

EDUCAÇÃO EMOCIONAL NA SALA DE AULA COMO PROTEÇÃO À SAÚDE MENTAL

EMOTION EDUCATION IN THE CLASSROOM AS PROTECTION FOR MENTAL HEALTH

Autor 1¹ EVANILDE MIRANDA DE FREITAS GUIMARÃES, MIRANDA.EVANILDE@GMAIL.COM.

Resumo: O artigo discute a importância da educação emocional no contexto escolar, destacando seu papel na promoção da saúde mental e no processo de aprendizagem, em consonância com a Base Nacional Comum Curricular (BNCC). Diante do aumento significativo de afastamentos por transtornos como ansiedade e depressão no Brasil, o estudo enfatiza a necessidade de desenvolver competências socioemocionais, como autoconhecimento, autogestão, empatia e habilidades de relacionamento. O autoconhecimento é apresentado como elemento central para o equilíbrio emocional, prevenção de conflitos e promoção de relações saudáveis. A pesquisa, de natureza qualitativa, foi realizada com alunos do 2º ano do ensino médio em uma escola militarizada de Boa Vista (RR), por meio de quatro encontros que envolveram debates, pesquisas, rodas de conversa e produção textual sobre temas como temperamentos e bullying. Os resultados indicaram que a maioria dos alunos não recebeu orientação emocional no ambiente familiar e tende a lidar com problemas de forma passiva. Conclui-se que a educação emocional deve ser incorporada de forma contínua no ambiente escolar, contribuindo para o desenvolvimento integral dos estudantes, melhoria das relações interpessoais e fortalecimento do processo de ensino-aprendizagem.

Palavras-chave: 1. Autoconhecimento 2. Bncc 3. Temperamentos 4. Relacionamentos 5. Conscientização.

Abstract: The article discusses the importance of emotional education in the school context, highlighting its role in promoting mental health

and supporting the learning process, in accordance with the Brazilian National Common Curricular Base (BNCC). Given the significant increase in leaves of absence due to mental health disorders such as anxiety and depression in Brazil, the study emphasizes the need to develop socio-emotional competencies, including self-awareness, self-management, empathy, and relationship skills. Self-awareness is presented as a central element for emotional balance, conflict prevention, and the promotion of healthy relationships. This qualitative research was conducted with second-year high school students at a militarized public school in Boa Vista, Roraima, through four meetings involving debates, research activities, group discussions, and written production on topics such as temperament and bullying. The results indicated that most students had not received emotional guidance within the family environment and tend to deal with problems in a passive manner. The study concludes that emotional education should be continuously incorporated into the school environment, contributing to students' holistic development, improving interpersonal relationships, and strengthening the teaching-learning process.

Keywords: 1. Self-awareness 2. Bncc 3. Temperaments 4. Relationships 5. Awareness.

1 INTRODUÇÃO

A preocupação com a saúde mental tem crescido nesses últimos anos em todos os contextos, inclusive no educacional, uma vez que prejuízos nesse sentido podem interferir na aprendizagem dos alunos. A BNCC, por compreender o aluno como um ser biopsicossocial, valoriza a saúde mental ao estimular o desenvolvimento de habilidades socioemocionais em todas as suas competências.

De acordo com dados da Previdência Social de 2025, o Brasil registrou mais de 546 mil afastamento por questões de saúde mental

dentro de um total de 4 milhões de licença por incapacidade temporária, tendo a ansiedade e a depressão como maiores causas.

O Fórum Internacional de Políticas Públicas: educar para as competências do século XXI, ocorrido em São Paulo, marca os debates sobre a educação emocional, pois balizou a importância da escola entender as competências socioemocionais no processo de aprendizagem (BATISTA; PASCOALINI; GUIMARÃES, 2022).

Nesse sentido, buscou-se abordar a relevância da educação emocional na escola com base na BNCC, destacando o desenvolvimento de habilidades pertinentes aos eixos socioemocionais: autoconhecimento, autogestão, tomada de decisão responsável, habilidades de relacionamento e consciência social. Por meio de encontros que abordaram a temática da educação emocional e do combate ao Bullying, a pesquisa de natureza qualitativa, usou a entrevista aberta para coleta de dados, tendo posteriormente os resultados compartilhados com a turma.

