



ESCOLA ESTADUAL BERNARDO VALADARES DE VASCONCELLOS

**O PROCESSO DE DESENVOLVIMENTO DA INTELIGÊNCIA EMOCIONAL NA
ADOLESCÊNCIA: UMA QUESTÃO DE SAÚDE MENTAL.**



Lucas Duarte Siqueira
Luiz Felipe Braga de Souza
João Vitor Jacinto Duarte

Rosana Paz

**O PROCESSO DE DESENVOLVIMENTO DA INTELIGÊNCIA EMOCIONAL
NA ADOLESCÊNCIA: UMA QUESTÃO DE SAÚDE MENTAL.**

Relatório apresentado à 6ª FEMIC - Feira
Mineira de Iniciação Científica. Orientação da
Profª Rosana Paz.



RESUMO

A Inteligência Emocional, considerada uma área da psicologia é definida como a capacidade de reconhecer e compreender, como também de aceitar as variáveis emocionais que permeiam o “eu” e o outro. A pesquisa teórica envolveu a neuroanatomia, neurofisiologia, o conceito sobre inteligência emocional e sua projeção no desenho e na escrita. O projeto de pesquisa foi direcionado ao estudo sobre a Inteligência Emocional na fase de adolescência. Tendo a importância de destacar como o assunto em questão é tratado entre os jovens, e se há de fato algum interesse e/ou conhecimento acerca do mesmo. Uma vez que a adolescência corresponde a um período de transição delicado, onde vigoram os comportamentos voláteis e a inabilidade de distinguir as emoções. Objetivando não só publicitar o tema, como também estimular o desenvolvimento de habilidades e competências para a autoconsciência e autocontrole. Com isso, obteve-se um resultado satisfatório, primeiramente por parte dos alunos pesquisadores, através de ações reflexivas direcionadas à aceitação de si e do outro. E tendo a pesquisa um resultando de 92,18% de interessados - de um total de 64 alunos participantes - em conhecer mais sobre a inteligência emocional.

Palavras-chave: Inteligência Emocional, Adolescência, Psicologia Comportamental.



SUMÁRIO

1 INTRODUÇÃO.....	5
2 JUSTIFICATIVA.....	6
3 OBJETIVO GERAL.....	7
4 METODOLOGIA.....	9
5 RESULTADOS OBTIDOS.....	10
6 CONCLUSÕES OU CONSIDERAÇÕES FINAIS.....	11
REFERÊNCIAS.....	12
APENDICE I.....	14
APENDICE II.....	15



1 INTRODUÇÃO

Inteligência emocional é um conceito utilizado na área da Psicologia, que aborda a capacidade de uma pessoa distinguir, estabelecer a valia e lidar com as emoções e os sentimentos, sejam eles próprios ou de outrem (WOYCIEKOSKI e SIMON, 2009).

A inteligência emocional está envolvida na capacidade de perceber emoções, assimilá-las com base nos sentimentos, avaliá-las e gerenciá-las” (Mayer, Caruso & Salovey, 2000, p. 267).

O projeto de pesquisa está centralizado no estudo sobre a Inteligência Emocional, e conseguinte, na fase de adolescência. Sendo importante destacar como o assunto em questão é tratado entre os jovens, e se há de fato algum interesse e/ou conhecimento acerca do mesmo.

A base teórica do presente estudo fundamenta-se em Goleman (2012) que aborda a Inteligência Emocional como teoria revolucionária que define o que é ser inteligente emocionalmente. Como também, no estudo da projeção da emoção na escrita de acordo com Camargo (2018) e no desenho com Campos (2014) e Mèredieu (2017). Objetivando o entendimento das emoções e suas diversas formas de expressão. Isso fica evidente, quando verifica-se o número de relatos e sinais depressivos que culminam em autoflagelação, que se iniciam na adolescência e que, por vezes, pode passar despercebido pela família, ou até mesmo ser negligenciado (SANTOS et al, 2021). Vindo em sua maioria a ser descoberto no ambiente escolar, quando o jovem, num ato de consciência ou não acaba revelando, num pedido de “socorro” (LOPES & TEIXEIRA, 2019).

Com base nesses entendimentos e na intenção da identificação acerca do conhecimento e interesse sobre o tema em questão, foi aplicada uma pesquisa qualitativa e quantitativa e realizada uma palestra por parte dos alunos pesquisadores com os cursantes do 1º ano do ensino médio.



