



**INSTITUTO SUPERIOR DE CIÊNCIAS DE EDUCAÇÃO DA HUÍLA**  
**ISCED-HUÍLA**

**Importância da percepção da Inteligência Emocional no  
rendimento escolar dos alunos da 6ª classe do  
Complexo escolar privado “ O Pirilampo”**

**Autoras:** Cecília Claret Isidro

Velácia de Ligória Penehafo

**LUBANGO**

**2021**



**INSTITUTO SUPERIOR DE CIÊNCIAS DE EDUCAÇÃO DA HUÍLA**  
**ISCED-HUÍLA**

**Importância da percepção da Inteligência Emocional no  
rendimento escolar dos alunos da 6ª classe do  
Complexo escolar privado “ O Pirilampo”**

Trabalho de fim de Curso, apresentado para a  
obtenção do Grau de Licenciado no Ensino de  
Psicologia.

**Autoras:** Cecília Claret Isidro

Velácia de Ligória Penehafo

**Tutora:** Júlia Mendes Chipa, MSc.

**LUBANGO**

**2021**



# INSTITUTO SUPERIOR DE CIÊNCIAS DE EDUCAÇÃO DA HUÍLA

## ISCED-HUÍLA

### DECLARAÇÃO DE AUTORIA DO TRABALHO DE LICENCIATURA

Tenho consciência que a cópia ou plágio, além de poderem gerar responsabilidade civil, criminal e disciplinar, bem como reprovação ou retirada do grau, constituem uma grave violação da ética académica.

Nesta base, eu Cecília Claret Isidro estudante finalista do Instituto Superior de Ciências da Educação da Huíla (ISCED-HUÍLA) do curso de Psicologia do Departamento de Ciências da Educação, declaro por minha honra ter elaborado este trabalho só e somente com o auxílio da bibliografia que tive acesso e dos conhecimentos adquiridos durante a minha carreira estudantil e profissional.

Lubango, 22 de junho de 2021

A Autora

---

Cecília Claret Isidro



# INSTITUTO SUPERIOR DE CIÊNCIAS DE EDUCAÇÃO DA HUÍLA

## ISCED-HUÍLA

### DECLARAÇÃO DE AUTORIA DO TRABALHO DE LICENCIATURA

Tenho consciência que a cópia ou plágio, além de poderem gerar responsabilidade civil, criminal e disciplinar, bem como reprovação ou retirada do grau, constituem uma grave violação da ética académica.

Nesta base, eu Velácia de Ligória Penehafo estudante finalista do Instituto Superior de Ciências da Educação da Huíla (ISCED-HUÍLA) do curso de Psicologia do Departamento de Ciências da Educação, declaro por minha honra ter elaborado este trabalho só e somente com o auxílio da bibliografia que tive acesso e dos conhecimentos adquiridos durante a minha carreira estudantil e profissional.

Lubango, 22 de Junho de 2021

A Autora

---

Velácia de Ligória Penehafo

## **DEDICATÓRIA**

À Deus nosso Senhor, nosso baluarte e fortaleza, aos nossos pais e familiares, à nossa querida tutora MSc. Júlia Mendes, à sociedade angolana em geral, à todos que sem pouparem esforços trabalham em defesa da ciência e do saber psicológico, em particular os professores, introduzindo em nossas veias, o sangue do conhecimento, o respeito e a valorização pela ciência, aos amigos e bem feitores, em particular ao delegado Monteiro, que nos incentivou a não desistirmos.

À esta fábrica da ciência, ISCED-HUILA.

## **AGRADECIMENTOS**

À Deus Pai, pelo dom da vida e por nos ter concedido saúde, paciência, força e coragem durante os anos de formação e durante a etapa de concepção deste trabalho;

Aos nossos pais pelo carinho, conselhos, apoio quer moral, material e espiritual;

À todos nossos colegas pelo apoio moral;

Ao Departamento de Ciências da Educação, em particular, à Secção de Psicologia do ISCED-Huíla;

À tutora, MSc, Júlia Mendes Chipa, por sua disponibilidade em alinhar as arestas que prescreveram este trabalho, com seu tempo, saberes, críticas construtivas.

Ao Complexo Escolar Privado “O Pirilampo” por ter aceitado e permitido o desenvolvimento deste trabalho aos alunos afetos a ele.

A todos, **muito obrigada**.

## **RESUMO**

A gestão de emoções é nos dias de hoje uma habilidade a cultivar para melhoria dos relacionamentos intra e interpessoal. Estudos revelam que nas distintas áreas ou domínios sociais, torna-se imperioso adoptar comportamentos que reflectam inteligência emocional para melhor contornar o estresse que a carga laboral, académica ou dos relacionamentos interpessoais do mundo globalizado e imediatista vem desencadeando aos seres humanos. A importância da percepção da IE nos círculos académicos, constitui-se quesito imprescindível no rendimento escolar dos alunos e estudantes. É a partir desta constatação que se levou a cabo esta investigação subordinada ao tema “A Importância da percepção da Inteligência Emocional no rendimento escolar dos alunos da 6ª Classe do Complexo Escolar Privado “O Pirlampo”. Constitui como objectivo geral: Explorar as percepções dos alunos da 6ª classe do Complexo Escolar Privado " O Pirlampo" em torno da Inteligência Emocional (IE) e sua importância no rendimento escolar. O campo de acção foi delimitado no âmbito da Psicologia da Educação e da Psicologia clínica. A investigação foi fundamentada por uma análise documental, entrevista e observação participativa. Deste modo a referida investigação tem como base o modelo das capacidades de Mayer e Salovey. Para a referida investigação a população será composta pelos alunos do ensino primário do complexo escolar privado “O Pirlampo” e a amostra será por conveniência composta por 8 alunos do ensino primário. O presente trabalho apresenta importância teórica e prática. Do ponto de vista teórico, consiste na sistematização das teorias existentes sobre o problema levantado. Do ponto de vista prático contribui como um instrumento de consulta para os alunos ou outras pessoas interessadas na matéria em torno da inteligência emocional bem como a sua aplicação no dia- a- dia.

**Palavras-chave:** Inteligência Emocional, rendimento escolar.

**Área de Investigação:** Psicologia Educacional e Clínica.

## ABSTRACT

Emotion management is nowadays a skill to cultivate to improve intra and interpersonal relationships. Studies show that in different areas or social domains, it is imperative to adopt behaviors that reflect emotional intelligence to better overcome the stress that the workload, academic or interpersonal relationships in the globalized and immediate world has been triggering on human beings. The importance of the perception of EI in academic circles is an essential item in the academic performance of students and students. It is from this observation that this investigation was carried out under the theme "The Importance of the perception of Emotional Intelligence in the school performance of students in the 6th grade of the Private School Complex "O Pirlampo". Its general objective is: To explore the perceptions of 6th grade students from the Private School Complex "O Pirlampo" around Emotional Intelligence (EI) and its importance in school performance. The field of action was defined within the scope of Educational Psychology and Clinical Psychology. The investigation was based on a document analysis, interview and participatory observation. Thus, this investigation is based on the Mayer and Salovey capacity model. For this investigation, the population will be composed of primary school students from the private school complex "O Pirlampo" and the sample will be composed by convenience of 8 primary school students. The present work presents theoretical and practical importance. From a theoretical point of view, it consists in the systematization of existing theories about the problem raised. From a practical point of view, it contributes as a consultation tool for students or other people interested in the subject around emotional intelligence as well as its application in everyday life.

Keywords: Emotional Intelligence, school performance.

Research Area: Educational and Clinical Psychology.



## ÍNDICE GERAL

DECLARAÇÃO DE AUTORIA.....	I
DEDICATÓRIA.....	II
AGRADECIMENTOS.....	III
RESUMO.....	IV
ABSTRACT.....	V
Índice de tabelas e siglas.....	
INTRODUÇÃO.....	
Introdução .....	2
CAPÍTULO - FUNDAMENTAÇÃO TEÓRICA DA INVESTIGAÇÃO.....	
1. Fundamentação teórica.....	6
1.1. Conceitos fundamentais de Inteligência Emocional e rendimento escolar 6	
1.2. Breve Historial da Inteligência Emocional .....	8
1.3. Importância da Inteligência Emocional no Rendimento Escolar.....	10
1.4. Bases Biológicas da Inteligência Emocional .....	11
1.5. Caracterização da Inteligência Emocional (IE).....	12
1.5.1. Domínios da Inteligência emocional (IE).....	12
1.5.2. Factores ou fontes da Inteligência emocional .....	14
1.5.3. Competências da Inteligência emocional .....	21
1.6. Principais modelos teóricos sobre a Inteligência Emocional .....	22
1.6.1. Modelo de Goleman.....	22
1.6.2. Modelo de Bar-On ou Modelo das capacidades .....	23
1.6.3. Modelo de Mayer e Salovey.....	24
1.7. Estratégias de Inteligência Emocional.....	24

1.7.1. O Papel do professor .....	24
1.7.2. O Papel da família .....	26
CAPÍTULO II: FUNDAMENTAÇÃO METODOLÓGICA.....	28
2. Fundamentação Metodológica .....	29
2.1. Preliminares da Investigação .....	29
2.2. Objectivos da investigação.....	29
2.2.1. Objectivo geral .....	30
2.2.2. Objectivos específicos .....	30
2.3. Método .....	30
2.3.1.Design de investigação .....	30
2.4. Participantes .....	31
2.4.1. Tabela 1. Caracterização dos participantes ao género, idades e nível académico.....	32
2.4.2. População .....	<b>Erro! Marcador não definido.</b>
2.4.3. Amostra.....	31
2.4.3.1. Caracterização do complexo escolar privado “O Pirlampo” .....	<b>Erro! Marcador não definido.</b>
2.5. Instrumento e técnicas de colecta de dados .....	33
2.6. Procedimentos .....	34
3. Resultados.....	34
3.1. Categoria I – Inteligência emocional .....	34
3.2 Categoria II - Dimensões da Inteligência Emocional.....	35
3.3 Categoria III – Inteligência emocional e rendimento escolar .....	36
3.4 Categoria IV - Estratégias .....	38
3.5. Discussão dos resultados .....	39
CONCLUSÕES E SUGESTÕES.....	6
4. Conclusões.....	44

4.1.Limitações.....	45
4.2.Recomendações futuras.....	<b>Erro! Marcador não definido.</b>
Referências Bibliográficas .....	47
ANEXOS E APÊNDICES .....	44

## **Índice de tabelas**

Tabela 1. Caracterização dos participantes ao género, idade e nível académico.....	30
Tabela 2. Dados referentes a categoria I - Inteligência Emocional.....	34
Tabela 3. Dados referentes a categoria II – Dimensões da IE.....	35
Tabela 4. Dados referentes a categoria III – IE e rendimento escolar.....	36
Tabela 5. Dados referentes a categoria IV – Estratégias.....	38

## **Lista de Siglas e abreviaturas**

IE= Inteligência Emocional

CE = Compreensão Emocional

IES = Inteligência Emocional-Social

IS = Inteligência Social

TCCI =Terapia Comportamental Cognitiva Individual

TCCG = Terapia Comportamental Cognitiva em Grupo

APA = Associação dos Psicólogos Americanos

DSM = Manual de Diagnóstico e Estatístico de Transtornos Mentais. Do inglês  
Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders

DCE = Departamento de Ciência da Educação

ISCED-Huila = Instituto Superior de Ciências da Educação da Huila

## INTRODUÇÃO

## **Introdução**

A compreensão emocional é a habilidade sociocognitiva de reconhecer as emoções, compreender as respostas às emoções dos outros e das situações emocionais, abrangendo uma série de habilidades e compreensões relacionadas com a emoção, como a compreensão da relação entre emoções e outros estados mentais, conhecimento de estratégias de regulação das emoções e compreensão de respostas emocionais ambivalentes (Santos N. N., 2018).

O conceito de Inteligência Emocional surgiu em 1990, proposto pelos pesquisadores Peter Salovey e John Mayer. No entanto, tornou-se conhecido mundialmente após a publicação do livro Inteligência Emocional, em 1995, por Daniel Goleman (Roberts, 2002).

(Mayer P. S., O que é Inteligência Emocional, 1997), a inteligência emocional implica a habilidade para perceber e valorizar com exactidão a emoção; a habilidade para acessar e ou gerar sentimentos quando esses facilitam o pensamento; a habilidade para compreender a emoção e o conhecimento emocional, e a habilidade para regular as emoções que promovem o crescimento emocional e intelectual.

A IE é um conceito “emergente” nos círculos educativos, sua abordagem vem galvanizar a percepção dos factores distintos que culminam em proficiência educativa e profissional, bem como, em desaires na vida pessoal ou social. A compreensão das próprias emoções e das dos outros é elemento facilitador de êxitos laborais e de bom rendimento escolar. (Torres M. B., O impacto da Inteligência Emocional no resultado do trabalho, 2014).

Segundo (Robbins, 2005) as emoções afectam o desempenho no trabalho, na escola, na família, em especial as emoções negativas que podem prejudicar o desempenho do profissional. Por isso as organizações procuram eliminá-las do ambiente de trabalho.

O autor assegura que a capacidade de administrar eficazmente as emoções pode ser decisiva para o sucesso.

Ainda Segundo (Mayer P. S., 1997) as emoções são eventos internos que coordenam os nossos subsistemas psicológicos, incluindo as nossas respostas fisiológicas, as nossas cognições e a nossa consciência, que surgem normalmente em resposta a mudanças nas relações entre as pessoas.

