ao preparo e sistematização do entendimento de suas próprias emoções, para que antes de desenvolver nos alunos suas aptidões emocionais, o professor aprenda a desenvolver a gestão de sua própria emoção.

Silva ressalta a importância da preparação docente afirmando que:

Crianças, adolescentes e adultos chegam à escola com carências emocionais e sociais, o que constitui um grande desafio para o professor: ensinar aos alunos as regras básicas que regem as emoções, mas acima de tudo ele mesmo - o professor - necessita de um preparo emocional, adquirindo a competência de gerenciar suas próprias emoções. Só então, será também capaz de desenvolver o despertar emocional de seus alunos. (SILVA, 2003 p. 7)

Desta forma, faz-se necessário integralizar também a formação continuada de professores, indo além dos aspectos técnicos que estão relacionados com as disciplinas e com as habilidades cognitivas, ampliando-a para os aspectos que tratam da administração da própria emoção, capacitando-o a lidar com suas emoções e consequentemente a lidar também com as emoções de seus alunos. Agindo assim, melhorará a própria saúde e a capacidade de se relacionar com os alunos e consequentemente, os conteúdos das disciplinas serão melhor aplicados. Como cita Cury (2015 p.43): “Só somos verdadeiramente felizes e saudáveis quando protegemos nossa mente e investimos na felicidade e bem-estar dos outros. ”

A IMPORTÂNCIA DA EDUCAÇÃO EMOCIONAL

Educar a emoção é um ponto de partida para uma educação sistemática que valorize o ser humano como um todo não fragmentado. É ressignificar a maneira de ver o indivíduo como ser integral e considerar mais uma das dimensões que o formam.

Perseverança, colaboração, autocontrole, curiosidade, otimismo e confiança são exemplos de competências socioemocionais que devem ser trabalhadas no ambiente escolar, a fim de estimular o desenvolvimento integral da criança, do adolescente e do jovem. (ALMEIDA, 2014, PORTAL MEC).

Mediante as novas descobertas da neurociência, que mostram com clareza as reações no cérebro quanto às emoções, e quais os seus efeitos na aprendizagem; o papel das funções não-cognitivas ou emocionais, vem sendo considerado cada vez mais em vários países, e apesar de ser um tema novo, vem garantindo espaço cada vez maior no campo educacional. Este tema tem sido debatido em fóruns, como mostra o relatório do Fórum Econômico Mundial (2016), que diz: “Enquanto os sistemas de educação atuais buscam desenvolver qualidades cognitivas, qualidades não-cognitivas que se relacionam com a capacidade das pessoas de colaborar, inovar, autogerir-se e resolver problemas são cada vez mais importantes”. Ou seja, além das funções cognitivas, as funções não cognitivas passam a desempenhar um papel de grande relevância na vivência contemporânea, sendo bastante consideradas quando se trata de capital humano, de um aprendizado que esteja estritamente ligado a características não-cognitivas que podem ser treinadas e educadas para a mediação e complementação de um aprendizado holístico e humanista, capaz de desenvolver nos educadores e educandos, aptidões que lhes resulte no conhecimento de si próprio e do universo de suas próprias emoções e sentimentos; levando-os ao seu autoconhecimento e resultando no conhecimento aprofundado do outro em suas relações sociais, profissionais e pessoais. Gerando assim menos chance de desenvolvimento de transtornos psíquicos e aumentando a chance de uma vida saudável e feliz, além de proporcionar melhoras significativas no aprendizado cognitivista.

E quanto a essa prática educacional que busca o aprendizado significativo do ponto de vista que integre as vertentes da emoção, Freire afirma:

Como prática estritamente humana jamais pude entender a educação como uma experiência fria, sem alma, em que os sentimentos e emoções, os desejos, os sonhos, devessem ser reprimidos por uma espécie de ditadura reacionista. Nem tampouco jamais compreendi a prática educativa como uma

experiência a que faltasse o rigor em que se gera a necessária disciplina intelectual. (FREIRE 1996, p. 146)

Desde o ponto de vista de Freire, a educação que ele mesmo considerava não poderia ser “destituída de alma”, como cita; pois acreditava que pudesse haver um contrabalanço em que sentimentos e emoções fossem considerados tal qual a aprendizagem intelectual, pois que ele caracteriza a própria prática como estritamente humana, o que implica na consideração e tratamento do aspecto emocional para que este possa caminhar junto ao aspecto intelectual, um dando apoio ao outro em situações específicas da atuação de ambos.

