INTRODUÇÃO

Este trabalho ressalta a importância e a influência das emoções na vida do ser humano, considerando que a melhor forma de educar, é fazendo-a de forma integral, levando em conta a pessoa como um todo (estrutura física, fisiológica, cognitiva e psicológica). A nossa metodologia é baseada em uma pesquisa bibliográfica fundamentada em autores, como Gardner, Goleman, Antunes, Damásio, os clássicos (Piaget, Vygotsky e Wallon), entre outros. Nesta obra não usaremos pesquisa de campo. Os objetivos são: compreender a influência das emoções no desenvolvimento humano e reconhecer a importância da educação na formação integral do indivíduo. Acerca dos objetivos, o trabalho vai mostrar detalhadamente a importância da emoção na vida humana, comprovando cientificamente através de um relato sobre a evolução do cérebro humano.

Embasado nas teorias de Gardner e Goleman, ressaltaremos a importância da escola ao preparar o aluno para a vida, onde ele saiba contornar os conflitos do cotidiano consigo mesmo e com o outro. Mostraremos ainda que a razão e a emoção se complementam, por isso a importância da Alfabetização Emocional, na qual nos leva a refletir sobre um novo paradigma educacional, onde se educa as emoções em prol de uma harmonia social.

Faremos ainda um breve relato dos clássicos Piaget, Vygotsky, Wallon em relação ao papel das emoções. Apesar de algumas divergências em suas teorias, fica claro que no momento das discussões sobre razão/emoção, as teorias são unânimes em ressaltar: não se separa a razão da emoção – elas se completam o tempo todo para proporcionar um equilíbrio mental e corporal. No primeiro capítulo, este estudo nos levará a compreensão de que o ser humano é um ser complexo, portanto, a educação deve repensar suas práticas pedagógicas com intuito de formar os discentes para uma vida em um mundo agitado e em constantes transformações. No segundo capítulo, exploraremos a integração do cérebro, corpo e ambiente, mostrando que

Alfabetização Emocional

Escrito por Fabiana Guerra Afonso Ala
Qua, 14 de Abril de 2010 00:00

o homem é um sistema interativo. Aprofundaremos nossa pesquisa no âmbito biológico para comprovar a influência da emoção/razão no ser humano. Falaremos sobre o papel da empatia nos relacionamentos, sobre o desenvolvimento das emoções (inteligências intra e interpessoais) e da importância das mesmas para uma educação mais reflexiva, possibilitando a formação do intelecto/cognitivo e educando as emoções para uma vida mais feliz, equilibrada e capaz de adequar-se as constantes mudanças em nosso cotidiano.

ALFABETIZAÇÃO EMOCIONAL

A educação está em busca de novas alternativas para aprimorar a construção do conhecimento. Há algum tempo a maioria das escolas entendem que o bom aluno não é aquele que obtém notas altas e dominam apenas o raciocínio lógico. Muito se tem falado nas Inteligências Múltiplas, teoria de Howard Gardner, na qual descreve com segurança de pelo menos sete tipos de inteligências diferentes: lingüística, lógico-matemática, corporal-cinestésica, musical, visuo-espacial, interpessoal (em relação aos outros), intrapessoal (em relação a si mesmo). Segundo ele, essas inteligências são sete jeitos diferentes de conhecer o mundo, e a maior ou menor aptidão para cada uma delas define um perfil de cada aluno, de cada pessoa. Neste estudo iremos aprofundar nas Inteligências Interpessoal e intrapessoal, também conhecidas como Inteligência Emocional, teoria descrita por Daniel Goleman (1995), na qual fala da importância de "educar" as emoções e fazer com que os

Alfabetização Emocional

Escrito por Fabiana Guerra Afonso Ala
Qua, 14 de Abril de 2010 00:00

alunos também se tornem aptos a lidar com frustrações, negociar com outros, reconhecerem as próprias angústias e medos, etc. A influência dessa teoria sobre a educação é totalmente positiva, pois chama a atenção para o fato de que as escolas não devem se preocupar apenas com a inteligência de cada aluno, mas também com o desenvolvimento de sua capacidade de se relacionar bem com o outro e consigo mesmo.

Goleman (1995) chega a falar em "alfabetização emocional", como uma espécie de nova matéria, e em "lições emocionais". Mesmo que essa idéia tenha o mérito de chamar a atenção para a necessidade de levar em conta, de forma mais consciente, o desenvolvimento emocional dos alunos, ela merece uma ressalva, na medida em que não se aprendem emoções apenas recebendo lições, mas principalmente negociando-se com os outros. Quando se cria rotinas escolares repletas de situações em que os alunos trabalham em equipe, discutem regras de vida, falam sobre suas aflições, etc., podem surgir dificuldades emocionais, e a necessidade de negociar com os outros para superá-las pode fazer as crianças evoluírem.

Não podemos ignorar a idéia da formação humana: somos um aparato biológico, psicológico e social. Não se separa a razão da emoção, ambas se complementam o tempo todo, levando em conta a predominância de alguma delas em determinadas situações. A verdade é que nossos sentimentos, nossas paixões e anseios mais profundos constituem uma força extraordinária que, mais do que a cultura, conduz nossas esperanças de felicidade. A evolução da espécie deu à emotividade um papel essencial para a solução dos problemas mais proeminentes da vida. É ela que nos conduz quando surgem provações essenciais para serem deixadas apenas à nossa pobre intelectualidade. (ANTUNES, 1999, p. 23)

É imprescindível ressaltar a importância e a influência das emoções em nossas vidas. Por esse motivo, a alfabetização emocional é fundamental para um melhor desenvolvimento do ser humano. Para elevar a importância das emoções, teóricos estudaram a evolução do cérebro com o propósito de identificar e fundamentar o papel da emoção na construção do conhecimento. A emoção não se expressa restritamente no ato de falar, é através da dinâmica corporal que se revela o emocional de cada um. É o fluir contínuo das emoções que modela o nosso cotidiano e todo o nosso viver, constituindo assim, o fundamento de tudo que realizamos. As emoções, os sentimentos, a linguagem e pensamentos estão todos interligados para coordenar o nosso corpo como um todo.

Todo sistema racional emerge como um sistema de coordenações, tendo como base as emoções vividas no instante em que estamos pensando. A existência humana se realiza na linguagem e no racional a partir do emocional. As emoções são disposições corporais que surgem a partir de mudanças estruturais (químicas, energéticas, neurais, etc.) e que especificam o domínio de ações em que o indivíduo se encontra. Assim, o pensar, o sentir, e o atuar humano são fenômenos que ocorrem sob o ponto de vista biológico e se manifestam em qualquer situação. (MATURANA *apud* MORAES, 1995, p. 57)

Todos esses aspectos nos levam a compreender que o sistema racional tem suas bases no emocional. Para maiores comprovações, aprofundaremos na evolução do nosso cérebro.

1.1. Cérebro Humano: sua evolução

Para entender a influência das emoções sobre a razão e por que o sentimento e a razão estão sempre em conflitos, vejamos como o cérebro evoluiu. O cérebro humano pesa em média um quilo de células e humores neurais. Ao longo da evolução, ele cresceu de baixo para cima, os centros superiores desenvolvendo-se como elaboração das partes inferiores, mais antigas. (O crescimento cerebral no embrião humano refaz mais ou menos esse percurso evolucionário). A parte mais primitiva do cérebro é o tronco cerebral em volta do topo da medula espinhal. Esse cérebro-raiz regula funções vitais básicas, como a respiração e o metabolismo dos outros órgãos do corpo, e também controla reações e movimentos estereotipados. Não se pode dizer que esse cérebro primitivo pense ou aprenda; ao contrário, ele se constitui num conjunto de reguladores pré-programados que mantêm o funcionamento do corpo como deve e reage de modo a assegurar a sobrevivência.

