



**UNIVERSIDADE FEDERAL DA PARAÍBA
CENTRO DE EDUCAÇÃO
CURSO DE PEDAGOGIA**

**ANDRESSA RAQUEL DE OLIVEIRA SOUZA
ANNIELY LAÍS LIMA MELO**

**EMOCIONALIDADES EM QUESTÃO:
análise do perfil emocional dos pedagogos em formação
do Centro de Educação da UFPB**

**JOÃO PESSOA
2015**

ANDRESSA RAQUEL DE OLIVEIRA SOUZA
ANNIELY LAÍS LIMA MELO

**EMOCIONALIDADES EM QUESTÃO:
análise do perfil emocional dos pedagogos em formação
do Centro de Educação da UFPB**

Trabalho de conclusão de curso apresentado à
Universidade Federal da Paraíba, como requisito
parcial para obtenção do título em pedagogia do
curso de licenciatura plena em pedagogia.

Orientadora:
Profa. Dra. Elisa Pereira Gonsalves

JOÃO PESSOA
2015

ANDRESSA RAQUEL DE OLIVEIRA SOUZA
ANNIELY LAÍS LIMA MELO

**EMOCIONALIDADES EM QUESTÃO:
análise do perfil emocional dos pedagogos em formação
do Centro de Educação da UFPB**

BANCA EXAMINADORA

Profa. Dra. Elisa Pereira Gonsalves (Orientadora)
Universidade Federal da Paraíba

Profa. Dra. Carmen Sevilla Gonçalves dos Santos
Examinadora- UFPB

Profa. Dra. Glória das Neves Dutra Escarião
Examinadora- UFPB

Aos nossos pais, pelo apoio incondicional de sempre e incentivo em fazer com que nos encontremos pessoal e profissionalmente.

AGRADECIMENTOS

À Deus, pelo dom da vida e oportunidade de concluir mais um ciclo de maneira tão significativa.

À nossa orientadora Elisa Gonsalves, por nos mostrar a cada dia que o ato de ensinar é um caminho que precisa ser trilhado com amor, bem como pela oportunidade de alcançar novas experiências, movidas por apoio e dedicação, e ser motivo de inspiração sempre, pela leveza de promover educação com base na afetividade.

Aos nossos familiares, pelo amor, incentivo e apoio incondicional de sempre.

Aos colegas do Grupo de pesquisa Educação e Emocionalidade, pela oportunidade de descobrir a cada dia que um bom trabalho é movido acima de tudo por companheirismo e afetividade.

Às professoras que compõem a Banca Examinadora, pelo aceite ao convite de participação: Dra. Carmen Sevilla e Dra. Glória Escarião.

Não poderíamos deixar de agradecer aos nossos professores que sempre desempenharam seu papel com empenho e dedicação, marcando de maneira significativa esta etapa tão importante de nossa vida acadêmica.

Aos amigos por estarem sempre conosco, compartilhando momentos que iremos levar para sempre em nossas memórias.

Aos colegas de curso por fazerem parte deste processo desde o início. Cada um com suas particularidades, contribuindo para chegarmos até aqui com a sensação de missão cumprida, mas cientes de que é apenas o início de uma longa caminhada.

Sou uma inteireza e não uma dicotomia. Não tenho uma parte esquemática, meticulosa, racionalista e outra desarticulada, imprecisa, querendo simplesmente bem ao mundo. Conheço com o meu corpo todo, sentimentos, paixão. Razão também.

(Paulo Freire)

RESUMO

O presente trabalho teve como objetivo analisar o perfil emocional dos pedagogos em formação do Centro de Educação da Universidade Federal da Paraíba, Campus I. Desse modo, buscamos compreender quais emoções estão mais presentes em seu cotidiano, com o objetivo primeiro de verificar de que forma estas emocionalidades podem contribuir para a prática pedagógica. O trabalho de campo foi realizado mediante à aplicação de um questionário fechado e à análise dos dados foi qualitativa e quantitativa, por acreditar que ambas não devem ser dicotomizados, uma vez que se complementam. A compreensão do objeto de estudo foi realizada a partir de uma abordagem teórica ancorada em Rafael Bisquerra Alzina, Juan-Carlos Pérez- González e António Vallés Arandiga. Após a análise dos dados, conclui-se que a empatia é uma emoção presente no perfil dos pedagogos em formação, ao mesmo tempo em que o medo, a ansiedade são emoções fortemente presentes e que possuem um poder de dificultar processos de aprendizagem e o próprio exercício da profissão.

Palavras- chave: Educação. Emoção. Docência.

RESUMEN

Este estudio tuvo como objetivo analizar el perfil emocional de los docentes en formación en el Centro de Educación de la Universidad Federal de Paraíba, Campus I. Por lo tanto, tratar de entender lo que las emociones están más presentes en su vida cotidiana, con el primer gol de comprobar cómo emocionalidades éstos pueden contribuir a la práctica pedagógica. El trabajo de campo se llevó a cabo mediante la aplicación de un cuestionario cerrado y el análisis de los datos fue cualitativa y cuantitativa, en la creencia de que tanto no deben ser dicotómica, ya que se complementan entre sí. La comprensión del objeto de estudio se basa en un enfoque teórico anclado en Rafael Bisquerra Alzina, Juan Carlos Pérez-González y Antonio Vallés Arandiga. Después de analizar los datos, se concluye que la empatía está muy presente perfil de la emoción de las guías en la formación, mientras que el miedo, la ansiedad son fuertemente presentes emoões y tener un poder impiden los procesos de aprendizaje y poseer la profesión.

Palabras clave: Educación. Emoción. Enseñanza.

LISTA DE GRÁFICOS

Gráfico 1 - Tolerância à frustrações, conhecimento sobre si mesmo e identificação do que é importante em cada situação.....	30
Gráfico 2 - Capacidade de divertir-se, mostrar dinamismo e atividades e ter confiança em si mesmo.....	33
Gráfico 3 - Capacidade de sorrir, de comunicar-se de forma eficaz e de tranquilizar-se	36
Gráfico 4 - Capacidade de mostrar-se otimista, saber o que se quer e de permanecer sozinho sem ansiedade.....	39
Gráfico 5 - Capacidade de identificar as situações que provocam emoções, acalmar os demais e autoperceber-se como uma pessoa emocionalmente equilibrada explícito	41
Gráfico 6 - Capacidade de lidar com as críticas, aprender a partir dos erros e ser assertivo.....	51
Gráfico 7 - Capacidade de controlar os pensamentos, ser realista e lidar com os medos	54
Gráfico 8 - Capacidade de ser criativo, de ter responsabilidade e autopercepção segundo as perspectivas dos demais.....	56
Gráfico 9 - Capacidade de chegar a acordos razoáveis com colegas, conhecer bem o comportamento das pessoas que convive e saber estar em algum grupo ou equipe	59
Gráfico 10 - Capacidade de autorreforço e valorização	61

LISTA DE QUADROS

Quadro 1 - Habilidades para lidar com as emoções de forma saudável.....	18
---	----

LISTA DE ABREVIATURAS E SIGLAS

CE	Centro de Educação
UFPB	Universidade Federal da Paraíba
UNESCO	Organização das Nações Unidas para a Educação, a Ciência e a Cultura
PPC	Projeto Político Curricular
TIC's	Tecnologias da Informação e Comunicação

SUMÁRIO

1	INTRODUÇÃO.....	14
1.1	Das especificidades da pesquisa.....	16
1.2	Os objetivos da pesquisa.....	19
1.3	Sobre o trabalho de campo.....	21
1.4	Sobre a análise dos dados.....	21
2	PEDAGOGOS EM FORMAÇÃO E A CAPACIDADE DE FLUIR	23
2.1	Conhecer a si mesmo, seus defeitos pessoais e a necessidade de mudança.....	24
2.2	Tolerância à frustração.....	24
2.3	Identificar as situações que provocam emoções.....	25
2.4	Identificar o que é importante em cada situação.....	25
2.5	Mostrar-se otimista	25
2.6	Ser capaz de divertir-se	26
2.7	Sorrir	26
2.8	Ter confiança em si mesmo	26
2.9	Mostrar dinamismo e atividade	27
2.10	Comunicar-se de forma eficaz com os demais	27
2.11	Ser capaz de tranquilizar-se	27
2.12	Acalmar os demais	28
2.13	Saber o que se quer	28
2.14	Permanecer sozinho sem ansiedade	29
2.15	Autoperceber-se como uma pessoa emocionalmente equilibrada	
2.16	Análise dos dados I.....	29
3	PEDAGOGOS EM FORMAÇÃO E A CAPACIDADE DE SER RESILIENTE	44
3.1	Automotivação	45
3.2	Chegar a acordos razoáveis com colegas	45
3.3	Autorreforço e valorização	45
3.4	Controlar os pensamentos	46

3.5	Não aceitar pedidos inadequados	46
3.6	Defender-se de críticas injustas e aceitar críticas justas de maneira adequada.....	47
3.7	Conhecer bem o comportamento das pessoas que convive.....	47
3.8	Aprender a partir dos erros	47
3.9	Ser realista	48
3.10	Lidar com os medos	48
3.11	Saber estar em algum grupo ou equipe	49
3.12	Ter criatividade	49
3.13	Auto perceber-se segundo a perspectiva dos demais	50
3.14	Responsabilizar-se por seus comportamentos	50
3.15	Análise de dados II	50
4	CONSIDERAÇÕES FINAIS.....	63
	REFERÊNCIAS.....	67
	APÊNDICE.....	69

1 INTRODUÇÃO

Há tempos têm sido comum as escolas se preocuparem apenas com as questões de ordem cognitivas, deixando de lado o aspecto emocional.

Para que a aprendizagem seja significativa não basta conhecer, é necessário sentir a importância do que está sendo aprendido. Apesar disso, o campo das emoções já se mostrou de grande importância para a prática pedagógica e a cada dia vem ganhando mais espaço, uma vez que pesquisas científicas têm mostrado a estreita vinculação que existe entre o que pensamos e o que sentimos (GONSALVES, 2014).

Quando falamos em emoções, estamos falando de um fator indispensável em nossas vidas, uma vez que estas influenciam diretamente em nossa personalidade, em nossos comportamentos e até em nossa saúde.

Para Aguera (*apud* Gonsalves, 2009, p.7):

A palavra emoção tem origem no latim *movere* (mover). Acrescentando o prefixo *e* significa mover para fora, trazer à luz o que está dentro, demonstrar o que está em si (*ex-movere*). A etimologia da palavra já indica a tendência de atuar, de agir quando se está emocionado. A definição do termo *ex-movere* já remete para a ideia de uma ação corporal. Esta ação corporal é caracterizada por variações fisiológicas que podem ser observadas: ritmo cardíaco, ritmo respiratório, tensão arterial, temperatura corporal, sudorese, produção salivar, abertura das pupilas, nível de hormônio no sangue.

A emoção pode ser conceituada como um estado complexo do organismo que se caracteriza por uma excitação ou perturbação (interna ou externa) que gera uma resposta (BISQUERRA, 2000).

O mesmo autor afirma que para produzir uma emoção, é possível destacar os seguintes itens:

1. Uma pessoa, de forma consciente ou inconsciente, avalia algo como relevante.
2. A emoção atua às vezes de forma urgente. Por isso emoção e motivação possuem relação.
3. Ao vivenciar uma emoção, surgem reações involuntárias (mudanças corporais de caráter fisiológico) e voluntárias (expressões faciais e verbais, comportamentos e ações).

É comum escutar as seguintes expressões no cotidiano da escola: “tal aluno não aprende porque está muito triste” ou “aquele aluno é inquieto porque tem ansiedade e não se concentra”.

Apesar do reconhecimento de que a Educação Emocional é o fator que mais influencia a prática pedagógica, os estudos acerca do tema começaram a se destacar muito recentemente.

Um impactante estudo acerca da Educação Emocional foi realizado pela Organização das Nações Unidas para a Educação, a Ciência e a Cultura (UNESCO), afirma que a educação emocional é um fator indispensável para o desenvolvimento cognitivo e uma ferramenta fundamental de prevenção, já que muitos problemas têm em sua origem o âmbito emocional (CASASSUS, 2009).

A pesquisa foi realizada nos anos de 1995 a 2000, envolvendo toda a América Latina, com a finalidade de melhorar o entendimento acerca dos fatores que mais influenciaram o desempenho dos alunos. O resultado da pesquisa mostrou que o ambiente emocional é o fator mais proeminente no que diz respeito ao desempenho dos alunos, chegando a ser mais importante que fatores como gestão, infraestrutura, corpo docente e contexto familiar (GONSALVES, 2015).

Outro estudo de grande importância para o campo da educação emocional foi empreendido pela UNESCO se deu sob a coordenação de Delors (1998) e fundamenta os quatro eixos básicos que constituem os pilares da educação para o século XXI: aprender a conhecer e aprender a aprender para aproveitar as possibilidades que são oferecidas ao longo da vida; aprender a fazer, para capacitar a pessoa para lidar com diversas situações; aprender a ser, para viver com autonomia, com valores sólidos e responsabilidade; aprender a conviver, a trabalhar com projetos comuns e gerenciar conflitos.

Cabe destacar que o nosso interesse pelo tema tornou-se cada vez mais forte com a nossa entrada no Grupo de Pesquisa Educação e Emocionalidade, coordenado pela Profa. Dra. Elisa Gonsalves. Há três anos temos nos dedicado aos estudos acerca da Educação Emocional, realizando leituras, discussões, além da participação em projetos como Prolicen e Pibic relacionados ao tema. Tal participação tem contribuído não apenas para a aquisição de mais conhecimentos na área da educação, mas também tem se mostrado como relevante para todos os âmbitos de nossas vidas. Assim, com um olhar mais cuidadoso para educação, enquanto pedagogas em formação, decidimos analisar o perfil emocional dos pedagogos em formação do Centro de Educação da Universidade Federal da Paraíba (UFPB), inclusive como forma de relacionar conhecimento e autoconhecimento.

1.1 Das especificidades da pesquisa

Nos últimos anos, o estudo acerca da Educação Emocional vem ganhando espaço entre os pesquisadores nas mais diferentes áreas do conhecimento, como a psicologia e a neurociência.

São vários os autores que dedicam seus estudos ao tema. A exemplo disso, temos Pérez Gonzáles (2015, p. 58) que entende a Educação Emocional como “um processo educativo e preventivo articulado sobre programas cujo intuito é desenvolver a inteligência emocional e/ou as competências emocionais ou socioemocionais.”

Vallés Arandiga (2011, p. 3) discute também questões relacionadas à Educação Emocional, e a entende como um “processo de formação da personalidade mediante o qual os estudantes desenvolvem as competências para tomar consciência das próprias emoções, sentimentos, de seus estados de ânimo e os dos demais”.

Neste trabalho, optamos por entender a Educação Emocional conforme a compreensão de Bisquerra (2000, p. 243), quando diz que é um:

“[...] processo educativo, contínuo e permanente que pretende potencializar o desenvolvimento emocional como complemento indispensável do desenvolvimento cognitivo, constituindo ambos os elementos essenciais para o desenvolvimento da pessoa integralmente”.

Pactuar com a ideia posta por Bisquerra se deu por entendermos esta como sendo a conceituação mais completa acerca da educação emocional. Esta, por sua vez, tem sido afirmada como uma ferramenta indispensável para a prática pedagógica, uma vez que influencia diretamente em nossos comportamentos, em nossa personalidade e em nossa saúde. Conhecer sobre nossas emoções no intuito de vivenciá-las de maneira que promovam bem-estar é fundamental inclusive para evitar o surgimento de situações que desencadeiem comportamentos violentos, como o *bullying*, por exemplo.

Uma pesquisa realizada por Peres e Martins (2012) mostra que há tempos, as práticas pedagógicas não têm favorecido para que os alunos expressem suas necessidades cognitivas e afetivas em sala de aula, e que o conhecimento sobre as próprias emoções e a vivência de maneira agradável é fundamental para que os elevados índices de fracasso escolar e dificuldades de aprendizagem sejam superados, além de colaborar na prevenção de violências (PERES; MARTINS, 2012). Neste sentido, é necessário assumir a Educação Emocional como um processo educativo que objetive a harmonização entre o que se sente e o que se faz.

Para Bisquerra (2000), propõe-se com a Educação Emocional o desenvolvimento de conhecimentos e habilidades sobre as próprias emoções, com o intuito de fazer com que o indivíduo se torne capaz de enfrentar melhor os desafios que possam surgir ao longo de sua vida, com a finalidade de aumentar a cada dia o bem-estar pessoal e social.

A Educação Emocional visa responder um conjunto de necessidades que a educação tradicional por si só não consegue atender. Dentre esses aspectos, podemos identificar o elevado índice de comportamentos de risco em jovens e adultos (agressividade, uso abusivo de álcool, *bullying*, entre outros). Comportamentos estes que têm como pano de fundo um desequilíbrio emocional (VÁLLES, 2013).

Uma vez justificada a Educação Emocional como um campo imprescindível para a prática docente, faz-se necessário aprendermos a vivenciar melhor as emoções no intuito de promover relações humanas cada vez mais harmoniosas. Sem a vivência saudável das emoções é impossível pensar em uma proposta de Educação Emocional.

Mais adiante apresentaremos um conjunto de habilidades desenvolvidas por Vallés e Vallés (1998) e reagrupadas por Gonsalves (2014), que propõem uma forma inteligente de lidar com os estados emocionais. Estas habilidades foram agrupadas em dois grandes eixos: fluidez e resiliência.

A palavra fluir tem vários significados: correr, manar ou deslizar em estado líquido; jorrar ou escorrer; transcorrer ou passar sem grandes dificuldades; percorrer ou circular facilmente; ocorrer ou sair com grande facilidade. Todos esses significados, indicam a origem latina da palavra *fluere* que significa advir, originar-se ou nascer de.

Também chamada de experiências ótimas, fluidez diz respeito à capacidade de ficar em um estado de alegria. É uma capacidade individual que existe um caminho a ser percorrido para obtê-la. Trata-se de organizar-se para que a felicidade faça parte de sua vida constantemente (CSIKSZENTMIHALYI, 1997).

A satisfação de vivenciar a alegria deve ser alcançada individualmente, cada pessoa deve preparar-se cuidadosamente para defender-se de tudo que lhe impeça de vivenciar este estado de alegria.

