

PROFISSÃO DOCENTE: A INTELIGÊNCIA EMOCIONAL COMO APORTE NA REDUÇÃO DE CONFLITOS NO AMBIENTE ESCOLAR

Cássia Castro dos Reis¹

RESUMO: A presente pesquisa contextualiza a importância da Inteligência Emocional e sua contribuição na profissão docente. O objetivo geral é conhecer o papel e os pilares que contempla a inteligência emocional e sua respectiva contribuição na profissão docente. Quanto aos objetivos específicos é; identificar os fatores que está relacionado ao adoecimento emocional dos docentes, e a possível contribuição da inteligência emocional na redução dos conflitos, entre professores e alunos. Como metodologia utilizou-se da pesquisa com abordagem qualitativa, de natureza básica de cunho exploratório com procedimento bibliográfico. Este estudo possibilitou a identificação dos fatores que desencadeiam o adoecimento emocional. E conclui-se, que a inteligência emocional é o fator essencial para a construção do equilíbrio emocional. E ao aprender as habilidades emocionais e desenvolvê-las, pode gerar um ambiente de trabalho satisfatório, com isso, leva a redução de doenças ocasionada pelo trabalho, diminuindo conflitos intrapessoal e interpessoal.

353

Palavras-chaves: Professor. Adoecimento emocional. Inteligência Emocional. Escola.

1. INTRODUÇÃO

A Educação de forma geral tem um papel valioso na formação integral do indivíduo, por muitas décadas passou, e passa por diversas transformações. Isso, reflete também dentro do ambiente escolar, os conflitos encontrados nos dias de hoje, são diferentes de décadas passadas, porém, há novos conflitos que ocasiona muitas vezes o adoecimento emocional dos docentes. Como base fundamental para a construção do trabalho, surgiu a necessidade de identificar esses conflitos que permeiam o ambiente escolar

¹ Licenciada em Educação Física pelo Centro Universitário La Salle e Licenciada em Pedagogia pelo Centro Universitário Uninter.

Escolher a profissão “ser professor” como diz Moacir Gadotti (2003) é “um ato heróico”. Os desafios encontrados na educação são vastos, e afeta diretamente aos profissionais docentes em sala de aulas.

Há conflitos internos como a indisciplina dos alunos, pais ausentes, carga excessiva de trabalho, falta de matérias pedagógicos e estende-se aos fatores externos como a infraestrutura escolar, que muitas vezes precisa de manutenções, para oferecer um ambiente favorável para os alunos.

No conflito interno, é possível dar ênfase na indisciplina dos alunos, não se tem mais respeito nem com o professor, e muito menos com os colegas de sala, isso, interfere negativamente no emocional e psicológico desses docentes, que por muitas vezes deixa a sala de aula para recorrer aos postos de saúde e hospitais, devidos os fatores emocionais, que automaticamente gera sintomas físicos e psicológicos.

E muitos deles até recebe atestado, e mesmo assim volta ao trabalho para desempenhar suas funções, devido à falta de amparo da gestão escolar e do estado.

O professor que está instável emocionalmente e que não recebe amparo por parte da gestão ou outro órgão competente, fica á mercê das patologias mentais. Ao ficar de frente a esses docentes, é notável ver os olhares de frustrações e desânimos, embora, ficam na esperança de dias melhores.

E esses conflitos pode ocasionar a instabilidade emocional, e futuramente algumas das patologias mentais, como a Síndrome de Burnout, ou a Síndrome do esgotamento profissional, que trata de um distúrbio psíquico ocasionado pela exaustão no ambiente de trabalho.

Que segundo Varella (2013) *apud* Palacios (S/D, p. 07),” relata que na maioria das vezes é incitado por condições de trabalho, e altera os fatores físicos, emocionais e psicológicas desgastantes e se manifesta comumente em indivíduos cuja profissão demanda o envolvimento interpessoal extremo”.

Há outras patologias como ansiedade, transtorno de personalidade, síndrome do pânico e a doença mal do século conhecida como depressão. Qualquer uma dessas doenças

leva o docente a insatisfação pessoal, frustrações, dificuldade em relacionar, e de certa forma reflete em sala de aula perante aos alunos.