Da mais primitiva raiz, o tronco cerebral, surgiu os centros emocionais e após milhões de anos, na evolução dessas áreas emocionais, desenvolveu-se o cérebro pensante, o grande bulbo de tecidos ondulados que forma as camadas externas. O fato de o cérebro pensante ter se desenvolvido a partir das emoções revela muito acerca da relação razão e sentimento; existiu um cérebro emocional muito antes do surgimento do cérebro racional. A mais antiga raiz de nossa vida emocional está no olfato que absorviam e analisavam o cheiro. Do lobo olfativo, começaram a evoluir os antigos centros de emoção, que acabaram tornando-se suficientemente grandes para envolver o topo do tronco cerebral.

Com o advento dos primeiros mamíferos, vieram as novas e decisivas camadas do cérebro emocional, o sistema límbico no qual à medida que evoluía foi se aperfeiçoando em duas fantásticas ferramentas: aprendizagem e memória. O neocórtex do *Homo sapiens* é a sede do pensamento, contém centros que reúnem e compreendem o que os sentidos percebem. Acrescenta a um sentimento o que pensamos dele – e permitem que tenhamos sentimentos sobre idéias, arte, símbolos, imagens. Na evolução, o neocórtex possibilitou um aprimoramento que trouxe enormes vantagens na capacidade de um organismo sobreviver à adversidade, tornando mais provável que sua progênie, por sua vez, passasse adiante os genes que contêm esses mesmos circuitos neurais. A sobrevivência deve-se à capacidade do neocórtex de criar estratégias, planejamentos e outros artifícios mentais. Como tantos dos centros superiores do cérebro se desenvolveram a partir da região límbica, o cérebro emocional desempenha uma função decisiva na arquitetura neural. Como raiz da qual surgiu o cérebro mais novo, com todas as partes do neocórtex. Isso dá aos centros emocionais imensos poderes de influenciar o funcionamento do resto do cérebro, incluindo seus centros de pensamento. Por isso:

Hoje é a Neurociência que defende o levar a sério as emoções. As novas da ciência são encorajadoras. Dizem-nos que, se dermos mais atenção sistemática à Inteligência Emocional – ao aumento da autoconsciência, a lidar mais eficientemente com nossos sentimentos aflitivos, manter o otimismo e a perseverança apesar das frustrações, aumentar a capacidade de empatia e envolvimento, de cooperação e ligação social – o futuro pode ser mais esperançoso. (GOLEMAN *apud* ANTUNES, p. 27)

Pode parecer prescindível a um professor conhecer esses amplos sistemas, salvo como detalhe de um estudo de neurobiologia, e realmente isso não faz parte das pretensões da Alfabetização Emocional. A importância que existem nesses estudos é o reconhecimento científico de que a identificação do centro de processamento científica da emoção é perceptível. O recente avanço da ciência (psiquiatria, psicologia, neurofisiologia) tem demonstrado a importância das emoções nos processos decisórios e no desempenho profissional dos indivíduos ou grupo. Porém a falta de aptidão emocional dos indivíduos pode gerar dificuldades pessoais, familiares, escolares, de interação social e no trabalho. Sendo assim, as escolas estão se alertando para a necessidade de adotarem diretrizes que considerem as necessidades de seus alunos em relação a sua formação emocional, que não é apenas uma tarefa para os pais.

1.2. O papel das emoções na educação

A dicotomia emoção/razão aproxima-se da distinção que popularmente é feita entre “coração” e “cabeça”; saber se uma coisa é certa “aqui dentro do coração” é um tipo diferente de convicção - tem um sentido mais profundo, ainda idêntico àquela adquirida através da mente racional. Há uma acentuada gradação na proporção entre controle racional e emocional da mente. Fica claro constatar que temos, então, duas mentes – a que raciocina e a que pensa. Essas duas mentes, a emocional e a racional, operam, na maior parte, em estreita harmonia, entrelaçando seus modos de conhecimentos para que nos orientemos no mundo. Em geral, a emoção alimenta e informa as operações da razão e a razão, quando necessário, veta a entrada das emoções. Vale ressaltar que a razão e a emoção são faculdades semi-independentes, cada uma, refletindo o funcionamento de circuitos diferentes, embora interligados, do cérebro. Aplicando essas idéias à educação, podemos identificar que existem emoções que favorecem ou restringem o campo de operações, facilitando ou inibindo o domínio de ação e de reflexão. Por exemplo, a confiança proporciona descontração, à abertura e ao relaxamento, criando estados emocionais e mentais correspondentes. Já o medo restringe o campo de ação e reflexão ao gerar sensações de impotência, desconforto, desconfiança e mal-estar, sensações que limitam ou impedem as ações e reflexões.

O pensamento é inseparável da atividade elétrica e química no cérebro e no sistema nervoso e de concomitantes tensões e movimentos musculares, o que nos leva a perceber que certos tipos de pensamentos e atos podem modificar a composição neuroquímica do cérebro. (BOHN *apud* MORAES, 1991 p. 82)

Para tanto, necessitamos compreender o ser humano em sua inteireza, reconhecendo que sua identidade humana surge, realiza-se e conserva-se de maneira complexa. Na vida cotidiana, o ser humano atua como um todo, onde pensamento e sentimento encontram-se unidos, conjugando-se de tal modo que fica difícil saber qual dos dois prevalece sobre o outro. A escola precisa encarar o aluno como um ser total, concreto e ativo e de manter-se com o meio social. No ato de conhecer a realidade, ações e pensamentos estão entrelaçados com as emoções e os sentimentos, com os desejos e os afetos, gerando uma dinâmica processual que expressa a totalidade humana, na qual se revela nas ações e nas múltiplas conversações que o indivíduo estabelece consigo mesmo, com o outro, com a cultura e o contexto.

O avanço da ciência, da tecnologia e os efeitos da globalização sobre o nosso mundo indicam que estamos em um processo de rápidas transformações nas formas de viver/conviver, nos modos de fazer e de ser, sinalizando a dificuldade de se prever a curto, médio e longo prazo o que deve ser aprendido e as competências necessárias para habitar neste mundo em constantes mudanças. Tais aspectos, associados à gravidade da problemática educacional, apontam a necessidade de um melhor posicionamento diante dos problemas atuais, em especial a urgência de uma reforma paradigmática nos processos de construção e reorganização do conhecimento.

Assim, o mesmo paradigma que se revela em nossas ações e reflexões do dia-a-dia, influencia também outros tipos de relações que permeiam as diferentes dimensões de nossas vidas, dentre elas, a dimensão epistemológica relacionada ao processo de construção do conhecimento e da aprendizagem. Daí a importância de se trabalhar a consolidação de um quadro epistemológico mais amplo em educação, porque acreditamos que ele poderá também influenciar a maneira de pensar, de sentir e de atuar dos aprendizes, diante não apenas do que

Alfabetização Emocional

Escrito por Fabiana Guerra Afonso Ala
Qua, 14 de Abril de 2010 00:00

acontece nos processos de construção dos conhecimentos, mas também em relação aos diferentes diálogos que o indivíduo estabelece com a vida. Paradigmas influenciam a maneira de educar um filho, de se relacionar-se com o vizinho, de ser cidadão, enfim, a maneira como cada um sente o pulsar da vida ao seu redor e de como se posiciona diante dela. Isto porque acreditamos que o modelo epistemológico que se reflete em nossas ações pedagógicas é também parte de uma representação interna inscrita na totalidade humana.

Hoje, percebemos o quanto a nossa escola é reprodutora, autoritária e prepotente ao trabalhar com o conhecimento em sua vertente mais linear, voltada para o professor que fala e o aluno que escuta, copia e tenta devolver na prova o melhor que pode. É uma linearidade discente que quanto mais próxima estiver da linearidade docente, melhor será a sua nota. Não podemos deixar a educação caminhar apenas ao lado da razão, das notas de provas e do conhecimento pronto e acabado. O aluno deve ser preparado para enfrentar a sua vida juntamente com a convivência alheia. Não basta saber ler e escrever, essas competências precisam ser úteis para a vida, para a relação com o outro e com ele mesmo. Por isso ressaltamos a importância de educar o lado emocional e não apenas o racional. Vimos que um complementa o outro gerando um equilíbrio essencial à vida.