Paris afirma que:

O desenvolvimento das habilidades socioemocionais ajuda os alunos a se tornarem mais focados, mais resilientes. Por consequência, se concentram mais no aprendizado, se interessam mais pelo conteúdo passado em sala de aula, e o desempenho escolar aumenta expressivamente (PARIS apud Tribuna Hoje, 2016).

Além do desempenho escolar melhorar, a qualidade de vida também é elevada quando o tratamento das emoções recebe a devida atenção. E para Cury (2003): “Proteger a emoção é fundamental para se ter qualidade de vida”.

A importância da educação das emoções na vida humana, segundo Cury (2003) e Goleman(1995), se dá à medida em que se conhece o funcionamento do cérebro, e que se pondera a relevância dos aspectos emocionais diante de situações em que as emoções acabam por impactar fortemente nas ações e decisões, mas do que a razão. Para estes, razão e emoção trabalham juntas e não estão dissociadas ou isoladas uma da outra. Segundo Goleman (1995, p.23), “temos duas mentes—a que raciocina e a que sente”. Ambas se cruzam em determinados momentos da vida e em diferentes situações, no entanto, a depender da carga emocional envolvida nas situações, surgem as paixões que desestabilizam o equilíbrio entre a mente racional e a mente emocional, gerando uma inundação da emoção sobre a razão, potencializando o nível de estresse além do grau comum e benéfico, levando assim a uma reação impulsiva, destituída de reflexão e semelhante a reação dos animais mediante o perigo que lhes ameaça. “Emoção tensa fecha o território de leitura da memória, obstruindo a construção de cadeias de pensamentos. Desse modo, reagimos por instinto, como os animais, e não com a inteligência. ” (CURY, 2003, p.57)

E é diante destas reações bruscas e impensadas em que a mente emocional domina sobre a mente racional, desestabilizando o equilíbrio fundamental à vida humana, que o treinamento da emoção desempenha um papel fundamental e capaz de levar a gerência das emoções nos momentos de tensão, evitando erros impensáveis e que podem colocar em risco toda uma sociedade. Até mesmo as pessoas mais impulsivas, podem controlar seu temperamento se treinarem e educarem a própria emoção, pois as funções do cérebro são altamente flexíveis e apesar da memória não poder ser apagada, mesmo as experiências mais traumáticas podem ser reeditadas e transformadas em novas experiências que se sobreponham às antigas, abrindo as chamadas janelas *light*, assim designadas por Cury para se referir aos “compartimentos” cerebrais onde ficam registradas experiências com grau de emoções saudáveis e que são responsáveis por produzir a sensação de bem-estar.

Ainda segundo Cury (2003), o registro da memória é efetuado pelo fenômeno *Ram- Registro Automático da Memória*, que como o próprio nome sugere, registra automaticamente as informações na memória humana que uma vez registradas não podem ser apagadas, apenas reeditadas para que possam ser arquivadas na memória de forma com que as novas experiências se sobreponham às antigas, promovendo superação e equilíbrio onde antes era trauma e caos. Partindo desse pressuposto, um ensino baseado na gestão da emoção, e empregado com emoção, gera um impacto na psique humana que leva a mesma a um salto na qualidade de vida.

O MESTRE DA EMOÇÃO: UM MODELO DE PLENITUDE EMOCIONAL

Ainda segundo Cury (2004, 2016), em seus estudos sobre a personalidade de Jesus pelo ângulo da ciência, concluiu que foi ele foi o mestre da emoção, pois, apesar das situações caóticas em que foi criado, soube reagir de forma inteligente em circunstâncias de estresse extremo, de tal forma a impressionar a psicologia e psiquiatria contemporâneos. Ele acrescenta ainda que Jesus foi um escultor da psique humana, pois soube viver em plenitude todos os itens de treinamento da emoção já elaborados até os dias atuais.