Desta Forma, a problemática desse estudo tende a identificar os possíveis fatores que leva o adoecimento emocional desses profissionais no ambiente de trabalho e conhecer o processo da inteligência emocional e sua respectiva contribuição na profissão docente. Afim de reduzir essas patologias no ambiente escolar.

2. EMOÇÕES E INTELIGÊNCIA EMOCIONAL

Para entender a inteligência emocional é preciso levar em consideração o fator principal desse assunto, que é a emoção. E a definição de emoção na visão de Cury (2001, p. 34), “A emoção é um campo de energia em contínuo estado de transformação. Produzimos centenas de emoções diárias. Elas se organizam, se desorganizam e se reorganizam num processo contínuo e inevitável”. (*apud* SILVA, S/D, p. 08)”.

As emoções tem um grande impacto no cotidiano, são elas que desencadeiam sentimentos que fazem o nosso dia ser agradável ou não. Isso, ocorre devido vários fatores fisiológicos, psicológicos e emocionais. Cada situação vivenciada ou experimentada, seja real ou imaginário, traz consigo a diversidade de emoções.

A inteligência emocional é um tema muito familiarizado no ambiente da psicologia, e que tem trago muitos benefícios em todos os aspectos sociais do indivíduo. É conhecida pela sigla IE. “O conceito de Inteligência Emocional - IE foi apresentado à comunidade científica pelos psicólogos Salovey e Mayer (1990, p. 189) *apud* Gonzaga e Monteiro (2011, p, 225)”, após essa apresentação surgiram vários estudos científicos que contribuiu no entendimento, compreensão, ampliação e até mesmo modificação de conceitos sobre a IE.

Segundo Bar-on (2002) *apud* Gonzaga e Monteiro (2011, p. 225), “Interpretou que o conceito inicial de IE proposto por Salovey e Mayer envolvia a autopercepção e a empatia e referia-se á capacidade de utilizar informações emocionais para guiar a cognição e o comportamento”.

Portanto, percebe que a IE é um processo interno e complexo, que exige do indivíduo um olhar para si, buscando analisar interiormente com auxílio da autopercepção, para reconhecer suas emoções e controlá-las de forma que não venha desencadear sentimentos não saudáveis.

Mayer e Salovey referem que:

[...] a Inteligência Emocional é a capacidade para perceber, avaliar e Expressar as emoções com exatidão, a capacidade para aceder e/ou gerar sentimentos que facilitem o pensamento; a capacidade para compreender emoções e o conhecimento emocional e a capacidade para regular as emoções promovendo um crescimento emocional e intelectual” MAYER; SALOVEY, (1997, p.76); *apud* HOLDER (2017, p.12).

As emoções fazem parte do cotidiano e são elas que traz sensações boas ou ruins. E Isso, interfere nos comportamentos, atitudes e sentimentos. O sujeito que possui a capacidade de ministrar as suas emoções, obtém, um olhar diferenciado sobre si, sobre outro, e sobre o mundo, assim, resultando num emocional equilibrado, estando sempre na busca na resolução dos conflitos de maneira mais assertiva possível.

2.1 Tipos de emoções

Produz-se muitas emoções durante o dia e cada uma tem uma função diferente, assim, descreve Goleman (2005) que em nosso repertório emocional, cada emoção desempenha uma função específica, como revelam suas distintas assinaturas, sendo as emoções de; raiva, medo, sensação de felicidade, amor entre outros.

As emoções são respostas organizadas que cruzam os vários subsistemas: psicológicos, fisiológicos, cognitivos, motivacionais e experienciais. As respostas emocionais são geradas a partir de um evento qualquer, seja externo ou interno, que possui significados positivos ou negativos para o indivíduo e as emoções distinguidas de conceitos relacionados ao humor pela brevidade e intensidade com que elas ocorrem (MAYER, SALOVEY 1990) *apud* HOLDER (2017 p. 20).