O conceito de fluir (fluxo) baseia-se no estado em que as pessoas estão tão envolvidas com a situação que aquilo passa a ser seu objetivo primeiro. A experiência ótima é tão agradável que as pessoas estão dispostas a experimentar, mesmo que a grande custo, pelo simples motivo de apreciá-la (CSIKSZENTMIHALYI *apud* BISQUERRA, 2000).

Em algumas ocasiões importantes de nossas vidas, como em uma conquista profissional, o sentimento de alegria toma conta de nós. Vivenciar esse sentimento causa bem-estar, e vontade de buscar permanecer nele deve ser o objetivo primeiro de nossas vidas.

A palavra “fluxo” está relacionada à capacidade de movimentar-se diante da vida. Possui relação também com experiências de pico, que diz respeito a estes momentos de felicidade, êxtase, momentos valiosos, raros, extraordinários.

Nas palavras de Bisquerra (2000, p. 228), “fluir é ter o controle direto da experiência e da habilidade para encontrar alegria momento a momento em tudo o que fazemos, podendo ser superado os obstáculos no caminho para a experiência de fluxo”.

Esta capacidade faz-se ver possibilidades diante de situações desagradáveis que podem surgir ao longo da vida, passando por estas situações com o sentimento de alegria.

Para obter esta capacidade de fluir é preciso ter metas que deem significado à vida, e ofereça um propósito constante para alcançá-las, assim é possível cada vez mais se ter experiências ótimas.

Para tanto, contamos com as seguintes habilidades: tolerância à frustrações, conhecimento sobre si mesmo e identificação do que é importante em cada situação; capacidade de divertir-se, mostrar dinamismo e atividade e ter confiança em si mesmo; capacidade de sorrir, de comunicar-se de forma eficaz e de tranquilizar-se; capacidade de mostra-se otimista, saber o que se quer e de permanecer sozinho sem ansiedade; ser capaz de identificar as situações que provocam emoções, acalmar os demais e autoperceber-se como uma pessoa emocionalmente equilibrada.

Quanto à resiliência, esta tem suas raízes na engenharia civil e na metalúrgica. Trata-se da capacidade que alguns materiais possuem para voltar a sua forma original depois de serem submetidos a algum tipo de deformação. Em se tratando de pessoas, pode-se dizer que resiliência é a capacidade de enfrentar e vencer os obstáculos da vida, sendo capaz de absorver aprendizagens, dando um novo significado a estas experiências.

No contexto social, resiliência diz respeito à desenvoltura que algumas pessoas possuem para recuperar-se de crises e aprender com elas.

Podemos nos espelhar na história do patinho feio para nos posicionarmos diante da vida. Assim como o patinho feio, possuímos cicatrizes que a qualquer momento podem ser reabertas. Uma brecha no desenvolvimento de sua personalidade levou o patinho feio a trabalhar nisso incansavelmente em prol de sua mudança. Se ele pudesse se

permitir viver uma vida de cisne, poderia pensar no passado de patinho feio de modo que pudesse suportá-lo. No entanto, frágil, jamais poderia ouvir seu passado sem sofrer novamente. Significa dizer que a resiliência requer uma superação do trauma e a capacidade de tornar-se belo apesar de tudo.

A pessoa resiliente mostra-se capaz de automotivar-se diante de situações de crise. Superar as adversidades da vida sendo capaz de dar novas respostas a estas situações permite que a pessoa vivencie momentos frustrantes de maneira que estes sejam superados recebendo um novo significado. A pessoa resiliente consegue identificar o que é importante em cada situação, sendo capaz de estabelecer metas claras para si mesmo em momentos de turbulências. Existem pessoas que diante de uma situação difícil, além de enfrentar o problema, conseguem de alguma forma se beneficiar de tais acontecimentos. É importante destacar que resiliência não pode ser confundida com resistência. Ser resistente significa suportar as situações de pressão; enquanto que uma pessoa resiliente, além de suportar tais situações, mostra-se capaz de aprender com elas. Nesses termos, a resiliência, por suas características, afirma-se como uma ferramenta indispensável para se ter uma pessoa emocionalmente saudável, uma vez que estas pessoas possuem a capacidade de adaptar-se às situações, sendo capazes de vivenciá-las plenamente, tendo em vista que conseguem corporeificar a ideia de que toda situação desagradável pode ser superada, resultando por promover alguma aprendizagem.

Quanto aos aspectos relacionados à resiliência, identificamos os seguintes: saber lidar com as críticas, aprender a partir dos erros e ser assertivo; ser capaz de controlar os pensamentos, ser realista e lidar com os medos; capacidade de ser criativo, responsabilidade e autopercepção segundo a perspectiva dos demais; capacidade de chegar a acordos razoáveis com colegas, conhecer bem o comportamento das pessoas que convive e saber estar em algum grupo ou equipe; capacidade de autorreforço e valorização.

Sinteticamente, podemos agrupar os dois eixos temáticos por capacidades da seguinte forma:

Quadro 1 - Habilidades para lidar com as emoções de forma saudável

FLUIDEZ	RESILIÊNCIA
Conhecer a si mesmo, seus defeitos pessoais e a necessidade de mudança	Automotivar-se
Ser tolerante à frustração	Chegar a acordos razoáveis com colegas

Identificar as situações que provocam emoções	Autorreforçar-se e Valorização de si mesmo
Identificar o que é importante em cada situação	Controlar os pensamentos
Mostrar-se otimista	Não aceitar pedidos inadequados
Ser capaz de divertir-se	Defender-se de críticas injustas e aceitar críticas justas de maneira adequada
Sorrir	Conhecer bem o comportamento das pessoas que convive
Ter confiança em si mesmo	Aprender a partir dos erros
Mostrar dinamismo e atividade	Ser realista
Comunicar-se de forma eficaz com os demais	Lidar com os medos
Ser capaz de tranquilizar-se	Saber estar em algum grupo ou equipe
Acalmar os demais	Ter criatividade
Saber o que se quer	Autoperceber-se segundo a perspectiva dos demais
Permanecer sozinho sem ansiedade	Responsabilizar-se por seus comportamentos
Autoperceber-se como uma pessoa emocionalmente equilibrada	_____

Fonte: Elaborado pelas autoras (2015), com base em Gonsalves (2015).

1.2 Os objetivos da pesquisa

Ter conhecimento da literatura pertinente colocou-nos diante de várias indagações: qual o rol de habilidades necessárias para que o educador realize bem o seu trabalho com base nos aspectos propostos pela Educação Emocional? Será que os professores estão sendo formados para lidar com as implicações que surgem decorrentes do processo educacional?

Tais inquietações direcionaram o nosso olhar para a formação docente. Uma vez que precisa ser entendida como um processo contínuo que não se restringe a uma modalidade de ensino. A partir daí destacamos o seguinte objetivo: analisar o perfil emocional dos pedagogos em formação que estão matriculados no Centro de Educação da Universidade Federal da Paraíba.

Desta forma, definimos os seguintes objetivos específicos: identificar um campo de competências emocionais que precisam ser desenvolvidas nos cursos de formação de

educadores; construir um perfil emocional dos graduandos do curso de pedagogia; verificar as emoções que prevalecem entre os estudantes em formação do curso de Licenciatura Plena em Pedagogia.

O trabalho objetivou de modo geral, verificar se os alunos do Curso de pedagogia, da Universidade Federal da Paraíba, Campus I, são emocionalmente saudáveis, dentro dos parâmetros aqui considerados, bem como reconhecer a relevância da Educação Emocional para a formação do pedagogo, tendo como pressupostos que os fatores emocionais funcionam como estímulos indispensáveis para o desenvolvimento cognitivo, e portanto, para o desenvolvimento de práticas pedagógicas eficazes.

1.3 Sobre o trabalho de campo

O trabalho de campo foi realizado no Centro de Educação (CE) da Universidade Federal da Paraíba, localizada no Jardim Universitário, Castelo Branco, situada no município de João Pessoa- PB. Ex Universidade da Paraíba, criada pela Lei Estadual Nº 1366, de 2 de dezembro de 1955, e federalizada pela Lei Nº 3835 de 13 dezembro de 1960. É uma instituição de ensino, pesquisa e extensão, vinculada ao Ministério de Educação, com sede e fórum na cidade de João Pessoa e atuação no estado da Paraíba. O campus I é composto de sete centros, entre eles o Centro de Educação, criado pelo parecer Nº 6710/78.

O CE desenvolve trabalhos de ensino, pesquisa e extensão, em todos os níveis e modalidades, visando a formação do educador reflexivo, crítico e ativo, possibilitando que atuem como agentes transformadores, bem como possibilitando a educação inicial e continuada, que atenda as demandas da comunidade acadêmica e da sociedade como um todo.

De acordo com o Projeto Político Curricular (PPC) que rege o curso de Licenciatura Plena em Pedagogia, que caracteriza-se em três grandes dimensões: Docência, Gestão Educacional e Produção e difusão dos conhecimentos científicos e tecnológicos do campo educacional. No que diz respeito à Docência, inclui a educação infantil, os anos Iniciais do Ensino Fundamental, disciplinas pedagógicas do curso de Ensino Médio na modalidade normal, Educação de Jovens e Adultos, Educação Profissional, bem como em outras áreas nas quais conhecimentos pedagógicos sejam previstos. Quanto à Gestão Educacional, deve ser vista numa perspectiva democrática,

integrando as diversas atuações e funções do trabalho pedagógico e de processos educativos, no que se refere ao planejamento, à administração, à coordenação, ao acompanhamento, à avaliação de planos e projetos pedagógicos, assim como análise, formulação, implementação, acompanhamento e avaliação de políticas públicas e institucionais na área de educação. Quanto aos conhecimentos científicos e tecnológicos, estes estão ligados mais especificamente às tecnologias de informação e comunicação (TICs) que servem de suporte para o processo educativo.

A pesquisa foi realizada com os alunos do Curso de Pedagogia, matriculados nos três turnos. Segundo os dados obtidos em seu Projeto Político Curricular, o curso conta com 414 (quatrocentos e quatorze) alunos no turno da manhã, 405 (quatrocentos e cinco) no turno da tarde e 489 (quatrocentos e oitenta e nove) no turno da noite, totalizando 1308 (mil trezentos e oito) alunos.

Utilizou-se como instrumento o questionário fechado em anexo, criado com base em características necessárias para o perfil de uma pessoa emocionalmente saudável, propostas por Gonsalves (2014). O questionário possui cinquenta e sete questões, todas fechadas.

A pesquisa foi realizada em 13 (treze) turmas diferente do curso. No turno da manhã foram em 4 (quatro) turmas; no turno da tarde, aplicados em 7 (sete) turmas; enquanto que no turno da noite, foram aplicados em 2 (duas) turmas. Cabe destacar que somente foram aplicados questionários em turmas cujos professores autorizaram a participação, com a concordância dos alunos. Aplicou-se questionário a duzentos e trinta alunos regularmente matriculados no Curso de Pedagogia do Centro de Educação, número que corresponde a aproximadamente 18% (dezoito por cento) do número total de alunos regularmente matriculados.

Registramos que infelizmente houve uma resistência significativa quanto à permissão de vários professores para a aplicação dos questionários, principalmente no turno da noite. Acreditamos ser devido ao tempo da aula ser reduzido, bem como a preocupação em dar conta do conteúdo. Daí a redução do número de turmas.

1.4 Sobre a análise de dados

A análise dos dados coletados no campo da pesquisa e a partir do questionário aplicado, pode ser compreendida como um recorte, dentro de um espaço e tempo, da situação em movimento que se investiga, a partir dos referenciais escolhidos.

O tratamento dos dados organizou-se em três fases:

a) Tabulação dos dados

Nesta fase, procedeu-se à verificação da incidência das respostas item por item, para conferir a porcentagem obtida em cada questão. Esta etapa básica no trabalho de análise de conteúdo também é chamada de pré-análise, que se refere a uma organização prévia do material coletado e diz respeito às técnicas utilizadas para a disposição das informações (TRIVIÑOS, 1990).

b) Organização dos dados

Esta fase foi dedicada à organização das perguntas em blocos, a partir dos indicadores já determinados pelas instruções do próprio questionário. Isto é, categorizou-se um conjunto de perguntas que aparentemente estavam dispersas no questionário, mas que tratavam da mesma capacidade, por exemplo, a resiliência.

A etapa é chamada de Exploração do Material (MINAYO, 1999), consiste em decodificar os dados colhidos. Para tal, escolhe-se uma regra de contagem que resulta por quantificar os dados obtidos. Realizada a organização, estabeleceu-se duas grandes categorias de análise, que agrupavam diferentes indicadores: fluidez e resiliência. Esta classificação permitiu a organização de gráficos oferecendo uma visualização em termos quantitativos das incidências. Além disso, nessa fase realizou-se uma análise dos dados quantitativos, o que configurou um importante suporte para a compreensão do tema.

c) Estabelecimento de interlocuções

Após a visualização quantitativa das respostas, iniciou-se um diálogo com os referenciais teóricos disponíveis, na busca da compreensão dos significados daqueles dados. Esta etapa é denominada de Interpretação Referencial (TRIVIÑOS, 1990), que diz respeito à capacidade que o pesquisador deve ter para aprofundar sua análise sendo capaz de “desvendar o que fica nas entrelinhas”, uma vez que não se torna possível que o pesquisador atente apenas para as questões manifestadas de maneira direta através dos documentos. Tal capacidade é chamada de Inferência (MINAYO, 1999), que se trata da capacidade de encontrar pistas em torno do que foi explicitado no material, com o intuito de realizar novas interpretações.

A interpretação referencial permitiu o diálogo com diferentes autores na busca de um entendimento maior sobre os dados encontrados. Tratou-se de uma fase de aprofundamento teórico, na qual se deu um salto qualitativo na análise, no sentido de descobrir significados aos achados da pesquisa.

2 PEDAGOGOS EM FORMAÇÃO E A CAPACIDADE DE FLUIR

Neste trabalho, a questão da fluidez é composta das seguintes capacidades:

2.1 Conhecer a si mesmo, seus defeitos pessoais e a necessidade de mudança

Trata-se de expressar, seja de maneira verbal ou não verbal, estados emocionais que expressem suas ideias e crenças acerca de sua própria emocionalidade.

Possui relação também com a capacidade de identificar em seus comportamentos aqueles vistos como não adequados, para tentar modificá-los. Tal capacidade implica em identificar o comportamento que causa frustração, bem como identificar os efeitos que são produzidos e desenvolver atitude de mudança.

Os indicadores são:

- ✓ Compromete-se em mudar um comportamento inadequado e cumpre.
- ✓ Expressa claramente os seus próprios defeitos e manifesta necessidade de mudança.

Esta capacidade se faz importante para que as relações fluam de maneira significativa. Para isso, é necessário que haja uma compreensão mútua, um esforço para entender o outro e se fazer entender. Isto contribuirá na minimização de comportamentos que causem mal-estar, tanto para a si mesmo como para o outro.

2.2 Tolerância à frustração

Possui relação com a capacidade de mostrar-se tranquilo em situações que não conseguimos atingir o objetivo proposto.

Os indicadores são:

- ✓ Mostra serenidade, tranquilidade quando não consegue atingir um objetivo pretendido.
- ✓ Quando não consegue o que se propõe, não perde a calma.

Tranquilizar-se em situações em que os resultados não são os esperados se faz necessário para que possamos lidar bem com as adversidades, sabendo nos posicionar diante da vida, sem deixar que qualquer conflito que venha surgir seja encarado como um fracasso que não pode ser superado.

2.3 Identificar as situações que provocam emoções

Trata-se de ter clareza de seus estados emocionais. É perguntar para si mesmo o que causa tais estados emocionais, a fim de vivenciar suas emoções de maneira que promovam bem estar.

Os indicadores são:

- ✓ Comunica aos seus colegas o seu estado emocional, atribuindo às situações que tenham provocado.
- ✓ Sabe identificar situações que podem provocar alegria, tristeza, raiva, etc.

Ter clareza do que desencadeia determinada emoção é de grande importância para sabermos como vivenciá-la sem que esta prolongue-se a ponto de gerar estados emocionais desagradáveis. Uma raiva prolongada pode gerar comportamentos agressivos, uma tristeza prolongada pode gerar depressão. Quando conseguimos ler o que a emoção está nos informando, se torna mais fácil vivenciá-la de maneira positiva.

2.4 Identificar o que é importante em cada situação

Tal habilidade está relacionada com a capacidade de conhecer suas próprias emoções e identificar o que é importante em cada situação, no intuito de evitar envolvimento em situações que possam gerar conflitos desnecessários.

Os indicadores são:

- ✓ Em uma situação de conflito, manifesta que o importante é resolver o problema de forma adequada.
- ✓ Em uma situação de trabalho pessoal se implica em realizá-lo da melhor forma possível.

Saber identificar o que é importante em cada situação torna-se necessário para evitar conflitos e desgastes desnecessários. É importante saber o que para nós é valorativo. Assim, se torna mais fácil o desvio de conflitos que em nada acrescentará em nossa vida.

2.5 Mostrar-se otimista

É mostrar-se bem humorado, confiante e otimista diante dos acontecimentos do cotidiano, por mais que estes não sejam satisfatórios.

Os indicadores são:

- ✓ Diante de uma tarefa com certa dificuldade, expressa seu objetivo de tentar resolver.
- ✓ Confia no poder de realizar atividades, ainda que seja com a ajuda de outra pessoa.

O bom humor apresenta-se como ferramenta indispensável para o bem estar. Possui um impacto enorme em nossa saúde. É certo que as pessoas que costumam ser bem humoradas e otimistas, a probabilidade de obterem sucesso na vida é bem maior.

2.6 Ser capaz de divertir-se

Ser capaz de dedicar-se às situações de divertimento, bem como empregar tempo livre ao ócio. Trata-se também de selecionar as atividades a serem desenvolvidas no intuito de direcioná-las a coisas que sejam fonte de interesse e que gerem um estado de felicidade.

Os indicadores são:

- ✓ Quando se relaciona com os demais em situações de jogo, sabe se divertir.
- ✓ Participa ativamente de situações de ócio.

Nos dias atuais, em que é comum correr contra o tempo, ser capaz de dedicar um tempo para divertir-se é importante para distensionar e viver a vida com mais leveza.