Grande parte dos cientistas o admira profundamente, mas a ciência nunca estudou nem conheceu os seus mais complexos pensamentos. Milhões de professores nutrem grande respeito por ele, mas o mundo educacional não o conheceu seriamente nem compreendeu o fundamento de sua pedagogia e psicologia. Ele foi o mais excelente mestre da emoção. Tudo o que foi es-

critico até agora sobre o treinamento da emoção, ele viveu e praticou na plenitude e, surpreendentemente, levou pessoas sem qualquer qualificação intelectual a praticá-lo. (CURY, 2016, p.112)

Jesus soube tratar a personalidade de cada um de seus discípulos, conheceu as debilidades e medos mais íntimos de cada um deles, ensinou-lhes a lidar com a vida e foi na escola da vida que ele os preparou. Conhecia individualmente o interior de cada um dos doze e usava locais e situações do cotidiano para penetrar-lhes a alma, e ensinar-lhes preciosas lições que transformaram para sempre suas trajetórias e atingiram intimamente suas emoções e personalidade. Jesus viveu numa época turbulenta e hostil, mas soube fazer poesia em meio ao caos, com isso, revolucionou a história, e por meio da vida e dos escritos de seus discípulos, influenciou e influencia até hoje milhares de religiões em todo o mundo.

Cury (2016) aponta Jesus como o mestre dos mestres e diz que ele foi pleno em termos de educação emocional, era exemplo quanto ao que falava, e vivia o que professava. Ninguém jamais foi igual a Jesus a ponto de ser capaz de elaborar pensamentos coerentes e carregados de compaixão em plena agonia de morte diante da crucificação. Poderia o sistema educacional contemporâneo ter esta personalidade estudada pela ciência, como modelo para a educação da emoção nos dias de hoje?

Ele foi a pessoa que mais entendia da arte de pensar, das relações interpessoais, da contemplação do belo, de trabalhar em equipe, do gerenciamento dos pensamentos e de todas as áreas da emoção que conduzem ao caminho da felicidade, da paciência e da sabedoria. (CURY, 2016, p. 118).

Para Cury, tamanha é a importância das lições de vida ensinadas por Jesus, que chega a citar:

O livro Inteligência Emocional de Goleman, o livro Inteligências Múltiplas, de Gardner, e o meu livro Inteligência Multifocal, apenas acenam de longe as lições de vida e o treinamento da emoção que Jesus Cristo realizou. (CURY, 2016, p. 117).

Assim como há sempre um modelo educacional a ser seguido, de acordo com estudos sistemáticos e pesquisas que comprovem sua legitimidade; bem como, vem sendo desenvolvida teorias tais que delineiam a importância da sistematização de métodos de ensino que assistam à necessidade da aprendizagem cognitiva, que norteiam o sistema educacional brasileiro; autores como Cury, Goleman e Gardner vem com propostas, estudos científicos e métodos que podem se tornar delineadores para a inclusão de políticas educacionais que permeiem o campo emocional para

a grade curricular das escolas, e que possa também abranger os educadores, incluindo formações docentes que lhes possibilite capacitação e treinamento sobre a inteligência emocional de si mesmos e de seus educandos. O Estudo da Inteligência Multifocal e a Coleção Análise da Inteligência de Cristo, resultado de muitos anos de pesquisa e análise, do psiquiatra e cientista brasileiro Augusto Cury, podem, aqui no Brasil, servir de norteadores para o desenvolvimento dessas políticas públicas, métodos e práticas educacionais no que tange à Inteligência emocional, a fim de atender a esta nova demanda no que diz respeito a esta área da vida humana.

AS CONSEQUÊNCIAS DA FALTA DE GESTÃO DA EMOÇÃO

A ignorância do funcionamento da mente emocional e falta de gestão das emoções, acarretam em várias consequências que podem ser desastrosas e provocar danos como excesso de informações na mente que leve à SPA; níveis de estresse muito elevados; doenças psíquicas como depressão; e em casos mais graves, fatalidades e danos irreparáveis, como quando a grande instabilidade emocional leva à prática de crimes passionais.