No que se refere às funções de cada tipo de emoção, podemos citar o de Goleman (2005) que cita algumas reações de determinadas emoções como:

a) **Raiva:** que o sangue flui para as mãos, tornando mais fácil sacar da arma ou golpear o inimigo; os batimentos cardíacos aceleram-se e uma onda de hormônios, a adrenalina, entre outros, gera uma pulsação, energia suficientemente forte para uma atuação vigorosa. B) **Medo:** o sangue corre para os músculos do esqueleto, como os das pernas, facilitando a fuga; o rosto fica lívido, já que o sangue lhe é subtraído (daí dizer-se que alguém ficou “gélido”). Ao mesmo tempo, o corpo imobiliza-se, ainda que por um breve momento, talvez para permitir que a pessoa considere a possibilidade de, em vez de agir, fugir e se esconder”. c) A sensação de **felicidade** causa uma das principais alterações biológicas. A atividade do centro cerebral é incrementada, o que inibe sentimentos negativos e favorece o aumento da energia existente, silenciando aqueles que geram pensamentos de preocupação. Mas não ocorre nenhuma mudança particular na fisiologia, a não ser uma tranquilidade, que faz com que o corpo se recupere rapidamente do estímulo causado por emoções perturbadoras. Essa configuração dá ao corpo um total relaxamento, assim como disposição e entusiasmo para a execução de qualquer tarefa que surja e para seguir em direção a uma grande variedade de metas. d) **O amor:** os sentimentos de afeição e a satisfação sexual implicam estimulação parassimpática, o que se constitui no oposto fisiológico que mobiliza para “lutar-ou-fugir” que ocorre quando o sentimento é de medo ou ira. (GOLEMAN, 2005 p.35).

Diante desta perspectiva, foi apresentada algumas emoções com reações diversas, cada qual possui funções específicas conforme as alterações biológicas, fisiológicas e psicológicas de cada indivíduo. As emoções tem um papel fundamental, pois são elas que auxilia nas tomadas de decisões. As emoções de raiva e medo pode desencadear determinados impulsos que trará consequências. E as emoções de felicidade e amor, traz sensações de calma e relaxamento, entretanto, podem trazer situações desagradáveis caso o medo e a raiva estejam presentes.

3. PILARES DA INTELIGÊNCIA EMOCIONAL

Ao conhecer o conceito da Inteligência emocional e o seu ponto central, deve buscar entender também os pilares sustentado por essa capacidade emocional. Pois, não é só identificar e conhecer as emoções, é saber colocar em prática cada uma das habilidades, é buscar intensivamente o autoconhecimento para auxiliar nesse processo que não é rápido, e que exige muita determinação, dedicação e paciência.

Para conhecer a inteligência emocional e suas habilidades, Mayer e Salovey (1997) apud Gonzaga; Monteiro (2011, p. 225), “identificaram quatro habilidades centrais da IE:

percepção das emoções, facilitação ao pensamento (integração), entendimento do conteúdo emocional e administração emocional para promover o crescimento pessoal”.

Para a construção da IE é preciso conhecer essas quatro habilidades apresentadas. O primeiro passo é o indivíduo ter a autopercepção, saber identificar as emoções presentes, segundo; é conduzir essas emoções para o lado positivo. Terceiro e quarto; é administrar cada emoção. O indivíduo que consegue identificar uma emoção que traz pensamentos e sentimentos ruins, logo ele saberá administrar essas emoções negativas para o lado positivo, assim, obtendo uma evolução emocional.

Goleman (2005) descreve também os cinco domínios principais para construir a IE, são elas; conhecer as próprias emoções, lidar com as emoções, motivar-se para ter um controle emocional, saber reconhecer as emoções do outro, por último, o saber lidar com os relacionamentos.

Para Mayer (2004) *apud* Holder (2017, p. 25),

tem-se a construção das cinco competências básicas que compõem o constructo da Inteligência emocional. Para o autor, as cinco competências estão divididas entre dois grupos: **a) Competências pessoais** (Autoconsciência, Gestão das Emoções, Automotivação) e **b) Competências Sociais** (Empatia e gestão de Emoções em grupo). As primeiras três: Auto Consciência, Gestão de Emoções e Auto Motivação, são competências pessoais, determinam a forma como nos gerimos. As duas últimas: Empatia Gestão de Emoções em Grupos estão no domínio das competências sociais e determinam a forma como lidamos com as relações (Goleman, 1995).

Assim descreve Goleman (2005) as competências e suas respectivas habilidades: **Autoconsciência;** é conhecer um sentimento e ter a capacidade de controlar, ter o discernimento emocional que é essencial para auto compreensão. **Lidar com as emoções;** é lidar com os sentimentos, e para isso deve desenvolver a primeira competência que é autoconsciência.

