

PROGRAMA DE INTELIGÊNCIA EMOCIONAL PARA O 1º CICLO

Capacitação de Técnicos

"A inteligência racional realiza grandes coisas.
A inteligência emocional realiza boas coisas.
É preciso associar estas duas inteligências."

Patrícia Souza

04/07/2019



Programa de Inteligência Emocional para o 1º Ciclo

Capacitação de Técnicos

Há algum tempo atrás o sucesso dos indivíduos era avaliado pelo raciocínio intelectual (QI), no entanto Goleman (2000) levanta uma nova discussão sobre esta temática. Segundo este autor, a inteligência emocional é a principal responsável pelo sucesso ou insucesso dos indivíduos, sendo que esta pode ser treinada, de maneira a melhorar o desenvolvimento intelectual.

Segundo PeKrun (2014), as emoções controlam a atenção dos alunos, influenciam a sua motivação para aprender, modificam a escolha das estratégias de aprendizagem e afetam a autorregulação da aprendizagem.

Alguns estudos têm demonstrado que as crianças com perfis mais positivos de competências socioemocionais têm não só mais sucesso no desenvolvimento de atitudes positivas em relação à escola como também melhores resultados e aquisições escolares (e.g. Bierman, Torres, Domitrovich, Welsh, & Gest, 2009; Caprara, Barbaranelli, Pastorelli, Bandura, & Zimbardo, 2000; Tentracosta & Izard, 2007).

A educação das emoções constitui um processo complexo de construção permanente, originado no seio familiar, passando pela escola e continuando por toda a vida. Os profissionais de ensino devem ser emocionalmente competentes para educar as emoções dos seus alunos para que estes sejam capazes de lidar com as alegrias, as frustrações e ainda reconhecer as suas emoções e as dos outros.

Segundo a Dra. Ana Rita Hilário, em sua tese de Mestrado, verificou-se que um professor emocionalmente competente consegue construir uma imagem de si próprio, relativamente à sua autoconsciência emocional, usa os seus conhecimentos para a sua gestão de emoções, consegue e aprende a ultrapassar momentos difíceis através da sua automotivação, fazendo de cada perda um desafio, parte dos seus conhecimentos para desenvolver um bom nível de empatia e ainda para ser capaz de fazer uma eficaz gestão de emoções em grupos.

O nosso principal objetivo é “ajudar as nossas crianças a conhecerem-se a si próprias, a gerir as suas emoções para se construírem interiormente e poderem ser PESSOAS emocionalmente inteligentes, capazes de, conhecendo-se e conhecendo os outros, interagir de uma forma positiva, contribuindo para um mundo melhor e mais feliz” (in Modelo Pedagógico).

“O sucesso não é chave para a felicidade mas a felicidade é a chave para o sucesso.”

Albert Schweitzer

OBJETIVOS

Este Programa visa o desenvolvimento de uma ação integrada para a promoção das competências socioemocionais das crianças em meio escolar, capacitando técnicos e docentes enquanto público-alvo estratégico.

As competências trabalhadas neste programa são facilitadoras de sucesso escolar e de resiliência, favorecendo uma maior capacidade para a criança lidar de forma eficaz com a imprevisibilidade.

Constituem objetivos específicos:

1. Desenvolver nos Técnicos e Professores envolvidos no projeto, a sua inteligência emocional numa perspetiva de desenvolvimento pessoal e profissional enquanto agentes de mudança;
2. Promover comportamentos e atitudes favoráveis ao processo de mudança assim como estratégias educativas inovadoras, facilitadoras do processo ensino-aprendizagem;
3. Criar ambientes seguros e de apoio que promovam o bem-estar, o desenvolvimento pessoal e a aprendizagem;
4. Ajudar as crianças e jovens a desenvolverem competências socioemocionais eficazes e a compreenderem o seu próprio comportamento.

RESULTADOS ESPERADOS

Espera-se, com este programa, capacitar os técnicos ao nível do conhecimento e das técnicas a serem utilizadas com o intuito de levar os seus alunos a desenvolverem a inteligência emocional.

Através da mentoria individual, pretende-se que os técnicos desenvolvam, eles próprios a sua inteligência emocional.

Adquiridas e interiorizadas tais competências, espera-se que os técnicos passem os conhecimentos adquiridos, aos alunos, em contexto de atividades em sala de aula, mas principalmente através do seu olhar diferenciado e modificado através da inteligência emocional.

METODOLOGIA

Sessões teóricas de inteligência emocional, que decorrerão semanalmente, com uma carga horária de 2h, estas sessões serão realizadas em grupo de 14 técnicos. Em paralelo, decorrerão sessões individuais, com cada um dos 14 técnicos, numa periodicidade semanal e com duração de 1h.

Num segundo momento será sugerido que cada técnico crie o seu próprio programa de inteligência emocional, adaptado às necessidades dos alunos com os quais intervém. Nesta fase as sessões teóricas serão substituídas por momentos de partilha e reflexão em equipa do trabalho desenvolvido por cada técnico. Em paralelo, as mentorias individuais continuarão com periodicidade quinzenal e duração de 1h.