Já (Boeck, 1998) afirma que existem numerosas provas psicológicas que comprovam que pensar e sentir, isto é, o cérebro racional, formam um todo inseparável. Estes autores compreendem que para se pensar sobre as coisas e conseguir interpretá-las, é necessário não só de uma inteligência emocional racional e planificadora, é imperioso o mundo das emoções.

É assim que (Geher, 1996) sustenta que aqueles que são bons em ligar-se aos pensamentos e aos sentimentos dos outros (inteligentes emocionalmente) têm maior probabilidade de “ouvir” as implicações emocionais dos seus próprios pensamentos, tal como entender os sentimentos dos outros.

O conceito de inteligência emocional para (Goleman, Inteligência Emocional, 1999) define-se como a “capacidade de reconhecer os nossos sentimentos e os dos outros, de nos motivarmos e de gerirmos bem as emoções em nós e nas nossas relações”.

No contexto em que se insere o presente trabalho, procurou-se aludir a importância da inteligência emocional no rendimento escolar dos alunos afectos ao Complexo Escolar Privado “O Pirlampo”, visando explorar a percepção destes, sobre esta importante ferramenta de sucesso académico.

Do anteriormente exposto, formula-se no presente trabalho o seguinte problema científico: Qual é a importância da percepção da Inteligência Emocional no rendimento escolar dos alunos da 6ª classe do Complexo Escolar Privado “O Pirlampo”?

Objecto de estudo: Importância da percepção da Inteligência Emocional no rendimento escolar dos alunos da 6ª classe do Complexo escolar privado “O Pirlampo.”

Constitui como objectivo geral: Explorar as percepções dos alunos da 6ª classe do Complexo Escolar Privado “O Pirlampo” em torno da Inteligência Emocional (IE) e sua importância no rendimento escolar.

Objectivos específicos: a) Descrever a percepção dos alunos sobre a Inteligência Emocional; b) Identificar o papel da IE no rendimento escolar dos alunos da 6ª classe do Complexo Escolar Privado “O Pirlampo”; c) Analisar as dimensões, a percepção, avaliação e expressão das emoções; a facilitação emocional do pensamento; a compreensão e análise das emoções e a regulação reflexiva da Inteligência Emocional nos alunos da 6ª classe do Complexo Escolar Privado “O Pirlampo”; d) Definir estratégias de desenvolvimento da Inteligência Emocional nos alunos da 6ª classe do Complexo Escolar Privado “O Pirlampo”.



O campo de acção insere-se no âmbito da Psicologia da Educação e clínica concretamente no Complexo Escolar Privado “O Pirlampo”.

Ao longo da investigação foram utilizados os métodos de nível teórico como: o histórico-lógico para estudar a evolução histórica do problema levantado; análise e síntese para analisar e sintetizar as teorias internacionalmente existentes sobre o tema investigado. De nível empírico utilizou-se a entrevista na recolha de informação relacionado ao fenómeno estudado.

Para materialização dos objectivos ora preconizados, foram levadas a cabo algumas tarefas tais como: revisão e selecção da bibliografia atinentes ao tema; redacção do primeiro capítulo; aplicação do instrumento para a colecta de dados da investigação; análise e interpretação dos dados obtidos a partir do instrumento aplicado.

No tocante à estrutura do trabalho encontra-se dividido em dois capítulos, o primeiro está relacionado aos aspectos teóricos onde fez-se a abordagem sobre o contributo de vários autores em torno do tema e dos objectivos estabelecidos.

Relativamente ao segundo capítulo é reservado à fundamentação metodológica onde traçou-se os seguintes pontos: preliminares de investigação, objectivos, metodologias utilizadas, técnicas de recolha de dados, delimitação da população e amostra, procedimentos, terminando com os resultados, discussões, conclusões e sugestões.

**CAPÍTULO I:**  
**FUNDAMENTAÇÃO TEÓRICA DA INVESTIGAÇÃO**

## **1. Fundamentação teórica**

### **1.1. Conceitos fundamentais de Inteligência Emocional e rendimento escolar**

Segundo a Revista Psicologia (2015), a compreensão emocional é a habilidade sociocognitiva de reconhecer as emoções, compreender as respostas às emoções dos outros e das situações emocionais, abarcando uma série de habilidades e compreensões relacionadas com a emoção, como a compreensão da relação entre emoções e outros estados mentais, conhecimento de estratégias de regulação das emoções e compreensão de respostas emocionais ambivalentes. (Franco M. d., 2015).

Para (Mayer P. S., Inteligência Emocional, 1997) a inteligência emocional (IE) é definida como a capacidade de perceber acuradamente, de avaliar e de expressar emoções; a capacidade de compreender as emoções e o conhecimento emocional; e a capacidade de controlar emoções para promover o crescimento emocional e intelectual.

Segundo (Hughes, 2006) é a capacidade de compreender a mente dos outros e, em particular, as suas emoções e sentimentos. A compreensão da emoção (CE) pode ser considerada parte de uma compreensão geral sociocognitiva, que se refere à visão que as pessoas têm da perspectiva dos outros, compreendendo os seus desejos, crenças, intenções e emoções.

Ainda Segundo (Goleman, Inteligência Emocional, 2001) a IE é a capacidade de identificar nossos próprios sentimentos e os dos outros, de motivar a nós mesmos e de gerenciar bem as emoções dentro de nós e em nossos relacionamentos. Ou seja, refere-se ao conceito das inteligências interpessoal e intrapessoal, que se referem respectivamente à identificação de nossos próprios sentimentos, nos motivarmos e gerenciarmos bem as emoções dentro de nós e reconhecermos os sentimentos dos outros e gerenciarmos nossas emoções em nossos relacionamentos.

Para (Weisinger, 2001) a Inteligência Emocional é simplesmente o uso inteligente das emoções - isto é, fazer intencionalmente com que as emoções trabalhem a seu favor, usando-as como uma ajuda para ditar seu comportamento e seu raciocínio de maneira a aperfeiçoar seus resultados.

As inúmeras concepções sobre o cerne desta investigação, ainda que retratadas por diversos autores, de distintas localidades do planeta, convergem ao se referirem à IE como “capacidade de gestão de emoções” afectando positivamente os diversos domínios de actuação pessoal e social. De acordo com a Psicologia Educacional, trata-se de uma habilidade importante para os dias actuais, quer a nível pessoal, social, profissional e escolar. E neste último em particular, constitui-se “conditio sine qua non” para alavancagem do rendimento escolar, bem como em relação a vida social.

Segundo (Silva H. S., 2014), o rendimento escolar é uma temática de relevante interesse para estudantes, pais, professores e instituições escolares.

Para (Santiago, Sucesso no ensino superior- uma questão de adaptação e de desenvolvimento vocacional , 2001) trata-se de rendimento escolar, o sucesso ou o insucesso concebido como a razão entre o que se pretende conseguir (objectivos) e o que efectivamente se conseguiu (os resultados).

O rendimento escolar na perspectiva dos autores supracitados tem uma dimensão multifacetada (domínio académico, sócio-relacional e biopsicológico); tem ainda uma vertente subjectiva (o desempenho pode ser percebido de forma diferente dependendo dos objectivos dos estudantes).

Para (Silva G. C., 2011) o rendimento escolar pode ser definido como as modificações no indivíduo proporcionadas pela aprendizagem no contexto escolar e que são mensuradas e categorizadas em índices (notas ou conceitos) que apontam critérios de aproveitamento da situação de ensino e aprendizagem de conteúdos (bom rendimento) ou o não aproveitamento do ensino e aprendizagem insatisfatória (fraco rendimento).

O rendimento escolar na perspectiva (Haydt, 1997) deve reflectir tanto a aquisição de conhecimentos e informações decorrentes dos conteúdos curriculares quanto as habilidades, interesses, atitudes, hábitos de estudo e ajustamento pessoal e social.

Ainda (Mascarenhas, 2005) mais que notas e conceitos expressos pelo professor, o rendimento escolar, realizado à base de um sistema de valores, critérios e indicadores, pode referir-se a uma mudança de comportamento e, conseqüentemente, à aprendizagem de um indivíduo ou de uma colectividade.

Para estes autores, rendimento escolar é associado ao desempenho dos estudantes. Obtêm êxitos aqueles que satisfazem as normas de excelência escolar e progredem nos cursos, considerando, globalmente, as notas e as reprovações. Por sua vez, o insucesso é caracterizado pelo baixo rendimento escolar dos alunos que, por razões de vária ordem, não alcançaram resultados satisfatórios e não atingiram os objectivos desejados ou não alcançaram as competências esperadas num determinado período de tempo.

## **1.2. Breve Historial da Inteligência Emocional**

O reconhecimento da Inteligência Emocional aconteceu lentamente com as idades e foi baseado no desenvolvimento do conceito “inteligência”. As revelações reflectem a eclosão da inteligência, nomeadamente, com o surgimento do Quociente de Inteligência (QI) de Alfred Binet e das Inteligências Múltiplas de Gardner. (Nascimento, 2002)

### **Inteligência e inteligência emocional**

Inteligência é um assunto que ao longo de toda a história tem sido estudado, a fim de saber se é possível avaliar e medir o grau de habilidade intelectual de uma pessoa. Para avaliar este grau um dos índices utilizados é o QI (quociente de inteligência), que foi desenvolvido, proposto e aperfeiçoado por Albert Binet na década de 1920. O QI tem como base a capacidade “lógico-matemática” e é utilizado até hoje no mundo todo, principalmente por grandes empresas, para seleccionar as pessoas para os lugares certos (Ridder, 2005).

Para (Almeida, 2009) este conceito começou a ser questionado a partir de 1950, quando surgiram críticas apontando outras capacidades também importantes, além da capacidade lógico-matemática. Em 1979, o professor Howard Gardner, criou o “projecto Zero de Harvard”, que foi apontado como o projecto que deu origem a teoria das inteligências múltiplas.

Através deste projecto, (Gardner, Inteligências Múltiplas, 2001) identificou sete inteligências humanas distintas, sendo elas: Inteligência Linguística, Inteligência lógico-matemática, Inteligência Cinestésica, Inteligência Espacial, Inteligência Musical, Inteligência Interpessoal e Inteligência intrapessoal.

Para (Gardner, Inteligências Múltiplas, 2009) a Inteligência Linguística diz respeito à habilidade de lidar de forma criativa com as palavras; a Inteligência lógico-matemática

faz menção à capacidade que a pessoa tem para solucionar problemas envolvendo números e demais elementos matemáticos, isto é, habilidades para o raciocínio dedutivo; a Inteligência Cinestésica faz referência à capacidade de utilizar seu próprio corpo de formas diferentes e hábeis;

A Inteligência Espacial se refere à noção de espaço e direcção; a Inteligência Musical relaciona a capacidade de organizar sons de modo criativo; a Inteligência Interpessoal faz referência à habilidade de compreender os outros, o modo como aceitar e conviver com o diferente; e a Inteligência Intrapessoal diz respeito à capacidade de relacionamento consigo mesmo, ou seja, o autoconhecimento, a habilidade de administrar seus sentimentos e emoções a título de seus projectos. (Gardner, Inteligência- Múltiplas Perspectivas, 2005)

Foi a partir destes dois últimos tipos de inteligência, identificados nas inteligências múltiplas, que se iniciou o estudo da Inteligência Emocional (IE).

A história da Inteligência Emocional pode ser considerada recente e deriva a eclosão da inteligência, como conceito lato. A Inteligência Emocional pode ser tida como uma “bifurcação” da inteligência itinerada às relações intra e interpessoais. É a capacidade para lidar consigo mesmo e com os outros, gerindo de forma perspicaz e efectiva as emoções e os estados emocionais. (Koelle, Inteligência Emocional, 2021).

No contexto angolano, estudos com o interesse voltado à auscultação da Inteligência Emocional, têm sido levados a cabo nas distintas Universidades do país, bem como, já se vai proliferando o conhecimento em torno da IE; um pouco pela facilitação que as redes sociais têm proporcionado, ainda que de forma mitigante (Marques M. d., Concepção de IE em contexto educativo e profissional: estudo sobre uma universidade angolana, 2011).

A título de exemplo, a mesma autora levou a cabo uma pesquisa subordinada ao tema “Concepção de Inteligência Emocional em Contexto Educativo e Profissional: Estudo Sobre uma Universidade Angolana.”

Em sua pesquisa, Marques (2011) revela que o conhecimento em torno da IE (pelo menos, quanto ao já terem ouvido) é satisfatório; 60% da Amostra ter conhecimento de IE e 40% nunca antes ouviu falar, para um total de 91 sujeitos inquiridos.

Ainda Marques (2011) alerta que alguns sujeitos não se consideram “aptos” concernente a gestão de emoções próprias e das dos outros.

Tal como acima referido, tendo em conta (Marques, 2021) a IE é um conceito “emergente” em Angola, que vai ganhando proporções e destaques lentamente, considerada no entanto, de cabal importância nas relações humanas.

### **1.3. Importância da Inteligência Emocional no Rendimento Escolar**

De um modo geral, acredita-se, que níveis baixos de I.E podem levar o estudante a desenvolver comportamentos desajustados dentro da escola e na sociedade. Situações como raiva, medo, insatisfação, podem gerar estresse e ansiedade elevada, de tal forma que o estudante não consiga gerir as suas emoções levando-o, a um fraco desempenho escolar (Barbosa S. , 2021).