Como educadores, temos que repensar estas questões se pretendemos educar visando à inteireza humana, educar as inteligências interpessoal e intrapessoal, onde pensamentos, emoções e sentimentos estejam em constante diálogo para a formação de uma pessoa. A cognição precisa ser trabalhada e educada para servir à vida, onde todos nós possamos viver em harmonia. Para que o ser humano diante das adversidades não se deixe abater emocionalmente, por mais que uma situação lhe cause medo, raiva ou aversão, ele saiba controlar as emoções usando a razão para uma melhor tomada de decisão.

Convém, entretanto, lembrar que, as circunstâncias atuam sobre o indivíduo e este atua sobre elas, gerando assim uma história de interações recorrentes aonde a estrutura do indivíduo vai mudando continuamente em função de sua plasticidade com o meio. Isto significa que neste processo de interação ocorrem mudanças estruturais internas de acordo com as circunstâncias presentes, ou melhor, de acordo com a relação organismo/meio, onde um afeta o outro a partir de encontros estruturais entre os componentes que interagem. (MATURANA *apud* MORAES, 1995 p. 64).

Desta maneira precisamos redimensionar o currículo escolar, utilizando filmes, jogos educativos e imagens como representações do mundo exterior, criadoras de climas favoráveis à expressão de diferentes dimensões do ser humano no sentido de catalisar os processos reflexivos, formativos e transformadores capazes de produzir mudanças de atitudes, valores e novas pautas sociais. Podemos utilizar projetos que estimulem o desenvolvimento de comportamentos, habilidades e atitudes e que incentivem a criatividade e o desenvolvimento da consciência crítica e de autonomia. Cabe, então, reconhecer que os ambientes educacionais são espaços de ação/reflexão fundados na emoção, nos sentimentos gerados na convivência. São ambientes onde nos transformamos e construímos o conhecimento através da convivência com o outro e da mediação da aprendizagem.

1.3. A emoção aos olhos dos clássicos: Piaget, Vygotsky e Wallon

O desenvolvimento humano tem sido foco de muitos estudos. Buscando-se a interação entre as teorias dos clássicos Piaget, Vygotsky e Wallon, estudaremos a seguir parte destas teorias a cerca da influência da emoção no processo do ensino aprendizagem. Para isso, voltaremos um pouco na história para constatar que a discussão emoção/razão não é recente. Filósofos e pensadores supunham uma separação entre razão e emoção. Platão (428-347 a.C.) via como virtude a troca de todas as paixões, valores individuais e prazeres pelo pensamento, este sendo um valor universal. Descartes, que viveu no século XVII (1594 -1650), com a famosa frase "Penso, logo existo", também sugeria a separação entre emoção e razão, deixando claro a superioridade da razão sobre a emoção. No decorrer do século XIX a razão, em suas diversas correntes (racionalista, empirista, iluminista e positivista) tornou-se a explicação para a ciência e a vida, sendo a produtora do conhecimento.

Com o advento do Comportamentalismo de Skinner, a aprendizagem passou a ser dominada

Alfabetização Emocional

Escrito por Fabiana Guerra Afonso Ala
Qua, 14 de Abril de 2010 00:00

por aquilo que podia ser observado. Assim, a emoção sendo mais difícil de observar e documentar foi ignorada por muito tempo no processo da aprendizagem. Por influência destes, entre outros pensamentos, a psicologia, por muito tempo, estudou os processos cognitivos e afetivos de maneira separada.

Jean Piaget foi um dos primeiros teóricos a questionar a separação entre cognição e afetividade. Através de sua obra, ele explicita que afetividade e cognição são diferentes em natureza, porém inseparáveis em todas as ações humanas. Toda ação e pensamento compreendem um aspecto cognitivo, que são as estruturas mentais, e um aspecto afetivo/emocional que serve como uma energia propulsora. De forma geral, a afetividade seria, para Piaget, funcional para a inteligência: ela é a fonte de energia pela qual a cognição funciona.

O dualismo afetividade/razão é fácil de ser compreendido quando os termos são entendidos como complementares: afetividade seria a energia, o que move a ação, enquanto a razão seria o que possibilitaria ao sujeito identificar desejos, sentimentos variados, e obter êxito nas ações. Neste caso, não há conflito entre as duas partes. Porém, pensar a razão contra a afetividade é problemático porque então dever-se-ia, de alguma forma, dotar a razão de algum poder semelhante ao da afetividade, ou seja, reconhecer nela a característica de móvel,

de energia. (LA TAILLE, 1992 p.65)

Para Piaget (1932), não existem estados afetivos sem elementos cognitivos, assim como não existem comportamentos puramente cognitivos. Quando discute os papéis da assimilação e da acomodação cognitiva, afirma que esses processos da adaptação também possuem um lado afetivo: na assimilação, o aspecto afetivo é o interesse em assimilar o objeto (o aspecto

cognitivo é a compreensão); enquanto na acomodação a afetividade está presente no interesse pelo objeto novo (o aspecto cognitivo está no ajuste dos esquemas de pensamento ao fenômeno).

A preocupação central de Jean Piaget foi responder à questão de como se constrói o conhecimento. A partir dos estudos em biologia, o interesse pelo desenvolvimento do pensamento se tornou algo interessante, levando a analogia entre a biologia e a inteligência. Para Piaget (1932), a inteligência é uma forma de adaptação, é uma contínua construção, criando formas cada vez mais complexas e buscando uma equilíbrio progressiva entre o organismo e o meio.

Sua teoria é descrita em etapas, uma teoria que pressupõe que os seres humanos passam por uma série de mudanças ordenadas e previsíveis. A criança é concebida como um ser dinâmico, que interage com a realidade, operando ativamente com objetos e pessoas. Essa interação com o ambiente faz com que construa estruturas mentais e adquira maneiras de fazê-las funcionar. **O eixo central, portanto, é a interação organismo-meio** e essa interação acontece através de dois processos simultâneos

:

a organização interna e a adaptação ao meio

,

funções exercidas pelo organismo ao longo da vida.

De acordo com as possibilidades de entendimento construídas pelo sujeito, ele tende a assimilar idéias, mas, caso estas estruturas não estejam ainda construídas, acontece um esforço contrário ao da assimilação. Há uma modificação de hipóteses e concepções anteriores que vão ajustando-se àquilo que não foi possível assimilar. É o que ele chama de acomodação, onde o sujeito age no sentido de transformar-se em função das resistências colocadas pelo objeto do conhecimento. Outro fator importante que ocorre no desenvolvimento é o desequilíbrio, pois o sujeito buscará constantemente o reequilíbrio, com a satisfação da necessidade, daquilo que ocasionou o desequilíbrio. A inteligência se constrói na medida em que novos equilíbrios são alcançados. Piaget (1932) aborda a inteligência como algo dinâmico, que decorre da construção de estruturas de conhecimento que, enquanto vão sendo construídas, vão se instalando no cérebro. A inteligência, portanto, não aumenta por acréscimo e sim por reorganização. Para ele o desenvolvimento da inteligência é explicado pela relação recíproca existente com a gênese da inteligência e do conhecimento. Piaget criou um modelo epistemológico com base na interação sujeito –

objeto, onde o conhecimento não está nem no sujeito, nem no objeto, mas na interação entre ambos.