Motivar-se; essa competência para Goleman (2005) é se automotivar é centrar o foco no controle das emoções usando como meta de objetivos. **Reconhecer emoções nos outros;** é perceber por meio da empatia quais são as emoções que o indivíduo está sentindo e colocar-se no lugar. **Lidar com relacionamentos;** essa competência está vinculada ao meio social, saber interagir, comunicar, saber liderar os conflitos.

Ao conhecer essas competências, percebe-se a importância de cada uma delas, um indivíduo que não possui a autoconsciência ficará refém dos sentimentos indesejados, assim, como o fato de não saber lidar com as emoções. Sendo a autoconsciência o primeiro pilar na construção e desenvolvimento da IE.

Na habilidade de automotivação é essencial, sem ela, a frustração e o fracasso fará presente, sendo esses sentimentos prejudiciais que comprometerá em vários aspectos. A empatia por sua vez, é colocar -se no lugar do outro, respeitando as individualidades, essa habilidade vai ao encontro com o lidar com os relacionamentos, que é importante para o meio social, ser não for trabalhado, o sujeito terá dificuldades na relação interpessoal.

4. O PROFESSOR E O ADOECIMENTO EMOCIONAL

A Educação sempre teve os seus desafios, estes que vem causando desgastes emocionais e psicológicos. São várias as dificuldades enfrentadas, sem contar que o reconhecimento profissional é baixíssimo, ocasionando frustrações.

“De acordo com as pesquisas recentes, a docência possui potencial patogênicos devido a diversos fatores, tais como a carga excessiva de trabalho, remuneração inadequada, falta de cooperação entre pares”, Codo (1999) apud Souza (2019, p.103). “falta de autonomia, excessos de burocracia, indisciplina dos alunos”, Reinhold (2012) apud Souza (2019, p. 103).

Como visto na citação acima, são vários os fatores que contribui no desgaste emocional dos professores, a carga de horas trabalhadas não é compatível com a remuneração e a indisciplina dos alunos é o fator que mais desgasta, alunos que não tem um bom convívio familiar, e que traz consigo esses conflitos, e isso reflete em sala de aula.

Guglielmi & Tatrow (1999) apud Carlotto (2011, p, 404) relata que “a organização do trabalho do professor possui características que o expõem a fatores estressantes que, persistentes, podem levá-la a desenvolver a SB”.

Os professores que adoecem devido o ambiente de trabalho, pode desenvolver a patologia da Síndrome do Burnout, representada na sigla; SB. “Burnout é o resultado do estresse crônico, típico do cotidiano do trabalho, principalmente quando neste existem

excessiva pressão, conflitos, poucas recompensas emocionais e pouco reconhecimento”. Harrison (1999) *apud* Carlotto (2011, p, 404).

O estresse gerado no ambiente escolar é muito recorrente, além dos fatores que foram mencionados, temos a falta de infraestrutura que boa parte não oferece um ambiente satisfatório, falta do compromisso dos pais em estar presente em reuniões e na vida escolar do filho, falta de uma gestão democrática e infelizmente deparamos com a desunião da própria classe.

Mediante de todos esses fatores apresentados gera conflitos que leva a uma instabilidade emocional. O professor que não consegue lidar com si, reconhecer e gerenciar suas emoções, ficará a mercê dessas patologias que crescem cada vez em nosso meio.

A Síndrome de Burnout para Maslach, Schaufeli & Leiter (2001) classificou a SB em três categorias: a) Exaustão emocional (quando apresenta cansaço extremo e falta de energia); b) Despersonalização: (Há ausência da sensibilidade e empatia com os demais. c) Perda da realização pessoal: (sente-se frustrado, desmotivado, e possui baixo rendimento profissional).

Percebemos que dentro dessas três categorias apresentadas a uma variedade de sintomas físicos, psicológicas e emocionais, levando em consideração que há outras patologias recorrente no ambiente escolar como: Ansiedade, Depressão, Síndrome do Pânico entre outros. Com isso, torna-se complexo em listar as patologias e os sintomas que leva o adoecimento profissional, levando em conta que isso é ocasionado por vários fatores que já foram mencionados.

A doença que está em alta nas estatísticas de transtornos mentais é a doença mal do século conhecida como depressão, ela vem se manifestando em muitos docentes nas últimas décadas. Que para Mckenzie, Kwane (S/D) é uma doença da mente e do corpo.