Para (Sousa A. P., 2010) a IE tem particular importância no PEA porque esta, permite o uso das emoções e do conhecimento, para promover o crescimento emocional e intelectual no desempenho académico.

Na visão de (Fernandes A. , 2012) a IE e as estratégias de aprendizagem, estabelecem relações positivas; quando se refere ao sucesso académico em estudantes universitários, particularmente no desenvolvimento do pensamento crítico, na motivação e nas aprendizagens.

Não se demonstra surpresa sobre o factor emocional no processo de ensino-aprendizagem, pois segundo os estudiosos da área da IE toda actividade humana discorre sobre uma “pitada” de emoção, seja esta positiva ou negativa, e, sem este factor, a actividade é de per si vazia, desprovida de significado. O PEA enquanto actividade sistematizada depreende-se da irrefutável necessidade de acoplar-se a esta, a emoção entre os seus intervenientes para a sua efectiva prossecução exitosa (Fonseca, 2016).

A IE no contexto escolar ou ao longo do PEA é na visão de autores variados, descrita como “factor-chave” para o sucesso escolar. Passar-se-á de forma sinóptica, a citar-se autores que a descrevem como factor crucial e a compreendem de urgente cultivo no âmbito escolar.

Para (López-Zafra, 2009) através da realização de estudos de programas escolares em que a IE é aplicada, o rendimento escolar melhora substancialmente.

Já (Alzina, 2000) denota que a nível pessoal há melhorias nas competências pessoais e nas relações interpessoais, acréscimo na auto-estima e uma melhor adaptação ao

contexto escolar, familiar e social. Inversamente há uma diminuição dos sentimentos negativos, dos pensamentos autodestrutivos, de desordens alimentares, de expulsões de sala de aulas, de condutas anti-sociais e agressivas, bem como, ao início de consumo de drogas.

Na visão de (Santos J. , 2000) a IE diminui significativamente a tendência agressiva e a violência. A educação para as emoções enquanto profiláctica em relação aos casos de intolerância aos adultos, que muitas vezes terminam em rupturas conjugais ou mesmo no decréscimo da solidão, tristeza, da depressão e do suicídio entre os jovens. Em relação ao meio escolar, as crianças com educação emocional são mais saudáveis fisicamente, têm menos problemas comportamentais e melhores resultados escolares.

Em última instância (Sousa C. S., 2000) consideram que uma pessoa emocionalmente inteligente está apta para lidar com as suas emoções, o que vai fazer crescer o poder pessoal e a qualidade de vida dos que o rodeiam. Ser educado a nível emocional significa que se é conhecedor das próprias emoções e das emoções do outro, que se podem gerir emoções porque é possível entendê-las.

Em suma...

#### **1.4. Bases Biológicas da Inteligência Emocional**

A Inteligência Emocional tem sua base biológica o encéfalo ou o cérebro, como vulgarmente é conhecido. A compreensão dos factores neurobiológicos relacionados à emoção foi alcançada por Joseph Papez, anatomista estado-unidense que deslocou o olhar de uma perspectiva de centros emocionais, substituindo-a por uma concepção de sistema (Santos F. C., 2011).

De acordo com a literatura internacional, Franz Joseph Gall propôs a morfologia do cérebro e das estruturas nervosas, o que permitiu um significativo avanço na distinção de partes importantes do cérebro, descrevendo algumas de suas funções específicas, passando a ser conhecido como o verdadeiro autor da anatomia do cérebro (Izard D. S., 2005).

Os mesmos autores salientam que o sistema límbico exerce uma enorme influência não só nas emoções como também na memória, porque o hipocampo que é o principal centro da memória do cérebro faz parte do sistema límbico. O Sistema Nervoso Autónomo também está relacionado com as reacções fisiológicas das emoções. O



Sistema Nervoso Somático possui como principal neurotransmissor, a noradrenalina e o parassimpático, a acetilcolina.

Assim, Os dois sistemas relacionam-se e coordenam respostas que são contrárias fisiologicamente. O sistema nervoso simpático intervém nas respostas do organismo ao estresse, mobilizando os estoques de energia para as emergências. Ao mesmo tempo que prepara o organismo para a acção, promove aumento da pressão arterial, das frequências cardíacas e respiratórias. Por outro lado, o sistema nervoso parassimpático actua no sentido contrário da conservação da energia do organismo e da restauração da homeostase e prepara o organismo para o repouso. (Izard D. S., 2005).

## **1.5. Caracterização da Inteligência Emocional (IE)**

### **1.5.1. Domínios da Inteligência emocional (IE)**

O tratado sobre domínios da Inteligência Emocional cinge-se nas distintas facetas de que discorre a IE. Compreendidas como “medidores” da capacidade de gestão das emoções pessoais e de outros, são apontados quatro domínios ou áreas: Percepção emocional (PE), Facilitação Emocional (FE), Compreensão Emocional (CE) e o Gerenciamento Emocional (GE) (Hughes, 2006).

#### **Percepção Emocional (PE)**

Para (Hughes, 2006) é a capacidade de perceber fielmente as emoções pessoais e também as emoções expressas por outras pessoas ao seu redor. Está intrinsecamente ligada a capacidade de discriminar as emoções de outros como sendo falsas ou verdadeiras.

#### **Facilitação emocional (FE)**

Entendida como uma importante habilidade para gerir estados emocionais que facilitam a integração do indivíduo e do seu desempenho. É a capacidade de forma proactiva e harmoniosa de o indivíduo simplificar o desenrolar de situações causadoras de emoções e adaptá-las para o seu próprio benefício (Hughes, 2006).

#### **Compreensão emocional (CE)**

A Compreensão da emoção (CE) pode ser considerada parte de uma compreensão geral sociocognitiva, que se refere à visão que as pessoas têm da perspectiva dos outros, compreendendo os seus desejos, crenças, intenções e emoções.

Para (Harris, 2004) há pelo menos nove diferentes componentes da CE em crianças:

- (1) O reconhecimento das emoções, baseado nas expressões faciais;
- (2) Compreensão das causas externas das emoções;
- (3) Compreensão do desejo despertado;
- (4) Compreensão das emoções baseadas em crenças;
- (5) Compreensão da influência da lembrança em circunstâncias de avaliação de estados emocionais;
- (6) Compreensão das possibilidades de controlar as experiências emocionais;
- (7) Compreensão da possibilidade de esconder um estado emocional;
- (8) Compreensão da existência de múltiplas ou até contraditórias (ambivalentes) respostas emocionais;
- (9) Compreensão de expressões morais.

Estas componentes desenvolvem-se com a idade e a experiência em situações sociais.

Em seu “Test of Emotion Comprehension” (TEC) (Harris, 2004) descreve três fases claramente identificáveis deste desenvolvimento, cada uma das quais implica o domínio de um conjunto de componentes. Para este autor, a criança deve dominar uma fase para então transitar para a subsequente.

Para (Harris, 2004) a primeira fase, chamada de Fase Externa, inclui o domínio de três componentes: reconhecimento emocional, compreensão das causas externas e da influência da lembrança nas emoções (componentes 1, 2 e 5).

A segunda fase, nomeada Fase Mental, implica a compreensão da influência do desejo, das crenças e da possibilidade de esconder emoções (componentes 4, 3 e 7) e a terceira fase, a Fase Reflexiva, inclui a compreensão da regulação das emoções, das emoções misturadas e das expressões morais (componentes 6, 8 e 9).

A CE é um importante predictor do desenvolvimento de competências sociais.

Para (Contreiras, 2008) a compreensão emocional é uma das componentes chaves da competência emocional e se encontra associada com o ajustamento social, escolar e a saúde mental.

Os mesmos autores mostraram que as crianças que apresentam altas habilidades para entender sinais emocionais em seu ambiente social, em geral, desenvolvem habilidades sociais superiores e formam relações interpessoais positivas. Através desta habilidade a criança pode ter uma interação mais adequada e ajustada nos contextos sociais, dada a possibilidade de comunicar estados próprios e de saber o que acontece aos outros, requisitos chave nos processos de regulação emocional e social.

### **Gerenciamento emocional (GE)**

Para (Harris, 2004), o gerenciamento emocional está veiculado à capacidade de o indivíduo regular as suas emoções lidando consigo mesmo e com os outros, isto é, gerar emoções positivas, evitando e reduzindo as negativas.

De acordo com os autores supracitados os domínios da Inteligência Emocional como anteriormente aflorado, referem-se ao instrumento balizador das emoções intra e interpessoais. São os instrumentos pelos quais o indivíduo pode “nortear e fiscalizar” as suas acções, as emoções positivas ou negativas que este desencadeia para si próprio ou para os outros.

#### **1.5.2. Factores ou fontes da Inteligência emocional**

De acordo com (Harris, 2004) várias características das crianças e as suas famílias têm sido identificadas como fontes potencialmente importantes de diferenças individuais de IE. Estas fontes podem ser agrupadas em três vertentes: biológicas, interpessoais e ecológicas.

##### **a) Factores biológicos**

Segundo os autores acima, as fontes biológicas correspondem às características inatas e singulares ao indivíduo. Fazem parte desta fonte a idade, inteligência, desenvolvimento da linguagem, temperamento e personalidade.

- **Idade**

Segundo (Harris, 2004) é evidente que a idade influi nos recursos de compreensão e regulação da emoção. De facto, ao crescer, as crianças tornam-se mais conscientes dos diferentes aspectos das suas experiências emocionais.

Ainda com base aos autores acima citados, as crianças apresentam uma clara melhoria com a idade em cada componente da CE. A pontuação geral também aumenta regularmente com a idade. Estes achados sugerem que a compreensão emocional e as suas componentes estão principalmente relacionadas com a habilidade verbal e a idade.

- **Inteligência**

Para (Izard D. S., 2005) considerando o conceito de IE como uma forma de inteligência, é esperado que existam correlações moderadas entre a IE e outras medidas de habilidades cognitivas. Crianças que podem processar informações mais rapidamente tendem a desenvolver mais associações entre sinais emocionais, rótulos e eventos situacionais.

Isso explica por que um aumento no pensamento analítico pode melhorar a capacidade de representação nos aspectos mais complexos da CE.

No entanto, (Harris, 2004), descobriram que os factores cognitivos não-verbais são predictores apenas nas fases mais complexas de compreensão emocional.

- **Desenvolvimento da linguagem**

Para (Torres P. M., 2008), ao longo da vida da criança, as emoções e as cognições começam a formar rápidas ligações entre si, tendo a linguagem um papel fundamental na sua formação. Enquanto a criança adquire a linguagem, ela pode começar a expressar de uma forma mais coerente e organizada o que antes poderia ser expressado apenas na acção, imagem, ou afectividade.

Nesta senda (Greenberg, 1997) acrescentam que no fim da primeira infância, muitas das crianças já possuem um vocabulário funcional, importante componente da capacidade cognitiva, que prevê várias facetas do conhecimento das emoções.

Segundo estes autores, a linguagem serve ao comportamento da criança e ao controlo emocional em pelo menos três maneiras. Primeiro, ela serve a função executiva interna de mediação entre a intenção ou o desejo e a acção comportamental. Deficiências neste sistema de sinais, muitas vezes denominado autocontrolo verbal,

foram claramente relacionadas com a impulsividade e problemas de comportamento. A segunda função da linguagem é comunicar o nosso estado interno aos outros. Finalmente, a linguagem permite a criança tornar-se consciente de como ele ou ela se está sentindo, isto é, compreender as suas emoções. Assim, o discurso começa como uma forma de comunicação aos outros, mas depois oferece uma função de auto-orientação.

- **Temperamento e personalidade**

Diferenças temperamentais, principalmente de origem genética, são em grande medida responsáveis por variações no comportamento emocional. Várias pesquisas têm demonstrado as relações entre os sistemas de emoção e personalidade. Estudos revelaram que mesmo na infância, estilos de expressão da emoção têm considerável estabilidade ao longo do tempo, e permitem prever resultados comportamentais em anos posteriores (Ito, Roso, & Tiwari, 2008).

Segundo (Greenberg, 1997) em geral, níveis elevados de emotividade negativa (ou seja, emoções negativas como raiva, tristeza ou medo) são factores de risco, mas a emotividade positiva elevada também tem sido associada a comportamentos não adaptativos. A capacidade de atenção tem sido relacionada com a compreensão emocional.

Segundo (Pessoa, 2005) o processamento de estímulos emocionais requer a viabilidade de recursos da atenção. As expressões emocionais não estão imunes aos efeitos da atenção e devem também competir pela representação neural, pelo que esta habilidade é importante para encontrar os sinais necessários para compreender as causas das emoções. Crianças com baixa capacidade de atenção podem perder sinais emocionais e ser incapazes de usar a motivação emocional adaptativamente.

## **b) Influências interpessoais**

Qualquer que seja a parte que os factores biológicos desempenhem, não ficam exclusas as relações interpessoais entre os indivíduos. A importância das influências relacionais (especialmente dos pais) e contextuais sobre o desenvolvimento da IE tem vindo a ser alvo de estudos e sua importância no desenvolvimento humano é cabal. (Schaffer 2004).

Para a mesma autora, as relações entre as variáveis de ambiente familiar (por exemplo, depressão materna e as práticas parentais), temperamento e o comportamento, têm sido enfatizados como gatilhos de desenvolvimento emocional. Por exemplo, a depressão materna pode interagir com o temperamento da criança e a vinculação para colaborar na aparição de comportamentos negativos. Além disso, as práticas parentais e características do cuidador parecem ter uma influência moderadora sobre os resultados associados a estilos temperamentais. Aos factores interpessoais da Inteligência Emocional são associados os estilos parentais, a expressividade parental, a vinculação e o tamanho da família.