Para Piaget (1932), então, o conhecimento deve ser construído pelo sujeito, no qual deve ser visto como um ser ativo e capaz de questionar, criticar e de buscar a autonomia, onde seu lado afetivo necessita ser trabalhado constantemente em conjunto com o cognitivo. Falaremos, agora, brevemente sobre a teoria de Lev Vygotsky acerca das emoções. Ele tematizou as relações entre afeto e cognição, postulando que as emoções integram-se ao funcionamento mental geral, tendo uma participação ativa em sua configuração. Reconhecendo as bases orgânicas sobre as quais as emoções humanas se desenvolvem, Vygotsky (1989) buscou no desenvolvimento da linguagem - sistema simbólico básico de todos os grupos humanos.

(...)A separação do intelecto e do afeto, diz Vygotsky, enquanto objetos de estudo, é uma das principais deficiências da psicologia tradicional, uma vez que esta apresenta o processo de pensamento como fluxo autônomo de “pensamentos que pensam a si próprios”, dissociado da plenitude da vida, das necessidades e dos interesses pessoais, das inclinações e dos impulsos daquele que pensa. Esse pensamento dissociado deve ser considerado tanto um epifenômeno sem significado, incapaz de modificar qualquer coisa na vida ou na conduta de uma pessoa(...). (OLIVEIRA, 1992 p. 76-7)

Para Vygotsky (1989), um claro entendimento das relações entre pensamento e língua é necessário para que se entenda o processo de desenvolvimento intelectual. Linguagem não é apenas uma expressão do conhecimento adquirido pela criança. Existe uma inter-relação fundamental entre pensamento e linguagem, um proporcionando recursos ao outro. Desta forma a linguagem tem um papel essencial na formação do pensamento e do caráter do indivíduo. **As concepções de Vygotsky estão ligadas a uma idéia central para a compreensão do desenvolvimento humano como processo sócio-histórico, que é a idéia de *mediação***

: ajuda que a criança precisa para alcançar um desenvolvimento que ela ainda não atingiu sozinha. O professor é o mediador da aprendizagem do aluno, facilitando-lhe o domínio e a

apropriação dos diferentes instrumentos culturais.

A cultura fornece ao indivíduo os sistemas simbólicos de representação da realidade, ou seja, o universo de significações que permite construir a interpretação do mundo real. Mas, a ação docente somente terá sentido se for realizada no plano da Zona de Desenvolvimento Proximal. Isto é, o professor constitui-se na pessoa mais competente que precisa ajudar o aluno na resolução de problemas que estão fora do seu alcance, desenvolvendo estratégias para que pouco a pouco possa resolvê-las de modo independente. O desenvolvimento cognitivo é produzido pelo processo de internalização da interação social com materiais fornecidos pela cultura, sendo que o processo se constrói de fora para dentro.

Para Vygotsky (1989), o sujeito não é apenas ativo, mas interativo

, porque forma conhecimentos e se constitui a partir de relações intra e interpessoais. É na troca com outros sujeitos e consigo próprio que se vão internalizando conhecimentos, papéis e funções sociais, o que permite a formação de conhecimentos e da própria consciência.

A escola tem, então, para Vygotsky (1989), a função explícita de fornecer instrumentos de interação com o sistema de leitura e escrita e o conhecimento acumulado historicamente pela sociedade. Isto porque a apropriação pelo sujeito da experiência culturalmente acumulada promove um modo mais sofisticado de analisar e generalizar os elementos da realidade: o pensamento conceitual. Conseqüentemente, na medida em que a criança expande seus conhecimentos, modifica sua relação cognitiva com o mundo.

Encerraremos os clássicos, explanando sobre o teórico Henri Wallon, que propõe o estudo integrado do desenvolvimento, ou seja, que este abarque as várias funções nas quais se distribui a atividade infantil (afetividade, motricidade, inteligência). Podemos definir o projeto teórico de Wallon como a elaboração de uma psicogênese da pessoa completa. Para compreender o desenvolvimento infantil, não bastam os dados fornecidos pela psicologia genética, é preciso recorrer a dados provenientes de outros campos de conhecimento: Neurologia, psicopatologia, antropologia e a psicologia infantil, foram os campos de comparação privilegiados por Wallon.

Devido ao seu objeto e à sua abordagem, a psicologia genética de Wallon, traz um campo vasto de implicações educacionais. A opção por estudar o desenvolvimento da pessoa completa e a de basear este estudo numa perspectiva dialética, faz com que sua teoria, abrangente e dinâmica, sirva a múltiplas leituras por parte de quem procura, nela, subsídios para a reflexão pedagógica.

Em suas idéias pedagógicas, Wallon propõe que a escola reflita acerca de suas dimensões sócio-políticas e aproprie-se de seu papel no movimento de transformações da sociedade. (...) Sua psicologia genética, se utilizada como instrumento a serviço da reflexão pedagógica, oferece recursos para construção de uma prática mais adequada às necessidades e possibilidades de cada etapa do desenvolvimento infantil. A abrangência de seu objeto de estudo sugere que a educação deve ter por meta não somente o desenvolvimento intelectual, mas a pessoa como um todo. (GALVÃO, 2004 p. 113-114)

De acordo com Wallon (1988) as emoções têm papel preponderante no desenvolvimento da pessoa. É por meio delas que o aluno exterioriza seus desejos e suas vontades. Em geral são manifestações que expressam um universo importante e perceptível. As transformações fisiológicas de uma criança (ou, nas palavras de Wallon, no seu sistema neurovegetativo) revelam traços importantes de caráter e personalidade. A raiva, a alegria, o medo, a tristeza e os sentimentos mais profundos ganham função relevante na relação da criança com o meio. Além disso, a emoção causa impacto no outro e tende a se propagar no meio social.

Alfabetização Emocional

Escrito por Fabiana Guerra Afonso Ala
Qua, 14 de Abril de 2010 00:00

Os cinco estágios de desenvolvimento do ser humano, de acordo com Wallon, sucedem-se em fases com predominância afetiva e cognitiva. Impulsivo-emocional: que ocorre no primeiro ano de vida. A predominância da afetividade orienta as primeiras reações do bebê às pessoas, às quais intercediam sua relação com o mundo físico;

Sensório-motor e projetivo

: que vai até os três anos. A aquisição da marcha dá à criança maior autonomia na manipulação de objetos e na exploração dos espaços. Também, nesse estágio, ocorre o desenvolvimento da função simbólica e da linguagem. O termo projetivo refere-se ao fato da ação do pensamento precisar dos gestos para se exteriorizar;

Personalismo:

ocorre dos três aos seis anos. Nesse estágio desenvolve-se a construção da consciência de si mediante as interações sociais, reorientando o interesse das crianças pelas pessoas;

Categorial

: os progressos intelectuais dirigem o interesse da criança para as coisas, para o conhecimento e conquista do mundo exterior;

Predominância funcional

: ocorre nova definição dos contornos da personalidade, desestruturados devido às modificações corporais resultantes da ação hormonal. Questões pessoais, morais e existenciais são trazidas à tona

Segundo a teoria de Wallon (1988), as emoções dependem fundamentalmente da organização dos espaços para se manifestarem. A motricidade, vista como um "substrato corporal das emoções" tem, portanto, caráter pedagógico tanto pela qualidade do gesto e do movimento quanto por sua representação. Tratando de temas como emoção, movimento, formação da personalidade, linguagem, pensamento e tantos outros, fornecem valioso material para a adequação da prática pedagógica ao desenvolvimento da criança.