As pessoas têm os sintomas em sua dimensão psicológicas, físicas e emocional, da natureza exata da depressão varia de uma pessoa para pessoa diferente da Síndrome do Burnout que é ocasionada pelo trabalho. Embora, é uma das doenças que mais afeta não só os professores, e sim a sociedade em geral

Determinada pessoa pode apresentar a predominância de alguns sintomas da doença que diferem dos sintomas predominantes em outra pessoa.

Os atuais critérios utilizados para o diagnóstico e classificação dos estados depressivos se encontram no DSM-V (Manual Diagnóstico e Estatístico dos Transtornos Mentais) em sua quinta edição, 2013

Os critérios diagnósticos para o TDM (Transtorno Depressivo Maior) devem ter cinco ou mais dos sintomas seguintes, sendo que estes devem estar presentes por, pelo menos, duas semanas com mudanças no funcionamento prévio do indivíduo; pelo menos um dos sintomas é: 1) humor deprimido ou 2) perda de interesse ou prazer.

Conforme observado no DSM-V (p. 125)

1. Humor deprimido na maioria dos dias, quase todos os dias (p. ex.: sente-se triste, vazio ou sem esperança) por observação subjetiva ou realizada por terceiros (Nota: em crianças e adolescentes pode ser humor irritável);
2. Acentuada diminuição do prazer ou interesse em todas ou quase todas as atividades na maior parte do dia, quase todos os dias (indicado por relato subjetivo ou observação feita por terceiros);
3. Perda ou ganho de peso acentuado sem estar em dieta (p.ex. alteração de mais de 5% do peso corporal em um mês) ou aumento ou diminuição de apetite quase todos os dias (Nota: em crianças, considerar incapacidade de apresentar os ganhos de peso esperado);
4. Insônia ou hipersônia quase todos os dias;
5. Agitação ou retardo psicomotor quase todos os dias (observável por outros, não apenas sensações subjetivas de inquietação ou de estar mais lento);
6. Fadiga e perda de energia quase todos os dias;
7. Sentimento de inutilidade ou culpa excessiva ou inadequada (que pode ser delirante), quase todos os dias (não meramente autorrecriminação ou culpa por estar doente);
8. Capacidade diminuída de pensar ou concentrar-se ou indecisão, quase todos os dias (por relato subjetivo ou observação feita por outros);
9. Pensamentos de morte recorrentes (não apenas medo de morrer), ideação suicida recorrente sem um plano específico, ou tentativa de suicídio ou plano específico de cometer suicídio.

Essas características referem-se ao Manual Diagnóstico e Estatístico de Transtornos Mentais, cada indivíduo pode apresentar sintomas diferentes. Com base nessas informações podemos destacar que infelizmente a depressão é só mais um transtorno que afeta os docentes. Com isso podemos perceber que um emocional instável resulta um razoável desempenho profissional

5. EDUCAÇÃO EMOCIONAL COM FOCO NOS PROFESSORES

Há uma forte cobrança e pressão dos órgãos educacionais para ensinamentos dos conteúdos escolares. Busca-se resultados por partes desses profissionais da educação, porém, pouco se vê, quem preocupa com a saúde dos mesmos. A escola é espaço de aprendizagem, que não deve priorizar somente o ensino para os alunos, mas sim, os mediadores desse conhecimento

Considerando que:

A escola é também responsável pela educação de valores e competências para a convivência e deve preparar-se, de forma diferente, para trabalhar as emoções e os conflitos que ocorrem no seu seio, pois "a verdadeira inteligência emocional é o que une o emocional e o cognitivo, e a sua harmonia é o que garante o seu desenvolvimento eficaz para enfrentarmos qualquer situação da vida". GALLEGO; GALLEGO (2004, p. 83) MONTEIRO (2016, p. 3).

No que refere-se a educação emocional no contexto escolar acredita-se que a escola deve priorizar o saber emocional. Diante disso, são poucas escolas que prioriza esse saber, e boa parte é com ênfase na educação emocional dos alunos. E se analisar quais as escolas que leva esse conhecimento para os professores, é raro.

362

É válido que esses alunos desenvolva as habilidades da IE, de acordo com Goleman (1995) apud Gordinho (2010) descreve a importância de "educar" as emoções e fazer com que os alunos também tenha essa competência de lidar com frustrações, negociar com os outros, e reconhecer as próprias angústias e medos.