Passar-se-á doravante à descrição destes itens, com vista a sua compreensão da IE em relação as relações interpessoais.

- **Estilos parentais**

De acordo com Schaffer (2004) a capacidade da criança para lidar com a angústia depende, em primeiro lugar, das qualidades temperamentais inatas. No entanto, estas qualidades são seriamente afectadas pelo tipo de apoio que a criança recebe dos pais. Nesse sentido, a maior ou menor habilidade dos progenitores para lidar com os aspectos temperamentais menos adaptativos dos seus filhos pode ser fundamental para o desenvolvimento da IE.

(Hughes, 2006) acrescenta que práticas parentais de apoio instrumental e emocional em episódios negativos têm sido associadas à inteligência emocional e ao bem-estar. Pelo contrário, práticas parentais onde esse apoio é inexistente, como nos casos de maltrato, as crianças são colocadas em risco de não ser capaz de desenvolver os mecanismos necessários para autocontrolo emocional.

- **Expressividade parental**

A natureza e qualidade do discurso familiar sobre as emoções também parecem exercer grande influência sobre a IE nas crianças. Há numerosos estudos que encontram relações notáveis entre a expressividade dos pais e a experiência e controlo emocional nos filhos (Macedo & Sperb, 2013).

Os estudos mais mencionados indicam uma associação significativa entre níveis altos de afectividade negativa em pais (cólera ou tristeza) e diferentes aspectos emocionais nos filhos como elevadas expressões de ira ou tristeza, escassa capacidade empática e dificuldades de controlo emocional (Contreiras, 2008).

(Izard D. S., 2005) o discurso emocional dos pais previu a capacidade de reconhecimento emocional dos filhos, mesmo depois de controlar a sua idade e capacidade cognitiva. Crianças de famílias em que as emoções positivas e negativas são expressas abertamente são mais propensas a aprender a reconhecer expressões emocionais com precisão. Os estudos indicam que o modo como os pais discutem o passado com os seus filhos de idade pré-escolar desempenha um papel significativo no desenvolvimento do conhecimento emocional.

- **Vinculação**

Ponset al. (2004) asseguram que a qualidade da relação de apego entre as crianças e os seus pais parece ter uma influência sobre a sua compreensão emocional.

Em um estudo levado a cabo por estes autores, concluiu-se que a qualidade da relação de apego entre crianças de 1 ano com as suas mães constituiu-se predictor da compreensão de emoções mistas 5 anos mais tarde.

Para Ponset al. (2004) Crianças com uma vinculação saudável com os seus cuidadores ficam mais à vontade para expressar as suas emoções, as suas experiências e os seus comportamentos emocionais, do que as crianças com estilos de apego inseguro ou esquivo, que tendem a ser mais rígidas e limitadas em respostas emocionais.

Para Kidwellet et al. (2010) um nível relativamente elevado de IE seja uma característica dos indivíduos com vinculação segura, ou, alternativamente, a vinculação segura pode ser necessária, mas não suficiente, para adquirir IE. Mães de bebés seguros exibem maior flexibilidade na comunicação de uma ampla gama de sentimentos do que as mães de bebés inseguros.

E na visão de (Izard D. S., 2005) esta flexibilidade comunicativa em relação às emoções pode desempenhar um papel de mediação no desenvolvimento da IE.

- **Tamanho da família**

Estudos têm sugerido que as relações entre irmãos fornecem um contexto importante para o desenvolvimento da compreensão das crianças sobre a sua vida social, emocional, moral e seu mundo cognitivo. Em particular, os irmãos têm um papel importante no desenvolvimento da compreensão das crianças sobre as mentes dos

outros, ou seja, sua compreensão das emoções, pensamentos, intenções e crenças (Howe, 2006).

Morand 1999, (citado por Kidwellet et al. 2010) encontrou uma relação positiva entre o tamanho da família e a capacidade de reconhecer emoções a partir de expressões faciais.

Aos participantes foram mostrados sete faces distintas que mostravam diferentes emoções. Eles tinham que decidir qual das sete emoções cada rosto expressava. Morand descobriu que os participantes que vieram de famílias maiores escolhiam mais frequentemente as emoções correctas.

A partir desta constatação, Morand argumentou que as pessoas que são criadas em famílias maiores têm níveis mais elevados de IE por causa do maior número de interações sociais que experimentam em casa enquanto crescem (Morand1999, citado por Kidwellet et al. 2010)

Paralelamente aos estudos de Morand, Barbera, Christensen & Barchard (2004) também estudaram a relação entre o tamanho da família a e inteligência emocional. Não encontraram relação entre IE e ordem de nascimento. No entanto, os resultados indicaram que pessoas provenientes de famílias grandes tinham tendência a focalizar o pensamento em eventos externos e apresentavam níveis inferiores de IE.

Na senda de estudos, Aguiar, Barros & Bairrão (2005) não encontraram diferenças significativas ao nível da IE entre as crianças que têm ou não irmãos, pelo que parece que, actualmente, e sendo que a maioria das crianças começam a partilhar de contextos sociais amplos desde muito cedo com a entrada na creche.

### **c) Influências ecológicas**

#### **a) Estatuto socioeconómico**

O ambiente mais amplo no qual uma criança é educada pela família também pode explicar variações na IE. Crianças social e economicamente desfavorecidas parecem adquirir mais tardiamente o conhecimento das situações emocionais e apresentam mais frequentemente défices no conhecimento emocional associados ao desajustamento social (Alves, 2006).

Para Schaffer(2004) o stress associado ao baixo rendimento económico pode ter efeitos nocivos sobre a vida emocional dos pais e constitui um factor de risco definido



para o funcionamento socio emocional das crianças. As condições económicas precárias fragilizam o funcionamento parental, provocam o desgaste, a desmoralização, a depressão de ambos os pais, que tendem a envolver-se em conflitos conjugais, comprometendo, deste modo, um dos principais pilares do desenvolvimento emocional da criança: a parentalidade.

Nesta linha de pensamento, Alves(2006) acrescenta que pais de nível socioeconómico baixo são mais autoritários e susceptíveis de castigar os filhos que os pais de famílias com nível mais elevado e têm menos tendência para demonstrar afecto quando é o estilo mais responsivo e autoritário – mais utilizado nos pais de nível socioeconómico médio – o que frequentemente se considera como facilitador do desenvolvimento da auto-regulação e internalização.

#### b) Cultura

Schaffer (2004) considera que reflexões em relação às diferenças na IE precisam também levar em conta os antecedentes culturais do indivíduo. O que é considerado como um comportamento maduro num ambiente social pode não sê-lo noutra.

Um pequeno número de estudos demonstrou que as crianças asiáticas exibem um padrão semelhante de desenvolvimento no que diz respeito ao uso dos termos para estados mentais e emocionais, seu entendimento da distinção entre aparência e realidade, a distinção entre emoção real e expressa, e o tempo de curso de emoção. Acredita-se que os contextos culturais da criança representam uma variável importante para compreensão da IE dos indivíduos; as formas de relação, as normas e os cânones culturais de uma comunidade representariam diferenças ou similaridades no padrão de expressão emocional (Franco N. N., 2018).

#### c) Género

Muitas sociedades estão sexualmente tipificadas, além de culturalmente. Por exemplo, em culturas ocidentais tem-se observado que os pais tendem a falar mais acerca das emoções com as filhas que com os filhos, o que leva a uma tendência, fundamentalmente feminina, a busca o apoio social como meio de afrontamento e a cuidar, na maior medida, de não ferir os afectos dos outros. Pelo contrário, os meninos tenderiam a ocultar as suas emoções de medo ou de tristeza (Contreiras, 2008).

De acordo com Alves (2006) as raparigas parecem preocupar-se mais do que os rapazes com o estado emocional dos outros. Elas dão mais ênfase às pistas

emocionais para guiar e regular o seu comportamento. As meninas são mais competentes em diversas dimensões da IE.

Segundo Morand (1999, citado por Kidwellet 2010) os níveis elevados de testosterona, mais comuns no sexo masculino, podem impedir o desenvolvimento de áreas corticais temporais, deixando os rapazes ligeiramente menos capazes, em média, a reconhecer expressões faciais do que as raparigas.

Para este autor a maior prontidão das meninas em desenvolver habilidades verbais, faz delas mais hábeis na articulação dos seus sentimentos e mais espertas no emprego das palavras, o qual lhes permite dispor de um elenco de recursos verbais muito mais rico, que podem substituir reacções emocionais tais como as brigas físicas. Assim, as meninas dispõem de maior informação acerca do mundo emocional e, conseqüentemente falam mais sobre aspectos emocionais e utilizam mais termos emocionais que os meninos.

Segundo Alves, (2006) em geral, o comportamento emocional responde fundamentalmente a um compêndio de factores entre os quais se encontra a idade e os recursos cognitivos e linguísticos disponíveis, o temperamento, os padrões culturais em que se está imerso e os modelos que se ofereceram no seio da família. As investigações sobre os factores associados com o bom desenvolvimento de IE sugerem que as crianças requerem vinculação segura com os seus cuidadores, contextos familiares estáveis e protecção contra a violência e o maltrato para maximizar as suas habilidades emocionais (Simões, 2011).

### **1.5.3. Competências da Inteligência emocional**

Segundo Goleman (2001) a Inteligência Emocional apresenta cinco competências emocionais e sociais básicas que são classificadas em: auto percepção, auto-regulamentação, motivação, empatia e habilidades sociais.

Passar-se-á de forma objectiva e sinóptica à descrição destas competências, segundo Goleman (2001):

**Auto percepção** diz respeito à pessoa compreender e manipular de modo consciente e confiante suas emoções para desenvolver um comportamento correto diante da situação enfrentada.

**Auto-regulamentação** se refere ao autocontrole, ou seja, a capacidade de usar as emoções de modo a facilitar o bom desenvolvimento do dia-a-dia da vida do indivíduo.

A **motivação** é a capacidade da pessoa de dirigir suas emoções a serviço de um determinado objectivo.

A **empatia** por sua vez refere-se ao indivíduo perceber seus anseios e os trabalhar de forma positiva para que com isso consiga cultivar sintonia com o maior número de pessoas possível.

E por fim, a **habilidade social** que se caracteriza pela desenvoltura em relacionamentos interpessoais.

## **1.6. Principais modelos teóricos sobre a Inteligência Emocional**

A Inteligência Emocional é um conceito novo em emergência, o constructo acerca deste, está em progressão. São teoricamente conhecidos alguns modelos principais: modelo misto de Goleman (2005), modelo das capacidades de (Mayer e Salovey, 1997), modelo da Inteligência emocional de Reuven Bar-On (2006).

Contudo, o modelo das capacidades é aquele que mais sustentação empírica apresenta. Para os proponentes deste modelo (das capacidades), a Inteligência Emocional constitui as capacidades de perceber as emoções, assimilar/integrar as emoções e sentimentos, compreender o conteúdo ou as informações dessas mesmas emoções e saber geri-las (Carvalho, 2012)

### **1.6.1. Modelo de Goleman**

O modelo da IE proposto por Daniel Goleman, dá ênfase a um extenso leque de competências pessoais “a capacidade de se motivar a si próprio e de persistir face as frustrações, controlar impulsos e adiar as recompensas, regular o próprio estado de espírito e impedir que o desânimo subjugu a habilidade de pensar, de sentir empatia e de ter esperança” (Barata, 2013). Para o autor, a inteligência emocional é a maior responsável pelo sucesso ou insucesso dos indivíduos.

O IE de Goleman divulgado através do seu livro “Emotional Intelligence” é constituído por cinco dimensões: 1. Auto-consciência - o modo como se distinguem as emoções próprias e formas de adaptação as novas situações; 2. Gestão das emoções – relacionadas com o auto-controle das emoções; 3. Auto-motivação – persistência em atingir objectivos definidos e concordâncias com o modo como se tenta alcança-los;

4. Empatia – a capacidade para atender as emoções dos outros, influenciando as relações interpessoais e 5. Gestão de relacionamento de grupos - capacidades de trabalhar em equipa.

Passar-se-á de forma sinóptica a apresentar, as dimensões da IE na perspectiva de Goleman. Torna-se importante referir que as cinco dimensões do modelo misto de Goleman é mais tarde passado de cinco para quatro.

**Auto-consciência** – refere-se a auto-consciência emocional, a autoavaliação e a auto-confiança;

**Auto-controlo** – engloba o controlo de sentimentos, impulsos e adaptabilidade;

**Consciência-social** – faz menção ao reconhecimento dos sentimentos, preocupações e necessidades dos outros.

**Administração de relacionamentos** – englobando a gestão das relações e redes de suportes ou de apoio (Goleman, 1998, citado por Barata, 2013)

#### **1.6.2. Modelo de Bar-On ou Modelos das capacidades**

Reuven Bar-On (2006), apresenta o modelo misto, no qual introduz o conceito de Inteligência Emocional Social (IES). Definindo-o como um conjunto de capacidades emocionais e sociais.

Na perspectiva de Bar-On estas competências, são utilizadas para identificar, compreender e gerir as emoções, para se relacionar com os outros, adaptar-se à mudança e para a resolução de problemas de natureza pessoal e interpessoal e para lidar de forma eficiente com as exigências e desafios do dia-a-dia.