2.7 Sorrir

É sorrir com sinceridade. Expressar um sorriso como uma forma agradável de viver a vida com base no bom humor.

Os indicadores são:

- ✓ Tem o sorriso sincero como uma resposta habitual da cortesia.
- ✓ Tolerar bem as broncas admissíveis dos demais.

O sorriso é importante para tornar a vida mais leve. Este traduz um estado da alma. O sorriso sincero pode acabar com a angústia, com o desânimo, além de trazer alegria para a vida de quem costuma sorrir sinceramente.

2.8 Ter confiança em si mesmo

É confiar em si mesmo e na própria capacidade para atingir o objetivo proposto.

Os indicadores são:

- ✓ Expressa que pode realizar determinadas tarefas em grupo ou sozinho.
- ✓ Mostra otimismo diante da realização de tarefas rotineiras.

Confiar em si mesmo é importante para autoafirmar-se como capaz. Confiar em si mesmo permite que ajudemos o outro. Assim, a autoconfiança mostra-se como uma ferramenta importantíssima na relação pessoal e social.

2.9 Mostrar dinamismo e atividade

Está ligada à capacidade de relacionar-se bem com os demais, fazendo com que as relações fluam de maneira agradável.

Os indicadores são:

- ✓ Mostra-se criativo, sugere ideias para jogar, divertir-se.
- ✓ Mostra-se inquieto, mas construtivo.

A capacidade de envolver-se em atividades com dinamismo contribui de maneira significativa para que a relação com o outro seja fluida. Permite também que o outro sinta que pode confiar em você e vice versa.

2.10 Comunicar-se de forma eficaz com os demais

Trata-se de saber se expressar em diversas situações, dizendo ao outro o que pensa, seja de maneira verbal ou não verbal.

Os indicadores são:

- ✓ Quando observa algum colega triste, mostra vontade de ajudar.
- ✓ Diante de situações de tristeza, sabe expressar com otimismo.

Dizer ao outro o que você sente permite que lhe conhecendo, o outro procure lhe aceitar em suas diferenças. Não que ele precise aceitar suas colocações, mas, entendê-las. Tal capacidade é imprescindível para as relações humanas.

2.11 Ser capaz de tranquilizar-se

Está relacionado à capacidade de relaxar em situações de ansiedade os diferentes grupos musculares do corpo. Ao passo em que a pessoa adquire esta capacidade, poderá proporcionar respostas emocionais serenas, não atingindo seu corpo psicofisiologicamente.

Os indicadores são:

- ✓ Em situações que causam nervosismo, consegue se acalmar antes de tomar uma decisão.
- ✓ Ainda que esteja nervoso, este estado dura pouco e rapidamente se tranquiliza.

Em meio a situações de ansiedade, tal capacidade auxilia no controle de si mesmo nas mais diversas situações. Evita problemas maiores como estresse, irritação, doenças, ou seja, contribui para que a pessoa saiba lidar melhor com seu corpo em meio às situações de ansiedade.

2.12 Acalmar os demais

Trata-se da capacidade para entender os sentimentos dos demais e mostrar-se capaz de apoiar o outro. Implica em identificar as emoções das outras pessoas e ter capacidade empática para oferecer apoio.

Os indicadores são:

- ✓ Consegue escutar ativamente os colegas e compreende o seu estado emocional.
- ✓ É capaz de dizer palavras que possam tranquilizar o outro.

É importante ressaltar que tal capacidade contribui diretamente nas relações sociais, escolares, pessoais. Ser uma pessoa empática proporciona relações de confiança, afeto, respeito, por exemplo: em uma sala de aula, um professor sendo empático com seus

alunos, auxiliará diretamente na aprendizagem dos mesmos, possibilitando uma convivência melhor dentro e fora da escola.

2.13 Saber o que se quer

Está relacionado com a capacidade de tomada de decisões sem exageradas avaliações ou dúvidas acerca da necessidade. Implica em análise e pretensão em desenvolver uma atividade.

Os indicadores são:

- ✓ Mostra firmeza nas decisões.
- ✓ Não fica com dúvida nas ações que deve realizar, após a tomada de decisão.

Contribui na tomadas de decisões em situações que a vida nos permite escolher. Esta capacidade traz consigo determinação, firmeza e foco no que é feito. Uma pessoa com tal capacidade consegue gerenciar melhor suas atividades, já que sua firmeza nas decisões transmite para o outro confiança.

2.14 Permanecer sozinho sem ansiedade

Trata-se da capacidade de estarmos bem mesmo estando sem a companhia de outras pessoas, bem como de valorizar e desfrutar de momentos que permaneça sozinho, sem alterar seu estado emocional.

Os indicadores são:

- ✓ Sabe realizar tarefas de forma autônoma.
- ✓ É capaz de permanecer sozinho sem sentir ansiedade.

Esta capacidade contribui para que você possa estar bem consigo mesmo, exerça tarefas individualmente, mostrando ser capaz de permanecer bem em situações que não envolvam outras pessoas. Contribui para construção de pessoas autônomas diante da vida.

2.15 Autoperceber-se como uma pessoa emocionalmente equilibrada

Trata-se de estar consciente que as emoções podem ser gerenciadas por si mesmo. Sendo este, de fato, o objetivo último de todo programa que abarca a educação das emoções.

Os indicadores são:

- ✓ Faz comentários sobre suas emoções, reações e comportamentos.
- ✓ Consegue perceber logicamente a associação entre seus comentários e seus estados emocionais.

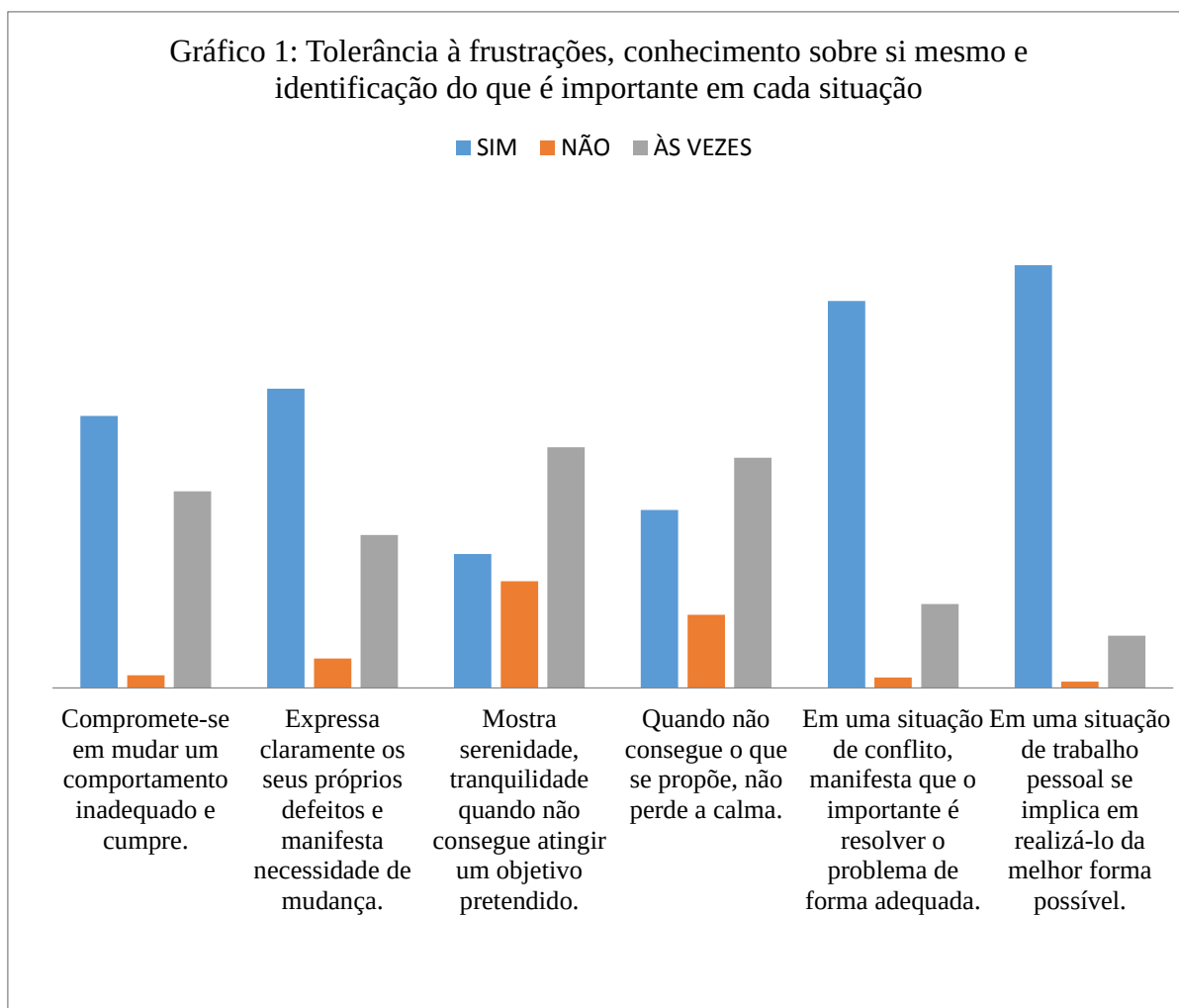
Tal capacidade contribui para construção de uma pessoa emocionalmente saudável, que saiba lidar com as diferentes situações de seu cotidiano, conhecendo, identificando e vivenciando de forma saudável suas emoções.

2.16 Análise dos dados I

Com base nos indicadores acima citados, apresentaremos os resultados obtidos com a pesquisa realizada junto aos graduandos do curso de Licenciatura Plena em Pedagogia da Universidade Federal da Paraíba, Campus I, no intuito de traçar um perfil emocional para estes, além de identificar as questões mais presentes em seu cotidiano. Vejamos:

O primeiro bloco agrupado diz respeito à tolerância à frustrações, conhecimento sobre si mesmo e identificação do que é importante em cada situação, e foram abordados considerando seis indicadores. São eles: compromete-se em mudar um comportamento inadequado e cumpre; expressa claramente os seus próprios defeitos e manifesta necessidade de mudança; mostra serenidade, tranquilidade quando não consegue atingir um objetivo pretendido; quando não consegue o que se propõe, não perde a calma; em uma situação de conflito, manifesta que o que é importante é resolver o problema; em uma situação de trabalho pessoal se implica em realizá-lo.

A representação gráfica dos resultados é a seguinte:



Dados da pesquisa (2015).

Os resultados obtidos a partir das respostas dos questionários aplicados podem ser sintetizados da seguinte forma:

a- Quando indagados sobre o comprometimento em mudar um comportamento inadequado, 56% responderam que, ao comprometer-se com a mudança, efetivamente o fazem; 41% disseram que nem sempre realizam a mudança, mesmo se comprometendo; enquanto que 3% declararam que não modificam o comportamento, mesmo que o percebam inadequado.

b- Ao serem perguntados sobre os próprios defeitos, 62% afirmaram que reconhecem a existência deles e a importância de modificá-los; enquanto que 32% disseram que não acreditam ser necessário modificar seus próprios comportamentos; e 6% declararam que não têm clareza sobre os próprios defeitos.

c- Quando questionados sobre a capacidade de mostrar-se sereno e tranquilo ao não conseguir atingir um objetivo esperado, 28% responderam que agem com tranquilidade;

enquanto 50% afirmaram que nem sempre conseguem; e 22% declararam que costumam agir de maneira impulsiva.

d- Ao serem questionados sobre sua reação quando não conseguem o que se propõem, 37% responderam que conseguem manter a calma; 48% responderam que vez ou outra conseguem agir com tranquilidade; enquanto 15% afirmaram que não permanecem calmos.

e- Quando perguntados sobre seu posicionamento diante de uma situação de conflito, 80% responderam que o mais importante é resolver de forma adequada; 18% disseram que nem sempre se propõem em resolver da melhor forma; e 2% declararam que não resolvem da melhor maneira, mesmo sabendo da importância que isto implica.

f- Quando questionados sobre seu desempenho profissional, 88% disseram que o fazem da melhor maneira possível, enquanto 11% responderam que nem sempre se dão bem nas atividades desenvolvidas; e 1% afirmaram que não atuam de maneira satisfatória.

Considerando as respostas sobre um comportamento inadequado, obteve-se um total de 44% de pessoas que não possuem como meta o seu aprimoramento pessoal. Este dado torna-se ainda mais importante se levarmos também em consideração que 32% afirmaram que não acreditam ser necessário modificar seus defeitos.

No geral, podemos dizer que 97% dos graduandos conseguem identificar comportamentos próprios que não são adequados, entretanto, apenas 56% deles se empenham na mudança deste comportamento, atingindo o seu objetivo. É significativo o fato de que 41% das pessoas, apesar de identificarem um comportamento inadequado, não se comprometem em promover uma mudança pessoal. Se somarmos esses 41% aos 3% que sequer conseguem identificar, podemos perceber um comportamento com altíssima intolerância à frustração.

Tais dados revelam que as pessoas estão cada vez mais convictas de que o mundo precisa organizar-se a partir delas, o que chamamos de distorção egóica, característica encontrada em pessoas consideradas egoístas, uma vez que o comportamento egoísta é marcado por sentimentos de individualidade, fazendo com que a pessoa acredite que o mundo deve girar em seu redor.

De acordo com Galiza e Figueirêdo (2015, p. 30):

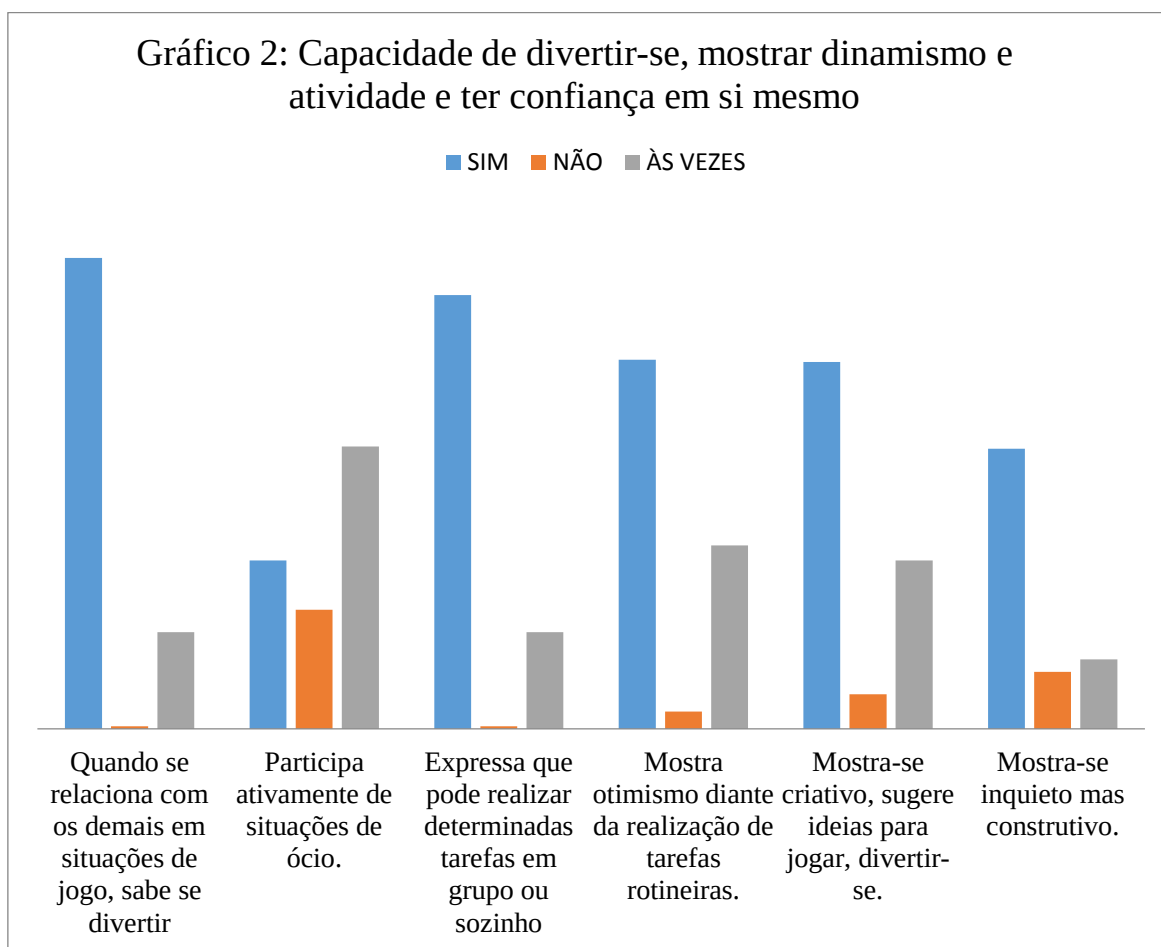
[...] não somos totalmente isentos do egoísmo. O pensar em si mesmo é parte integrante do ser humano, pensar em si mesmo faz parte da natureza humana, o que não é estruturante é a ausência de espírito de grupo, de cooperação, a consciência de que não se vive sozinho e isolado do mundo, das pessoas, da

natureza, pois somos seres de relação. Então, quando sentimos que estamos sendo egoístas, a ponto de prejudicar o outro, é importante refletir sobre os comportamentos e sentimentos que estão sendo emitidos e, sobretudo, primeiramente aceitar o que está acontecendo. Todas as emoções são naturais e é melhor reconhecê-las do que negá-las.

Nesses termos, não se trata de negar o sentimento de egoísmo em nossas vidas, mesmo porque, como já citado, o pensar em si mesmo faz parte do processo integrante do ser humano; significa que é preciso melhorar as habilidades para reconhecer quando um comportamento não for adequado, comprometendo-se de fato com a mudança.

O segundo bloco diz respeito às questões sobre a capacidade de divertir-se, mostrar dinamismo e atividade e ter confiança em si mesmo, e foram abordados considerando seis indicadores. São eles: quando se relaciona com os demais em situações de jogo, sabe se divertir; participa ativamente de situações de ócio; expressa que pode realizar determinadas tarefas em grupo ou sozinho; mostra otimismo diante da realização de tarefas rotineiras; mostra-se criativo, sugere ideias para jogar, divertir-se; mostra-se inquieto, mas construtivo.

A representação gráfica é a seguinte:



Dados da pesquisa (2015).