2 JUSTIFICATIVA

A escola Estadual Bernardo Valadares de Vasconcellos está inserida dentro de um contexto social ainda vulnerável de forma multifatorial, por questões de habitação, renda, nível e rendimento escolar, ambiente familiar e segurança.

Diante dessa conjectura atual, voltada às necessidades da sociedade em geral e da realidade escolar, faz-se relevante o estudo de desenvolvimento da educação emocional e sua aplicação, envolvendo suas implicações e vantagens de maneira a alcançar o pessoal e o coletivo. Resultado em efeitos perceptivos e reflexivos desejáveis, contribuindo para um melhoramento progressivo de competências e habilidades emocionais. Pois, muito de nossas ações são estabelecidas pelas emoções.

O estudo pauta-se na área das ciências da saúde, dentro da neurociência comportamental das emoções. E, desse modo, intenciona-se a atuação do discente na investigação e desenvolvendo de estratégias que sejam capazes de gerar níveis satisfatórios no enfrentamento de relacionamento pessoal e interpessoal, considerando que é na escola - um ambiente impulsor de socialização - que crianças e jovens passam boa parte de seu tempo.



3 OBJETIVOS

3.1 Objetivo geral

Publicitar por meio de pesquisa realizada pelos estudantes a importância do tema: inteligência emocional. Entendendo como seu conhecimento pode ser necessário e proveitoso, quando direcionado com o objetivo de aperfeiçoar suas habilidades e competências pessoais, principalmente na avaliação da autoconsciência e autocontrole.

Analisar os impactos positivos (de aceitação) e negativos (de não aceitação) no que tange a abordagem do assunto.

Construir uma prática de trabalho emocional focando em bons relacionamentos, empatia e tolerância. Certo de que bons relacionamentos geram boas emoções e sentimentos.

3.2 Objetivos específicos

Promover o autoconhecimento, sendo capaz de desenvolver a observação e aplicar a análise do seu próprio comportamento. Protagonizar possibilidades interventivas que auxiliem nesse processo.

Entender e dominar suas emoções, trabalhando em torno delas, com pensamentos positivos, e como consequência a criação de um ambiente também positivo.

Aprender a focar nas soluções e não nos problemas, controlando a ansiedade e o estresse, evitando assim o surgimento de doenças psicossomáticas. E entender que por vezes temos limites na tentativa de dimensionar e visualizar o próprio potencial,

Desenvolver a capacidade de enfrentamento ante o medo de se expressar e no desempenho cognitivo. Utilizar as emoções e sentimentos para motivação do aprendizado.



Desenvolver e viver a empatia, que irá resultar na tendência de gerenciar melhor os nossos diversos estados emotivos.

Conhecer algumas técnicas empregadas no estudo das emoções, sua relação e percepção com o “eu”, o outro e o mundo. Tais como a interpretação do desenho e da escrita (grafologia) que permite a compreensão e a interpretação de características da personalidade.



4 METODOLOGIA

O desenvolvimento metodológico realizado teve início com o estudo teórico direcionado à neuroanatomia, (estudo das células do sistema nervoso e da organização dessas dentro de circuitos funcionais que processam a informação e medeiam o comportamento), neurofisiologia (voltado para o funcionamento do sistema nervoso), bem como sobre o conceito de inteligência emocional e as fases de desenvolvimento, tendo como recurso didático: vídeos, livros, revistas e artigos científicos (impressos e digitais).

Também foi realizado um estudo breve sobre a projeção da emoção no desenho e na escrita. Sendo o desenho uma importante ferramenta pedagógica que permite a comunicação com o mundo exterior, através das expressões de nossas emoções (agitação de sentimentos). Já a grafologia é um estudo voltado para a análise da escrita e sua interpretação psicológica. “ A escrita, como qualquer outro produto da sociedade, sofre as mais diversas influências; assim, muda e transforma-se com o tempo” (CAMARGO, 2018, P.7).

Após consolidação dos conhecimentos necessários sobre a estrutura e funcionamento da neurobiologia, da mente racional e emocional, foi aplicada uma pesquisa quantitativa e qualitativa por meio de questionário impresso, com respostas objetivas (fechadas) sobre o conhecimento ou não da inteligência emocional e o interesse pelo mesmo - constante no Apêndice I - sem descrição das características (idade, sexo e ano escolar) da comunidade participante. Sendo seu resultado apresentado em uma planilha, construída no programa Microsoft Excel - constante no apêndice II.