1.4 Por que a alfabetização emocional?

É alarmante o número de desastres causados por nossas crianças e adolescentes. A falta de controle os leva a cometer barbaridades, como brigas dentro de sala de aula, discussões desnecessárias com os pais ou até mesmo entre seus grupos, desrespeito ao patrimônio público e privado. E o que mais nos assusta são brigas e discussões, nas quais, estão levando nossos jovens a matar ou a escolher caminhos errados como os das drogas, da promiscuidade, entre outros. O fato é muito chocante, mais também é mais um indicador, à nossa disposição, para que tomemos consciência da necessidade de ensinarmos que objetivem o controle das emoções, as resoluções de desentendimentos de forma pacífica e enfim, a boa convivência entre as pessoas. Os educadores, atualmente, estão preocupados com as notas baixas em matemática, português, biologia, etc. Deveriam preocupar com outro tipo de deficiência e que é mais problemática: o analfabetismo emocional. Apesar dos louváveis esforços que visam melhorar o desempenho acadêmico, esse novo tipo de deficiência ainda não ganhou espaço no currículo escolar. Daniel Goleman, (1995, p. 247) cita o estado em que estão às crianças e adolescentes diante de uma sociedade que cobra o tempo todo apenas o mérito intelectual:

- Retraimento ou problemas de relacionamento social: preferir ficar só; ser cheio de segredos; amua-se muito; falta de energia; sentir-se infeliz; ser muito dependente. Ansioso e deprimido: ser solitário; ter muitos medos e preocupações; auto-exigência exarcebada; não se sentir amado; sentir-se nervoso, triste e deprimido. Problemas de atenção ou de raciocínio: dificuldade de concentração; devaneio; agir impulsivamente; nervoso demais para concentra-se, mau desempenho escolar; incapacidade de afastar pensamentos. Delinqüente ou agressivo: andar com garotos que se metem em encrencas; mentir e trapacear; discutir muito; ser mau com os outros; chamar atenção para si; destruir as coisas dos outros; desobedecer em casa e na escola; ser teimoso; falar e provocar demais.

Vale ressaltar que nenhuma criança, pobre ou rica, é imune a problemas, isso é universal e ocorre em todos os grupos étnicos, raciais e de renda. Cabe a sociedade, a família e principalmente a educação mudarem este cenário triste que visualizamos: adolescentes grávidas, pedofilia, uso de drogas, violência, evasão escolar, o desrespeito, a falta de ética, o preconceito. Claro que ninguém consegue se portar com um controle absoluto de seus atos. Como vimos anteriormente, o nosso corpo sofre influências da razão e da emoção. Por este motivo é que defendemos a alfabetização emocional. Se desde cedo as crianças são ensinadas a conviver consigo mesma e com o outro, a ter limites, automaticamente elas

Alfabetização Emocional

Escrito por Fabiana Guerra Afonso Ala
Qua, 14 de Abril de 2010 00:00

estarão aprendendo a controlar seus pensamentos e emoções para uma tomada de decisão.

Alfabetizar-se emocionalmente é, assim, produzir experimentos através de jogos e estratégias vivenciadas pelo aluno, que aguçam suas funções cerebrais e abastecem sua memória de informações prontas para serem usadas, caso se pretenda fazê-lo. Acreditamos que a alfabetização Emocional jamais nos tornará menos nós mesmos, mas ampliará os limites de nosso autoconhecimento e de nossas opções para que se trabalhe a empatia, a automotivação e outros processos emocionais. (ANTUNES, 1999 p.19)

O projeto ideal dos programas de alfabetização emocional é começar cedo, ser apropriado à idade, cobrir todo o tempo de escolaridade e entremear os trabalhos na escola, em casa e na comunidade. O ambiente escolar é uma experiência de vida para a infância e a juventude, e nele reflete o relacionamento social e emocional (amor, ódio, competição de colaboração, confiança, medo, raiva, amizade, rivalidade) que influenciam a formação emocional das pessoas. O "princípio da educação emocional" é simples. Devemos ensinar ao indivíduo o senso de respeito, de importância e de responsabilidade. Não apenas falando ou impondo responsabilidades, mas compartilhando responsabilidade com ele. E isto é fácil de conseguir: atividades em equipes, onde todos trabalham igualmente e possuem a responsabilidade de manter a equipe viva. Portanto, se faz necessário que a educação modifique sua base, currículos, e conteúdos programáticos nos processos intelectuais e cognitivos visando à valorização das múltiplas inteligências nos seus diversos aspectos incluindo em seus programas, a alfabetização emocional.

Para Goleman *apud* Antunes (1999), a Inteligência Emocional pode ser expressa através de cinco pontos essenciais:

- Autoconhecimento: capacidade de identificar seus próprios sentimentos, usando-os para tomar decisões e resolver problemas que resultem na satisfação pessoal.
- Administração das emoções: habilidade de controlar impulsos, de avaliar-se da ansiedade e direcionar a raiva à condição correta. Muitas vezes o ato de odiar uma atitude cometida por uma pessoa acaba sendo confundido com ódio por essa pessoa.

Alfabetização Emocional

Escrito por Fabiana Guerra Afonso Ala
Qua, 14 de Abril de 2010 00:00

- Empatia: habilidade de se colocar no lugar do outro, entendendo-o e percebendo seus sentimentos e intenções não verbalizadas.
- Automotivação: capacidade de preservar e conservar o otimismo sereno, mesmo em condições adversas.
- Capacidade de relacionamento pleno: habilidade em lidar com as reações emocionais de outras pessoas e interagir com as mesmas.

A Alfabetização emocional não deve ser vista como uma disciplina fragmentada. Ela precisa estar incorporada a outras já ensinadas. O professor para ministrar a Alfabetização Emocional precisa ter a mente aberta – uma pessoa que aceite inovações com entusiasmo e ousadia, sem desprezar as experiências do outro. Precisa ser investigador, ou seja, estar em permanente contato com as teorias e suas evoluções. Possuir acentuada Inteligência Interpessoal, ter senso crítico e empatia. Devemos ter em mente que educar “não dá direito a férias”, é um trabalho de horário integral e muita dedicação. Os pais devem estar atentos ao comportamento apresentado pelos filhos, acompanhando e caminhando lado a lado. Os conflitos devem ser encarados e não negligenciados. Por isso, é inquestionável, a tentativa de trazer os pais à escola, para que compartilhem com os mestres os propósitos dos conteúdos que serão trabalhados, inclusive que estejam cientes sobre a importância de educar as emoções. Vale ressaltar que os conteúdos da Alfabetização Emocional estão totalmente desvinculados a preceitos espirituais e religiosos. Quanto mais diversificado for o pluralismo de aceitação do professor para alunos de diferentes religiões tanto mais precioso será seu trabalho na condução da Alfabetização Emocional.

Os educadores juntamente com a família precisam enxergar as crianças como seres humanos complexos e únicos. Através de técnicas de sensibilização de grupo e mediação de discussões, devemos observar e analisar as características físicas e psicológicas identificando os sentimentos observados nas expressões faciais e corporais, nas características físicas e psicológicas. A intimidade dos alunos deve ser respeitada e preservada e jamais ser exposta diante dos outros. O professor não pode agir sozinho – é fundamental sua interação com a coordenação e outros especialistas.

2. INTERAÇÃO DO CÉREBRO, CORPO HUMANO E AMBIENTE

O cérebro e o corpo humano encontram-se integrados por circuitos bioquímicos e neurais recíprocos dirigidos um para o outro. Segundo Damásio (1996, p. 113), existe duas vias

principais de interconexão. A via em que normalmente se pensa primeiro é a constituída por nervos motores e sensoriais periféricos que transportam sinais de todas as partes do corpo para o cérebro, e do cérebro para todas as partes do corpo. A outra via, que vem menos facilmente a mente, embora seja bastante antiga em termos evolutivos, é a corrente sanguínea, na qual transporta sinais químicos, como os hormônios, os neurotransmissores e os neuromoduladores.

Praticamente todas as partes do corpo - cada músculo, articulação ou órgão interno – podem enviar sinais para o cérebro através dos nervos periféricos. Esses sinais entram no cérebro no nível da medula espinhal ou do tronco cerebral e são transportados para seu interior. As substâncias químicas que surgem da atividade do corpo podem alcançar o cérebro por meio da corrente sanguínea e influenciar seu funcionamento. O cérebro pode atuar, por intermédio dos nervos, em todas as partes do corpo e também no corpo por meio de produção (ou da ordem de produzir) de substâncias químicas que são liberadas na corrente sanguínea. O organismo humano é extremamente complexo, por isso ele faz mais que interagir, faz mais do que gerar respostas externas espontâneas ou reativas que no seu conjunto são conhecidas como comportamento. Ele gera também respostas internas, algumas das quais constituem imagens (visuais, auditivas, somatossensoriais) que são a base para a mente.