Os resultados obtidos a partir das respostas dos questionários aplicados podem ser visualizados da seguinte forma:

a- Ao serem indagados sobre sua relação com os demais em situação de jogos, 82% disseram conseguir se divertir; 17% afirmaram que não se entregam tanto; e 1% responderam que divertem-se de outra maneira.

b- Quando questionados sobre participações em situações de ócio, 30% disseram que o fazem frequentemente; 50% responderam que não costumam passar muito tempo sem estar fazendo algo útil; e 20% disseram que nunca vivem ociosos.

c- Ao serem perguntados sobre seu desempenho em desenvolver atividades em grupo ou sozinho, 80% afirmaram que não apresentam dificuldades em desenvolver determinadas tarefas; enquanto 18% responderam que possuem certa dificuldade em desenvolver determinadas tarefas, seja em grupo ou sozinho; enquanto 2% responderam que não exercem de maneira satisfatória determinadas tarefas.

d- Quando indagados sobre a capacidade de mostrar-se otimista diante da realização de atividades rotineiras, 65% responderam que costumam expressar quando fazem algo bem feito; 32% disseram que não costumam ser tão otimistas; enquanto 3% afirmaram que não o fazem com tanta facilidade.

e- Ao serem questionados sobre o envolvimento em jogos, sugerindo ideias para divertir-se, 64% disseram que dedicam-se à diversão; 30% afirmaram que não são muito bons com jogos; e 6% disseram que não costumam se divertir com situações que envolvam jogos.

f- Sobre mostrar-se inquietos mas construtivos, 69% afirmaram que se veem assim; 17% responderam que não são tão criativos; e 14% disseram que não possuem esse perfil.

Sobre a questão da disposição para participar de atividades, em grupo ou sozinho, atividades estas que possam envolver jogos e dinâmicas, temos o total de 80% que disseram possuir habilidades sociais necessárias para divertir-se em atividade que possam trazer um estado de felicidade.

Se direcionarmos o olhar para as habilidades sociais educativas, Bolsoni-Silva (2008) elencam como sendo as mais importantes para o contexto escolar a habilidade de comunicação (diz respeito à capacidade de conversar e fazer perguntas), de expressividade (envolve sentimentos, elogios e opiniões), de estabelecimento de limites (trata-se de lidar com críticas, admitir erros, pedir desculpas e estabelecer regras), e

habilidade de comunicação (trata-se da competência para resolver problemas interpessoais).

Nesses termos, é necessário desenvolver tais habilidades para que a participação em atividades que envolvam outras pessoas tragam resultados significativos.

Outro dado relevante a ser destacado é que 65% dos graduandos mostram-se otimistas na realização de atividades rotineiras, entretanto, 35% não costumam ser autoconfiantes, o que dificulta a execução das atividades, uma vez que a autoconfiança é um fator de grande importância para a superação de dificuldades.

Mostrar-se autoconfiante, significa dizer que a pessoa consegue lidar com o medo de maneira que este não venha prejudicar seu desempenho em atividades rotineiras, uma vez que para Gonsalves e Souza (2015, p. 51) “o medo faz com que a pessoa enxergue dificuldades possíveis e imaginárias, impedindo que a pessoa desempenhe bem suas atividades, criando ciclos negativos em torno de si”.

Sendo assim, mostrar autoconfiança implica dizer que a pessoa possui segurança em si, o que faz com que ela execute as atividades de maneira confortável, e lide com as dificuldades de maneira otimista.

De acordo com Freire (1997, p. 39):

Quando começamos a ser envolvidos por medos concretos, tais como o de perder um emprego, o de não ser promovido, sentimos a necessidade de estabelecer certos limites a nosso medo. Antes de tudo, reconhecemos que sentir medo é manifestação de que estamos vivos. Não tenho que esconder meus temores.

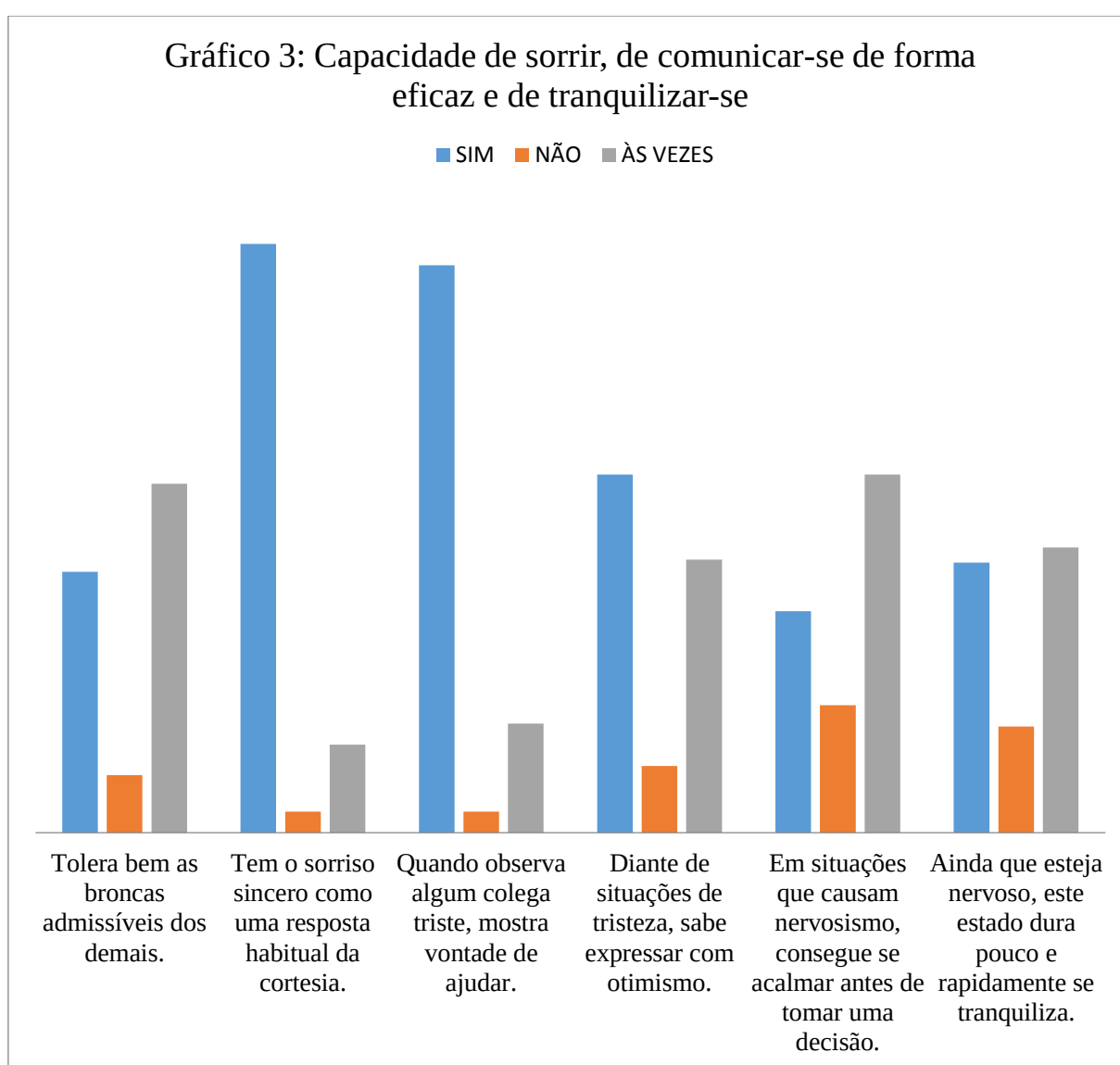
Neste sentido, é importante aceitarmos que as emoções fazem parte da natureza humana. Assim, não se trata de negar o medo, significa que é preciso entender os estímulos que estão desencadeando o medo, para passar a vivenciar determinadas situações de maneira agradável, promovendo bem-estar próprio.

Outro elemento que precisa ser destacado é sobre mostrar-se inquietos. Acerca deste dado, 69% afirmaram ser inquietos, o que indica uma forte ligação com comportamentos de ansiedade, reação consideravelmente normal quando nos deparamos com situações que podem provocar medo, dúvida ou expectativa. O sentimento de ansiedade pode permitir que a pessoa esteja atenta, sendo capaz de tomar medidas necessárias para vivenciar situações que possam ser prejudiciais. Porém, se não estiver preparada para lidar com a ansiedade de maneira adequada, permitindo que se torne uma preocupação exacerbada, qual pode gerar sintomas como tensão, medo ou pavor de que algo mal possa vir acontecer, evidenciando sintomas físicos, que poderá interferir nas

atividades no qual a pessoa costumava desenvolver com tranquilidade, podendo chegar a um transtorno (CARÍCIO; GONSALVES; MELO, 2015).

O terceiro bloco diz respeito à tolerância diante de críticas admissíveis dos demais; sorriso sincero como uma resposta habitual da cortesia; quando observa algum colega triste, mostra vontade de ajudar; diante de situações de tristeza, sabe expressar com otimismo; em situações que causam nervosismo, consegue se acalmar antes de tomar uma decisão; ainda que esteja nervoso, este estado dura pouco e rapidamente se tranquiliza.

A representação gráfica do terceiro bloco é a seguinte:



Dados da pesquisa (2015).

Os resultados obtidos a partir das respostas dos questionários aplicados podem ser visualizados da seguinte forma:

a- Quando questionados sobre sua reação no que diz respeito às críticas vindas dos demais, 39% afirmaram que sabem lidar de maneira positiva com a situação; 50% sabem que as críticas podem contribuir para nosso desenvolvimento, mas nem sempre sabem lidar muito bem com elas; e 11% não aceitam bem as críticas.

b- Ao serem indagados sobre a prática de sorrir sinceramente, 85% responderam que têm o sorriso como uma prática habitual; enquanto 12% afirmaram que não costumam sorrir com tanta frequência; e 3% responderam que possuem dificuldade em sorrir com tanta frequência.

c- Quando perguntados sobre a atitude de ajudar um amigo caso perceba que este está triste, 81% responderam que se mostram disponíveis caso algum amigo precise; 16% afirmaram que não é sempre que veem necessidade em ajudar; e 3% não identificam quando alguém precisa de ajuda.

d- Ao serem questionados sobre a habilidade de sair bem de situações que lhes deixem tristes, 51% disseram que procuram vivenciar de maneira positiva tais situações; enquanto 39% disseram que nem sempre conseguem ver o lado bom das situações tristes; e 10% disseram que não tem lado em momentos tristes.

e- Quando indagados sobre a capacidade de manter-se calmo e pensar antes de tomar uma decisão em situações de nervosismo, 31% responderam que fazem com tranquilidade; enquanto 51% afirmaram que apesar de tentar, nem sempre são bem sucedidos; e 18% afirmaram que é difícil pensar tranquilamente em situações de nervosismo.

f- Ao serem indagados sobre a possibilidade de saírem de um estado de nervosismo e tranquilizar-se em um curto período de tempo, 39% responderam que costumam se sair bem das situações de nervosismo; 41% não possuem tanta facilidade em tranquilizar-se diante de uma situação que gera nervosismo; e 20% não lidam bem com as situações que geram nervosismo.

Quando falamos na atitude de ajudar um amigo, 81% dos graduandos se mostraram disponíveis, comprometendo-se em utilizar de habilidades como condutas não verbais e verbais sinceras, adequando-as assim a um estado emocional, no intuito de vivenciá-lo de forma saudável; enquanto que 16% responderam que se mostram

disponíveis, porém, não com tanta frequência; e apenas 3% não conseguem identificar quando o outro precisa de ajuda.

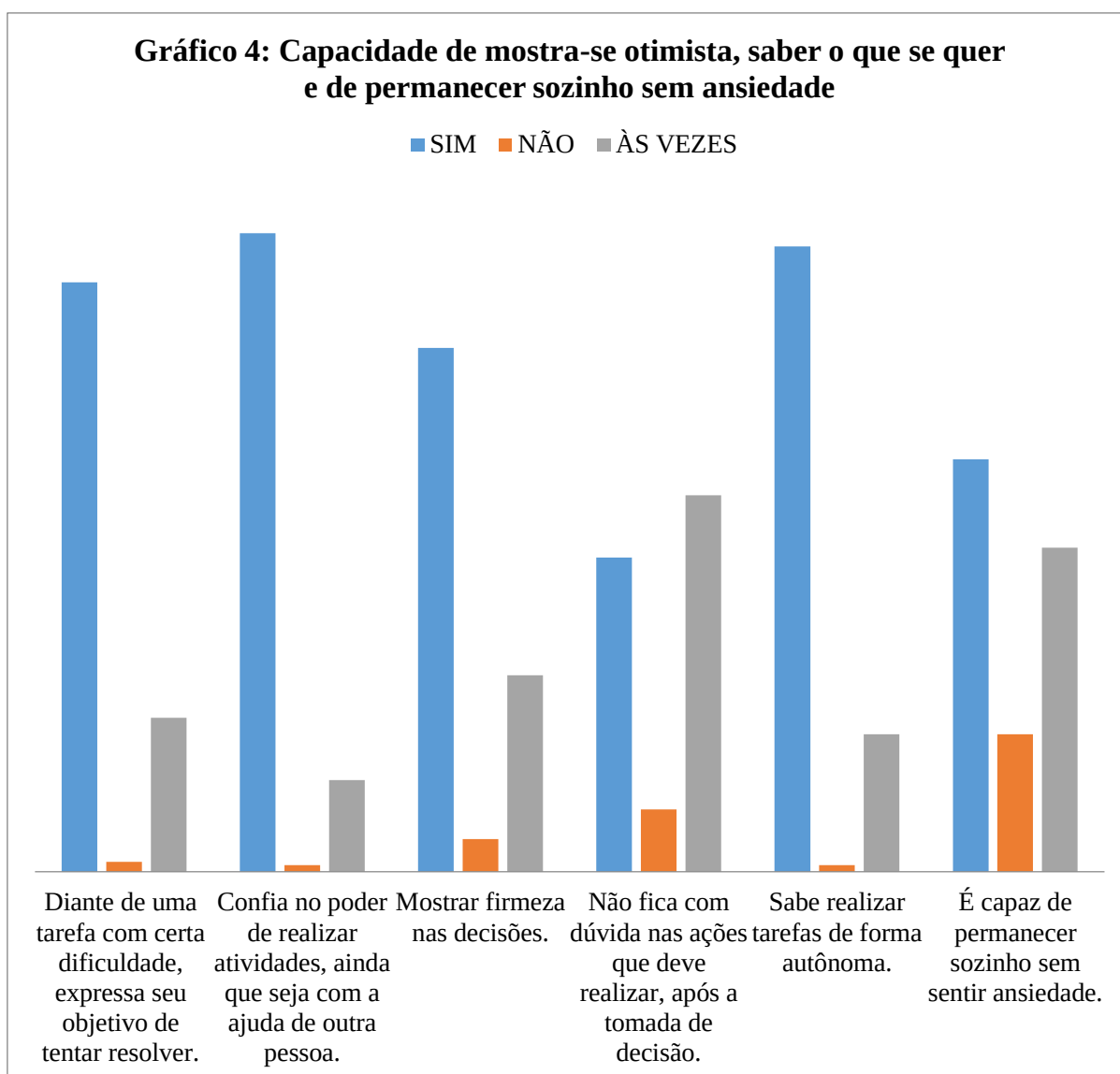
Esse dado é importante ao passo que nos ajuda a entender que 81% dos pedagogos em formação compreendem o estado emocional de outras pessoas. É importante ressaltar que não nascemos empáticos, é uma habilidade interpessoal que começa a ser desenvolvida desde a primeira infância. Por isso é indispensável não ignorar os sentimentos das crianças, isso pode bloquear a habilidade empática das mesmas, e reprimir os sentimentos pode causar uma insensibilidade ao que o outro sente.

Quando perguntados sobre a capacidade de sair bem de situações que lhe deixam tristes, 39% responderam que nem sempre conseguem ver o lado bom de situações tristes; 10% sequer enxergam um lado bom em momentos tristes; e 51% procuram vivenciar de forma saudável. A tristeza geralmente é vista como uma emoção negativa, porém é uma emoção natural decorrente de uma situação de perda ou decepção.

Para Gonsalves e Melo (2015, p. 36) a tristeza “é considerada também como sinônimo de pessimismo. Cognitivamente, se realiza avaliações negativas da realidade, só ver o lado ruim dos acontecimentos”. Ficar triste por alguns acontecimentos é normal, o que não é desejável e saudável é permanecer neste estado por um período de tempo muito prolongado.

O quarto bloco agrupado diz respeito a capacidade de mostrar-se otimista, saber o que se quer e de permanecer sozinho sem ansiedade, foram abordados considerando seis indicadores. Sendo eles: diante de uma tarefa com certa dificuldade, expressa seu objetivo de tentar resolver; confia no poder de realizar atividades, ainda que seja com a ajuda de outra pessoa; mostrar firmeza nas decisões; não fica com dúvida nas ações que deve realizar, após a tomada de decisão; sabe realizar tarefas de forma autônoma; é capaz de permanecer sozinho sem sentir ansiedade.

A representação gráfica é a seguinte:



Dados da pesquisa (2015).

Os resultados obtidos a partir das respostas dos questionários aplicados podem ser visualizados da seguinte forma:

- a- Ao serem questionados sobre seu empenho em resolver um problema com certo grau de dificuldade, 78% afirmaram que expressam seu objetivo de tentar resolver; 21% disseram que se comprometem, mas não é sempre; e 1% afirmaram que não executam bem atividades complexas.
- b- Quando questionados sobre a capacidade de autoconfiança para realizar atividades, mesmo que com a ajuda de outra pessoa, 86% disseram que confiam em seu potencial; enquanto 13% afirmaram que não se veem tão confiantes; e 1% responderam ter muita dificuldade com algumas atividades.
- c- Ao serem perguntados sobre mostrar-se firme em suas decisões, 70% afirmaram

que ao tomar uma decisão, permanecem firmes; 26% disseram que possuem dificuldade em manter uma decisão tomada; e 4% responderam que é comum voltar atrás em suas decisões.

d- Quando questionados sobre a possibilidade de ficar em dúvida logo após tomar uma decisão, 42% disseram que costumam pensar em voltar atrás; 50% disseram que nem sempre acontece; e 8% disseram que após tomar uma decisão, não voltam atrás.

e- Quando indagados sobre a desenvoltura para realizar atividades de forma autônomas, 81% responderam que o fazem com tranquilidade; 18% disseram que geralmente precisam de ajuda; e 1% afirmaram que não conseguem realizar atividades sozinhos.

f- Ao serem questionados sobre o fato de ficar sozinho sem ficar ansioso, 9% responderam que gostam de sua própria companhia; 38% disseram que algumas vezes preferem estar acompanhados; enquanto que 13% afirmaram não gostar de estar só.