A educação emocional refere-se ao professor ensinar seus alunos, mas antes, é preciso que esse docente tenha essa competência, se não tiver, terá dificuldades em enfrentar os ambientes conflitantes que existe no ambiente escolar, e conseqüentemente não terá competência para ensinar esse conhecimento sendo que nem o mesmo possui.

“Os atributos emocionais do professor na relação pedagógica geram emoções e comportamentos nos alunos, e este processo remete-nos para a importância da educação emocional”. Veiga Branco (2005) apud Valente e Monteiro (2016, p, 04).

Em sala de aula encontra-se as diversidades, cada qual com suas individualidades conforme a hereditariedade e o meio ambiente no qual o aluno foi submetido. Sendo assim, é de grande valia os professores estar bem emocionalmente, a IE não traz só resultados de crescimento pessoal, ele concede benefícios que envolve todas as áreas da vida, em foco na educação, os alunos pode ser beneficiados com essa saber, já que o comportamento do professor reflete no alunos.

As emoções encontram-se inerentemente relacionadas com os conflitos, ou seja, ativamos as emoções com o conflito e este, por sua vez, também as estimula. Sánchez (2014) apud Valente e Monteiro (2016).

Partindo dessa citação de Sánchez, percebe que as emoções são ativadas diante de uma situação, se a escola é um espaço de aprendizagem com muitos indivíduos diferentes, é inevitável não ocorrer algum conflito. Isso ressalta a importância do saber emocional na resolução de conflitos.

No entanto, volta-se a analisar, que educação não é só saberes cognitivos, que a educação emocional se faz presente, que não deve está voltada somente como conteúdo escolar, e sim como conhecimento curricular desses docentes.

6. FORMAÇÃO CONTINUADA X INTELIGÊNCIA EMOCIONAL

A escola é um espaço social e são inúmeras as diversidades, e cada indivíduo traz consigo bagagem de experiências, costumes e culturas diferentes para esse ambiente. Esse meio social é rico de aprendizagens, os alunos aprendem om os colegas, professores aprende com os alunos, ou seja, é aprendizagem constante.

Desta forma, podemos ir ao encontro com Moacir Gadotti (2003, p. 16) “Em resumo, poderíamos dizer que o professor se tornou um aprendiz permanente, um construtor de sentidos, um cooperador, e, sobretudo, um organizador da aprendizagem”.

O aprender é um processo que está em todo o ser humano, todos os dias aprendemos algo; é na rua, no banco, na igreja, na escola e etc. Ao centralizar o foco na aprendizagem, em que o professor é o responsável por mediar o conhecimento, percebe-se essa enorme responsabilidade, que além de ensinar, depara-se com alunos com cargas emocionais altíssimas, que dificulta a aprendizagem dos mesmos, e possibilita para o surgimento de conflitos com os Professores e colegas de sala.

Ao analisar a importância do papel do professor, é importante ressaltar o papel escolar na formação continuada desses profissionais. Que para Almeida (2005) e Garcia (1995) apud Camargo e De Paula (2013 p. 7729) a formação continuada é:

conjuntos de atividades desenvolvidas pelos professores em exercícios com objetivo formativo, realizadas individualmente ou em grupo, visando tanto ao desenvolvimento pessoal como ao profissional, na direção de prepará-los para a realização de suas atuais tarefas ou outras novas que se colocuem".

A formação continuada faz um vínculo com a citação de Moacir Gadotti (2003) que o professor tornou um “aprendiz permanente”. E fazendo um paralelo da formação continuada com a inteligência emocional, são poucas escolas que oferecem esse saber, sendo um conteúdo sensacional, que traz mudanças na vida do docente e que respectivamente melhora num ambiente escolar.

Como declara Wallon (2007) apud Holder (2011, p. 32) “ a necessidade é cada vez mais enfatizar a componente pessoal numa relação pedagógica (...) Só um indivíduo emocionalmente equilibrado, poderá assegurar uma relação pedagógica verdadeiramente eficaz”.

Faz-se necessário que a escola oferta cursos de capacitação, palestras, projetos que insira esses docentes na aprendizagem emocional, antes de buscar a educação emocional para os alunos, é interessante por da escola e órgãos competentes assumir a responsabilidade de fazer a inserção da formação continuada com foco na inteligência emocional.