AVALIAÇÃO E SUCESSO DO PROGRAMA

O desenvolvimento de um ser humano é entendido como um processo de aquisição de experiências ao longo da vida onde é necessário pensar e repensar suas atitudes, se educar e se reeducar preparando-se assim para novas tarefas e novas exigências do turbulento mercado globalizado (THUROW,1997; PIMENTEL,1993). Desta forma, foi não só sentido, mas visível e verbalizado a transformação que ocorreu em todos os técnicos intervencionados no programa, uns mais do que outros mas, tratando-se de uma avaliação qualitativa, o número não tem tanto significado, o que poderá ser compreendido na leitura das autoavaliações em anexo.

Ao longo de 17 semanas de intervenção, pude observar a resistência e o desconforto frente à mudança do “EU” de cada técnico e aos poucos, estas emoções sendo substituídas pela aceitação e prática destes novos conhecimentos que iam surgindo nesta grande viagem para dentro de si. Acredito que é através da relação que o professor/técnico desenvolve com o aluno, no sentido de o formar enquanto pessoa, que viabiliza na maioria dos casos, o aprender não só através das disciplinas dadas, mas com toda a riqueza de experiência transmitida em sala de aula.

Ao longo do percurso foi-se tornando consciente que ao desenvolverem a capacidade de pensar suas emoções, canaliza-las e expressa-las de maneira saudável, por si só seria o facilitador para que as crianças intervencionadas por eles, pudessem pensar e sentir a si e aos outros, sendo capaz de comunicar o que se

passa, sem agressividade e destrutividade, valorizando o que sente e o que deseja, sem desvalorizar o outro e suas emoções.

Foi através da relação de empatia e confiança, estabelecida na relação de mentoria, que permitiu não só o conhecimento e o crescimento individual, como serviu de modelo, para que cada técnico pudesse reproduzir tal experiência, com os alunos, outros professores, funcionários e familiares a sua volta. Eu acredito que a confiança é a base de toda conexão, é a moeda de troca das relações humanas no futuro, é a capacidade de criar conexões e é a confiança que vai fazer de nós bons professores, bons colegas de trabalho, bons empreendedores e acima de tudo, bons cidadãos.

Os técnicos conseguiram ampliar o conceito de Educação, entendendo que todo o progresso da civilização e as mudanças tecnológicas que tem ocorrido, tem causado um grande impacto na forma de ensinar e aprender e que já não basta ser criativo e capaz de adaptar-se às novas realidades. Torna-se urgente participar do desenvolvimento dos valores, das emoções, do ser e estar dos seus alunos. É preciso despertar o interesse em aprender e manter-se atualizado, de fazê-los acreditar que são capazes de resolver problemas e gerir suas emoções. Visto ser esta a força motriz para se alcançar as competências pessoais e profissionais necessárias ao longo da vida.

Conseguimos criar espaço para pensar fora da caixa, a inteligência artificial, já chegou e os computadores já fazem análises de dados muito melhor que os humanos, no entanto os computadores não são capazes de fazer reflexão. Muitos dos grandes problemas de hoje em dia, são éticos e não técnicos. Aprendemos que o que nos salvará não é a consciência e sim o inconsciente, onde está tudo armazenado no fundo da nossa mente. Neste momento o mundo ainda nos está a pedir análises, mas brevemente nos pedirá reflexões.

Nos próximos anos, a inteligência artificial vai excluir milhares de pessoas do mercado de trabalho e isto é um fenómeno global que irá afetar todos os países. É uma mudança que nos espera nos próximos 20 anos. Uma investigação de Oxford diz que nos próximos 20 anos, irão desaparecer 47% dos empregos de hoje em dia. Outros empregos vão surgir. 65% das crianças do ensino médio, irão trabalhar numa profissão que ainda não existe. Essa realidade tem que nos tornar sensíveis para a urgência em ensinar comportamentos e não apenas técnicas aos nossos alunos.

O profissional do futuro vai ter que saber como pensar e não o que pensar. Na era digital, não faz mais sentido decorar números e formas, elas estão prontas na internet. Vamos sim ter que desenvolver habilidades como aprender, desaprender e reaprender.

As pessoas confundem inteligência com consciência. A inteligência é a capacidade de resolver problemas, a consciência é a capacidade de sentir. Estamos criando

inteligência artificial e não consciência artificial. Se é isso que nos vai diferenciar dos computadores e robôs temos que desenvolver mais a consciência humana, estamos desenvolvendo cada vez mais o externo e esquecendo de olhar para dentro de nós. Como diz Mário Benedetti *"Desde pequenos ensinam-nos como são formados os ossos, os órgãos, as funções e as partes do corpo, mas nunca soubemos do que é feita a alma."*. Não estamos a ensinar as nossas crianças a lidar com as suas emoções e, se não sabem sentir, estamos a criar robôs humanos, afinal não é preciso ser para agir como.

CONCLUSÃO

Concluiu-se que o projeto foi vantajoso para a equipa. Portador de uma grande pertinência em termos temporais e conteúdos adequados para as necessidades da sociedade e escola atual.

O grande interesse manifestado pelo grupo ao longo das sessões, evidenciado pela frequência e assiduidade plena do mesmo na ação de capacitação com 197 horas, onde não houve uma única falta. Foi promotor de um crescimento emocional individual e de grupo com vista à Humanização.

Consideramos a ação uma mais-valia para o crescimento da comunidade escolar. Urge a necessidade de a tornar abrangente a todos os intervenientes educativos. Só assim a mudança e o sucesso acontecerão!

A preocupação com a educação das crianças do concelho é de uma grandeza e preocupação tamanhas, objetivada no investimento financeiro aplicado na ação de capacitação. A sua continuidade deve ser viável num futuro próximo.