No que diz respeito a mostrar-se firmes em suas decisões, obtivemos o total de 70% que afirmaram ser capazes de tomar decisões sem excessivas cautelas; enquanto 26% afirmaram ficar em dúvida após algumas tomadas de decisão; e 4% geralmente voltam atrás em suas decisões. Os dados apontados mostram que essas pessoas possuem autoconfiança o suficiente para firmar-se em algumas decisões.

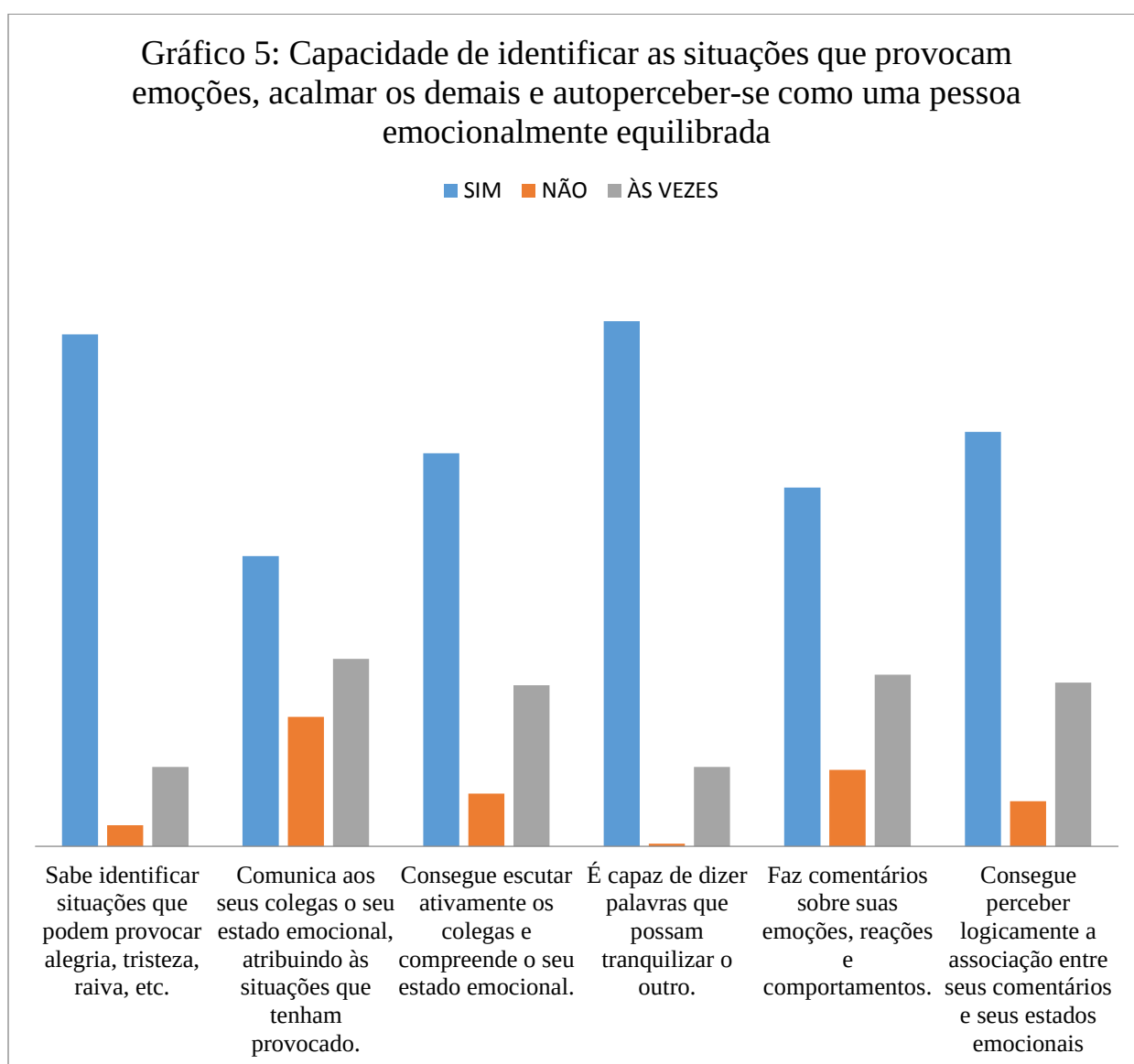
Ainda relacionado ao quarto bloco, no que diz respeito a permanecer sozinhos sem ficar ansiosos, 49% responderam que se sentem bem mesmo não estando na companhia de outras pessoas; enquanto que 38% disseram que valorizam momentos em que permanecem sozinhos, sem alterar seu estado emocional; e 13% afirmaram que não possuem essa habilidade e não sentem-se bem estando só. Podemos relacionar esses dados à emoção da ansiedade (diferente de sentimento), emoção esta que pode gerar ações protetoras, que de forma moderada podem ajudar-nos a manter o foco e enfrentar os desafios. No entanto, quando essa emoção é vivenciada de forma excessiva, pode causar danos a nossa saúde.

Quando nos deparamos com o total de 51% que possuem dificuldades em permanecer só, estando falando de pessoas que tendem a estar sempre ansiosas, que parecem estar sempre diante de uma nova preocupação, chegando a ver o mundo como uma ameaça. O fato de estar só é visto por essas pessoas como um perigo, medo,

sensação de solidão ou algo que não lhe causa bem-estar.

O quinto bloco agrupado diz respeito à capacidade de identificar as situações que provocam emoções, acalmar os demais e autoperceber-se como uma pessoa emocionalmente equilibrada, e foram abordados considerando seis indicadores. Sendo eles: sabe identificar situações que podem provocar alegria, tristeza, raiva, etc; comunica aos seus colegas o seu estado emocional, atribuindo às situações que tenham provocado; consegue escutar ativamente os colegas e compreende o seu estado emocional; é capaz de dizer palavras que possam tranquilizar o outro; faz comentários sobre suas emoções, reações e comportamentos; consegue perceber logicamente a associação entre seus comentários e seus estados emocionais.

A representação gráfica é a seguinte:



Dados da pesquisa (2015).

Os resultados obtidos a partir das respostas dos questionários aplicados podem ser visualizados da seguinte forma:

Ao serem perguntados sobre a habilidade de identificar situações que lhe provoquem alegria, tristeza, medo, entre outras emoções, 84% responderam que conseguem identificá-las com tranquilidade; enquanto que 13% afirmaram não saber ler muito bem essas situações; e 3% disseram que não conseguem ler suas emoções.

a- Ao serem questionados sobre a capacidade de informar ao outro o seu estado emocional, 48% disseram que o fazem com frequência; 31% afirmaram que não informa aos colegas seu estado emocional; e 21% não se mostram conscientes de seu próprio estado emocional.

b- Quando indagados sobre a desenvoltura para escutar os colegas e compreender seu estado emocional, 65% responderam que se empenham em compreender o que o outro sente; 26% afirmaram que mesmo se empenhando, não é sempre que entendem o que o outro está passando; e 9% responderam não ouvir o outro.

c- Ao serem questionados sobre a capacidade de dizer palavras para tranquilizar o outro, 86% disseram que o fazem de maneira significativa; 13% disseram que não conseguem tranquilizar o outro algumas vezes; 1% responderam que não se veem hábil para tranquilizar o outro de modo algum.

d- Quando perguntados sobre se mostrar hábil em fazer comentários sobre suas emoções e comportamento, 59% afirmaram que se esforçam para compreender o que sentem; 29% afirmaram se esforçar para ler suas emoções; e 12% responderam que quando conseguem ler suas emoções, não comentam sobre elas.

e- Ao passo que foram questionados sobre a capacidade de perceber ligação entre o que se diz e o que se sente, 67% afirmaram que o fazem; 7% responderam que não conseguem assimilar essa ligação com tanta facilidade; e 26% afirmaram não ter clareza de seus estados emocionais.

Quando questionados sobre a capacidade de identificar situações que provoquem emoções como a alegria, o medo, entre outras, se somarmos o total de 84% que disseram que conseguem identificar tais situações aos 13% que responderam que não é sempre, mas identificam, teremos o total de 97% que estão organizadas emocionalmente de maneira que conseguem identificar bem suas emoções e as situações que as desencadeiam.

Ao serem perguntados sobre a capacidade de ouvir os demais e compreender seu estado emocional, 81% afirmaram conseguir se colocar no lugar do outro sendo capazes de oferecer ajuda. Essa capacidade de colocar-se no lugar do outro está ligada à capacidade empática.

Como afirma Gonsalves; Figuêiredo e Pereira (2015, p. 101) “a empatia envolve a compreensão dos estados emocionais de outras pessoas. A capacidade de imaginar-se como outra pessoa é um sofisticado processo imaginativo”.

Neste contexto, a empatia pode ser vista como a capacidade de colocar-se no lugar do outro a ponto de sentir o que o outro sente. Tal capacidade mostra-se relevante uma vez que contribui para que as relações fluam de maneira agradável.

Outro dado importante a ser considerado é quanto à capacidade de perceber a ligação entre o que se diz e o que se sente, 74% disseram que identificam suas emoções. Ter consciência de suas próprias emoções e entender que elas podem ser gerenciadas é o objetivo último de todo projeto que envolva a educação emocional. Nesses termos, fica clara a importância da aprendizagem e do conhecimento acerca dos aspectos emocionais para a promoção da qualidade de vida.

3 PEDAGOGOS EM FORMAÇÃO E A CAPACIDADE DE SER RESILIENTE

Neste trabalho, a questão da resiliência é abordada considerando as seguintes capacidades:

3.1 Automotivação

Ser capaz de automotivar-se na realização de qualquer tarefa. Tal capacidade é manifestada mediante a expressão de frases que indiquem entusiasmo para superá-las.

O indicador é:

- ✓ Realiza tarefas habituais com bom grado, mesmo que elas não manifestem um interesse especial.

Automotivar-se na realização de qualquer atividade a ser desenvolvida é uma ferramenta indispensável para se ter um bom resultado. Contribui inclusive para que tais atividades sejam realizadas com bom grado.

3.2 Chegar a acordos razoáveis com colegas

Possui relação com a capacidade para dialogar com as demais pessoas em buscar de solução de conflitos.

Os indicadores são:

- ✓ Dialoga com colegas e chega a acordos.
- ✓ Aceita propostas diferentes das suas.

O diálogo é uma ferramenta imprescindível para as relações interpessoais. Ouvir que o outro tem a dizer não se trata de concordar com o que foi dito. Trata-se de mostrar ao outro que o que ele diz está sendo levado em conta. Tal capacidade permite que as relações fluam de maneira positiva.

3.3 Autorreforço e Valorização

É a capacidade de estimular a si mesmo, no intuito de melhorar sua autoestima. Esse estímulo pode ser feito através de frases de reconhecimento diante da execução de algo em que o resultado foi positivo.

Os indicadores são:

- ✓ Quando faz algo bem feito, consegue fazer comentários positivos sobre isso, de maneira razoável.
- ✓ Expressa alegria e satisfação associadas a algo bem feito.

Ser capaz de estimular a si mesmo é uma ferramenta importante para a autoestima. Saber expressar através de frases positivas seu bom desempenho contribui para que consigamos executar diversas atividades de maneira significativa.

3.4 Controlar os pensamentos

Trata-se de buscar um elevado nível de autoconhecimento emocional, do ponto de vista da saúde psicológica. É ser capaz de munir-se de pensamentos autodestrutivos, ter o hábito de mentalizar frases como: “isto não é de minha responsabilidade”, “não tenho por que me preocupar com isso”. Tais frases dirigidas a si mesmo evita ruminações cognitivas que levem a estados emocionais como ansiedade, tristeza, medo, dentre outros.

Os indicadores são:

- ✓ Quando tem um problema com alguém, facilmente consegue esquecer o que se passou, não guardando ressentimento.
- ✓ É capaz de dar instruções a si mesmo sobre comportamento, decisões, etc.

A capacidade de controlar seus pensamentos, evitar ruminações desnecessárias é importante para munir-se de estados emocionais negativos. Para isso, podemos nos apropriarmos de frases como “devo ficar tranquilo”, “isso não se faz importante para mim”. Tudo isso no intuito de evitar preocupar-se demais com coisas desnecessárias.

3.5 Não aceitar pedidos inadequados

Possui relação com a capacidade de mostrar-se assertivo diante de pedidos que não condizem com sua conduta. Trata-se da afetividade do ponto de vista emocional. Sendo assim, não se faz necessário explicar os motivos que levaram a dizer não. É ser consciente de que é um direito meu decidir o que quero ou não aceitar ou conceder.

Os indicadores são:

- ✓ É capaz de se negar a participar de atividades que tem consciência de que não trará benefícios éticos e emocionais para si.

- ✓ Diz não para alguém quando o que se pede é inaceitável.

Saber dizer não no momento adequado lhe faz uma pessoa melhor.

Assim, saberá lidar melhor com os confrontos da vida, com as tentativas de manipulação, além de chantagem emocional.

3.6 Defender-se de críticas injustas e aceitar críticas justas de maneira adequada

Trata-se de saber posicionar-se diante de críticas que não são adequadas. É você saber reconhecer também quando uma crítica não está sendo justa e ser capaz de defender-se destas.

Os indicadores são:

- ✓ Diante de um comentário negativo e injusto sobre si, é assertivo na sua própria defesa.
- ✓ Pede desculpas sinceramente por seu comportamento, se foi capaz de causar dano à outra pessoa, quer seja emocional, ético ou material.

Reconhecer quando uma crítica não é justa e posicionar-se diante disso é importante para que nos afirmemos enquanto pessoas que sabemos o que devemos ou não ouvir a nosso respeito. Tal capacidade ajuda inclusive a nos tornarmos pessoas assertivas.

3.7 Conhecer bem o comportamento das pessoas que convive

Possui relação com uma capacidade empática. É colocar-se no lugar do outro a fim de conhecer seu ponto de vista. Esta é uma capacidade que inclui diferentes outras, como valorizar opiniões e escutar ativamente.

Os indicadores são:

- ✓ Conhece as reações habituais de outras pessoas em determinadas situações.
- ✓ Consegue prever comportamentos de alguns colegas em determinadas situações.

Conhecer o comportamento do outro se faz importante para desenvolver a capacidade empática, uma vez que esta se trata de colocar-se no lugar do outro a ponto de sentir o que o outro sente. No entanto, é necessário conhecer para identificar-se, seja com pessoas ou situações.

3.8 Aprender a partir dos erros

Trata-se de pensar sobre as decisões que já foram tomadas, redirecionando seu caminho, analisando o que é melhor para si e não repetir atitudes que derivem prejuízos para si mesmo.

Os indicadores são:

- ✓ Modifica o seu comportamento se reconhece que fez mal a si ou a alguém.
- ✓ Pede desculpas se ofendeu um colega.

Tal capacidade se faz importante se considerarmos que ao extrair pontos positivos de situações de erro, podemos gerar mudanças nas atitudes. Como também, contribui para a convivência harmônica com os demais, tendo em vista que sempre que ocorrer um erro, poderá ocorrer a mudança de comportamento.

3.9 Ser realista

Diz respeito à capacidade de adaptar-se às diferentes situações vividas. Implica em ser uma pessoa consciente dos momentos dolorosos e das dificuldades da vida, afastando-se de ilusões. Acena também para o desfrute da realidade da forma em que ela se apresenta.

Os indicadores são:

- ✓ Consegue ajustar o seu comportamento a realidade.
- ✓ Não possui comportamentos fantasiosos.

Esta capacidade ajuda as pessoas no sentido de encarar as situações, mesmo que estas não sejam as mais agradáveis. Esta capacidade de adaptar-se às situações, geralmente com otimismo, contribui na formação de pessoas resilientes e capazes de alcançar seus objetivos de acordo com sua realidade.

3.10 Lidar com os medos

Diz respeito à capacidade de deparar-se com situações de medo, enfrentar e superá-las, sem reações que promovam mal estar.

Os indicadores são:

- ✓ Mostra-se tranquilo em situações que podem causar certo temor.

- ✓ Não apresenta reações de descontrole emocional devido temores específicos.

Esta capacidade de enfrentar situações que causam medo, e ter controle das reações emocionais, ajuda no agir da situação, sabendo assim enfrentá-las de forma que não se desestruture emocionalmente.

3.11 Saber estar em algum grupo ou equipe

Está ligada a capacidade de participação em atividades de equipes, seja ela cultural, desportiva ou lúdica. Auxilia o desenvolvimento de sentimentos de altruísmo, empatia, colaboração.

Além disso, diz respeito à capacidade empática, pois implica distinguir bem os estados emocionais e as situações que as produzem. Dessa forma, é possível que a pessoa identifique quando o outro está alegre, surpreso, triste, ansioso, decepcionado, dentre outros.

Os indicadores são:

- ✓ Não sente dificuldade de integrar-se a um grupo.
- ✓ Compreende os problemas e as opiniões das outras pessoas.

Saber estar em um grupo, sabendo que existem diversidades de opiniões, gênero, culturas, posicionamentos distintos e mesmo assim saber respeitar, escutar ativamente o outro e conseguir identificar seus estados emocionais é de grande importância para as relações humanas.

3.12 Ter criatividade

Trata-se da capacidade de germinar ideias e colocá-las em prática. Desenvolver a criatividade remete a elevados processos cognitivos que abarca a percepção da realidade. Direcionada ao campo das emoções, a mesma implica analisar, refletir e procurar soluções para uma melhor vivência emocional.

Como também envolve a capacidade de saber lidar com novas situações, evitar que se produza estresse exagerado, causando repercussões psicofisiológicas e mentais consequentes da mudança.

Os indicadores são:

- ✓ É capaz de colocar como meta uma mudança em termos de comportamento e cumpre.
- ✓ Expressa quais são seus defeitos e manifesta a necessidade de mudança.