Cury (2002, p. 8) afirma que “No mundo da emoção as palavras-chaves são “treinamento” e “educação”. Você precisa treinar sua emoção para ser feliz. Você precisa educá-la para superar as perdas e as frustrações. Caso contrário, sua emoção nunca será estável.” A falta de gerência da emoção pode gerar grande infelicidade e insatisfação tanto no âmbito pessoal quanto nas relações afetivas, no convívio social e nas relações trabalhistas, causando um efeito dominó na sociedade, independentemente de cor, raça, credo e posição social. Todos podem ser beneficiados pelo conhecimento da mente emocional e do treino das emoções, assim como podem ter prejuízos eminentes mediante a falta dos mesmos.

“A impulsividade e a ansiedade são emoções muito fortes entre os jovens, por exemplo. No entanto, nem todos sabem como administrá-las. E isso implica em problemas de relacionamento interpessoal, de convivência, tanto dentro como fora da escola. Mas é possível ensiná-los a ter mais controle, a gerir tudo isso do melhor modo possível”. (PARIS, apud TRIBUNA HOJE, 2016).

A ausência de treino das emoções é uma falta de investimento em material humano, a falta de investimento nesse aspecto acarreta em sérias consequências que vão desde a queda de produção e déficit de aprendizado à falta de equilíbrio

emocional que pode gerar doenças psicossomáticas, conflitos constantes, transtornos e, em uma situação mais extrema como no caso de extremismo religioso, a exemplo de Hitler, pode gerar morte, e guerras. Basta que se observe o contexto de uma sociedade que ignore o valor da emoção na vida humana para perceber o peso da ausência de autocontrole ou domínio próprio; os estragos que as paixões que dominam a razão podem causar, tais como agressões físicas e verbais, divórcios e muitos deles litigiosos; distanciamento nos relacionamentos, dentre outros. É preciso educar a emoção.

CONCLUSÃO

O estudo das teorias dos autores aqui citados, e a análise bibliográfica, bem como pesquisas em sites relacionados, mostram que é possível educar a emoção para desenvolver uma mente emocional sadia, desenvolver a arte de pensar em liberdade, sem que o domínio das paixões seja constante sobre as emoções, é possível desenvolver uma emoção saudável mesmo em ambientes hostis e em situações caóticas e é possível também ajustar razão e emoção a fim de manter o equilíbrio emocional que proporciona saúde psíquica e bem-estar pessoal e social.

Ao término da pesquisa, fica evidente que o treino emocional proporciona melhores rendimentos também no campo cognitivo e que a gerência inteligente da emoção atua como um meio potencializador do aprendizado e na construção de conhecimentos.

Fica claro também que o estudo e aprendizado sobre a inteligência emocional e a educação da emoção faz-se necessária no contexto atual da sociedade; e que a necessidade de que professores e educadores em geral tenham acesso a treinamentos educacionais e formações continuadas sobre a educação da emoção é bastante relevante, logo que pesquisas apontam números gritantes de professores estressados e necessitados de tratamentos psíquicos, além das demais classes sociais e faixas etárias, que também tem apresentado altos índices de doenças e transtornos psíquicos, pelos excessos aos quais o sistema social atual os expõe.

Torna-se visível a diferença entre a gestão e a não gestão da emoção, a gravidade das consequências e a urgência em que haja uma reforma no atual sistema escolar brasileiro, que prima apenas pelas funções não cognitivas; incluindo políticas públicas, metodologias, projetos e práticas educacionais que

corroboem na integração de mente e coração nas intuições de ensino do país e nos investimentos da classe de profissionais da educação em treinos que lhes possibilite o conhecimento de si e dos educandos que lhes são confiados, culminando na melhoria das relações intra e interpessoais nos ambientes escolares e conseqüentemente, também na sociedade, preparando assim as pessoas para serem humanizadas e aptas a fazer jus ao pleno desenvolvimento do indivíduo, o exercício da cidadania e seu preparo para o trabalho.

AGRADECIMENTOS

Sou eternamente grata a Jesus, meu irmão mais velho, por ser meu melhor amigo e me direcionar em todas as decisões da minha vida; bem como por participar dela em cada detalhe, sendo assim, meu sentido de viver.

Dedico gratidão à minha mãe Stela por seu amor e à minha irmã Kedna por torcer sempre por mim. Agradeço à minha discipuladora Leila Márcia pelo afeto e cuidado, e por contribuir para minha formação integral de forma bastante significativa. Agradeço a Betty, minha eterna professora favorita, por todo incentivo, cuidado e atenção em amor. A Brígida, também pelo incentivo e cuidado.