Quando afirmo que o corpo e o cérebro formam um organismo indissociável, não estou exagerando. De fato, estou simplificando demais. Considere que o cérebro recebe sinais não apenas do corpo, mas, em alguns setores, de parte de sua própria estrutura, as quais recebem sinais do corpo! O organismo constituído pela parceria cérebro-corpo interage com o ambiente como um conjunto, não sendo só interação do corpo ou só do cérebro. (DAMÁSIO, 1996, p. 114). O organismo do ser humano é dotado de mecanismos automáticos de sobrevivência e ao qual a educação e a aculturação acrescentam um conjunto de estratégias de tomada de decisão socialmente permissíveis e desejáveis, os quais, por sua vez, favorecem a sobrevivência – melhorando a qualidade dela – e servem de base à construção de uma pessoa. Ao nascer o cérebro humano inicia seu desenvolvimento dotado de impulsos e instintos que incluem não apenas sua fisiologia para a regulação do metabolismo, mas também dispositivos básicos para fazer face ao conhecimento e ao comportamento social. Ao terminar o desenvolvimento infantil, o cérebro encontra-se dotado de estratégias para a sobrevivência. A base neurofisiológica dessas estratégias adquiridas encontra-se entrelaçada com a do repertório instintivo, e não só modifica seu uso como amplia seu alcance. Os mecanismos neurais que sustentam o repertório supra-instintivo podem assemelhar-se, na sua concepção formal, aos que regem os impulsos biológicos e ser também restringidos por esses últimos. No entanto, requerem a intervenção da sociedade para se tornarem aquilo em que se tornam, e

estão por isso, relacionados com uma determinada cultura como com a neurologia geral. Além disso, fora destas condições, as estratégias supra-instintivas de sobrevivência criam algo estritamente humano: um ponto de vista moral que, quando necessário, pode transcender os interesses do grupo ou até mesmo da própria espécie.

Da mesma maneira que não se separa o corpo do cérebro, não se separa a razão da emoção. Compreendemos, então, que a essência da emoção como a coleção de mudanças no estado do corpo que são induzidas numa infinidade de órgãos por meio das terminações nervosas sob o controle de um sistema cerebral dedicado, o qual responde ao conteúdo dos pensamentos relativos a um determinado acontecimento. Muitas alterações do estado do corpo – na cor da pele, postura corporal, e expressão facial, por exemplo – são efetivamente perceptíveis para um observador externo, enquanto outras, só são perspectiveis “pelo dono” do corpo. A emoção é a combinação de um processo avaliatório mental, simples ou complexo, com respostas dispositivas a esse processo, em sua maioria dirigidas ao corpo propriamente dito, resultando num estado emocional do corpo, mas também dirigidas ao próprio cérebro (núcleos neurotransmissores no tronco cerebral), resultando em alterações mentais adicionais. (DAMÁSIO, 1996, p. 168-169).

A ação dos impulsos biológicos, dos estados do corpo e das emoções pode ser uma base indispensável para a racionalidade. Os níveis inferiores do edifício neural da razão são os mesmos que regulam o processamento das emoções e sentimentos, juntamente com o das funções globais do corpo, de modo que o organismo consiga sobreviver. Esses níveis inferiores mantêm relações diretas e mútuas com o corpo propriamente dito, integrando-o desse modo na cadeia de operações que permite os mais altos vãos da razão e da criatividade.

2.1. Empatia: capacidade de relacionar do homem

Hoje, com a comprovação científica, entendemos que não se separam corpo e cérebro (mente) e conseqüentemente a razão da emoção. A neurobiologia pode nos ajudar na compreensão e na compaixão da condição humana, mas que, ao fazê-lo, pode nos ajudar a compreender os conflitos sociais e contribuir para a sua diminuição. O aumento gradual dos conhecimentos sobre os seres humanos pode nos ajudar a encontrar melhores formas de gerir as “coisas” humanas. A essência da arte de relacionar-se é o poder de exercer o controle sobre as emoções do outro. Enviamos sinais emocionais sempre que interagimos, e esses sinais afetam aqueles com quem estamos. Quanto mais hábeis somos nas relações que mantemos com o outro, melhor controlamos os sinais que enviamos; a forma reservada com que se comporta a sociedade educada emocionalmente é, enfim, um meio de assegurar que nenhum vazamento emocional perturbador vai prejudicar os relacionamentos.

Todo relacionamento, que é a raiz do envolvimento, vem de uma sintonia emocional, da capacidade de empatia. A empatia é alimentada pelo autoconhecimento; quanto mais consciente estivermos acerca de nossas próprias emoções, mais facilmente poderemos entender o sentimento alheio. Essa capacidade – de saber como o outro se sente – entra em jogo em vários aspectos da vida, quer nas práticas comerciais, na administração, no namoro, na paternidade, no sermos piedosos e na ação política. As emoções das pessoas raramente são postas em palavras; com muito mais freqüência, são expressas sob outras formas. A chave para que possamos entender os sentimentos dos outros está na nossa capacidade de interpretar canais não verbais: o tom de voz, gestos, expressão facial e outros sinais. (GOLEMAN, 2001, p. 110).

A empatia deve ser desenvolvida pelos seres humanos. É na tenra infância que as crianças recebem dos pais, ou das pessoas que “constituem sua família”, os ensinamentos emocionais que levarão para suas vidas. A primeira oportunidade para moldar a inteligência emocional é nos primeiros anos, embora essas aptidões continuem a formar-se durante todo o período escolar. O sucesso na escola não é previsível tanto pelo capital de fatos da criança ou da sua capacidade precoce de ler quanto por medidas emocionais e sociais: ser autoconfiante e interessado; saber qual tipo de comportamento adotar e como frear o impulso para se comportar mal; ser capaz de aguardar a sua vez, seguir orientações e procurar ajuda junto aos professores; e expressar suas necessidades quando em companhia de outras crianças.

2.2. Desenvolvimento das emoções (inteligências intra e interpessoais)

A alfabetização emocional começa em casa. Segundo (Goleman, 2001, p. 208), para que uma criança esteja pronta para ir à escola, é necessário que ela já tenha um conhecimento básico: como aprender. O trabalho relaciona sete dos principais ingredientes dessa aptidão fundamental – todos relacionados com a inteligência emocional:

- Confiança: Senso de controle e domínio sobre o próprio corpo, comportamento e mundo;
- Curiosidade: A sensação de que descobrir coisas é positivo e dá prazer;
- Intencionalidade: O desejo e capacidade de absorver um impacto e explorar isto com persistência – sensação de competência;
- Autocontrole: Capacidade de moldar e controlar as próprias ações de forma apropriada à sua idade – o senso de controle interno;
- Relacionamento: Capacidade de entrosar-se com os outros;
- Capacidade de comunicar-se: Desejo e capacidade de, verbalmente, trocar idéias, partilhar sentimentos e concepções com os outros;
- Cooperatividade: Capacidade de harmonizar as próprias necessidades com as dos outros nas atividades em grupo.