Os modelos teóricos de Bar-On (2006, citado por Barata, 2013) fundamentam-se em cinco factores intrínsecos a personalidade do indivíduo. Para este autor, estes factores implicam sucessos na vida pessoal e social do indivíduo.

**Capacidade intrapessoal** – relacionado ao self-regard, auto consciência emocional, assertividade, independência e auto-avaliação;

**Capacidade interpessoal** – empatia, responsabilidade social, e relacionamentos interpessoais;

**Adaptabilidade** – relacionados com os testes de realidade, flexibilidade e resolução de problemas;

**Gestão de stress** – englobando a tolerância ao stress e controlo de impulsos;

**Disposição geral** – este factor é relativo ao optimismo e a felicidade.

### **1.6.3. Modelo de Mayer e Salovey**

Os psicólogos Salovey e Mayer em 1990 cunham o termo IE, definindo-o como: " uma subcategoria da I.S que envolve a capacidade de instruir os sentimentos e exprimir a emoção, assimilá-la ao pensamento, compreender e raciocinar com ela, e saber regulá-la em si próprio e nos outros e a capacidade de estabelecer distinções entre eles, bem como a capacidade para utilizar a informação na condução das próprias acções e pensamento" (Barata, 2013)

Salovey & Mayer (1990, citado por Barata, 2013) apresentam em seu modelo teórico quatro dimensões pelas quais discorre a IE.

**Identificação da expressão das emoções** - inclui habilidades envolvidas na identificação e descrição sucinta de sentimentos por estímulos, como a voz ou a expressão facial, por exemplo. A pessoa que possui essa habilidade; identifica a variação e mudança no estado emocional da outra.

**Regulação de emoções** - envolve a habilidade de captar variações emocionais, nem sempre evidentes.

**Utilização de informação emocional** – implica a capacidade de empregar as informações emocionais para facilitar o pensamento e o raciocínio.

**Gestão da emoção** - constitui o aspecto mais facilmente reconhecido da inteligência emocional – é a aptidão para lidar com os próprios sentimentos.

## **1.7. Estratégias de Inteligência Emocional**

A Inteligência Emocional é um conceito relativamente novo nos círculos académicos, sua utilidade estende-se a todos os agentes do processo de ensino-aprendizagem. Neste item, dar-se-á ênfase aos papéis cruciais que o professor e a família deverão levar a cabo para o desenvolvimento da IE aos seus alunos e educandos(Oliveira 2019).

### **1.7.1. O Papel do professor**

A Inteligência emocional pode ser compreendida em interação entre o estado cognitivo e as emoções de modo a capacitar o sujeito a se adaptar de forma adequada

perante o meio. O papel do professor para construção deste importante desiderato, torna-se imperioso (Branco, 2005).

De acordo com o mesmo autor, na actividade educativa, quer os professores, quer os alunos passam por estados emocionais que ajustam as relações entre si, com os outros e com a própria aprendizagem.

Para Branco (2005) o professor emocionalmente motivado raramente age sobre o impulso, ao contrário, percebe-se como uma pessoa capaz de controlar os seus impulsos e agir após pensar, o que corrobora a noção de maior eficiência cognitiva, porque utiliza maior quantidade de informação e maior número de regras para tomar decisões complexas.

O papel do professor incide-se na promoção de valores interpessoais para melhorar o ambiente educativo entre alunos e a sociedade. Tais valores incluem: **empatia, aptidões sociais, controlo de impulsos.** (Branco 2005)

Na visão de Goleman (1995, citado por Carvalho, 2012) empatia é a percepção do que as pessoas sentem. É ser capaz de adoptar a sua perspectiva e cultivar laços e sintonia com uma grande diversidade de pessoas. Aptidões sociais e controlo de impulsos por sua vez, dizem respeito à gestão adequada das emoções nas relações, ler com precisão as situações sociais e as redes, interagir com harmonia, usar essas competências para persuadir e liderar, negociar e resolver disputas, para a cooperação e o trabalho em equipa.

Segundo os autores acima referidos, o papel do professor consiste em ser mediador, promotor e desbravador de valores ligados a empatia, às aptidões sociais e ao controlo de impulsos. Ressaltam no entanto, que tais valores sejam intrínsecos ao professor para que tenha êxitos.

É deste modo que Branco (2005) ressalta que um professor emocionalmente empático tem a percepção de que é capaz de registar, de perceber os sentimentos dos outros e sintonizar-se com o que os outros estão sentem, independentemente das palavras expressas.

Ainda o mesmo autor afirma que um professor com boas aptidões sociais mantém relações estáveis ao longo do tempo, diz claramente o que pensa, independentemente da opinião dos outros, sem discrepâncias entre a imagem social e a pessoal. Comunica olhando as pessoas nos olhos, sente-se calmo, empático e fisicamente

sintonizado com os que o rodeiam, desenvolvendo um sincronismo de estado de espírito (Branco, 2005).

### **1.7.2. O Papel da família**

O desenvolvimento do homem cada vez mais depende das esferas ou domínios da sua completude biopsicossocial. Para o cumprimento deste imprescindível quesito, a família é “peça chave”. (Carvalho, 2012).

Para Santos (2009, citado por Carvalho, 2012) o bom desenvolvimento físico, cognitivo e emocional dependerá do acolhimento e de atitudes dos familiares ao ajudarem suas crianças a lidarem com os seus fracassos, decepções e dificuldades perante as situações sociais adversas a seus desejos e satisfações imediatas.

Para Steiner e Perry (2000) a família desempenha um importante papel durante o desenvolvimento físico, cognitivo e emocional, e que esta pode tanto favorecer ou desfavorecer a criança, preparando-a emocionalmente para lidar com as frustrações quotidianas ou proporcionando-lhe um ambiente hostil e angustiante no qual pode estar presente a agressão ou a falta de diálogo e comprometimento dos familiares.

Na visão de Maldonado (1998) a raiva é uma das emoções humanas básicas que ao ser canalizada correctamente, forma a base necessária para o indivíduo lutar pelos seus objectivos e defender-se quando agredido, porém, quando essa reacção foge do controle, essa gera ao ódio e a condutas violentas: agressões e abusos à criança e ao adolescente.

Cury (2003) assevera que o pessimismo é um câncer da alma. Muitos pais são vendedores de pessimismo. Já não basta o lixo social que a mídiadeposita no palco da mente dos jovens, muitos pais transmitem para eles um futuro sombrio. Tudo lhes é difícil e perigoso. Preparam os filhos para temer a vida, fechar-se num casulo, viver sem poesia.

Para este autor, educar os filhos ou crianças para gestão de emoções negativas não é apenas “andar na contra-mão das massas”, como também é um garante de felicidade pessoal e social agora e futuramente.

Meira (1999) acrescenta que a família pode não ter dinheiro, mas se for rica em bom senso, será uma família brilhante, capaz de contagiar seus filhos com sonhos e entusiasmo, a vida será enaltecida. Se for especialista em reclamar, se mostrar medo

da vida, temor pelo amanhã, preocupações excessivas com doenças, paralisará a inteligência e emoção deles.

Baseando-se na autora supracitada, à semelhança do papel do professor, a presença da família torna-se acuidosa na gestão de emoções negativas da criança como a raiva, ódio, negatividade, pessimismo, isolamento social, frustrações entre outras.



## **CAPÍTULO II: FUNDAMENTAÇÃO METODOLÓGICA**

## **2. Fundamentação Metodológica**

### **2.1. Preliminares da Investigação**

Ao cabo de 4 anos de formação no Instituto Superior de Ciências da Educação da Huíla, segue-se a fase de apresentação do trabalho para a sancionar o curso. Ao longo da formação, as autoras tiveram a oportunidade de acessar uma guisa variada de conhecimentos ligados às emoções no processo de ensino-aprendizagem; pareceu promissor aludir a importância da inteligência emocional no rendimento dos alunos, visando aferir a percepção destes para obtenção exitosa de resultados académicos. Movido por este interesse, as autoras levaram a cabo o estudo com o tema subordinado “Importância da percepção da Inteligência Emocional no rendimento escolar dos alunos da 6ª classe do Complexo escolar privado “ O Pirilampo”.

Para efeitos, apresentou-se o referido tema ao Departamento de Ciências da Educação, propriamente à Secção de Psicologia para sua aprovação. Uma vez aprovada, a secção indicou o docente para consequente orientação do trabalho.

Os primeiros contactos com a orientadora do trabalho cingiram-se na concepção do anteprojecto. Terminado este, foi dirigido à área científica do ISCED-HUILA para o seu credenciamento. Pós credenciamento, fora outra vez dirigido à Secção de Psicologia e seguiram-se os encontros com a orientadora para discussão do instrumento a ser aplicado para colecta de dados da pesquisa aos alunos da 6ª classe do complexo Escolar Privado “O Pirilampo”, na cidade do Lubango. Tendo sido autorizadas, as autoras deslocaram-se às salas de aulas dos alunos da 6ª classe do referido complexo escolar para a entrevista aos alunos. Feita a colecta dos dados, seguiram-se a análise, interpretação e discussão dos resultados, submetida a análise do conteúdo e categorizado, culminando com o lavrar das conclusões e sugestões que suportam o presente trabalho. Finalmente fez-se a entrega do trabalho para dissertação.

### **2.2. Objectivos da investigação**

A procura por soluções aos inúmeros problemas no processo de ensino-aprendizagem no contexto angolano, tem-se constituído o elemento catalisador de investigações científicas de índole variada, mobilizando esforços e recursos com vista a melhorar o cenário e a tornar eficiente o processo. Para o presente trabalho, a questão de investigação centralizou-se na seguinte:

Qual é a importância da percepção da Inteligência Emocional no rendimento escolar?

### **2.2.1. Objectivo geral**

O presente trabalho apresenta como objectivo, explorar as percepções dos alunos da 6ª classe do Complexo Escolar Privado " O Pirlampo" em torno da Inteligência Emocional (IE) e sua importância no rendimento escolar.

### **2.2.2. Objectivos específicos**

1. Descrever a percepção dos alunos sobre a Inteligência Emocional.
2. Identificar o papel da IE no rendimento escolar dos alunos da 6ª classe do Complexo Escolar Privado "O Pirlampo".
3. Analisar as dimensões (a percepção, avaliação e expressão das emoções; a facilitação emocional do pensamento; a compreensão e análise das emoções e a regulação reflexiva das emoções) da Inteligência Emocional nos alunos da 6ª classe do Complexo Escolar Privado "O Pirlampo".
4. Definir estratégias de desenvolvimento da Inteligência Emocional nos alunos da 6ª classe do Complexo Escolar Privado "O Pirlampo".

### **2.3. Método**

Para o referido estudo utilizou-se o método qualitativo.

De acordo com Lipam, Kenny & Augimeri (2011) as abordagens qualitativas são usadas para fornecer um resumo abrangente dos factos e acontecimentos, e é utilizado por pesquisadores que necessitam de respostas à perguntas sobre eventos específicos ou fenómenos.

O paradigma qualitativo baseia-se na interpretação de percepções recolhidas para lhes atribuir sentido, e conhecer de forma sucinta a metodologia e as suas consequências onde o investigador tem enfoque na recolha de dados encarado como observador participante em todo o processo investigativo (Guerra, 2006).

#### **2.3.1.Design de investigação**

O estudo apresenta um design descritivo, entendido como sendo a observação dos fenómenos e factos, que são registados e interpretados, sem que o investigador interfira nele (Andrade, 2002 citado por Rangel e Rad, 2020).

## **2.4. Participantes**

Para a presente investigação definiu-se como critério de inclusão, os alunos do ensino primário, da 6ª classe do Complexo Escolar Privado “O Pirlampo”.

### **2.4.1. População**

Universo ou população é o conjunto de seres animados ou inanimados que apresentam pelo menos uma característica em comum. A delimitação do universo consiste em explicitar que pessoas ou coisas, fenómenos etc. serão pesquisados, enumerando suas características comuns, como, por exemplo, sexo, faixa etária, organização a que pertencem, comunidade onde vivem (Marconi & Lakatos, 2003).

A população alvo do presente trabalho é composta por 25 alunos da 6ª classe do Complexo Escolar Privado “ O Pirlampo”, no município do Lubango.

### **2.4.2. Amostra**

Amostra é uma porção ou parcela, convenientemente seleccionada do universo (população); é um subconjunto do universo. (Marconi & Lakatos, 2003).

Assim a Amostra da presente investigação é constituída por 8 alunos seleccionados através de procedimentos de uma amostragem não probabilística por conveniência.

Segundo Dias (2018, citado Rangel e Rad, 2020)este tipo de amostragem consiste em seleccionar os elementos da amostra “sem critérios exigentes na pre-selecção do público a ser pesquisado”. Ou seja, seleccionar uma amostra da população que seja acessível.

### **2.4.3. Caracterização do complexo escolar privado “O Pirlampo”**

O Complexo Escolar Privado “ O Pirlampo” foi fundado no início do ano de 2003, como um estabelecimento a priori destinado ao ensino primário, ATL e Jardim de Infância. Situado na cidade do Lubango, bairro Comercial, província da Huíla, o complexo acima presta desde 2003, serviços na formação do homem, incluindo actualmente o 1º e 2º do ensino secundários.

Com uma vasta equipa de docentes e zeladores que asseguram o funcionamento da instituição, o “Pirlampo” está assente e licenciada para o exercício das suas actividades, em um diploma outorgado pelo Ministério da Educação, enquanto órgão reitor da Educação em Angola.