Desenvolve a criatividade e possibilita procurar sempre formas de como viver melhor, sem fugir da realidade em que vive, adaptando-se às diferentes situações, procurando soluções para viver melhor emocionalmente.

3.13 Autoperceber-se segundo a perspectiva dos demais

Está relacionado com a capacidade para identificar a avaliação que os outros fazem sobre sua conduta.

Os indicadores são:

- ✓ Escuta os comentários que os demais fazem sobre os seus comportamentos.
- ✓ Conhece a concepção que outros têm de si.

Tal capacidade contribui para saber o que os outros valoram em você, assim podendo retribuir e manter comportamentos que acreditam ser positivos, ou enxergar condutas que podem ser reavaliadas. Pessoas que tem essa capacidade trabalham essa escuta ativa para rever suas condutas, usando isso como ferramentas para crescimento pessoal, profissional e social.

3.14 Responsabilizar-se por seus comportamentos

Trata-se da capacidade de admitir a responsabilidade pelos seus atos. Implica ser consciente de seus atos e conhecer os efeitos emocionais que nossos comportamentos podem causar nos demais.

Os indicadores são:

- ✓ É capaz de assumir sua responsabilidade quando seu comportamento não é adequado.
- ✓ Pede desculpas quando produz alguma ofensa.

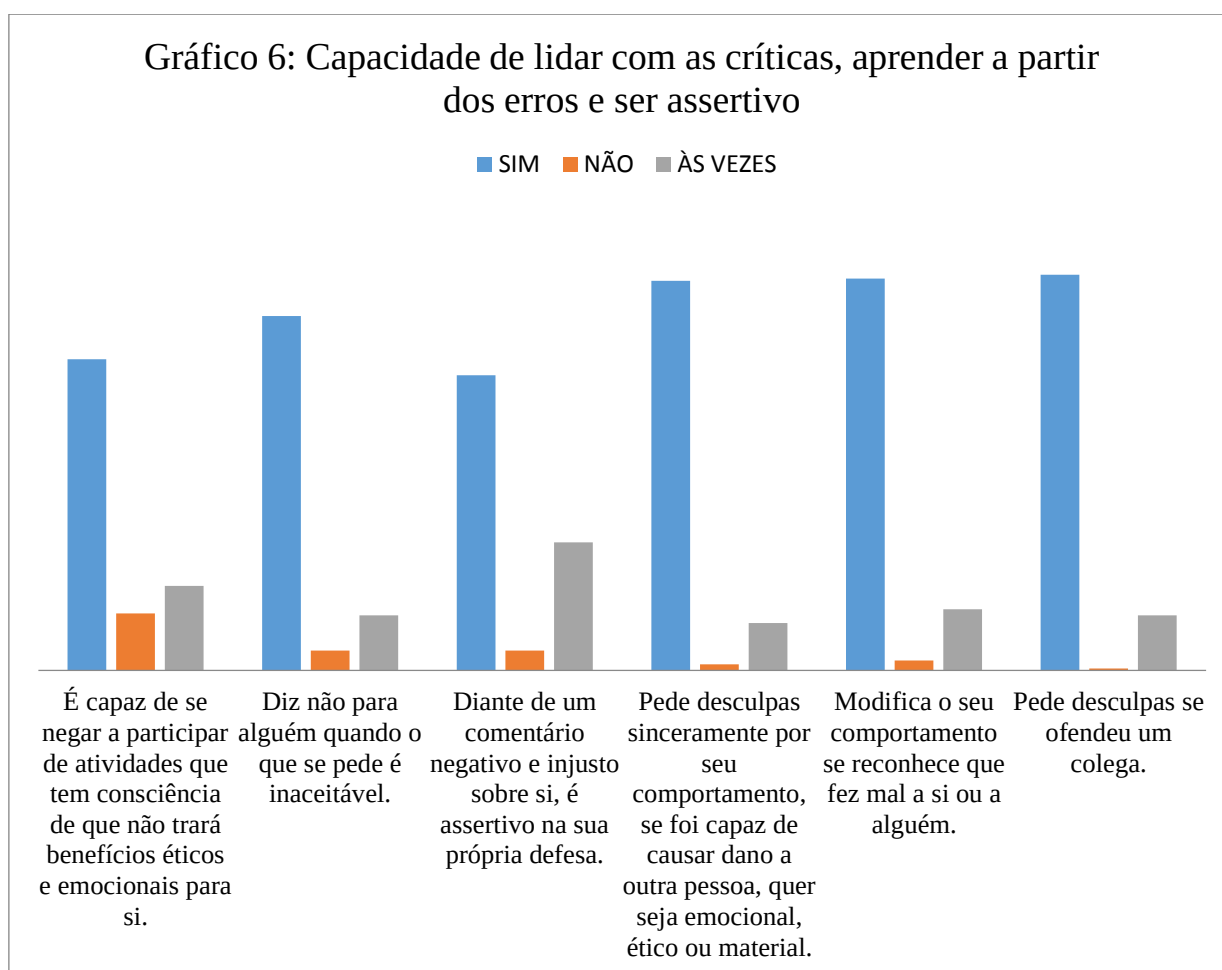
Tal capacidade contribui na construção de pessoas que se comprometem em responsabilizar-se por suas atitudes, sendo capaz de desculpar-se quando uma atitude não for adequada.

3.15 Análise dos dados II

Com base nos indicadores acima citados, apresentaremos a seguir os resultados obtidos com a pesquisa no que diz respeito à resiliência.

O sexto bloco agrupado diz respeito às questões de como saber lidar com as críticas, aprender a partir dos erros e ser assertivo, e foram abordados considerando seis indicadores: ser capaz de se negar a participar de atividades que tem consciência de que não trará benefícios éticos e emocionais para si; diz não para alguém quando o que se pede é inaceitável; diante de um comentário negativo e injusto sobre si, é assertivo na sua própria defesa; pede desculpas sinceramente por seu comportamento, se foi capaz de causar dano a outra pessoa, quer seja emocional, ético ou material; modifica o seu comportamento se reconhece que fez mal a si ou a alguém; pede desculpas se ofendeu um colega.

A representação gráfica é a seguinte:



Fonte: Dados da pesquisa (2015).

Com base nos dados coletados que se referem à capacidade de lidar com as críticas, aprender a partir dos erros e ser assertivo, destacamos o seguinte:

a- Quando questionados sobre a habilidade de negar-se a participar de algo que não lhe trará benefícios éticos e emocionais, 69% disseram que conseguem negar sem muitos problemas; 19% afirmaram que nem sempre dizem não, mesmo passando por cima de seus princípios éticos e emocionais; enquanto 12% disseram que costumam dizer sim, mesmo quando a resposta mais adequada é não.

b- Ao serem indagados sobre a possibilidade de dizer não a alguém quando o que lhe pedem é inaceitável, 79% responderam que o fazem, 13% disseram que mesmo sabendo que é o melhor a se fazer, nem sempre conseguem dizer não com facilidade, enquanto 5% afirmaram que não se mostram capazes de dizer não ao outro, mesmo que tenham que pagar por isso.

c- Quando perguntados sobre a capacidade de serem assertivos em sua própria defesa diante de comentários negativos e injustos, 66% afirmaram que o fazem com tranquilidade; 29% disseram que não são tão assertivos quanto deveriam ser; e 5% responderam que possuem dificuldade em dizer não.

d- Quando questionados sobre o empenho em pedir desculpas quando se comportam de maneira que venha prejudicar o outro, 87% responderam que percebem o erro e procuram consertá-lo; enquanto 11% afirmaram que nem sempre se preocupam em reparar seus erros; e 2% possuem dificuldade em identificar seus próprios erros.

e- Ao serem indagados sobre o comprometimento em modificar seu comportamento ao perceber que fez mal a si mesmo ou a alguém, 85% disseram que o faz; 13% afirmaram que nem sempre percebem um comportamento negativo; e 2% responderam que não têm clareza dos seus próprios comportamentos.

f- Quando indagados sobre a iniciativa de pedir desculpas quando ofende alguém, 87% responderam que o fazem; 12% afirmaram que sabem que é necessário se desculpar, mas nem sempre o fazem; enquanto 1% responderam que não sentem necessidade de pedir desculpas.

No que diz respeito à capacidade de agir de maneira assertiva, dizendo não para alguém quando o que lhe pede é inaceitável, tivemos o total de mais de 79% que são capazes de se negar a fazer algo quando considera que não é correto. Característica esta inerente ao ser humano.

Como afirma Cortella e Barros Filho (2014, p. 32) “assim, o que nos caracteriza é a possibilidade que a formiga, o gato e o pássaro não têm, isto é, a possibilidade de escolher a conduta. Inclusive, escolher errado. E escolher certo ou errado é justamente o campo da ética como princípio”.

Quando falamos na habilidade de mudar seu comportamento e pedir desculpa quando sente que ofendeu alguém, 87% afirmaram que refletem sobre seu comportamento, no intuito de não repetir ações que resultem em prejuízos para os demais; 11% nem sempre possuem clareza dos erros cometidos, impedindo assim uma atitude de mudança; e apenas 1% não identificam seus erros, fazendo com que pensem estar certos sempre.

Se somarmos os 87% que procuram sempre rever seus comportamentos modificando-os caso estes venham ofender o outro, aos 11% que também o fazem, mas não com a mesma frequência, podemos dizer que 98% dos pedagogos em formação na UFPB têm uma tendência empática, fazendo com que se coloquem no lugar do outro.

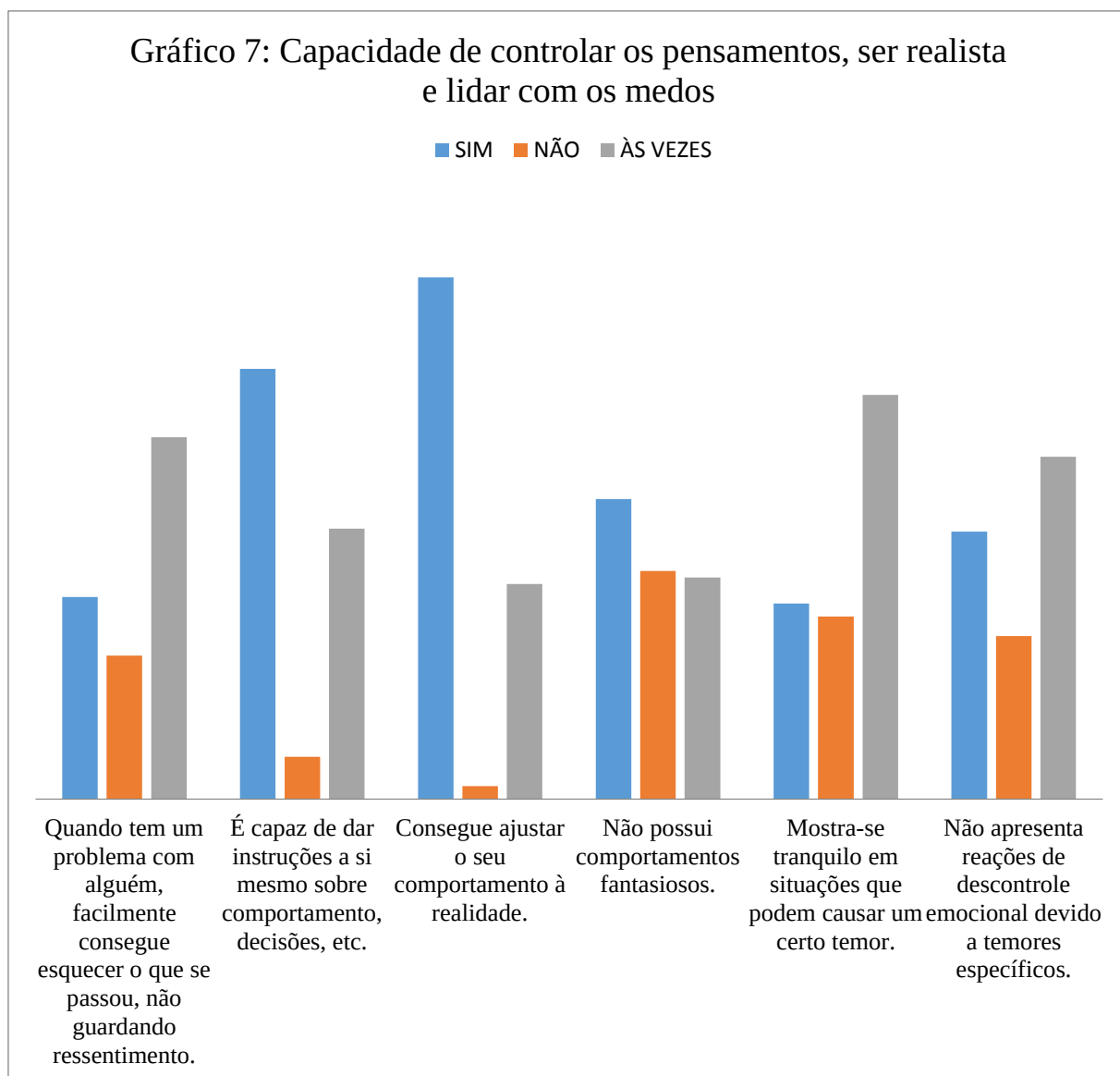
De acordo com Gonsalves, Figuêiredo e Pereira (2015, p. 101):

Sentir a emoção do outro, seja a alegria ou mesmo a dor, é algo que frequentemente ocorre conosco, em momentos como ao assistir a um filme. Por exemplo, quando nos alegramos com o encontro do casal ou lamentamos pelo sofrimento de alguém. Não apenas sentir o que o outro sente, mas o fato de compreender e respeitar já demonstra uma capacidade empática.

A pessoa que possui capacidade empática pode até não chegar a sentir o que o outro sente, no entanto, se mostra capaz de compreender e respeitar o outro em suas atitudes e comportamentos. Tal capacidade é indispensável para o favorecimento de relações mais harmoniosas. As pessoas com capacidade empática conseguem ler o comportamento do outro, seja este expressado de maneira verbal ou não verbal.

O sétimo bloco agrupado diz respeito às questões relacionadas com a capacidade de controlar os pensamentos, ser realista e lidar com os medos, e foram abordados considerando seis indicadores. Sendo eles: quando tem um problema com alguém, facilmente consegue esquecer o que se passou, não guardando ressentimento; é capaz de dar instruções a si mesmo sobre comportamento, decisões, etc; consegue ajustar o seu comportamento à realidade; não possui comportamentos fantasiosos; mostra-se tranquilo em situações que podem causar certo temor; não apresenta reações de descontrole emocional devido temores específicos.

A representação gráfica é a seguinte:



Fonte: Dados da pesquisa (2015).

Os resultados obtidos a partir das respostas dos questionários aplicados podem ser visualizados da seguinte forma:

a- Quando questionados sobre a capacidade de esquecer um problema do passado sem guardar ressentimentos, 28% responderam que conseguem; 53% afirmaram que desculpam, mas não esquecem tão facilmente; e 19% disseram que quando alguém faz algo que não lhe agrada, não esquece com facilidade.

b- Ao serem indagados sobre seus comportamentos e a capacidade de tomar atitudes para instruir a si mesmo, 58% disseram que o fazem; 36% afirmaram que nem sempre tomam decisões satisfatórias; e 6% não possuem conhecimento acerca de seus comportamentos.

c- Quando questionados sobre o empenho em mudar um comportamento adequando-o à realidade, 69% disseram que cumprem; 29% afirmaram que, mesmo se comprometendo, nem sempre conseguem cumprir; e 2% afirmaram que não o fazem.

d- Ao serem indagados sobre a o fato de não possuir comportamentos fantasiosos, 40% afirmaram que não possuem; 30% disseram que vez ou outra se pegam pensando algo que foge da realidade; enquanto 30% disseram que é comum pensar em coisas que talvez não venham acontecer.

e- Quando questionados sobre a capacidade de agir de maneira controlada em situações de temor, 24% disseram que procuram se tranquilizar; 52% afirmaram que não agem com tanta tranquilidade; e 24% afirmaram que é difícil agir de maneira controlada quando se tem medo de algo.

f- Ao serem questionados sobre a capacidade de não se descontrolar em situações de temores específicos, 35% disseram que não perdem o controle com facilidade, mesmo diante de algo que lhe cause temor; 44% afirmaram que algumas vezes perdem o controle; e 21% responderam que é comum descontrolar-se dependendo do estímulo.

No que diz respeito à capacidade de esquecer um problema do passado sem guardar ressentimento, 81% responderam que procuram não relembra problemas do passado, no entanto, apenas 28% o fazem frequentemente. Este dado se torna mais relevante se considerarmos que 19% afirmaram ter dificuldade em esquecer algo que não lhe agradou.

Quando questionados sobre a capacidade de manter o controle em situações que lhe causem temor, 79% afirmaram que conseguem controlar-se em determinadas situações, enquanto que apenas 21% afirmaram não serem capazes de se controlar em situações que lhes causem medo.