No que diz Branco (2005) apud Holder (2017) Um professor emocionalmente equilibrado raramente age sobre o impulso, ele tem clareza racional e emocional para lidar com as situações. Essa perspectiva vai ao encontro com a visão de Goleman (1995, p.49) apud

Silva (S/D p. 13), “As pessoas com prática emocional bem desenvolvida têm mais probabilidade de se sentirem satisfeitas e de serem eficientes em suas vidas, dominando os hábitos mentais que fomentam sua produtividade”.

Contudo, se a escola não oferta essas possibilidades de capacitar os docentes na formação continuada, é primordial que os mesmos busquem essa formação. Como mencionado, são vários fatores que leva o adoecimento emocional, por isso o saber conhecer e identificar as emoções, administrar e lidar com elas, é transformador. Com a prática da IE, reduzirá o nível de patologias mentais encontradas nos docentes. E possibilitará um relacionamento de boa qualidade, seja intrapessoal (consigo) e interpessoal (alunos, colegas de trabalho, gestão e funcionários).

7. MATERIAIS E MÉTODOS

Para a realização dessa pesquisa utilizou-se como abordagem do problema, o caráter qualitativo que, de acordo com Minayo (1995 p. 22)

[...] responde a questões muito particulares. Ela se preocupa, nas ciências sociais, com um nível de realidade que não pode ser quantificado, ou seja, ela trabalha com o universo de significados, motivos, aspirações, crenças, valores e atitudes, o que corresponde a um espaço mais profundo das relações dos processos e dos fenômenos que não podem ser reduzidos à operacionalização de variáveis.

Quanto á natureza do estudo caracterizou-se em pesquisa básica que, como afirma Gil (1991) tem por objetivo gerar novos conhecimentos, que serão úteis no avanço da ciência sem aplicação prática prevista, envolvendo verdades e interesses universais.

Por fim, para atingir o objetivo geral deste trabalho, a pesquisa utilizada foi de cunho exploratório que, conforme Gil (2002, p.41) tem como objetivo proporcionar maior familiaridade com o problema, com vistas a torná-lo mais explícito.

Quanto aos procedimentos foi de pesquisa bibliográfica utilizou-se de artigos e livros. Conforma cita Fonseca (2002):

A pesquisa bibliográfica é feita a partir do levantamento de referências teóricas já analisadas, e publicadas por meios escritos e eletrônicos, como livros, artigos científicos, páginas de web sites. Qualquer trabalho científico inicia-se com uma pesquisa bibliográfica, que permite ao pesquisador

conhecer o que já se estudou sobre o assunto. Existem porém pesquisas científicas que se baseiam unicamente na pesquisa bibliográfica, procurando referências teóricas publicadas com o objetivo de recollher informações ou conhecimentos prévios sobre o problema a respeito do qual se procura a resposta. FONSECA (2002, p. 32) apud GERHARDT; SILVEIRA (2009 p.37).

A metodologia apresentada e aplicada nesse trabalho, visa a busca de informações que pudesse construir e contribuir com o objeto de estudo. De forma que trouxessem informações relevantes para com o referido trabalho.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

Diante do que foi apresentado nesse trabalho pôde conhecer o conceito da Inteligência emocional e o seu ponto central que são as emoções. E partindo desse conhecimento foi possível identificar as habilidades da IE e sua respectiva contribuição na profissão docente.

Na busca de entender os fatores que leva o adoecimento emocional, observou que o papel do professor é desafiador, e que são estes os fatores que leva a desestabilização desses profissionais, que pode resultar em patologias mentais.

A educação emocional é vista como conteúdo disciplinar, e ressaltando, ela é extraordinária como conteúdo, porém, deve-se priorizar primeiramente como fonte de conhecimento curricular aos docentes, estes que lida diariamente com os desafios escolares.

Portanto, percebemos que a educação emocional é importante como disciplina curricular e/ou como capacitação profissional. Com o intuito de reduzir os conflitos em sala de aula e evitar o aumento nas estatísticas de professores doentes mentalmente, é importante que busca a capacitação emocional desses profissionais.

Dessa perspectiva, as escolas por meio do ministério da educação devem ofertar cursos de capacitação emocional como formação continuada. Ainda, percebe a carência desse conhecimento na formação acadêmica, exceto no curso de psicologia.