Ostenta uma infra-estrutura de realce composta de 12 salas para o ensino primário, 12 salas para o I° e II° ciclos do ensino secundário, 5 salas para o infantário e 1 salão para o ATL. Actualmente resultado da ampliação das suas estruturas, o complexo alberga cerca de 800 alunos, assegurados por mais de 100 funcionários, distribuídos em períodos, níveis académicos e funções distintas.

#### **2.4.4. Tabela 1. Caracterização dos participantes (dados de identificação)**

Para a composição da referida investigação e aplicação do referido instrumento de investigação fizeram parte da nossa investigação para obtenção de dados 8 alunos do ensino primário do complexo escolar privado o pirilampo da 6ª classe, conforme ilustra a tabela a baixo.

Tabela N°1 Caracterização dos participantes (Dados de Identificação)				
N=8				
<b>Nº</b>	<b>C.P</b>	<b>Sexo</b>	<b>Idade</b>	<b>Classe</b>
01	AG11F	F	11	6ª
02	AF11F	F	11	6ª
03	JG11F	F	11	6ª
04	KJ12F	F	12	6ª
05	EP11M	M	11	6ª
06	EM11M	M	11	6ª
07	RF12M	M	12	6ª
08	FP11M	M	11	6ª

A amostra é constituída por 08 alunos, sendo 4 do género masculino e 04 do género feminino. A Amostra do presente trabalho apresenta a 6ª Classe como nível académico e com as idades compreendidas entre 11 e 12 anos.

## **2.5. Instrumento e técnicas de colecta de dados**

Segundo Appolinário (2012, citado por Rangel e Rad, 2020), de uma maneira geral pode-se definir o termo instrumento de pesquisa como um procedimento, método ou dispositivo (aparelho) que tem por objectivo extrair informações de uma determinada realidade, fenómeno ou sujeito de pesquisa.

Como instrumento de pesquisa foi feito um guião para entrevista, elaborado pelas autoras, analisado e aprovado pela tutora para levantamento de informações em conformidade com o tema e o problema da investigação.

Segundo Dencker (2000) a entrevista representa uma técnica de colecta de dados na qual o pesquisador tem um contacto mais directo com a pessoa, no sentido de se inteirar de suas opiniões acerca de um determinado assunto.

Para efeito auxiliar do referido instrumento na recolha de dados, utilizou-se as técnicas de apoio ao método qualitativo.

- a) Análise documental, que na perspectiva de Carmo e Ferreira (1998,citado por Rangel e Rad., 2020) é um processo que envolve selecção, tratamento e interpretação da informação existente em documentos (escritos, áudio e vídeo) com o objectivo de eduzir algum sentido.
- b) Observação participativa inscreve-se numa abordagem de observação etnográfica no qual o observador participa activamente nas actividades de recolha de dados, sendo requerida a capacidade do investigador de se adaptar à situação (Pawloski, Andersen, Troelsen e Schipperjin 2016,citado por Rangel e Rad., 2020).
- c) Grelha de observação– é um instrumento que se destina ao registo de comportamentos do indivíduo ao longo da intervenção. (Castro, 2012 citado por Rangel e Rad., 2020).
- d) Técnicas audiovisuais que enquadram-se num processo que envolve a comunicação que combinam som e imagem, bem como produto gerado pela tecnologia empregadas com a finalidade de registo, tratamento e exibição de dados.

## **2.6. Procedimentos**

Para o levantamento de dados sobre o fenómeno em estudo, foram dirigidas as perguntas de acordo ao guião de entrevista aos alunos que convenientemente aceitaram fazer parte da investigação, tendo sido colocados em uma sala previamente disposta pela Direcção do Complexo escolar em estudo.

Foram apresentadas as motivações do estudo e para quê o aluno participava da entrevista, seguida de colocação das questões, partindo dos dados biográficos do aluno. No decorrer da investigação foram asseguradas um conjunto de princípios éticos ligados a confidencialidade e fidelidade entre pesquisador e aluno dos dados que este fornecia. Os participantes assinaram o consentimento informado, garantindo o anonimato de acordo aos princípios da APA.

## **3. Resultados**

À análise dos resultados, foram organizadas em categorias e subcategorias, face aos objectivos preconizados, que circunscrevem-se em:

1. Explorar as percepções dos alunos em torno da Inteligência Emocional (IE) e sua importância no rendimento escolar;
2. Descrever a percepção dos alunos sobre a Inteligência Emocional;
3. Analisar as dimensões (a percepção, avaliação e expressão das emoções; a facilitação emocional do pensamento; a compreensão e análise das emoções e a regulação reflexiva das emoções) da Inteligência Emocional;
4. Definir estratégias de desenvolvimento da Inteligência Emocional.

As subcategorias são descritas mediante as citações directas e devidamente identificadas pelas características dos participantes, nomeadamente: Iniciais do primeiro e último nome, idade e género.

De seguida, passar-se-á à síntese das categorias.

### **3.1. Categoria I – Inteligência emocional**

A categoria I Inteligência emocional encontra-se estruturada pela subcategoria relacionada ao conceito de Inteligência Emocional (IE), em que alguns participantes (F=4) demonstram ter conhecimentos mínimos sobre IE, e consideram que inteligência emocional é a capacidade de controlar sentimentos, assim como se pode aferir nos comentários:

“ (...) *É quando conseguimos controlar o nervosismo (...)*” (EP11M); “ (...) *É quando reconhecemos os o que sentimos (...)* ” (AG11F); “ (...) *Está ligado ao saber controlar os sentimentos (...)*” (AF11F); “ (...) *É quando o medo não nos vence (...)*”(JG11F). Outros participantes (F=4) demonstraram desconhecimento sobre IE.

Categoria I - Inteligência Emocional		
Subcategorias	Frequência (F)	Total
Conceito	04	08
Controle dos sentimentos	04	

### 3.2 Categoria II Dimensões da Inteligência Emocional

A categoria II refere-se às dimensões da IE, composta por duas subcategorias. A primeira subcategoria é relativa a descrição manifestação de sentimentos.

Quando questionados se são capazes de descrever os seus sentimentos, todos os participantes (F=8) foram unânimes em declarar “sim”. Para melhor compreensão, passar-se-á ao comentário:

“ (...) *consigo descrever os meus sentimentos sempre que alguém me pergunta sobre o que sinto no momento (...)*”(KJ12F).

Questionados se têm consciência dos seus sentimentos, os participantes uma vez mais são unânimes em declarar que sim. (EM11M) “ (...) *sei sempre o que sinto em determinado momento (...)*”.

Em relação se este sente-se feliz quando um colega recebe um elogio, os participantes (F=5) responderam “sim”, como revelam os comentários a seguir:

“ (...) *temos de nos alegrar sempre com a felicidade dos outros (...)*”(RF12M); “ (...) *fico feliz porque é bom receber um elogio e sei que os meus colegas ficam felizes quando acontece comigo também (...)*” (KJ12F). Outros participantes (F=3) declararam que é indiferente. “ (...) *tanto faz se um colega recebe um elogio ou não, às vezes os professores fazem cunha (...)*” (AF11F); “ (...) *nem sempre os colegas mostram que*



*estão satisfeitos quando sou elogiado. Então para mim, também tanto faz quando são elogiados (...)*” (AC11F).

Quando questionados se é difícil aceitar uma crítica, os participantes (F=8) declararam “sim”. Quanto ao seu parecer, os comentários gravitam em:

*“(...) não consigo aceitar muito bem uma crítica, porque depois sinto-me muito em baixo(...)*” (AC11F); *ainda (RF12M)“(...) é difícil aceitar a crítica, porque sinto-me humilhado, sinto-me rebaixado (...)*”.

Categoria II- Dimensões da IE		
Subcategorias	Frequência (F)	Total
Descrição dos sentimentos	04	08
Gerenciamento das emoções negativas	04	

### **3.3 Categoria III – Inteligência emocional e rendimento escolar**

A categoria III faz alusão a Inteligência Emocional e ao rendimento escolar, estruturada pelas seguintes subcategorias:

Relacionamento com os professores e colegas.

Quando questionados se as suas emoções têm ajudado a ter bom desempenho escolar, 5 sujeitos responderam que sim, como se pode observar nos comentários a seguir:

*“(...) quando sei o que sinto, fico mais confiante e motivado a aprender (...)*”(KJ12F); *“(...) quando me sinto feliz principalmente, fico com mais vontade de fazer os trabalhos da escola (...)*”(EM11M). Os outros participantes (F=3) responderam que não têm certeza se suas emoções têm ajudado no desempenho escolar. *“(...) não sei bem se minhas emoções me ajudam a ter boas notas, eu só estudo para as provas (...)*”(AF11F).

Questionados se tem-se sentido irritado quando os professores e colegas o criticam, 06 participantes declararam que sim. *“(...)fico irritado e muito triste (...)*”(AF11F); *“(...) faz-me duvidar de quem realmente eu sou (...)*” (RF12M).

Questionados se consegue compreender os sentimentos dos seus professores e colegas, 07 participantes responderam que sim (F=7), como revelam os comentários:

*“(...) consigo compreender porque quando alguém está triste eu também me sinto triste e quando alguém está feliz, eu também fico feliz (...)” (EM11M); “(...) é ser insensível não entender os sentimentos dos outros, principalmente se ele está triste (...)” (KJ12F).*

Apenas 01 dos participantes respondeu não: *“(...) às vezes consigo compreender. Outras vezes, não (...)” (AC11F).*

Ao ser questionado se sente os problemas dos seus colegas como se fossem seus, 06 sujeitos (F=6) responderam sim, como reflectem os comentários a seguir:

*“(...) ponho-me sempre no lugar dos outros, porque é o meu jeito de ser (...)” (KJ12F); “(...) as pessoas devem sempre ser simpáticas com os outros e pôr-se no lugar dos outros, é muito importante (...)” (EP11M).*

Somente 02 sujeitos responderam (F=2) nem sempre conseguem olhar para os problemas dos seus colegas, como sendo seus. O comentário traduz a ideia: *“(...) nem sempre é possível ver o problema do outro como meu. E também cada um tem seus seus problemas e na escola não é para fazer confusão (...)” (FP11M).*

Relativamente a saber se tem-se motivado para alcançar os seus objectivos, os participantes de forma unânime responderam sim, (F=8). Os seus comentários revelaram que: *“(...) procuro sempre me motivar para alcançar os meus objectivos porque ninguém mais vai fazer por mim (...)” (AF11F); “(...) o momento em que mais procuro me motivar é quando chega o tempo das provas, se eu não me motivar a estudar, já sei que terei negativas nas provas(...) (KJ11F); “(...) me motivo sempre porque sei que para alcançar os meus objectivos tenho de ter força de vontade (...)” (JG11F).*

Categoria III - IE e o rendimento escolar		
Subcategorias	Frequência (F)	Total
Relacionamento com os professores	06	

Estados emocionais e desempenho escolar	02	08
---	----	----

### 3.4 Categoria IV - Estratégias

A IV categoria – estratégias – cuja pergunta de partida cingiu-se em saber dos participantes, quais estratégias deves aplicar para desenvolveres a Inteligência Emocional (IE)?, apresenta quatro subcategorias: diálogo, promoção de valores, música e controle de impulsos.

Questionados sobre quais as estratégias que deves aplicar para desenvolveres a IE, 04 participantes responderam “diálogo”, como ressaltam os comentários a seguir:

*“(...) procuro sempre conversar com alguém, porque assim não fico perdida nas minhas emoções(...)” (AG11F); “(...) sinto-me bem ao conversar com alguém, principalmente professores ou meus pais e isso me acalma, não sinto mais raiva ou medo (...)” (EM11M).*

Quanto a segunda subcategoria – promoção de valores – 06 participantes (F=6) responderam que actos de bondade e altruísmo ajudam a gerir as emoções, principalmente diante de estresse ou crítica, como revelam os comentários:

*“(...) quando fico chateada tento sempre ajudar alguém e isso ajuda-me muito (...)” (KG12F); “(...) ajudar as pessoas e sentir o que elas sentem me deixa mais leve (...)” (EM11M).*

A quarta subcategoria revela a estratégia – música -, quanto a esta, os participantes são unânimes em afirmar que tem influenciado muito na gestão das suas emoções, tal são reflectidos nos comentários dos participantes:

*“(...) a música é tudo para mim (...)” (EPM11M); “(...) quando estou feliz gosto de ouvir música, faço o mesmo quando estou triste e quando estou irritado(...)” (KJ12F).*

A quarta e última subcategoria da categoria “estratégias” – controle de impulsos – os participantes de forma uníssona (F=8) responderam que controlar a respiração ou respirar fundo, isolar-se por alguns minutos tem sido um subterfúgio para gerir as emoções, como revelam os comentários: *“(...) para eu conseguir controlar os meus impulsos eu respiro fundo e conto de 0 a 10 (...)” (AF11F); “(...) sempre que estou*

*irritado para eu não fazer alguma besteira ou dizer alguma coisa má, eu saio, fico sozinho e não falo nada (...)" (RF12M).*

Categoria IV – Estratégias		
Subcategorias	Frequência (F)	Total
Diálogo	03	08
Promoção de valores	01	
Música	02	
Controlo de impulsos	02	

### **3.5. Discussão dos resultados**

O presente trabalho investigativo procurou explorar a percepção dos alunos em torno da Inteligência Emocional (IE) e sua importância no rendimento escolar nos alunos afectos ao ensino primário, nomeadamente, da 6ª classe. Para tal, optou-se por uma metodologia qualitativa de carácter descritivo.