1.1 AUTOCONHECIMENTO É VIDA

A vida é um bem tão precioso que é resguarda por lei como direito fundamental, tanto no Direito Constitucional quanto no Direito Internacional. A Constituição Federal brasileira o menciona em primeiro lugar, no *caput* do artigo 5º, referindo-se à sua inviolabilidade, como direito de não sofrer

atentado à vida, de não ser privado da vida. Porém, para algumas pessoas, viver pode ser uma experiência dolorosa e de grande complexidade, ao ponto de não mais se almejar existir.

Para Aristóteles felicidade estava relacionada a experiências hedônicas de prazer com satisfações imediatas. A felicidade eudaimônica, por sua vez, referia-se a experiências de significado e propósito. Freud também acreditava que felicidade estava ligada ao prazer e que a sua regulação implicaria em sofrimento para o homem. Para ele, o sofrimento advinha de três fontes: a fragilidade de nossos corpos, o meio externo e o relacionamento entre os homens.

O relacionamento entre os homens é de fato um dos grandes motivos de infelicidade, pois é nos relacionamentos que os conflitos acontecem. No livro Lidando com pessoas difíceis, de Les Parrott III, a resposta para a questão “o que faz as pessoas felizes, num sentido geral?” foi relacionamentos. Paradoxalmente, é neles que se experimenta muitas situações complexas. Isso mostra que na verdade, a chave está em como se relacionar, o que denota a necessidade do autoconhecimento como ferramenta de administração das emoções para que o relacionar seja de fato saudável e promotor de felicidade.

O analfabetismo emocional custa caro. Muitos desentendimentos, mágoas,

divórcios e até muitas mortes podem ser evitadas a partir do autoconhecimento, da consciência de quem somos, de como funcionamos e da administração das emoções. Daniel Goleman, no livro *Inteligência emocional*, afirma que a maior causa de invalidez de adolescentes afroamericanos é psicológica, tendo um terço deles, sintomas de depressão severa ou branda e enfatiza a necessidade urgente de ensinamentos que visem o gerenciamento emocional.

1.2 Alternativas para proteção da saúde mental

Setembro Amarelo é uma campanha que anualmente é realizada nas escolas para a conscientização da saúde mental e prevenção ao suicídio. Surgiu em 1994, nos Estados Unidos, após o jovem Mike Emme cometer suicídio. Ele tinha um mustang 68 amarelo e no dia do velório seus pais e amigos decidiram distribuir cartões amarrados em fitas amarelas para pessoas que pudessem estar enfrentando problemas emocionais.

No Brasil, a campanha ganhou notoriedade em 2013, quando Antonio Geraldo da Silva, presidente da Associação Brasileira de Psiquiatria, a colocou no calendário nacional, tendo como 10 o Dia Mundial de Prevenção ao Suicídio. Desde 2014, em parceria com o Conselho Federal de Medicina, se dá a divulgação e a conquista de parceiros no país inteiro.

Ao longo do mês órgãos e diversas instituições aderem a campanha Setembro Amarelo com o intuito de salvar vidas por meio da conscientização. O tema de 2025 é “se precisar, peça ajuda”, para tanto, o primeiro passo é tomar consciência da situação em que se encontra para que seja possível reconhecer que precisa de ajuda.

Nesse sentido, o autoconhecimento apresenta-se como uma ferramenta relevante para a prevenção do suicídio, visto que a tomada de consciência coloca o indivíduo numa posição de poder, de capacidade de governo de si mesmo, possibilitando a transformação da realidade.

A conscientização da importância da vida é algo necessário e campanhas como Setembro Amarelo assumem um papel fundamental, pois promove informação e estimula a busca de ajuda emocional. Contudo ocorre uma vez no ano, enquanto a educação emocional é essencial e deveria ocorrer desde a infância.

Entretanto, apesar de muitas informações acessíveis hoje, muitas pessoas são frutos de lares nos quais, quando criança, suas emoções foram desrespeitadas ou simplesmente caladas. O reflexo disso é visto em adultos com dificuldade de entender o que se passa em seu interior e conseqüentemente, de expressar o que sente e de falar sobre o que lhe causa dor e sofrimento.