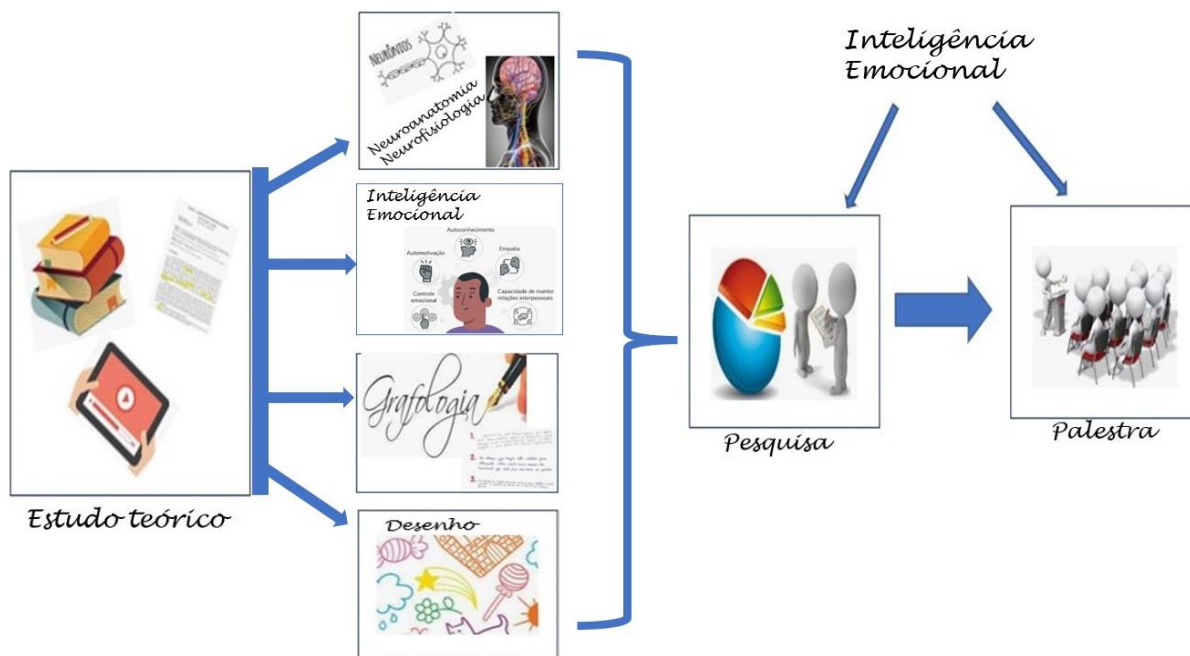
A palestra realizada por parte dos estudantes pesquisadores foi direcionada aos cursantes do 1º ano do ensino médio - que contou com um total de 64 participantes - para a apresentação do projeto de pesquisa da escola, como também para a promoção de um debate sobre as “intensas emoções” existentes na fase da adolescência.



5 RESULTADOS OBTIDOS

O resultado inicial aconteceu durante o percurso do estudo teórico por parte dos alunos pesquisadores, com o desenvolvimento de ações reflexivas direcionadas à aceitação, autoconhecimento e autocontrole, como também em prol do outro. Que resultou em uma constante motivação pela busca do saber e a melhor maneira de aplicar os conteúdos aprendidos. Entendendo que nossas emoções podem gerar diversos sentimentos que se projetam em ações positivas ou negativas.

Com isso, diante deste cenário motivacional, pôde-se ser realizado com sucesso ao público-alvo inicial a apresentação do projeto, com êxito em relação à participação por parte dos discentes. Resultando num total de 92,18% de interessados em conhecer mais sobre a inteligência emocional.



Fonte das imagens: <https://www.google.com.br/>



6 CONCLUSÕES OU CONSIDERAÇÕES FINAIS

A adolescência é uma fase que traz questões importantes e decisivas, necessitando de cuidados com influências externas que pode vir a causar afetações negativas. Essa fase de mudanças físicas, psicológicas e sociais pode acarretar em fragilidade emocional, frustrações e corações partidos.

Procurou-se com esse trabalho além de publicitar, levantar a problematização do tema que se permeia de maneira intensa na fase da adolescência. Tendo o ambiente escolar, um importante papel no espaço para expressões, projeções e descobertas, que oportunizam aos jovens o momento de compartilhamento das emoções, sentimentos e socialização.



REFERÊNCIAS

ANTUNES, Celso. **A inteligência emocional na construção do novo eu.** 12ª ed. Petrópolis: Vozes, 2005. 84 p.