A Inteligência Emocional é um conceito emergente ao nível das academias, estudos e debates em torno deste conceito, vêm sendo fortemente travados por autores variados, nos variados contextos da acção humana.

Em contexto educativo, a compreensão deste pressuposto é na opinião de vários uma variável de inestimável valor, quer ao nível das relações interpessoais, quer a nível pessoal. Acredita-se ser uma ferramenta que eleva a prestação académica nos distintos subsistemas de ensino. Em contexto angolano, trabalhos investigativos vêm sendo realizados em torno da IE, embora ainda de forma tímida.

Sob pressupostos de ser esta uma ferramenta de imprescindível valor ao nível do processo de ensino-aprendizagem, levou-se a cabo o presente trabalho, com vista a explorar a percepção em torno da IE e sua importância no rendimento escolar e genericamente, no processo de ensino-aprendizagem, para que, com base em teorias internacionalmente existentes e comprovadas, sirva de instrumento de consulta e melhoria do trabalho docente na gestão de emoções intra e interpessoais.

A análise dos resultados foi baseada nas quatro categorias de sustentáculo do presente trabalho, nomeadamente, inteligência emocional, dimensões da inteligência emocional, inteligência emocional e o rendimento escolar e estratégias. Estas categorias são co-adjuvadas por suas subcategorias com o intuito de se alcançar uma compreensão melhor do fenómeno em estudo.

Referente a categoria I, inteligência emocional, propriamente ao conceito de inteligência emocional, verificou-se que alguns participantes (F=4) a definem como a capacidade ligada ao saber controlar os sentimentos, tal como defende De Rosnay e Hughes (2006, citado por Campos e Páez, 2007) a inteligência emocional é a capacidade de compreender a mente dos outros e, em particular, as suas emoções e sentimentos.

A segunda categoria é referentes as dimensões da inteligência emocional. Em relação a subcategoria descrição dos sentimentos, os participantes (F=8) responderam que conseguem descrever os seus sentimentos, sempre que alguém questiona o que sente no momento. Estas respostas são teoricamente fundamentadas por Salovey e Mayer (1990, citado por Barata, 2013) em Identificação da expressão das emoções, inclui habilidades envolvidas na identificação e descrição sucinta de sentimentos por estímulos, como a voz ou a expressão facial, por exemplo. A pessoa que possui essa habilidade identifica a variação e mudança no estado emocional da outra.

Em relação a subcategoria gerenciamento das tuas emoções, os participantes (F=4) responderam ser capazes de gerir suas emoções, têm consciência das suas emoções, “*sempre sei o que sinto*” responderam. Tais respostas são defendidas por Goleman (2001) ao apontar a auto percepção, referindo-se capacidade de a pessoa compreender e manipular de modo consciente e confiantes suas emoções para desenvolver um comportamento correcto diante da situação enfrentada.

Subjacente ao facto de serem capazes de compreenderem seus sentimentos e dos seus colegas, uma frequência de 06 sujeitos responderam que são capazes de compreenderem seus sentimentos e de seus colegas, tal como sustenta Goleman (2001) refere-se a empatia como a capacidade de o indivíduo perceber seus anseios e os trabalhar de forma positiva para que com isso consiga cultivar sintonia com o maior número de pessoas possível

A categoria III aduz a inteligência emocional e o rendimento escolar, subcategorizada pelo relacionamento com os professores e colegas e pelos estados emocionais e desempenho escolar.

Em relação a subcategoria relacionamento com os professores e colegas, questionados se suas emoções têm ajudado a ter bom desempenho escolar, os participantes (F=6) responderam que sim. Sentem-se felizes, com mais vontade e motivação de aprender e são capazes de sentir os problemas dos outros como sendo seus.

Estas respostas são teoricamente fundamentadas por Bar-On (2006, citado por Barata, 2013) ao referir-se a capacidade interpessoal – empatia, responsabilidade social, e relacionamentos interpessoais.

Ainda Goleman (1998, citado por Barata, 2013) ao mencionar a consciência social. Segundo este autor, faz menção ao reconhecimento dos sentimentos, preocupações e necessidades dos outros.

A categoria IV faz referência as estratégias, apresenta as subcategorias: diálogo, promoção de valores, música e controlo de impulsos.

Em relação ao diálogo, os participantes (F=3) apontaram-no como estratégia de gestão de emoções, sobretudo, em momentos de tensão, outros responderam (F=2) música, ainda outros (F=2) responderam para o controlo de emoções, a técnica de respirar fundo, contar e isolar-se e apenas um sujeito (F=1) fez referência a promoção de valores, nomeadamente, o exercício da bondade como estratégia para gestão de emoções.

Com base no acima exposto, Goleman (1998, citado por Barata, 2013) ao se referir ao Auto-controlo. Segundo este autor, auto-controlo engloba o controle de sentimentos, impulsos e adaptabilidade.



## **CONCLUSÕES E SUGESTÕES**



#### **4. Conclusões**

Após a abordagem teórica e metodológica conclui-se o seguinte:

1. Alguns alunos têm alguma noção do que é I.E, outros ainda já ouviram falar, mas não sabem o que é e outros nunca ouviram falar. De forma geral, os alunos vêm a I.E como a capacidade de saber controlar as suas emoções e as dos outros, o saber expressar os seus sentimentos e o saber lidar com as adversidades.
2. A gestão de emoções é sem dúvida alguma de imprescindível importância para se ter um bom aproveitamento escolar. Em algumas respostas dadas pelos entrevistados pode-se concluir que, quando o aluno tem em conta os sentimentos dos outros (professores e colegas), quando tem empatia pelos mesmos, sentem-se felizes e motivados, conseqüentemente têm maior produtividade.
3. As dimensões da IE ajudam o indivíduo a saber mais sobre as suas próprias emoções e as emoções dos outros, sobre o modo como se sente e como os outros se sentem, sobre o modo como os outros expressam as suas emoções e a saber lidar com tudo isso. Os alunos entrevistados mostraram que de uma maneira geral possuem, de maneira implícita, cada uma dessas dimensões.
4. Os alunos entrevistados conseguem criar diferentes estratégias para lidar melhor com as suas emoções.

De modo geral concluiu-se que os alunos da 6ª classe do Complexo Escolar Privado “O Pirlampo” percebem a IE como quesito importante para o seu rendimento escolar, expressos na capacidade de gestão emocional pessoal e dos outros;

A IE na percepção dos alunos da 6ª classe do Complexo Escolar Privado “O Pirlampo” é expressa na capacidade de controlar as suas emoções e na capacidade de sentir os problemas dos outros como sendo seus próprios na automotivação para o alcance dos objectivos pessoais;

A autoconsciência dos sentimentos, a compreensão dos sentimentos dos outros, a automotivação para o alcance dos objectivos pessoais e o controlo das próprias emoções foram apontados pelos alunos da 6ª Classe do Complexo Escolar Privado “O Pirlampo” como ferramentas importantes para descrição da IE;

O diálogo, ouvir música, controlo de impulsos através de técnicas de respiração e isolamento, promoção de valores baseada na bondade e empatia, foram entre outras apontadas como estratégias para o desenvolvimento da IE nos alunos.

### **1.1. Limitações**

À semelhança de todo trabalho científico, o presente trabalho apresenta limitações, sentidas ao longo do seu desenvolvimento, nomeadamente:

1. A primeira limitação cinge-se no levantamento do acervo teórico que sustenta o presente trabalho; sentiu-se dificuldades ao nível de estudos ligados a inteligência emocional em contexto angolano, razão que impeliu as autoras a fazer recurso das teorias internacionalmente existentes sobre o objecto de estudo;
2. O acesso limitado aos instrumentos tecnológicos (câmaras, aparelhos de gravação) para radiografia em contexto ecológico e obter-se daí uma percepção melhor, desta importante faculdade de gestão de emoções.
3. A não participação dos pais e encarregados de educação, professores e direcção do complexo no trabalho com vista, a maximizar a veracidade dos factos da vida emocional dos participantes do trabalho.

### **1.2. Sugestões**

Em conformidade com as conclusões do trabalho, sugere-se:

1. Que se adoptem nas escolas actividades como palestras sobre Inteligência Emocional ou vídeo aulas para que os alunos em todos os subsistemas de ensino tenham conhecimento e conseqüentemente possam descrever melhor a sua percepção sobre a Inteligência Emocional.

2. Os professores de todos os subsistemas de ensino devem conversar com os alunos, em sala de aulas sobre o papel da IE no rendimento escolar dos alunos. Deve-se explicar claramente aos alunos sobre a importância da IE no rendimento escolar.
3. É necessário que se criem actividades em grupo, nas escolas, para que se crie nos alunos empatia, jogos que permitam o aluno conviver com pessoas que reagem de maneiras diferentes a diferentes situações, que têm emoções e sentimentos diferentes. Para que assim o aluno possa desenvolver as dimensões (a percepção, avaliação e expressão das emoções; a facilitação emocional do pensamento; a compreensão e análise das emoções e a regulação reflexiva das emoções) da IE.
4. É necessário traçar estratégias, nas escolas, que ajudem os alunos a desenvolver a IE, tais como estimular o diálogo, desenvolver actividades lúdicas em grupo, aproximar a relação professor-aluno, estimular a empatia, etc.

Que sejam levadas a cabo internamente, actividades que enalteçam o desenvolvimento da IE nos alunos, incluindo dança, leitura, meditação, jogos de grupos, canto entre outras actividades;

Que os professores sejam promotores da cultura de gestão de emoções pessoais e de grupos e árbitros das manifestações contrárias a esta cultura, levando para efeito proceder exemplar.

## Referências Bibliográficas

Abrantes, J. e Almeida, B. (2009). *O conceito das inteligências múltiplas e a nova gestão empresarial*. Rio de Janeiro;

Aguiar, C., Barros, S., & Bairrão, J. (2005). *Perfis interactivos maternos e envolvimento das crianças em contexto de creche. Desenvolvimento: Contextos familiares e educativos*. Porto;

Alves, D. (2006). *O emocional e o social na idade escolar. Uma abordagem dos preditores da aceitação pelos pares* (Dissertação de Mestrado). Universidade do Porto, Porto;

Alzina, R. (2000). *Educação e bem-estar*. Barcelona, Editorial Praxis, S.A;

Barata, P. (2013). *Contribuição da Inteligencia Emocional para o cesso Escolar no contexto da Formação em Medicina*, Covilhã;

Barbera, K., Christensen, M., & Barchard, K. (2004). *Relating Family Size and Birth order to emotional intelligence*. Paper presented at the Western Psychological Association Annual Convention, Phoenix, Arizona;

Branco, A. (2005). *Da "leitura literária escolar" à "leitura escolar de/da literatura": poder e participação*. São Paulo;

Almeida, A. A. (Dezembro de 2009). Ética, moral e responsabilidade social. *Biblioteca Digital de teses e dissertações*.

Alzina, R. (2000). *Educação e bem estar*. Barcelona: Práxis.

Barbosa, E. (02 de 10 de 2018). *Redação Minuto Saudável*. Acesso em 22 de 07 de 2019, disponível em Redação Minuto Saudável: <https://minutosaudavel.com.br/fobia-social/>

Barbosa, S. (2021).

Boeck, D. M. (1998). *O que é a Inteligência Emocional*. Lisboa: Pergaminho.

Cardoso, M. d. (10 de Julho de 2013). *COMPETÊNCIAS E HABILIDADES: ALGUNS DESAFIOS PARA A . COMPETÊNCIAS E HABILIDADES: ALGUNS DESAFIOS PARA A* , p. 6.

Carvalho, G. (1 de Janeiro de 2017). *Admisnistradores*. Acesso em 03 de Julho de 2019, disponível em Administradores: <http://administradores.com.br/artigos/afinl-o-que-e-carreira>

Colino, A. C. (2019). *paasei direto*. Acesso em 20 de Novembro de 2019, disponível em passei direto: <https://www.passeidireto.com/arquivo/48020830/competencia-e-habilidades-discente-e-docente>

*Conceito.de*. (24 de Setembro de 2011). Acesso em 03 de julho de 2019, disponível em Conceito.de: <http://conceito.de/social>

- Contreiras, B. D. (2008). *Compreensão Emocional*. Madrid: McGraw Hill.
- Dias, M. (18 de Dezembro de 2018). *OPUS*. Acesso em 16 de Março de 2020, disponível em OPUS: <https://www.opuspesquisa.com/blog/tecnicas/amostragem/>
- Dicionário Etimológico*. (2008). Acesso em 03 de Julho de 2019, disponível em Dicionário Etimológico: <http://www.dicionarioetimologico.com.br/docente/>
- Fernandes, A. (2012). Dimensão gerontológica. *Biblioteca digital*.
- Fernandes, G. C., & Terra, M. B. (2008). Fobia social – estudo da prevalência em duas escolas em Porto Alegre. *Fobia social – estudo da prevalência em duas escolas em Porto Alegre*, p. 123.
- Fernandes, G. C., & Terra, M. B. (2008). Fobia Social-estudo de prevalência em duas escolas em Porto Alegre. *Fobia Social-estudo de prevalência em duas escolas em Porto Alegre*, p. 123.
- Fonseca, V. d. (2016). importância das emoções na aprendizagem. *Revista Psicopedagogia*.
- Franco, M. d. (2015). Desenvolvimento da Compreensão Emocional. *Revista Psicologia*.
- Franco, N. N. (2018). Factores que influenciam o desenvolvimento da compreensão emocional. *Revista Amazônica*.
- Gardner, H. (2001). *Inteligências Múltiplas*. Lisboa: Penso.
- Gardner, H. (2005). *Inteligência- Múltiplas Perspectivas*. Artmed Editora.
- Gardner, H. (2009). *Inteligências Múltiplas*. Lisboa: Penso.
- Gauthier, C., & Tardif, M. (2010). *A PEDAGOGIA: Teorias e práticas da Antiguidade aos nossos dias*. Brasil: Vozes.
- Geher, J. M. (1996). Inteligência Emocional e a identificação da emoção. *Psicologia: Reflexão e crítica*.
- Goleman, D. (1999). *Inteligência Emocional*. Rio de Janeiro: Objectiva LTDA.
- Goleman, D. (2001). *Inteligência Emocional*. Rio de Janeiro: Objectiva.
- Greenberg, J. S. (1997). *Desenvolvimento cerebral e desenvolvimento emocional*. Nova York: Basic Books.
- Harris, F. P. (2004). Compreensão Emocional. *Jornal Europeu de Psicologia do desenvolvimento*.
- Haydt, R. C. (1997). *Avaliação do processo ensino aprendizagem*. São Paulo: Ática.
- Howe, N. (Abril de 2006). desenvolvimento na primeira infância. *Enciclopédia*.
- Hughes, M. R. (2006). Conversação e Teoria da Mente: As crianças falam para a compreensão sociocognitiva. *British Journal of Developmental Psychology*.
- Ito, L. M., Roso, M. C., & Tiwari, S. (2008). Terapia cognitivo-comportamental da fobia social Cognitive-behavioral therapy in social phobia. Em L. M. Ito, M. C. Roso, & S. Tiwari, *Terapia cognitivo-comportamental da fobia social Cognitive-behavioral therapy in social phobia*. SP-Brasil.
- Izard, D. S. (2005). *Os sistemas emocionais e o desenvolvimento da inteligência emocional*. Canadá: Hogrefe.