Essas dificuldades são manifestadas em sala de aula, interferindo no processo de ensino-aprendizagem. Nesse contexto, o professor pode e deve, respaldado na BNCC, abordar a temática na sala de aula como prática que promove a proteção da saúde mental dos alunos. Amplia-se, assim, o olhar sobre a escola, como agente da sociedade, que contribui para ensinamentos essenciais para a vida.

Ademais, propicia-se aos alunos o aproveitamento de oportunidades dentro e fora de sala, além de transformar crise pessoal em competência socioemocional (GOLEMA, 2007). Assim, entender quem somos e como funcionamos implica auxilia no desenvolvimento de competências socioemocionais e coloca a educação como aquela que direciona para a vida.

1.3 Temperamentos Humanos

“Conhece-te a ti mesmo e conhecerás o universo e os deuses” é um aforismo grego, de Sócrates, sob a perspectiva, de a partir do conhecimento de si, chegar ao conhecimento do outro e os temperamentos humanos é um ponto de partida para isso.

Diversos estudiosos buscaram entender a natureza humana ao longo dos anos e assim foram surgindo teorias em torno da personalidade. Muitas trazem conceitos diferentes relacionadas a termos semelhantes em diferentes épocas.

Para Buss & Plomin (1995) os traços da personalidade herdados nos primeiros dois anos que permanecem como componentes básicos ao longo da vida são chamados de temperamentos. A teoria do Temperamento Humano aponta para a maneira como as pessoas reagem diante da vida, como são e como funcionam.

Strelau (1998, p.165) considerava os temperamentos como traços relativamente estáveis, expressos por características formais de reações do comportamento desde o início da vida. Eles eram determinados por mecanismos de origem biológica e estavam sujeitos “a mudança causadas pela maturação e pela interação indivíduo – genótipo específico – ambiente”.

O estudo dos Temperamentos Humanos surgiu na Grécia ainda nos séculos IV e V (a.c), com Hipócrates, pai da medicina, como teoria dos humores corporais para explicar estados de saúde e de doença. Para ele, os quatro elementos primários do universo (terra, ar, fogo e água) deduziam quatro qualidades frio, quente, seco e úmido, associadas aos quatro humores corporais (fleuma, sangue, bile branca e bile negra).

Para ele, por esses humores corporais que constituem a natureza do corpo, que surge a dor ou a saúde. “Ocorre a saúde mais perfeita quando esses elementos estão em proporções corretas um para com o outro e em relação à composição, poder e quantidade,

eles estão perfeitamente misturados” (CAIRUS, 2005, p. 43). A dor, portanto, é sentida a partir do desequilíbrio desses elementos, seja por sua falta ou excesso, ou por seu isolamento no corpo sem se compor com os demais.

Outros estudiosos também buscaram entender sobre as diferenças individuais, como Galeno, Immanuel Kant e Wilhelm Wundt. Em *Di temperamentis*, Galeno, menciona nove temperamentos, sendo quatro primários, da dominância de uma das qualidades; quatro secundários, do pareamento de qualidades e um resultado da mistura estável das quatro qualidades. Aike (1991) menciona a tipologia dos temperamentos do autor, elucidando que o sanguíneo era caracterizado por indivíduos atléticos e fortes.

Neles o humor corporal predominante era o sangue. Já o colérico, era de indivíduos que se irritavam fácil e tinham a bile amarela como predominante. O melancólico, por sua vez, era dominado pela bile negra e o indivíduo era triste e melancólico. E por fim, o fleumático eram indivíduos cronicamente cansados e lentos em seus movimentos, tendo excesso de fleuma.

Em 1798 Immanuel Kant descreveu sua teoria dos temperamentos em *Anthropology*, como sendo um fenômeno psicológico compreendido por traços psíquicos determinados pela composição do

sangue. Ele distinguia os tipos por critério de energia da vida (oscilação da excitabilidade e sonolência) e emoção versus ação.

Desse modo, o sanguíneo era caracterizado pela força, rapidez e emoções superficiais. O melancólico, por intensas emoções e lentidão das ações. O colérico, pela rapidez e impetuosidade no agir. E o fleumático, pela ausência de reações emocionais e vagarosidade no agir (Strelau, 1998).