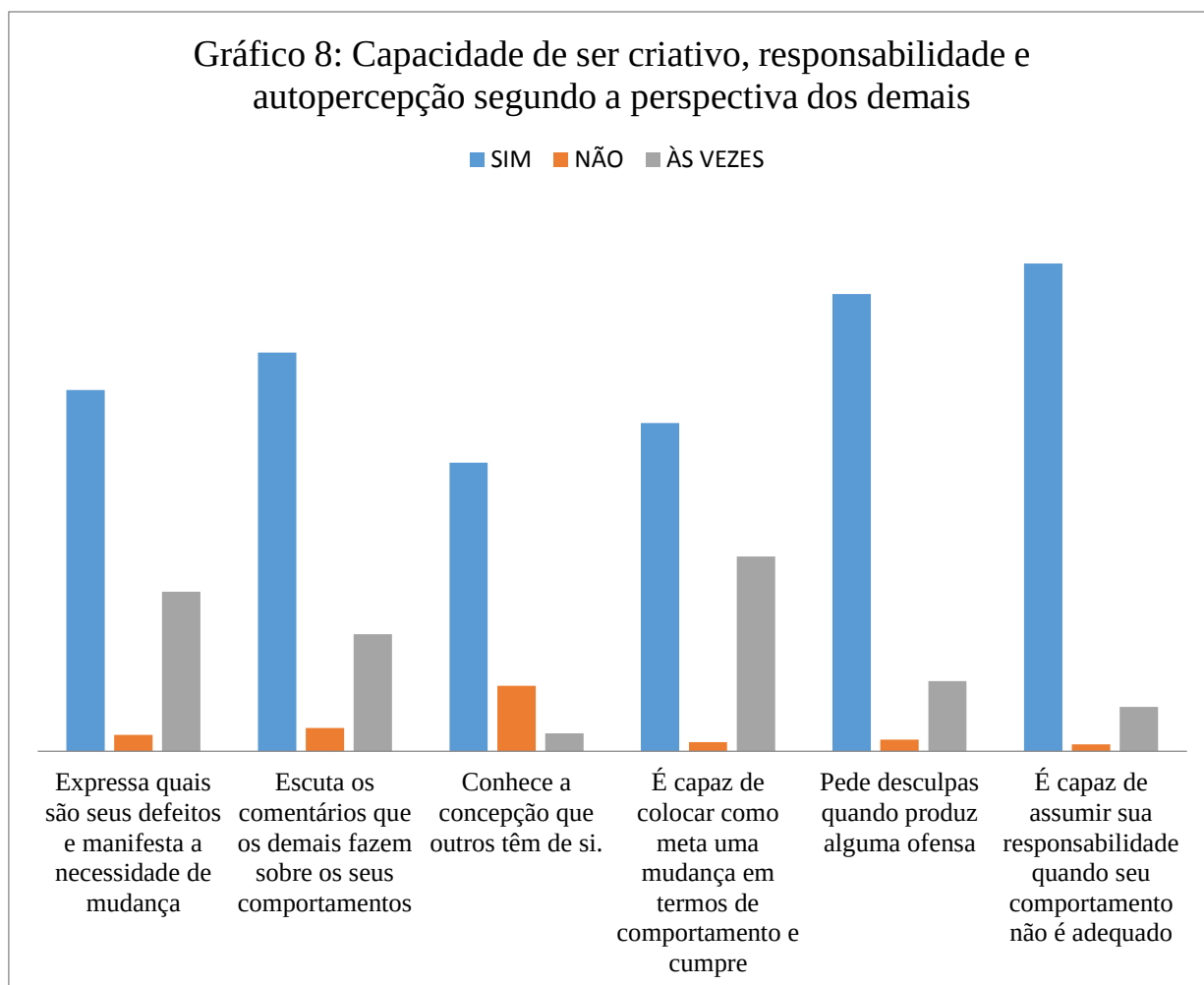
Segundo Gonsalves e Souza (2015, p. 53) “uma vez produzida à reação do organismo de proteção frente à ameaça deve identificar-se a origem do medo e avaliar o grau de vulnerabilidade que se tem, devendo adotar medidas objetivas para libertar-se”.

Nesse contexto, se faz importante saber identificar o que causa medo, podendo assim encontrar caminhos que lhe permita vivenciá-lo de maneira saudável.

O oitavo bloco agrupado respeito a criatividade, responsabilidade e autopercepção, segundo a perspectiva dos demais, e foram abordados considerando seis indicadores. Sendo eles: expressa quais são seus defeitos e manifesta a necessidade de mudança; escuta os comentários que os demais fazem sobre os seus comportamentos;

conhece a concepção que outros têm de si; é capaz de colocar como meta uma mudança em termos de comportamento e cumpre; pede desculpas quando produz alguma ofensa; é capaz de assumir sua responsabilidade quando seu comportamento não é adequado.

A representação gráfica é a seguinte:



Dados da pesquisa (2015).

Os resultados obtidos a partir das respostas dos questionários aplicados podem ser visualizados da seguinte forma:

a- Ao serem questionados sobre o comprometimento em reconhecer seus defeitos e reconhecer que precisa modificá-los, 67% afirmaram que ao se comprometerem, geralmente cumpre; 30% disseram que nem sempre conseguem modificar algo em suas atitudes; e 3% responderam que não percebem com clareza os seus defeitos.

b- Quando indagados sobre a capacidade de ouvir os comentários dos demais a seu respeito, 74% disseram que se prontificam a ouvir e mudar um comportamento caso o

veja como inadequado; 22% disseram que ouvem os outros e refletem sobre seus comportamentos, mas não é sempre; e 4% afirmaram não ouvir o que o outro pensa a seu respeito.

c- Quando perguntados sobre o conhecimento acerca do que o outro pensa a seu respeito, 53% responderam que procuram ouvir a opinião dos outros; enquanto que 34% afirmaram que vez ou outra se dedicam a ouvir o que o outro pensa de si; e 13% preferem não saber a opinião dos demais.

d- Ao serem perguntados sobre o comprometimento em mudar um comportamento, 61% disseram que o fazem; enquanto 36% afirmaram que nem sempre cumprem, mesmo sabendo da importância que está implicada; e 2% responderam que não cumprem de jeito nenhum.

e- Quando questionados sobre a atitude de pedir desculpas quando produz alguma ofensa, 85% disseram que sempre percebem que alguém foi ofendido, procura reparar o erro; 12% responderam que às vezes não percebem que ofendeu o outro; e 3% responderam não se desculpar.

f- Ao serem indagados sobre a capacidade de reconhecer que seu comportamento não foi adequado, 90% afirmaram que conhecem e procuram modificá-lo; enquanto que 9% responderam que muitas vezes não costumam reparar o erro; e 1% afirmaram que não reconhecem seus erros.

Ao serem perguntados sobre a capacidade de ouvir o que os demais têm a dizer a seu respeito, se somarmos 74% que disseram que costumam ouvir os demais aos 22% que afirmaram considerar os comentários dos outros a seu respeito, teremos o total de 96% que consideram o que as pessoas pensam sobre seus comportamentos e costumam ouvir o que o outro tem a dizer

Segundo Gonsalves (2015, p. 92):

Escutar o outro não significa dizer “eu entendo” ou “eu sei como você se sente”. Escutar o outro é validar o que o outro traz, é acolher sua posição, é aceitar o que a pessoa está dizendo, compreender e não necessariamente concordar. Escutar é uma atitude de respeito”.

Nesses termos, empenhar-se em ouvir o outro diz é acima de tudo fazer com que o outro sinta que o que ele diz está sendo considerando, tem importância.

No entanto, quando falamos em escutar não devemos nos restringir a palavras, uma vez que a comunicação não-verbal é outra forma de compreender o outro, e trata-se de aparências, expressões corporais e/ou faciais, envolve também o olhar, a postura, entonação.

Outro dado a ser considerado diz respeito ao ato de pedir desculpa quando produz alguma ofensa. Se consideramos 85% que responderam que o fazem, além de 12% que disseram que quase sempre reconhecem seus erros, teremos um número altíssimo de pessoas que são capazes de reconhecer que erraram e pedem desculpa.

Essa atitude de desculpar-se por algo que fez de errado possui ligação com o comportamento de ética.

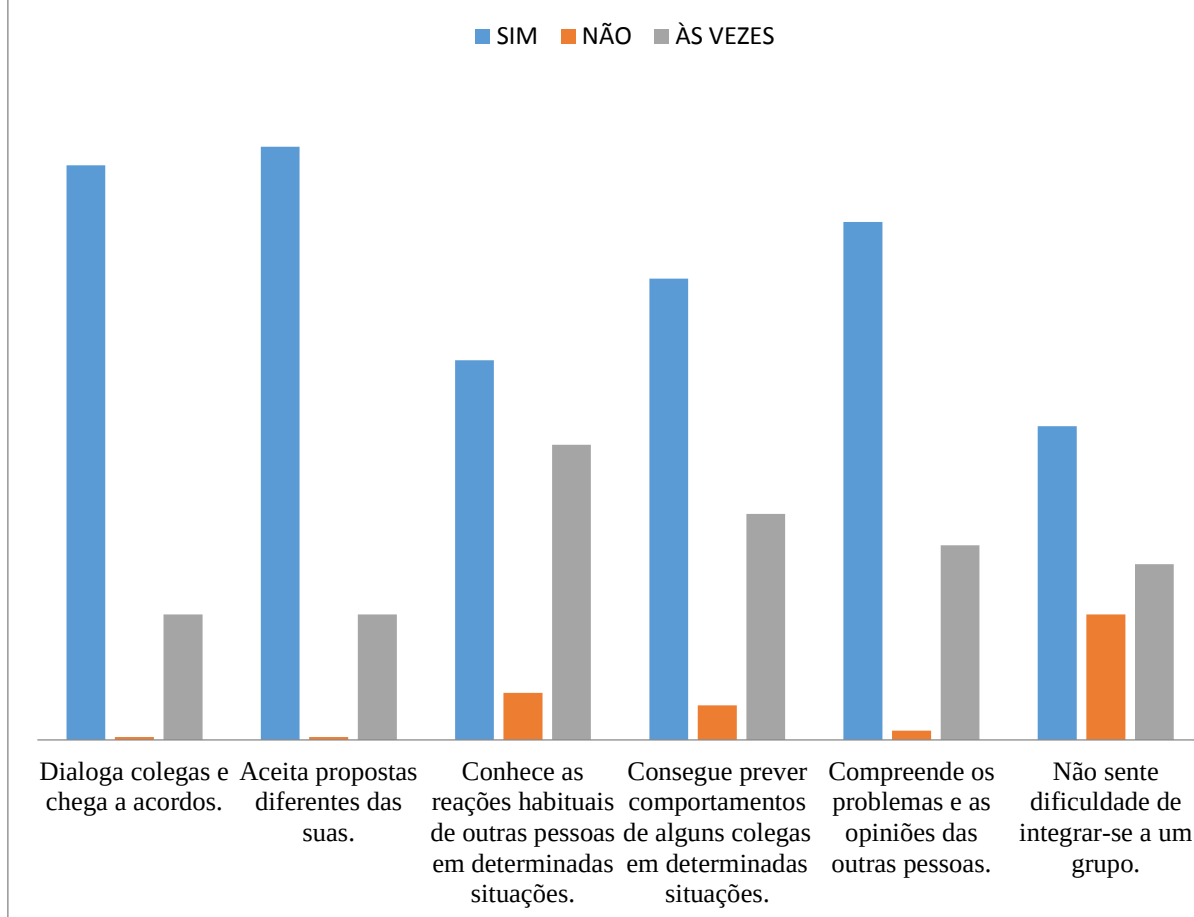
Como afirma Cortella e Barros Filho (2014, p.32) “a lógica do resultado, da meta e do sucesso acaba se impondo de tal forma que os procedimentos e a maneira de atingitr um objetivo acabam sendo sucateados e colocados como uma questão menor.”

Assim, é necessário direcionar nossas atitudes para o caminho da ética, uma vez que esta encontra-se no campo da prática, para não deixar que a lógica do resultado e do sucesso, como já citados anteriormente, atropelem a necessidade de se ter uma sociedade pautada na ética.

O nono bloco agrupado diz respeito a capacidade de chegar a acordos razoáveis com colegas, conhecer bem o comportamento das pessoas que convive e saber estar em algum grupo ou equipe, e foram abordados considerando seis indicadores. Sendo eles: dialoga colegas e chega a acordos; aceita propostas diferentes das suas; conhece as reações habituais de outras pessoas em determinadas situações; compreende os problemas e as opiniões das outras pessoas; não sente dificuldade de integrar-se a um grupo.

A representação gráfica é a seguinte:

Gráfico 9: Capacidade de chegar a acordos razoáveis com colegas, conhecer bem o comportamento das pessoas que convive e saber estar em algum grupo ou equipe



Dados da pesquisa (2015).

Os resultados obtidos a partir das respostas dos questionários aplicados podem ser visualizados da seguinte forma:

a- Quando questionados sobre a capacidade de conversar com o outro no intuito de chegar a um acordo, 80% afirmaram que são bons em ouvir o outro até entrarem em um consenso, enquanto que 18% responderam que o acordo nem sempre acontece; e 1% responderam que não são bons de conversa.

b- Ao serem questionados sobre a disponibilidade de aceitar propostas diferentes da sua, 82% responderam que o fazem com bom grado; 17% afirmaram que não é sempre que estão abertos a opiniões diferentes; e 1% responderam que não o fazem.

c- Quando indagados sobre a habilidade de reconhecer as reações habituais das pessoas em determinadas situações, 52% responderam que se empenham em perceber as

reações dos demais, 41% afirmaram não se comprometem; e 7% disseram que não o fazem.

d- Quando indagados sobre a capacidade de prever os comportamentos de alguns colegas em determinadas situações, 64% responderam que o fazem; 31% afirmaram que nem sempre conseguem prever o comportamento do outro; e 5% responderam que não é possível.

e- Ao serem indagados sobre o ato de se empenhar em compreender os problemas e opiniões das outras pessoas, 72% responderam que se esforçam para isso; enquanto que 27% disseram que tentam, mas nem sempre conseguem; e 1% afirmaram que não o fazem.

f- Quando questionados sobre o empenho em integra-se a um grupo, 50% responderam que não sentem dificuldade; 32% afirmaram que nem sempre é fácil interagir com os demais; e 18% afirmaram não se sair muito bem em grupos.

No que diz respeito a habilidade de reconhecer as reações habituais das pessoas em algumas situações, 52% dos entrevistados afirmaram que se empenham em perceber essas reações, enquanto que 41% não se empenham sempre e apenas 7% disseram que não fazem. Diante desses dados, podemos perceber a importância das relações humanas, 48% dos entrevistados, não se comprometem em conhecer as reações cotidianas dos demais. Os 52% dos entrevistados mostraram que sabem escutar ativamente, valorizar opiniões, prever reações e observar sua linguagem. Estamos falando em capacidade empática, de reconhecer o próximo e suas emoções, sendo capaz de compreender seu ponto de vista, sem julgamentos.

Quando foram perguntados sobre o ato de compreender os problemas e opiniões do próximo, 72% afirmaram que se esforçam para isso, enquanto 27% tentam, e 1% não fazem. Essa informação possui relação com a empatia, emoção foi citada anteriormente. Ser empático é você por um momento deixar seu “eu” de lado, e pensar no próximo, entrar em seu mundo para compreendê-lo e assim poder ajudar.

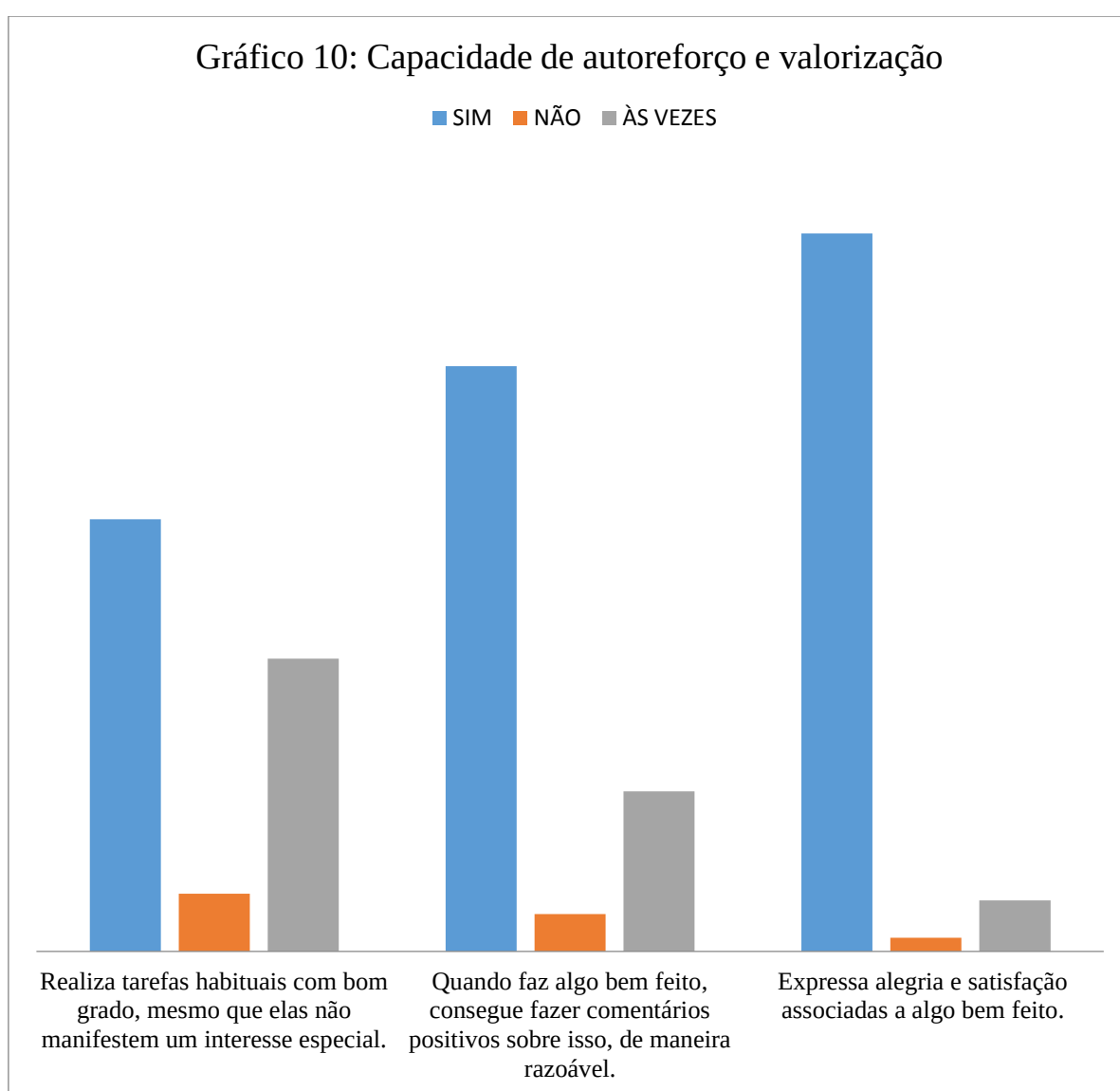
Segundo Gonsalves; Figueiredo E Pereira (2015 p. 104):

Esse tipo de compreensão difere daquela que nós, com frequência, recorremos ao dizermos ao outro que compreendemos seu problema, que sabemos o que o levou a agir de determinada maneira. Esta seria uma compreensão do senso-comum, o que para Rogers (1987) consiste naquelas compreensões que normalmente damos e recebemos, que julga do exterior. Mas quando a pessoa que ouve, compreende sem querer analisar ou julgar, proporciona o crescimento e o desabrochar do outro.