Gratidão imensa a meus tios maternos: Jacira e Wellington, José Américo e Maria; primos maternos: Wilma, Taísa, Tacira, Lanira, Liana, Fabrícia e Joel por serem a causa de eu ter chegado até aqui com empenho nos estudos. Agradeço a minhas amigas do magistério: Andressa, Thaís e Mirla por serem companheiras e por torcerem por mim numa amizade contínua. Agradeço a Tio Claudeci e a todos os discípulos de Jesus que se reúnem conosco em Xique-Xique, pelo amor e pelas orações em favor de minha vida em todos os seus aspectos.

Agradeço aos meus colegas de trabalho que convivem diariamente comigo e me fazem suspirar pelo bem das crianças e da instituição onde trabalho. Agradeço a Cybele Amado, uma inspiração na Educação, por sua beleza em simplicidade e por ser um agente revolucionário e transformador da educação na Bahia.

A todos estes, meu amor, gratidão, carinho e afeto por fazerem parte da minha vida e por fazerem da minha vida uma festa de amor. Que o meu Deus, Senhor do Universo e Criador de todas as coisas pelo seu Espírito Santo, lhes seja propício dando-lhes a Vida Plena e a Eternidade, apenas.

Agradeço também a Deus, de coração, pela memória de minha avó Antônia Rosa e meu avô Joel Ribeiro dos Santos, de meu avô de coração Francisco Juvêncio, meus avós Zilda Noêmia da Silva e Pedro Raimundo da Silva; minha melhor amiga Letícia Bonfim Ribeiro; Minha amada professora Adriana Marques Viana; a querida Mara, amiga da família e o Pastor Pedro, que se foram mas permanecem vivos no memorial da minha existência.

XIQUE-XIQUE/BA, 03.11.2016

REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

ALMEIDA, Danilo. Fórum Internacional Debate Habilidades Não Cognitivas.

Site <http://portal.mec.gov.br/busca-geral/211-noticias/218175739/20327-forum-internacional-debate-habilidades-nao-cognitivas>. Acesso em: 02.11.2016.

Constituição Federal do Brasil. Brasília: Editora Escala, 1988.

CURY, Augusto. **Nunca Desista de seus Sonhos**. Rio de Janeiro: Sextante, 2004.

CURY, Augusto. **Pais e Filhos, sem Diálogo as Famílias Morrem**. São Paulo: Gold Editora, 2015.

CURY, Augusto. **Pais Brilhantes, Professores Fascinantes- A educação inteligente: formando jovens pensadores e felizes**. Rio de Janeiro: Sextante, 2003.

CURY, Augusto. **Treinando a Emoção para ser Feliz**. São Paulo: Planeta do Brasil, 2016.

Educação básica ruim joga Brasil no grupo dos 'lanternas' em ranking de capital humano Site <http://www.bbc.com/portuguese/brasil-36660930>. Acesso em: 03.11.2016.

FREIRE, Paulo. **Pedagogia da autonomia**. Rio de Janeiro: Paz e Terra, 1996.

GOLEMAN, Daniel, PhD. **Inteligência Emocional: A Teoria que Redefine o que é Ser Inteligente**. Rio de Janeiro: Objetiva, 1995.

NUNES, Vera. **O Papel das Emoções na Educação**. São Paulo: Casa do Psicólogo, 2009.

PARIS, Francisca Romana Giacometti. Escolas apostam no trabalho da inteligência emocional dos alunos Site

<http://www.tribunahoje.com/noticia/136488/educacao/2015/03/27/escolas-apostam-no-trabalho-da-inteligencia-emocional-dos-alunos.html>. Acesso em 02.11.2016.

SILVA, Gidéia Alencar da. A Educação Emocional e o Preparo do Profissional Docente Site

http://www.cairu.br/revista/arquivos/artigos/2012_2/1_EDUCACAO_EMOCIONAL_P_REPARO_PROFISSIONAL_DOCENTE_Gidelia_Silva_p_5_15.pdf . Acesso em: 31.10.2016