Wilhelm Wundt acreditava que temperamento era definido como disposições aplicadas às direções das emoções com base na força e velocidade de mudanças. Sua tipologia foi combinada de forma que coléricos e melancólicos representavam a força das emoções; sanguíneos e fleumáticos, como os de fraca emoção; sanguíneos e coléricos como caracterizados por mudanças emocionais rápidas e os melancólicos fleumáticos, por mudanças emocionais vagarosas (Strelau, 1998).

As várias teorias da personalidade buscam elucidar como, o que e por que as pessoas são como são, e as razões para agirem como agem, com abordagens que destacam pontos diferentes. A abordagem Psicanalítica explica que a motivação para o comportamento humano está ligada aos instintos.

Nas abordagens cognitivas e comportamentais o enfoque está no

entendimento das características da personalidade associadas ao cognitivo da pessoa. Os pressupostos das abordagens Humanistas dão ênfase a aspectos ativos, livres e criativos do indivíduo, tendo o meio como elemento essencial para o crescimento e autorrealização.

Na humanista, o psicólogo Carl Roger (1902 – 1987) apresenta uma abordagem centrada na pessoa, enfatizando o papel da experiência subjetiva sobre o ambiente externo, de modo que as situações e eventos percebidos e interpretados determinam o seu comportamento. Essa percepção influencia também na maneira como a pessoa vê a si mesmos, isto porque esta percebe-se e julga-se a partir do olhar do outro, dada a necessidade de atenção refletida no desejo de ser amada e respeitada.

Sob essa ótica, a compreensão sobre os temperamentos humanos é fundamental para que o relacionamento seja um lugar de promoção de bem-estar e felicidade para o indivíduo. A vida é o bem mais precioso, e por assim ser, torna-se essencial ir em busca do que pode torna-la mais harmônica.

E uma educação das emoções, é o desenvolvimento da inteligência emocional, primeiro porque devemos estar bem conosco mesmos, e depois, com o outro, pois não vivemos sozinho e a empatia é muito necessária nos relacionamentos.

Isto porque “a empatia é alimentada pelo autoconhecimento”; (GOLEMAN, 2007, p. 118), de modo que quanto mais consciência se tem das próprias emoções, mais facilmente se entenderá o sentimento do outro.

Paul Ekman, falando sobre a linguagem das emoções, usa o termo regras de exibição para elucidar que a expressão das emoções é uma competência social de grande relevância. Saber expressar os sentimentos no momento adequado, respeitando o consenso social é uma habilidade estratégica de inteligência emocional.

1.4 Relacionamento Interpessoal

Relacionamento interpessoal é um dos tipos de inteligência mencionados por Howard Garden, de um modelo que vai além do conceito-padrão de QI (coeficiente de inteligência), pois a dimensão da inteligência põem em destaque o papel as emoções. A inteligência emocional, portanto, não nasce de intelectos aprimorados, mais é oriunda das emoções.

A palavra emoção pode ser definida como “movimentos” aplicados, tanto na forma de uma metáfora quanto literalmente, aos sentimentos básicos. Os objetivos dos indivíduos e as suas potências são motivadas pela inteligência emocional, ela estimula as aspirações humanas e os seus mais profundos valores, o qual encerra algo que está nos

pensamentos e desejos e passam a se tornar realidades.

O sentimento da emoção é investigado desde a antiguidade, e desde esses tempos é considerada como um sentimento profundo e poderoso. A definição da palavra tem origem no latim, *motus anima*, o qual o significado *ipsis litteris* é “o espírito que move”.

É nesse sentido, que quociente emocional (QE) é apresentado tanto por Garden quanto por Daniel Goleman, como superior ao QI, pois possuem uma gama de talentos e aptidões que não apareciam muitas vezes dos testes limitados de inteligência.

Para Garden, relacionamento interpessoal ou inteligência interpessoal, como sua teoria apresentada pela primeira vez afirma, diz respeito à “capacidade de compreender outras pessoas” (GARDEN Apud GOLEMAN, 2007, p. 63), como são motivadas, trabalham e como ser cooperativa com elas.

São pessoas com qualidades relacionadas à empatia, à olhar para o outro, a discernir e agir adequadamente a um conjunto de elementos como humor, motivação, e desejo dos outros. Como exemplo, os clínicos, políticos, quem trabalha com vendas, professores e líderes religiosos de sucesso.