BUENO, José Maurício Haas. **Inteligência Emocional: Um Estudo de Validade sobre a Capacidade de Perceber Emoções.** São Paulo: Psicologia: Reflexão e Crítica, 2003, 16(2), pp. 279-291.

CAMARGO, Paulo Sérgio. **Grafologia expressiva.** 4ª ed. São Paulo: Ágora, 2018.

CAMPOS, Dinah Martins de Souza. **Teste do desenho como instrumento de diagnóstico da personalidade: Validade, técnica de aplicação e normas de interpretação.** 47ª ed. Rio de Janeiro: Vozes, jan. 2014.

COSTA, Sérgio Francisco. **Método científico: os caminhos da investigação.** São Paulo: Harbra, 2001.

FREITAS, Fernanda Andrade, NORONHA, Ana Paula Porto. **Inteligência emocional e avaliação de alunos e supervisores: evidências de validade.** Psicol. teor. prat. v.8 n.1 São Paulo 2006.

GOLEMAN, Daniel. **Trabalhando com A Inteligência Emocional.** Rio de Janeiro: Objetiva, 1998.

GOLEMAN, Daniel. **Inteligência Emocional: a teoria revolucionária que define o que é ser inteligente.** Rio de Janeiro: Objetiva, 2012.

GOLEMAN, Daniel. **O Cérebro e a Inteligência Emocional: Novas Perspectivas.** Rio de Janeiro: Objetiva, 2012.

GREGG, M Furth. **Mundo Secreto dos Desenhos: uma Abordagem Junguiana da Cura Pela Arte.** Paulus Editora; 1ª ed. fev.2004.

GUYTON, Arthur C. **Fisiologia humana.** 6ª ed. Rio de Janeiro: Guanabara Koogan, p.98-164, 2011.

KOTSOU, Ilios, **Caderno de exercícios de inteligência emocional.** 4ª ed. Petrópolis: Vozes, jan. 2014.

LENT, R. **Neurociência da mente e do comportamento.** 1ª ed. Rio de Janeiro: Guanabara Koogan, 2008.

LENT, R. **Cem bilhões de Neurônios.** 2ª ed. São Paulo: Atheneu, 2010.



LOPES, Lorena da Silva; TEIXEIRA, Leônia Cavalcante. **Automutilações na adolescência e suas narrativas em contexto escolar**. Estilos clin. vol.24 no.2 São Paulo maio/ago. 2019.

MAYER, J D; CARUSO, D R & SALOVEY, P. **Emotional Intelligence meets traditional standards for an intelligence**. Intelligence, 27 (4), 267-298, 2000.

MÈREDIEU, Florence. **O desenho infantil**. 12^a ed. São Paulo: Cultrix, 2017.

REA, Louis M, PARKER, Richard A. Metodologia de pesquisa: do planejamento à execução. São Paulo: Pioneira, 2000.

SANTOS, Elen Alves dos Santos; PULINO, Lúcia, Helena Cavasin Zabotto; RIBEIRO, Beatriz Soares. **Psicologia escolar e automutilação na adolescência: relato de uma intervenção**. Psicologia Escolar e Educacional. 2021, v. 25

SIQUEIRA, Mirlene Maria; BARBOSA, Nilton Cesar e ALVES, Matianny Thyssen. **Construção e Validação Fatorial de uma Medida de Inteligência Emocional**. São Paulo: Psicologia: Teoria e Pesquisa, 1999.

WALLON, Henri. **A evolução psicológica da criança**. São Paulo: Ltda, p. 30-41, 2010.

WOYCIEKOSKI, Carla; SIMON Hutz, Claudio. **Inteligência emocional: teoria, pesquisa, medida, aplicações e controvérsias**. Psicol. Reflex. Crit. 22 (1), 2009.



APÊNDICE I

Coleta de dados para avaliação quantitativa e qualitativa a respeito do conhecimento sobre a Inteligência Emocional por parte dos alunos participantes.

O desenvolvimento da Inteligência Emocional na adolescência: uma questão de saúde mental.

Inteligência Emocional

1. Você sabe o que é?
 Sim Não
2. Já ouviu falar?
 Sim Não
3. Gostaria de saber sobre o assunto?
 Sim. Já conheço, mas tenho interesse em saber mais.
 Sim. Não conheço, mas tenho interesse em saber.
 Não tenho interesse.



APENDICE II

Apresentação gráfica do resultado da pesquisa sobre Inteligência Emocional, para obtenção do resultado acerca do conhecimento/interesse ou não por parte dos alunos participantes.