Esse processo é evolutivo e contínuo. Quanto mais nos colocarmos no lugar do outro, mais sentimos o outro, compreendemos mais o cuidado desse processo enquanto relação com o próximo e a importância para uma relação harmoniosa.

O décimo bloco agrupado diz respeito a capacidade de autoreforço e valorização, e foram abordados considerando três indicadores. Sendo eles: realiza tarefas habituais com bom grado, mesmo que elas não manifestem um interesse especial; quando faz algo bem feito, consegue fazer comentários positivos sobre isso, de maneira razoável; expressa alegria e satisfação associadas a algo bem feito.

A representação gráfica é a seguinte:



Dados da pesquisa (2015).

Os resultados obtidos a partir das respostas dos questionários aplicados podem ser visualizados da seguinte forma:

a- Quando questionados sobre a habilidade em realizar tarefas habituais de maneira satisfatória, mesmo que estas não apresentem um interesse específico, 55% responderam que o fazem com bom grado; enquanto 37% afirmaram que mesmo se empenhando, nem sempre conseguem um bom resultado; e 7% disseram que não se empenha em atividades que não lhes despertem interesse. Ao serem questionados sobre a capacidade de reconhecer que fez algo bem feito; 75% disseram que o fazem; enquanto 20% afirmaram que se esforçam para isso algumas vezes; 5% que não sentem necessidade em comentar.

b- Quando perguntados sobre a capacidade de alegrar-se com a execução de algo de maneira positiva, 92% responderam que é comum alegrar-se por algo que conseguiu fazer; 6% afirmaram que se comprometem em realizar as atividades de maneira satisfatória, mas não expressam alegria nisso; e 2% disseram não alegrar-se, mesmo tendo conseguido realizar o que se pretendia.

No que diz respeito à capacidade de alegrar-se por algo executado de maneira positiva, 92% responderam que se alegram quando o que fez teve resultados significativos; 6% disseram que mesmo atingindo o resultado esperado, nem sempre se alegram com isso; e 2% não alegram-se. Essa capacidade de valorizar, reconhecer que foi capaz e cumpriu de maneira satisfatória alguma meta, constitui um importante elemento de melhoria da estima, como também a superação de estados depressivos. Nesses termos, podemos afirmar que 92% dos graduandos do Curso de Pedagogia possuem a habilidade de autorreforço e valorização.

4 CONSIDERAÇÕES FINAIS

Esta pesquisa se propôs, como objetivo geral, verificar se os alunos do Curso de Pedagogia, da Universidade Federal da Paraíba, Campus I, são emocionalmente saudáveis, bem como reconhecer a relevância da Educação Emocional para a formação do pedagogo, tendo como pressupostos que os fatores emocionais funcionam como estímulos indispensáveis para o desenvolvimento cognitivo, e portanto, para o desenvolvimento de práticas pedagógicas eficazes.

A pesquisa foi realizada com os alunos do Curso de Pedagogia, matriculados nos três turnos e o instrumento utilizado foi o questionário fechado em anexo, criado com base em características necessárias para o perfil de uma pessoa emocionalmente saudável, propostas por Gonsalves (2014). O questionário possui cinquenta e sete questões, todas fechadas e foi aplicado para 230 (duzentos e trinta) alunos.

A análise quantitativa e qualitativa permitiu a classificação de duas grandes categorias interpretativas – a fluidez e a resiliência – através das quais pode-se agrupar um conjunto de indicadores.

No exame sobre o eixo da fluidez, discutiu-se tolerância às frustrações, conhecimento sobre si mesmo e identificação do que é importante em cada situação; capacidade de divertir-se, mostrar dinamismo e atividade e ter confiança em si mesmo; capacidade de sorrir, de comunicar-se de forma eficaz e de tranquilizar-se; capacidade de mostrar-se otimista, saber o que se quer e de permanecer sozinho sem ansiedade; capacidade de identificar as situações que provocam emoções, acalmar os demais e autoperceber-se como uma pessoa emocionalmente equilibrada.

Um dado expressivo encontrado diz respeito à tolerância às frustrações, conhecimento sobre si mesmo e identificação do que é importante em cada situação. Dos sujeitos da pesquisa, 32% não acreditam ser necessário modificar seus comportamentos. Este é um índice muito alto que revela uma resistência à mudança e a uma postura de inflexibilidade diante do que faz ou acredita e também uma rigidez, o que dificulta as relações entre as pessoas, comprometendo inclusive a execução de trabalhos colaborativos, já que uma pessoa que não considera necessário mudar a si mesma dificulta o seu próprio processo de aprendizagem, que se dá de forma social.

Apesar do registro de que para 50% as críticas podem contribuir no seu desenvolvimento, também é afirmado que não conseguem lidar muito bem com elas. Nesses termos, há de se aprofundar teoricamente a relação entre aceitação de críticas e mudança efetiva de comportamento, assim como os desdobramentos para a prática do pedagogo.

Cumprе destacar também que 50% dos sujeitos não conseguem estar despreocupados, tendo em mente sempre a necessidade de fazer algo útil. Se aliarmos isso ao dado de que 20% nunca dedicam um tempo ao ócio, enquanto que 69% afirmam se sentir inquietos, podemos indicar uma tendência à ansiedade, mal que assola cada vez mais as sociedades contemporâneas. Consideramos relevante a necessidade de aprofundamento da temática, e inclusive inferimos desde já que a possibilidade do nível de ansiedade estar alto prejudica novos aprendizados dos pedagogos em formação. A ansiedade quando contida, pode nos ajudar a manter o foco, o que contribui para que enfrentemos os desafios com mais tranquilidade. Entretanto, se o nível de ansiedade é exacerbado, irá interferir na forma como algumas atividades são executadas, podendo assim trazer resultados que não sejam satisfatórios. Isto porque quase tudo passa a ser percebido como ameaça ou perigo. (GONSALVES; CARNEIRO; MELO, 2015). Isto significa que é fundamental que esta questão – o conhecimento e o trato da ansiedade - seja incorporada como elemento na formação inicial.

Quanto à capacidade de identificar as situações que provocam emoções, acalmar os demais e autoperceber-se como uma pessoa emocionalmente equilibrada, 97% afirmaram que conseguem identificar situações que geram emoções de tristeza, alegria e medo, além do que 81% disseram conseguir se colocar no lugar do outro, sendo capazes de oferecer ajuda. Tais dados nos mostram um elevado grau de capacidade empática, uma vez que a empatia possui relação com a capacidade de compreender os estados emocionais de outras pessoas e imaginar-se como ela.

Constatada uma rigidez, uma tendência alta de ansiedade e uma capacidade empática desenvolvida, é importante destacar também que a fluidez também está relacionada com a capacidade de ficar em um estado de alegria, de organizar-se para que a felicidade faça parte de sua vida constantemente (CSIKSZENTMIHALYI, 1997), capacidade que está muito comprometida pela presença da ansiedade, faz com que a pessoa veja ameaça em situações que na verdade, são inofensivas, o que gera com

frequência muitos conflitos no trabalho. É importante que os profissionais que fazem a escola estejam preparados para mediar os conflitos que surgem em seu cotidiano e não que criem os problemas.

Quando se tratou do eixo da resiliência, refletiu-se sobre a capacidade de lidar com as críticas, aprender a partir dos erros e ser assertivo; ser capaz de controlar os pensamentos, ser realista e lidar com os medos; criatividade, responsabilidade e autopercepção segundo a perspectiva dos demais; capacidade de chegar a acordos razoáveis com colegas, conhecer bem o comportamento das pessoas que convive e saber estar em algum grupo ou equipe; capacidade de autorreforço e valorização.

Um dado extremamente relevante diz respeito à capacidade de controlar os pensamentos, ser realista e lidar com os medos. Dos sujeitos da pesquisa, 65% afirmam que não sabem lidar com situações de temores específicos. O medo é uma reação que se tem ao sentir que está em uma situação de perigo. Ao entrar em contato com algo que não conhecemos ou que achamos que pode nos trazer algum risco, nosso corpo entra em um estado de alerta. O medo é uma emoção importantíssima para a sobrevivência humana, uma vez que nos permite perceber o que pode ser ameaçador. No entanto, o professor não pode se tornar refém do medo, o que poderá atrapalhar o desenvolvimento de seu trabalho na escola, uma vez que esta encontra-se cada vez mais como palco de relações interpessoais que têm como pano de fundo a violência. O medo vivenciado de forma desadaptativa tende a gerar uma série de problemas na vida escolar, que vão desde o enfrentamento de situações de violência, o imobilismo e a luta desmedida contra a situação.

O medo possui algumas facetas que aparecem constantemente no cotidiano escolar. Uma delas é o pessimismo, que funciona fazendo com que o indivíduo acabe criando pensamentos negativos sobre o que não existe, o que acarretará em prejuízos para o processo educacional. Isto pode ocorrer tanto da parte do aluno, ao não querer se envolver em novos projetos por achar que isto poderá lhe prejudicar de alguma forma, ou até mesmo da parte do professor, impedindo que este percorra novos caminhos, por medo do desconhecido. O medo pode surgir também como o desejo de lutar para defender-se de algo que para a pessoa, pareça ameaçador. Isto explica o fato muitas vezes os alunos serem rotulados de agressivos, quando na verdade eles sentem que estão em perigo e têm medo. Considerando que o índice de 65% corresponde a um nível altíssimo, sugere-se

que a formação inicial inclua esta questão como uma competência a ser trabalhada ao longo do curso.

Outro dado importante diz respeito à capacidade de chegar a acordos razoáveis com colegas, conhecer bem o comportamento das pessoas que convive e saber estar em algum grupo ou equipe. Quanto a isso, 80% afirmaram possuir facilidade em ouvir o outro e chegar a acordos razoáveis. Porém, a capacidade de escuta, aliada à dificuldade de aceitação de crítica, pode representar uma autoimagem distorcida ou mesmo uma capacidade que as pessoas afirmam ter sem, de fato, mobilizá-las no seu cotidiano. Considera-se que a capacidade de mediação de conflitos e de dialogar sejam objeto de maiores investigações, como também que sejam incorporados como componentes curriculares da formação inicial do pedagogo.

O presente estudo destaca também a capacidade de autorreforço e valorização. Dos sujeitos da pesquisa 92% afirmam alegrar-se ao fazer algo de maneira satisfatória. A alegria trata-se de um dos estados emocionais mais destacáveis, por ser expressa através de sorrisos, brilho no olhar, arrepio na pele, entre outras características. A alegria não está ligada ao sucesso, poder ou fama mas existe em relação com um sentimento de contentamento, de satisfação, prazer, de felicidade por aquilo que faz. Esta é uma questão importante porque, apesar do alto índice encontrado sobre a capacidade de alegrar-se, ao lado do medo e da ansiedade, a emoção da alegria não se perpetua ao longo do tempo, impedindo até mesmo que se transforme em um estado de ânimo.

E para finalizar, encerramos nas palavras de Bisquerra (2013,p.12):

Medo, ansiedade e estresse constituem um grupo de emoções que afetam muitas pessoas e são uma das principais causas de mal estar. Aprender a tomar consciência destas emoções para regulá-las de forma apropriada pode contribuir para prevenir transtornos emocionais e potencializar o bem-estar.

Este também é um desafio a ser enfrentado para uma formação inicial comprometida com uma educação de qualidade.

REFERÊNCIAS

- BISQUERRA, R. **Educación emocional y bienestar**. Barcelona: Praxis, 2000.
- BOLSONI-SILVA, A. T. **Práticas educativas: manejo comportamental e comportamentos pró-sociais**. In CAPELLINI, Vera Lúcia Messias Fialho (org). **Práticas em educação especial e inclusiva na área de deficiência mental**. Bauru: UNESP/FC, 2008.
- CASASSUS, J. **Fundamentos da Educação Emocional**. Brasília: Liber, 2009.
- CSIKSZENTMIHALYI, F. **Uma Psicologia de la felicidad**. Barcelona: Kairos, 1997.
- CORTELLA, M. S; FILHO, C. B. **Ética e vergonha na cara**: Papirus 7 Mares, 2014.
- FARIAS, M. S. **Projeto Político Pedagógico**- Licenciatura em Pedagogia (UFPB). João Pessoa, 2008.
- FREIRE, P. **Professora sim, tia não**: cartas a quem ousa ensinar. São Paulo: Editora Olho d'Água, 1997.
- GALIZA, C. J. R. B; FIGUÊIREDO, J. P. A. **EGOÍSMO**: não quero dividir com ninguém, tudo é meu, somente meu. In: GONSALVES, E. P; LIMA, F.A. Curitiba: EDITORA CRV, 2015.
- GONSALVES, E. P. **Educação e Emoções**. São Paulo: Editora Alínea, 2014.
- GONSALVES, E. P; LIMA, F. A. **O Livro das Emoções: uma abordagem neurofisiológica, comportamental e educativa dos estados emocionais**. Curitiba: Editora CRV, 2015.
- GONSALVES, E. P. **Conversa sobre iniciação a pesquisa científica**. São Paulo, Alínea, 2011.
- GONSALVES, E. P; MELO, A, L, L. **ANSIEDADE**: um estado constante de preocupação. In: GONSALVES, E.P; LIMA, F.A. Curitiba: EDITORA CRV, 2015.
- GONSAVES, E. P; SOUZA, A, R.O. **SEM TER MEDO DA PRÓPRIA SOMBRA**. In: GONSALVES, E.P; LIMA, F.A. Curitiba: EDITORA CRV, 2015.
- GONSALVES, E. P; MELO, A. L. L. **TRISTEZA**: a emoção da perda. In: GONSALVES, E.P; LIMA, F.A. Curitiba: EDITORA CRV, 2015
- GONSALVES, E. P; FIGUÊIREDO, J. P; PEREIRA, F. R. T. **EMPATIA**: a arte de se colocar no lugar do outro. In: GONSALVES, E.P; LIMA, F.A. Curitiba: EDITORA CRV, 2015
- MINAYO, M. C. S. **O DESAFIO DO CONHECIMENTO**: pesquisa qualitativa em saúde. São Paulo- Rio de Janeiro: HUCITEC- ABRASCO, 1999.

PÉREZ, G. **Inteligencia Emocional en Educacion**. Barcelona: Sinieses, 2015.

PERES, V. L. A; MARTINS, L. R. R. **A produção subjetiva da violência nas escolas:** indicador de sentido para avaliação e desenvolvimento de política educacional. Rev. psicopedag. vol. 29. São Paulo, 2012. Disponível em:
<http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S010384862012000300006>

VÁLLES, A; VÁLLES, C. **Las habilidades sociales e la escuela**. Madrid: EOS, 1998.

VÁLLES, A. **Programa de Educação Emocional**. Madrid: EOS, 2011.

TRIVIÑOS, A. N. S. **Introdução à Pesquisa em Ciências Sociais:** a Pesquisa Qualitativa em Educação. São Paulo: Editora Atlas S.A, 1990.

APÊNDICES

APÊNDICE I

QUESTIONÁRIO – NÍVEL OPERACIONAL (PRODUÇÃO)

UNIVERSIDADE FEDERAL DA PARAÍBA
CENTRO DE EDUCAÇÃO
GRUPO DE PESQUISA EM EDUCAÇÃO E EMOCIONALIDADE

Olá!

Este questionário traz como objetivo identificar quais as emoções que estão presentes e que motivam os estudantes, que compõe o curso de Licenciatura Plena em Pedagogia, da Universidade Federal da Paraíba, Campus I.

Desde já, agradecemos a sua colaboração.

Identificação:

Sexo: () Feminino () Masculino

Faixa etária: () até 19 () 20 – 30 () 30 – 40 () mais de 40

Questionário

Assinale a alternativa mais adequada para você:

S – Sim

N – Não

AV – Às Vezes

	Indicadores	S	N	AV
1	Compromete-se em mudar um comportamento inadequado e cumpre.			
2	Expressa claramente os seus próprios defeitos e manifesta necessidade de mudança.			
3	Sabe identificar situações que podem provocar alegria, tristeza, raiva, etc.			
4	Realiza tarefas habituais com bom grado, mesmo que elas não manifestem um interesse especial.			
5	Mostra serenidade, tranquilidade quando não consegue atingir um objetivo pretendido.			
6	Quando não consegue o que se propõe, não perde a calma.			
7	Dialoga colegas e chega a acordos.			
8	Aceita propostas diferentes das suas.			
9	Comunica aos seus colegas o seu estado emocional, atribuindo às situações que tenham provocado.			
10	Em uma situação de conflito, manifesta que o importante é resolver o problema de forma adequada.			
11	Em uma situação de trabalho pessoal se implica em realiza-lo da melhor forma possível.			
12	Quando faz algo bem feito, consegue fazer comentários positivos sobre isso, de maneira razoável.			
13	Expressa alegria e satisfação associadas a algo bem feito.			

38	Consegue ajustar o seu comportamento à realidade.			
39	Não possui comportamentos fantasiosos.			
40	Consegue escutar ativamente os colegas e compreende o seu estado emocional.			
41	É capaz de dizer palavras que possam tranquilizar o outro.			
42	Mostrar firmeza nas decisões.			
43	Não fica com dúvida nas ações que deve realizar, após a tomada de decisão.			
44	Mostra-se tranquilo em situações que podem causar um certo temor.			
45	Não apresenta reações de descontrole emocional devido a temores específicos.			
46	Sabe realizar tarefas de forma autônoma.			
47	É capaz de permanecer sozinho sem sentir ansiedade			
48	Compreende os problemas e as opiniões das outras pessoas.			
49	Não sente dificuldade de integrar-se a um grupo.			
50	É capaz de colocar como meta uma mudança em termos de comportamento e cumpre.			
51	Expressa quais são seus defeitos e manifesta a necessidade de mudança.			
52	Escuta os comentários que os demais fazem sobre os seus comportamentos.			
53	Conhece a concepção que outros têm de si.			
54	Faz comentários sobre suas emoções, reações e comportamentos.			
55	Consegue perceber logicamente a associação entre seus comentários e seus estados emocionais			
56	Pede desculpas quando produz alguma ofensa.			
57	É capaz de assumir sua responsabilidade quando seu comportamento não é adequado.			