1.5 Relacionamento Intrapessoal

Assim como na inteligência interpessoal, na intrapessoal também a percepção é um fator essencial, uma vez que é

por meio da compreensão de si mesmo e também do outro que essa inteligência ocorre. A inteligência intrapessoal é uma “aptidão correlata, voltada para dentro. É uma capacidade de formar um modelo preciso, verídico, de si mesmo poder usá-lo para agir eficazmente na vida” (GARDEN Apud GOLEMAN, 2007, p. 63). Sob essa ótica, o autoconhecimento é essencial, dada a necessidade de entrar em contato com nosso interior, ser capaz de discriminar e usar nossos sentimentos para orientar de forma eficaz nosso comportamento. Os autores afirmam que nenhuma inteligência é mais importante que a intrapessoal, pois se não a possuírmos faremos escolhas erradas em vários aspectos, e que por isso, as pessoas devem ser treinadas desde de criança a terem a habilidade de inteligência intrapessoal.

1.6 Conhecimento é poder

O pensamento “conhece-te a ti mesmo”, do filósofo Sócrates, pode ser considerado uma ótima definição de inteligência emocional, pois é o discernimento dos sentimentos humanos na hora exata que eles surgem.

Este método é conhecido como autoconsciência, porque é a fixa atenção aos sentimentos internos, numa ação auto reflexiva, o qual a mente está analisando e investigando o que está se passando no exato momento, dentre estes encontra-se as emoções.

Goleman (2007) afirma que a diferença entre estar tomado pelas emoções e ter a consciência de estar sendo tomado pelos mesmos, é a diferença entre estar vivenciando-as ou tomando consciência destas emoções. É por este motivo que se deve ter consciência das emoções no momento em que elas surgem.

Por isso, conforme o autor, a autoconsciência é a concentração duradoura aos sentimentos internos. A mente analisa e identifica o que está ocorrendo, inclusive as emoções, e é por isto que ela é autorreflexiva. Weisinger (2001) define a autoconsciência como o monitoramento e a observação em ação, porém o autor projeta um conhecimento *a priori* do próprio indivíduo.

Conhecer os motivos que o fazem ter determinadas atitudes, o quão grande é a importância para si, o jeito de realizar as coisas, o que deseja e quais os sentimentos e se comporta diante dos seus semelhantes. Enfim, o sujeito conhecendo a si mesmo subjetivamente sobre a natureza de sua personalidade não só dirigir sua maneira de agir, mas lhe dar meios fortes com o intuito de tomar decisões melhores.

A identificação das emoções, segundo Primi (2006), abarca desde o poder de reconhecer as emoções do próprio indivíduo, nas outras pessoas e em objetos ou meios físicos, assim a habilidade de demonstrar essas emoções e as carências relacionadas às

emoções, e mais a habilidade de compreender a veracidade de uma manifestação emocional, identificando se é verdadeira, falsa ou tentando ser manipulada.

Goleman (2007) afirma que a autoconsciência é uma das características básicas da inteligência emocional, e possui relação como conhecer o que se sente na hora que as emoções surgem, e ela assume grande importância porque autoriza o indivíduo a conhecer a si próprio, permitindo a pessoa a se conhecer e reconhecer suas emoções e sentimentos no momento em que eles surgem.

O conhecer das emoções insere desde a habilidade de dar nomes as emoções, incluindo a habilidade de reconhecer e caracterizar diferenças e sutilidades entre elas, até a identificação da complexidade dos sentimentos, como sentir amor e ódio pela mesma pessoa, assim como as mudanças de um ao outro sentimento, como o de fúria para o de medo, por exemplo.

Desta forma, Goleman (2007), a autoconsciência compreende um profundo conhecimento das próprias emoções, assim como os vários caminhos e fronteiras do ser humano. Os indivíduos que possuem autoconsciência são realistas, porque não erram por causa da sua demasiada autocrítica e se quer por alimentarem esperanças inocentes.

Assim, quando temos conhecimento e quem somos e de como funcionamos podemos ter o governo de nós mesmo e não nos deixar afetar com as circunstâncias ao ponto de pararmos. Não damos ao outro o poder de destruir nosso dia ou de tirar nossa vontade de viver.

Se é verdade o que Friederich Nietzsche disse que “todo conhecimento implica em poder”, o autoconhecimento é mais poderoso ainda, visto que por meio dele é possível mudar a realidade.