Os três ou quatro primeiros anos de vida são um período em que o cérebro da criança cresce até cerca de dois terços de seu tamanho final, e evolui em capacidade num ritmo que nunca mais voltará a ocorrer. É nesse período, mais do que na vida posterior, que os primeiros tipos de aprendizagem ocorrem mais facilmente – e a aprendizagem emocional é a mais importante. Nessa época, a tensão severa pode prejudicar os centros de aprendizagem do cérebro (e, portanto, o intelecto). Embora mais tarde possa, numa certa medida, ser remediado por experiências da vida ou com terapias, o impacto causado por este primeiro aprendizado é profundo. A criança que não consegue se concentrar, que é mais desconfiada que confiante, mais triste ou zangada do que otimista, mais destrutiva que respeitosa, e muito ansiosa, que vive preocupada com fantasias assustadoras, e que se sente em geral infeliz – uma criança assim tem, normalmente, pouca oportunidade, quanto mais igual oportunidade, de reivindicar para si as possibilidades que o mundo lhe oferece. (GOLEMAN, 2001, p. 210).

O cronograma do crescimento emocional está interligado com linhas aliadas de desenvolvimento, sobretudo para o conhecimento, de um lado, e maturação do cérebro e biológica, do outro. As aptidões emocionais como empatia e auto-regulação emocional começam a forma-se a partir da primeira infância. Os anos de jardim de infância mostram um pico de amadurecimento das “emoções sociais” – sentimentos como insegurança, humildade, ciúme, inveja, orgulho, confiança – os quais exigem a capacidade de comparar-se com os outros. A criança de cinco anos, ao entrar no mundo social mais amplo, entra no mundo da comparação social. Não é apenas a mudança externa que traz comparações, mas também o surgimento de uma capacidade cognitiva: poder comparar-se com os outros em determinadas qualidades, por exemplo, uma irmã mais velha que só tira dez pode fazer com que a mais nova sintam-se incapaz, “burra”.

A adolescência – por ser um tempo de alta mudança biológica na criança (que está em transição), na capacidade de pensar e no funcionamento do cérebro – é também um momento crucial para o aprendizado de lições emocionais e sociais. Já que é nesta etapa da vida que as crianças, ou melhor, os adolescentes têm acesso à sexualidade, álcool e drogas, violência, etc. À medida que eles crescem as preocupações do momento também mudam – para serem mais eficazes, as lições emocionais devem estar de acordo com o contexto de vida e do desenvolvimento como um todo. Um bom desenvolvimento emocional desempenha um papel de prevenção na saúde mental e social, quando os indivíduos são expostos ao mundo das drogas, promiscuidade e violência, e também aos problemas de ordem pessoal – estes estarão melhores capacitados para administrar (emocionalmente e racionalmente) eventuais conflitos que venham a ocorrer.

2.3. Alfabetização Emocional: rompendo paradigmas

A alfabetização emocional amplia a visão acerca do que é a escola, explicitando-a como um agente da sociedade encarregado de constatar se as crianças estão obtendo ensinamentos essenciais para a vida – isto significa um retorno ao papel clássico da educação. Esse projeto maior exige, além do currículo, o aproveitamento das oportunidades, dentro e fora das salas de aula, para ajudar os alunos a transformar momentos de crise pessoal em lições de

Alfabetização Emocional

Escrito por Fabiana Guerra Afonso Ala
Qua, 14 de Abril de 2010 00:00

competência emocional. Faz parte deste programa também, o envolvimento dos pais (com tarefas específicas a eles em casa ou na escola) permitindo uma integração entre pais e filhos, em conseqüência, há melhoria no relacionamento dos mesmos.

As intervenções destinadas a tratar dos déficits específicos em aptidões emocionais e sociais que estão por trás de problemas como agressão, uso de drogas, promiscuidade, depressão, entre outros, podem ser altamente eficazes como amortecedores para as crianças. Mas essas intervenções, em geral, têm sido feitas por psicólogos pesquisadores a nível experimental. O próximo passo é aplicar os ensinamentos emocionais e generalizá-los como uma medida preventiva para toda a população escolar, ensinada por professores comuns. Esse novo caminho para levar a alfabetização emocional às escolas insere as emoções e a vida social em seus currículos normais, em vez de tratar essas facetas como instruções irrelevantes, ou, quando levam a explosões, relegando-as a ocasionais visitas disciplinares ao coordenador ou diretor.

As próprias aulas, a princípio, podem parecer não apresentar nenhuma novidade, e muito menos uma solução para os dramáticos problemas de que tratam. Mas isso é em grande parte porque, como boa criação em casa, as lições transmitidas são pequenas, mas reveladoras, dadas regularmente e durante muitos anos. É assim que o aprendizado emocional se entranha; à medida que as experiências são repetidas e repetidas, o cérebro reflete-as como caminhos fortalecidos, hábitos neurais que entram em ação nos momentos de provação, frustração, dor. E embora a substância quotidiana das aulas de alfabetização emocional possa parecer banal, o resultado – em seres decentes – é mais crítico que nunca para nosso futuro. (GOLEMAN, 2001, p. 277).

Os programas de alfabetização emocional melhoram as notas de aproveitamento “acadêmico” das crianças e o desempenho na escola. Isto não é uma constatação isolada; repete-se muitas vezes nestes estudos. Segundo (Goleman, 2001, p. 299), numa época em que um grande número de crianças não é capaz de lidar com suas perturbações, de ouvir, ou de se concentrar, frear um impulso, sentir-se responsável por seu trabalho ou se ligar na aprendizagem, qualquer coisa que reforce essas aptidões ajudará na educação delas. Para

uma sociedade melhor é necessário desenvolver o caráter através de uma educação moral – onde as lições são ensinadas às crianças no curso de fatos reais, não apenas como lições abstratas. O desenvolvimento do caráter é uma das bases das sociedades democráticas, pensem como em algumas maneiras como a inteligência emocional as reforça. O princípio fundamental do caráter é a autodisciplina, a vida virtuosa, a capacidade de motivar-se e orientar-se, seja ao fazer o dever de casa, concluir um trabalho, ou levantar-se pela manhã. Alfabetizar-se emocionalmente, para (Goleman, 2001, p. 299), é algo construído e em constante construção que permite às crianças, além de um ótimo desempenho acadêmico, uma maior probabilidade de ser melhores maridos e esposas, amigos, alunos, filhos e filhas, líderes, pais e mães, e principalmente de ser um melhor cidadão.

2.4. É possível mudar uma mente?

Mudar uma mente não é tarefa fácil. Para (Gardner, 2005, p. 16), “mudar mentes” não significa transformá-las de forma trivial, ou seja, nossas mentes mudam a todo o momento, quando estamos acordados, lendo jornal, conversando com o outro, enfim, em tarefas rotineiras. Não é desta simples alteração que Gardner se refere e sim de uma mudança significativa, onde mudar mentes ocorra em situações em que indivíduos ou grupos abandonam seu modo costumeiro de pensar sobre questões importantes e, a partir daí, passam a vê-las de um modo diferente. O autor enfatiza nas mudanças mentais que ocorrem conscientemente, de modo típico, como resultados de forças que podem ser identificadas (e não de manipulação sutil).

A educação é considerada uma das funções mais importantes da sociedade. Os meios e fins da educação podem diferir entre as mesmas, mas é amplamente apreciado que, na ausência desta, os indivíduos não serão capazes de funcionar adequadamente no mundo contemporâneo, sem falar no mundo do futuro. As escolas são essenciais para executar a tarefa de mudar mentes no sentido de formar os alunos da melhor forma possível. E é nesse âmbito que a alfabetização emocional necessita incorporar os currículos escolares, auxiliando os alunos na construção do conhecimento cognitivo concomitante ao desenvolvimento das inteligências pessoais, ou seja, é preciso que o aluno aprenda a conhecer a si mesmo e aos outros para melhores avanços e mudanças mentais.

Cada vez mais, em países desenvolvidos, as pré-escolas e os jardins de infância ajudam as crianças a se familiarizarem com as interações específicas que ocorrem em uma sala de aula. A mudança mental provocada por esta frequência à escola é significativa. Nos primeiros anos de vida, as crianças aprendem principalmente observando pessoas mais velhas realizarem atividades diariamente; mas depois que a criança pegou, a “idéia de escola”, ela pode aprender sobre objetos e eventos em um ambiente distante de sua real localização e momento de ocorrência. (GARDNER, 2005, p. 137).