Pode-se perceber diante do exposto apresentado que os professores equilibrados emocionalmente têm bom desempenho e boa satisfação profissional. Considerando, que se o professor estiver apto em suas habilidades emocionais, poderá mediar os conflitos em sala de aula, que muitas das vezes é provocado por alunos indisciplinados com altas cargas emocionais.

Este estudo conclui-se que a inteligência emocional contribui positivamente no ambiente escolar, reduzindo os fatores e conflitos existente nesse espaço. E que deve ser discutido como formação pedagógica para os docentes. A educação é desafiadora, e quanto mais preparados emocionalmente e psicologicamente, maior será os resultados no Ensino-aprendizagem e melhoria no ambiente com as relações interpessoal e intrapessoal.

REFERÊNCIAS

CARLOTTO, Mary Sandra. **SÍNDROME DE BURNOUT EM PROFESSORES: PREVALÊNCIA E FATORES ASSOCIADOS.** Pontifícia Universidade Católica do Rio Grande do Sul; Out-Dez 2011.

367

CAMARGO, Michaela. DE PAULA, Déborah Helenise Lemes. **A ESCOLA ENQUANTO ESPAÇO DE FORMAÇÃO E O PAPEL DO PROFESSOR FORMADORFORMATIVO: VOZ E VIDA PARA UMA EXPERIÊNCIA.** Pontifícia Universidade Católica do Paraná. Curitiba, 2013.

GADOTTI, Moacir. **BONITEZA DE UM SONHO.** Novo Hamburgo – Rio Grande do Sul – Brasil, 2003.

GERHARDT, Tatiana Engel; SILVEIRA, Denise Tolfo. **MÉTODOS DE PESQUISA.** Universidade Federal do Rio Grande do Sul; 1ª edição: 2009. GIL, Antonio Carlos. **COMO**

ELABORAR PROJETOS DE PESQUISA. São Paulo: Atlas, 1991. **GODINHO, Sheila dos santos.** O PAPEL DO EDUCADOR NO DESENVOLVIMENTO DA INTELIGÊNCIA

EMOCIONAL DAS CRIANÇAS DAS SÉRIES INICIAIS DO ENSINO FUNDAMENTAL. Web artigos. 08 de janeiro de 2010.

GONZAGA, Alessandra Rodrigues; MONTEIRO, Janine Kieling. INTELIGÊNCIA EMOCIONAL NO BRASIL: UM PANAROMA DA PESQUISA CIÊNTÍFICA. Universidade do Vale do Rio dos Sinos. Abr-Jun 2011, Vol. 27 n.2 pp. 225-232.

HOLDER, Mirna Poliana Queiroz. INTELIGÊNCIA EMOCIONAL: UM ESTUDO COM PROFESSORES DA EDUCAÇÃO BÁSICA NA REDE PÚBLICA E NA REDE PRIVADO DE ENSINO, NA CIDADE DE PORTO SEGURO, A PARTIR DO USO DA ESCALA VEIGA BRANCO. Universidade lusófona de humanidades e tecnologias. Lisboa, 2017.

MANUAL DIAGNÓSTICO E ESTATÍSTICO DE TRANSTORNOS MENTAIS. DSM-5, 5º edição, 2014.

MONTEIRO, Ana Paula. VALENTE, Maria Nunes. INTELIGÊNCIA EMOCIONAL EM CONTEXTO ESCOLAR. Revista Eletrônica de Educação e Psicologia. Volume, 7, 2016. p11-2016.

PALACIOS, Rosiane Alves. DOCENTE OU DOENTE: COMO FICA A ROTINA DOS PROFISSIONAIS DA EDUCAÇÃO COM O CRESCENTE ADOECIMENTO EMOCIONAL?. (S/D). SOUZA, Farney Vinícios Pinto. ADOECIMENTO MENTAL E O TRABALHO DO

PROFESSOR: UM ESTUDO DE CASO NA REDE PÚBLICA DE ENSINO. Centro Universitário Unihorizontes (Belo Horizonte, Minas Gerais, Brasil). 2019.

**SILVA, Gidélia Alencar Da. A EDUCAÇÃO EMOCIONAL E O PREPARO DO
PROFISSIONAL DOCENTE. Fundação Visconde de Cairu (S/D).**