2 MATERIAL E MÉTODOS

O estudo foi realizado 4 encontros na disciplina de Específica 5, no 2º ano do ensino médio da escola Estadual Militarizada Senador Hélio da Costa Campos, em Boa Vista, Roraima.

A pesquisa, de natureza qualitativa, aplicou-se a metodologia ativa com abordagem dialógica e participativa, que enfoca na experiência e no protagonismo na construção de conhecimento. Nesse processo, ocorre a mediação, que “é fundamental para o desenvolvimento das funções psicológicas superiores, distinguindo o homem dos animais” (OLIVEIRA, 2002, p. 26).

O percurso deu-se no período de 4 encontros, em 4 etapas respectivas etapas. Etapa1: apresentação da temática educação emocional e atividade de pesquisa sobre Temperamentos Humanos. Etapa2:

apresentação em grupo da pesquisa realizada sobre Temperamentos Humanos. Roda de conversa sobre temperamento e a interferência das emoções na aprendizagem. Etapa 3: Exposição aos alunos do tema Impactos do Bullying na aprendizagem. Em seguida, abriu-se o debate sobre práticas de enfrentamento do Bullying e a sugestão de compartilhamento de experiência de enfrentamento do Bullying. Etapa 4: A reflexão sobre o processo por meio da produção textual sobre importância da educação emocional sobre e o aprendizado ao longo dos encontros.

3 RESULTADOS E DISCUSSÃO

As atividades realizadas pautaram-se na BNCC com as competências (BRASIL, 2018): **EM13LP18** – Utilizar a linguagem para expressão de sentimentos, opiniões, experiências e identidades, valorizando a escuta e a fala em situações de troca. **EM13CHS502** – Discutir problemas da vida cotidiana na escola e na comunidade, considerando aspectos éticos, de respeito, empatia e diálogo. **EM13LP12** – Realizar pesquisa em fontes diversas, selecionando e organizando informações para fundamentar a escrita. **EM13LP10** – Produzir textos argumentativos ou expositivo-argumentativos (produção textual sobre bullying) considerando contexto, finalidade e interlocutor.

Na etapa 1 ocorreu a exposição sobre a educação emocional e a aprendizagem. Na sequência promoveu-se a participação dos alunos por meio do debate sobre quais ensinamentos sobre educação emocional receberam ao longo da criação e como enfrentavam os problemas hoje.

O debate revelou que a maioria não recebeu orientação sobre as emoções no convívio familiar. A maioria afirmou que lidavam com os problemas de forma passiva: apenas chorando ou por meio de fuga, fazendo alguma coisa para se distrair. Apenas uma aluna afirmou ter recebido educação emocional em casa e que hoje enfrentava os problemas buscando ajuda profissional.

Na etapa 2 os grupos realizaram a exposição da pesquisada sobre Temperamentos Humanos. Em seguida, foi feita uma roda de conversa sobre temperamento e a interferência das emoções na aprendizagem. A conversa mostrou a percepção dos alunos sobre a necessidade de conhecer seu temperamento, pois buscaram identificar o seu. Eles reconheceram que esse conhecimento ajuda a compreender como a pessoa funciona, o que a motiva e como pode influenciá-la a enfrentar os problemas.

Na etapa 3 foi abordado o tema sobre Impactos do Bullying na aprendizagem. Posteriormente abriu-se debate sobre práticas de enfrentamento do Bullying no qual os alunos puderam participar compartilhar como

enfrentavam situações de Bullying. Os discentes mantiveram a reflexão no contexto geral, apontando práticas para o enfrentamento como diálogo e acolhimento, intervenção com agressores, etc. Ninguém afirmou ter vivenciado a experiência, embora episódios de Bullying tenham ocorrido em sala diversas vezes em sala com xingamentos, apelidos e impedimento de alguém no grupo.

Na etapa 4, os alunos realizaram uma produção textual sobre a importância da educação emocional sobre e o aprendizado ao longo dos encontros.

4 CONSIDERAÇÕES FINAIS

Ao final do estudo observou-se que a maioria dos alunos não receberam educação emocional em casa. Como reflexo dessa deficiência foi percebido nas respostas, comportamentos de fuga diante dos problemas, como fazer outra coisa para distrair-se, ou simplesmente chorar, ao invés de encarar os problemas e buscar solucioná-los.