Tudo isso implica que hoje, a tarefa de mudar mentes também está mudando. Se alguém desejar se infiltrar nas mentes dos indivíduos atualmente, precisa saber de que tipo de mente se trata: esse fato vai determinar as formas ótimas de informação, os modos ótimos de informar, os meios ótimos de transformar e os fatores que provavelmente conduzirão a um ponto crítico para a mudança. Quem comanda nosso corpo e nossa mente, salvo algumas exceções, somos nós mesmos conscientes ou não disto. Nossa mente explora continuamente o mundo exterior através dos órgãos dos sentidos colhendo sensações (que podem ser visuais, olfativas, táteis e gustativas). Essas sensações podem ser agradáveis, desagradáveis ou sem importância. Quando aprendemos a conduzir nossos pensamentos podemos controlar nossas emoções. Porém, a grande maioria ainda não aprendeu conduzir o pensamento e se deixa influenciar constantemente pelo ambiente.

A influência do meio sobre a formação humana está cada vez maior, principalmente, porque vivemos sobre o impacto da globalização, na qual, descarrega na sociedade o excesso de informações, exigências e mudanças, nas mais diversas áreas (tecnológica, saúde, profissão, vida pessoal, etc.). Defendemos mais uma vez, importância de educar a emoção em conjunto com a razão para que o ser humano consiga sobreviver em um mundo de constantes conflitos. Desta maneira ficaria mais tolerável à mudança da mente, oriunda da auto-reflexão e/ou sobre uma argumentação do outro.

Ao influenciar a mente, na qual, é um campo de batalha onde se travam guerras para conquistar o domínio sobre nós mesmos, a emoção e a vontade são influenciadas e assim o corpo passa a ser governado. Mas se a mente não tem perspectivas de crescimento e não tem desafios, não há chance de ser renovada e não se chega a lugar nenhum. Assim, viver implica aprender a celebrar a vida com toda a sua grandeza e beleza. Aprender a dançar com a vida

com flexibilidade e alegria; vivenciar o crescimento interior que potencializa ações em direção ao mundo exterior e que nos coloca em contato com os outros. Viver é aprender a relacionar-se. Não é vão, escreveu Einstein, que “a coisa mais bela que podemos é o lado misterioso da vida”. Este lado é reflexo de processos auto-organizadores e emergentes da vida, resultante de processos que envolvem sinergia, flutuações, interferências, riscos, mudanças, etc. É o resultado que emerge dentre milhares de outras possibilidades e de trocas visíveis e invisíveis que poderiam ocorrer ou não. (LA TORRE e MORAES, 2004, p.112).

A educação então tem como papel, formar, preparar e conscientizar o homem para viver de acordo com as aspirações do mundo! Para que isto ocorra, o ser humano precisa estar aberto para constantes mudanças, flexível para relacionar-se e preparado para enfrentar situações onde indiscutivelmente temos que equilibrar a razão e a emoção para exercermos a cidadania plena e vivermos de bem com o mundo, com o outro e com nós mesmos!

CONCLUSÃO

A partir dos estudos realizados para a construção desta pesquisa, concluímos que o ser humano é um ser complexo e deve ser visto e interpretado de forma integral, levando em conta suas estruturas corporal, mental e psicológica. Não é possível lidarmos com um homem totalmente racional ou totalmente emocional – isto resultaria no fim da espécie humana. Vimos que a nossa sobrevivência decorreu da evolução de um cérebro emocional para um racional, ou seja, comprovações científicas nos revelaram a existência de sentimentos e posteriormente chegamos à aprendizagem e a memória. Percebemos então, que a emoção há muito tempo esquecida pelas teorias dos últimos tempos ganhou espaço para a pesquisa e aprofundamento de sua influência e importância no comportamento biológico, social e psicológico. Estudos científicos nos provaram que o nosso corpo é estimulado o tempo todo pelas nossas ações, relações, nossos anseios, medos, nossas atitudes e vontades. Vimos que o corpo está em constante interação com o cérebro (mente), sendo impossível analisarmos as funções só do

Alfabetização Emocional

Escrito por Fabiana Guerra Afonso Ala
Qua, 14 de Abril de 2010 00:00

corpo ou só do cérebro. O ser humano é um aparato completo de interação, no qual necessita ser encarado como um todo indissociável.

Enxergamos a escola como uma instituição preponderante na construção do ser humano enquanto pessoa e cidadão – os currículos precisam ser repensados para abarcar a construção do conhecimento de forma integral, ou seja, a educação não pode ficar restrita apenas a conteúdos acadêmicos e sim na formação do homem para agir da melhor forma possível no mundo: ter capacidade de relacionar-se bem consigo mesmo, com o meio e com o outro; ter consciência do resultado de suas ações; utilizar o conhecimento cognitivo para solucionar os problemas propostos pela vida; exercer com amor e ética seu papel de homem e cidadão. Enfim, observamos que a alfabetização emocional tem um papel importante na educação do homem, pois possibilita a construção de um ser mais equilibrado e capaz de lidar com as influências do mundo globalizado e com as constantes mudanças que ocorrem em um curto espaço de tempo. A inteligência emocional possibilita que o ser humano esteja preparado para enfrentar os problemas pessoais e sociais de forma mais flexível, empática e ética. Assim, em um mundo tão exigente, pessoas educadas racionalmente e emocionalmente serão capazes de ter mentes abertas e dispostas a assimilar novas idéias transformando-as em possibilidades para alcançar uma vida melhor e mais feliz.

REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

ANTUNES, C. **Alfabetização Emocional**: Novas Estratégias. 10 ed. Petrópolis: Vozes, 1999.

DAMÁSIO, A. **O erro de Descartes**: Emoção, Razão e o Cérebro Humano. 2 ed. São Paulo: Companhia Das Letras, 1996.

GALVÃO, I. **Henri Wallon**: Uma concepção Dialética do Conhecimento Infantil. 13 ed. Petrópolis: Vozes, 1995.

GARDNER, H. Os Conteúdos da Mente. In: **Mentes que Mudam**: A arte e a ciência de mudar as nossas vidas e as dos outros. Trad. Maria Adriana Veríssimo Veronese. Porto Alegre: Artmed, 2005. cap. 1, p. 15-34.

GARDNER, H. Mudanças de Mentes em um Ambiente Formal. In: **Mentes que Mudam**: A arte e a ciência de mudar as nossas vidas e as dos outros. Trad. Maria Adriana Veríssimo Veronese. Porto Alegre: Artmed, 2005. cap. 7, p. 135-149.

GARDNER, H. A Idéia Das Inteligências Múltiplas. In: **Estruturas da Mente**: A Teoria das Inteligências Múltiplas. Trad. Sandra Costa. Porto Alegre: Artmed, 1994. cap. 1, p. 3-9.

GARDNER, H. Fundamentos Biológicos da Inteligência. In: **Estruturas da Mente**: A Teoria das Inteligências Múltiplas. Trad. Sandra Costa. Porto Alegre: Artmed, 1994. cap. 3, p. 24-44.

GARDNER, H. As Inteligências Pessoais. In: **Estruturas da Mente**: A Teoria das Inteligências Múltiplas. Trad. Sandra Costa. Porto Alegre: Artmed, 1994. cap. 10, p. 184-213.

GOLEMAN, D. **Inteligência Emocional**: A Teoria Revolucionária Que Redefine O Que É Ser Inteligente. Rio de Janeiro: Objetiva, 1995.

LATAILLE, Y; OLIVEIRA, M; DANTAS, H. **Piaget, Vygotsky, Wallon**: Teorias Psicogenéticas em Discussão. 19 ed. São Paulo: Summus, 1992.

MORAES, M; LATORRE, S. **SentiPensar**: Fundamentos e estratégias para reencantar a educação. Petrópolis: Vozes, 2004.