- Izard, D. S. (2005). *Os sistemas emocionais e o desenvolvimento da inteligência emocional*. Canadá: Hogrefe.
- Koelle, I. (Outubro de 2021). inteligência emocional.
- Koelle, I. (Outubro de 2021). Inteligência Emocional.
- Kraemer, M. E. (29 de 11 de 2011). *O Ensino da Vida*. Acesso em 23 de 08 de 2019, disponível em O Ensino da Vida : <http://oensinodavida.blogspot.com/2011/11/qual-o-perfil-do-professor-hoje.html?m=1>
- Lima, S. d., & Neto, F. R. (2015). DESAFIOS NA PRÁTICA PEDAGÓGICA DO DOCENTE INICIANTE EM INSTITUIÇÕES DE ENSINO SUPERIOR.
- Lopes, A., Cavalcante, M. A., Oliveira, D. A., & (Orgs., Á. M. (2014). Trabalho Docente e Formação Políticas, Práticas e Investigação: pontes para a mudança. Em A. Lopes, M. A. Cavalcante, D. A. Oliveira, & Á. M. (Orgs., *Trabalho Docente e Formação Políticas, Práticas e Investigação: pontes para a mudança* (p. 5198). CIE - Centro de Investigação e Intervenção Educativas.
- López-Zafra, M. I. (2009). Inteligência Emocional e desempenho escolar. *Revista Latinoamericana de Psicología*.
- Magalhães, R. T. (Março de 2010). Fonte: Da Timidez à Fobia Social.
- Magalhães, R. T. (03 de 2010). Da timidez à fobia social. *Da timidez à fobia social*, p. 4.
- Marques. (2021).
- Marques, M. d. (2011). Concepção de IE em contexto educativo e profissional: estudo sobre uma universidade angolana. *Repositório da Universidade de Lisboa*.
- Marques, M. d. (2011). Concepção de IE em contexto educativo e profissional: estudo sobre uma universidade angolana. *Repositório da Universidade de Lisboa*.
- Mascarenhas, S. A. (2005). Atribuições causais e rendimento escolar. *Revista Portuguesa de Educação*.
- Mayer, P. S. (1997). Inteligência Emocional. *Desenvolvimento Emocional e Inteligência Emocional*.
- Mayer, P. S. (1997). O que é Inteligência Emocional. *Desenvolvimento emocional e Inteligência Emocional*.
- Mayer, P. S. (1997). O que é Inteligência Emocional. *Desenvolvimento emocional e Inteligência Emocional*.
- Mendes, M. d. (2011). O Perfil do Professor do Século XXI Desafios e competências: As Competências Profissionais dos Professores Titulares e Professores. Em M. d. Mendes, *O Perfil do Professor do Século XXI Desafios e competências: As Competências Profissionais dos Professores Titulares e Professores* (pp. 195-210). Granada: Editorial de la Universidad de Granada.
- Michaelis*. (2019). Acesso em 03 de Julho de 2019, disponível em Michaelis: <http://michaelis.uol.com.br/busca?id=OWLL>
- Nascimento, R. D. (2002). Inteligência Emocional: Um construto científico. *Paideia*.

- Ochoa, C. (21 de Outubro de 2015). *netquest*. Acesso em 16 de Março de 2020, disponível em netquest: <https://www.netquest.com/blog/br/blog/br/amotoa-conveniencia>
- Pessoa, L. (2005). Estímulos emocionais. *Current opinion in Neurobiology*.
- Portal Educação. (2018). Acesso em 21 de 07 de 2019, disponível em Portal Educação: <https://www.portaleducacao.com.br/conteudo/artigos/conteudo/fobia/29158>
- Rauber, P. (2008). *PROFISSÃO PROFESSOR: EXIGÊNCIAS ATUAIS – UMA ANÁLISE?*. Revista Jurídica UNIGRAN. Dourados, MS.
- REDAÇÃO. (27 de Setembro de 2016). *CAPACITAÇÃO DOCENTE*. Acesso em 6 de Dezembro de 2019, disponível em REDAÇÃO: <https://desafiosdaeducacao.grupoa.com.br/6-habilidades-os-professores-de-hoje-precisam-ter/>
- Ridder, D. M. (2005). Consequências dos problemas de conduta na infância. *Jornal de Psicologia infantil e psiquiatria*.
- Robbins, S. P. (2005). *Comportamento organizacional*. São Paulo: Pearson Education.
- Roberts, R. D. (2002). Inteligência Emocional: um constructo científico? *Paidéia*.
- Santiago, J. T. (2001). *Sucesso no ensino superior- uma questão de adaptação e de desenvolvimento vocacional*. Aveiro: Porto editora.
- Santiago, J. T. (2001). *Sucesso no ensino superior- uma questão de adaptação e de desenvolvimento vocacional*. Aveiro: Porto editora.
- Santos, F. C. (2011). *Inteligência Emocional*. Recife: Clube de autores.
- Santos, J. (2000). Educação Emocional na escola. *Faculdade Castro Alves*.
- Santos, N. N. (10 de Agosto de 2018). Fatores que influenciam o desenvolvimento da compreensão emocional. *Psicologia escolar*.
- Significados*. (25 de Maio de 2016). Acesso em 03 de Julho de 2019, disponível em <https://www.significados.com.br/fobia/>
- SignificadosBr*. (2019). Acesso em 03 de Julho de 2019, disponível em SignificadosBr: <https://www.significadosbr.com.br/docente>
- Silva, C. R. (2011). Ansiedade no Meio Escolar. Em C. R. Silva, *Ansiedade no Meio Escolar* (p. 8). Brasília.
- Silva, G. B., & Felicettib, V. L. (Janeiro-Junho de 2014). Habilidades e competências na prática docente: perspectivas a partir de situações-problema. *Habilidades e competências na prática docente: perspectivas a partir de situações-problema*, p. 19.
- Silva, G. C. (2011). Atribuições causais dos estudantes do 9º ano do ensino fundamental de Manaus sobre rendimento escolar. *Siste de Bibliotecas da Universidade Federal do Amazonas*.
- Silva, H. S. (2014). Investigação educativa- rendimento escolar. *Revista eletrônica de Educação e Psicologia*.
- Sousa, A. P. (2010). Inteligência Emocional e desempenho acadêmico em estudantes do Ensino Superior. *Repositório Instituto Superior Miguel Torga*.

- Sousa, C. S. (2000). Educação Emocional: literacia emocional ou a arte de ler emoções. *Biblioteca Virtual*.
- Sztamfater, S., & Savoi, M. G. (13 de janeiro de 2017). Tratamento de fobia social em adultos: considerações a respeito da inserção da família em programas psicoeducacionais. *SMAD, Rev. Eletrônica Saúde Mental Álcool Drog*, pp. 54-55.
- Tamburus, O. F. (07 de 01 de 2015). *SO PEDAGOGIA*. Acesso em 23 de 08 de 2019, disponível em SO PEDAGOGIA: [https://www.pedagogia.com.br/artigos/0\\_perfil\\_do\\_professor/](https://www.pedagogia.com.br/artigos/0_perfil_do_professor/)
- Thomas, L. (23 de 08 de 2018). *NEWS MEDICAL LIFE SCIENCES*. Acesso em 16 de Julho de 2019, disponível em NEWS MEDICAL LIFE SCIENCES: [https://www.news-medical.net/health/Social-Anxiety-Disorder-History-\(Portuguese\).aspx](https://www.news-medical.net/health/Social-Anxiety-Disorder-History-(Portuguese).aspx)
- Torres, M. B. (18 de Julho de 2014). O impacto da Inteligência Emocional no resultado do trabalho. *Repositório comum*.
- Torres, M. B. (2014). O impacto da Inteligência Emocional no resultado do trabalho. Lisboa, Portugal.
- Torres, M. B. (18 de Julho de 2014). O impacto da Inteligência Emocional no resultado do trabalho. *Repositório comum*.
- Torres, P. M. (2008). Relações entre o conhecimento das emoções, as habilidades académicas, as habilidades sociais e a aceitação entre pares. *Análise Psicológica*.
- Weisinger, H. (2001). *Inteligência Emocional no trabalho*. Rio de Janeiro: Objectiva.



## **ANEXOS E APÊNDICES**



## **INSTITUTO SUPERIOR DE CIÊNCIAS DE EDUCAÇÃO ISCED-HUÍL.**

### **DEPARTAMENTO DE CIÊNCIAS DA EDUCAÇÃO**

#### **SECÇÃO DE PSICOLOGIA**

#### **Guião de entrevista aos alunos da 6ª do Complexo escolar privado “O Pirilampo”**

Caro (a) aluno, no âmbito da investigação científica, está a ser levada a cabo um trabalho para a obtenção de grau de licenciado, subordinado ao tema: “Importância da percepção da Inteligência Emocional no rendimento escolar dos alunos da 6ª classe do Complexo escolar privado “ O Pirilampo”

Gostaríamos a sua ajuda para obtenção dos dados, desde já agradecemos a sua colaboração.

#### **Dados pessoais:**

Idade  Género: C  F

Nome: \_\_\_\_\_

1. Já ouviu falar em Inteligência Emocional?
  - 1.1. O que é?
  - 1.2. Consegues descrever os teus sentimentos?
  
2. De uma forma geral, tens consciência das tuas emoções?
  - 2.1. Quando um colega teu recebe um elogio, te sentes feliz?
  - 2.2. É difícil aceites uma crítica?
  
3. A compreensão dos teus sentimentos tem-te ajudado a teres bom desempenho escolar?
  - 3.1. Tens-te irritado quando os teus professores e colegas te criticam?
  - 3.2. Consegues compreender os sentimentos dos teus professores e colegas?

- 3.3. Sentes os problemas dos teus colegas como se fossem teus?
- 3.4. Tens-te motivado para o alcance dos teus objectivos?
4. Para ti, que estratégias deves aplicar para desenvolveres a inteligência emocional?

Agradecemos pela colaboração !!!

### Dicionário de categorias

Número	Categoria	Subcategorias	Exemplo	Frequência	Total
I	Inteligência Emocional	Conceito de IE	<i>“Está ligado ao saber controlar os sentimentos” (AF11F)</i>	4	4
II	Dimensões da Inteligência Emocional	Descrição dos sentimentos	<i>“ Consigo descrever os meus sentimentos sempre que alguém me pergunta sobre o que sinto no momento”(KJ12F)</i>	4	4
		Gerenciamento das emoções negativas	<i>“Não consigo aceitar muito bem uma crítica, porque depois sinto-me muito</i>	4	4

			<i>em baixo”</i> (AC11F);		
III	Inteligência Emocional e o rendimento escolar	Relacionamento com os professores	<i>“As pessoas devem sempre ser simpáticas com os outros e pôr-se no lugar dos outros, é muito importante”</i> (EP11M).	6	6
		Estados emocionais e desempenho escolar	<i>“Me motivo sempre porque sei que para alcançar os meus objectivos tenho de ter força de vontade”</i> (JG11F)	2	2
IV	Estratégias	Diálogo	<i>“Procuro sempre conversar com alguém, porque assim não fico perdida nas minhas emoções”</i> (AG11F)	3	3
		Promoção de valores	<i>“Ajudar as pessoas e sentir o que elas sentem</i>	1	1

			<i>me deixa mais leve” (EM11M).</i>		
		Música	<i>“Quando estou feliz gosto de ouvir música, faço o mesmo quando estou triste e quando estou irritado” (KJ12F)</i>	2	2
		Controle de impulsos	<i>“Para eu conseguir controlar os meus impulsos eu respiro fundo e conto de 0 a 10” (AF11F)</i>	2	2