Também foi possível perceber a dificuldade para compartilhar fragilidades como experiência de situações de Bullying, embora compreendessem o que configurava a prática e quais formas poderiam ser usadas para o seu enfrentamento. Fato que corrobora a necessidade de se trabalhar a temática em sala de aula, visando a eficácia no processo de ensino-aprendizagem.

Esse processo é compreendido a partir da dimensão pedagógica, conhecendo os alunos, com atividades investigativas com conhecimento prévio e vivência sobre determinado assunto (Castellar, 2016).

Assim, promove-se a articulação entre teoria e prática e os conteúdos ganham sentido. Consequentemente, a dimensão epistemológica sustenta o conhecimento disciplinar e o trabalho científico do docente em aspecto investigativo e significativo.

REFERÊNCIAS

Artigos de revistas/periódicos: Um autor

SILVA, M. A. da, “Os contrapontos da produção acadêmica na emergência da pesquisa qualitativa”. **Educativa**, Goiânia, v.12, p. 163-170, 2009. DOI: <https://doi.org/10.18224/educ.v12i1.901>

Dois autores

TOLEDO, R. F. de; JACOBI, P. R. Pesquisa-ação e educação: princípios na construção de conhecimentos e no fortalecimento comunitário para o enfrentamento de problemas. **Educação e Sociedade**, v. 34, n. 122, p. 155-173, 2013. Disponível em: <https://www.cedes.unicamp.br>. Acesso em: 12 mar. 2026.

Três autores

PRIMI, R; HAAS-BUENO, J. M; MUNIZ, M. Inteligência emocional: validade convergente e discriminante do MSCEIT com BPR-5 e o 16PF. **Psicologia Ciência e Profissão**. Brasília, V.26 n.1, p. 26-45, Brasília, marc 2006. DOI:

<https://doi.org/10.1590/S1414-98932006000100004>

Livros com 1 autor:

AIKEN, L.R. (1991). **Psychological testing and assessment** (7th ed). Massachusetts: Allyn and Bacon.

BUSS, A.H. (1995). **Personality - temperament, social behavior, and the self**. Massachusetts: Allyn and Bacon.

GOLEMAN, D. **Inteligência**

Emocional: a teoria revolucionária que define o que é ser inteligente. Rio de Janeiro: Objetiva, 2007.

OLIVEIRA, M. K. **Vigotski**: aprendizado e desenvolvimento: um processo sócio-histórico. São Paulo: Sipione, 1993.

PARROT, L. **Lidando com pessoas difíceis**: relacionamentos que exigem uma alta manutenção. Tradução: Marcelo Siqueira. Rio de Janeiro: CPAD, 2016.

STRELAU, J. **Temperament: A Psychological Perspective**. New York: Plenum, 1998.

Livros com organizadores, coordenadores:

CASTELLAR, S. M. V. (Org.). **Metodologias Ativas**: Introdução. 1ª ed. São Paulo: FTD, 2016. (Coleção SBEM). Disponível em: <https://anec.org.br/wp-content/uploads/2021/04/Metodologias-Ativas-1-FTD-INTRODUCAO.pdf>. Acesso em: 10 de mar.2026.

Capítulo de livro (Ebook):

CAIRUS, H.F. Da natureza do homem. In: CAIRUS, H. F., and RIBEIRO JR, WA. **Textos hipocráticos**: o doente, o médico e a doença [online]. Rio de Janeiro: Editora FIOCRUZ, 2005.

História e Saúde collection. p.39-59.
ISBN 978-85-7541-375-3. Avaliable
form SciELO Books.

Leis, decretos, portarias, etc.:

BRASIL. Ministério da Educação. **Base Nacional Comum Curricular.** Define o conjunto orgânico e progressivo de aprendizagens essenciais em todas as etapas e modalidades da educação básica. Brasília: 2018. Disponível em: https://www.gov.br/mec/pt-br/escola-em-tempo-integral/BNCC_EI_EF_110518-versaofinal.pdf. Acesso em: 10 mar. 2026.

BRASIL. [Constituição (1988)]. Constituição da República Federativa do Brasil de 1988. Brasília, DF: Presidência da República, [2016]. Disponível em: https://www.planalto.gov.br/ccivil_03/constituicao/constituicao.htm Acesso em: 10 de mar. 2026.