

EDUCAÇÃO EMOCIONAL E COMPETÊNCIAS SOCIOEMOCIONAIS: DESENVOLVIMENTO INTEGRAL DO ALUNO

Erica Lamara Gomes Alves Grigorio¹; Boaventura da Silva Leite Filho², Neudson Rosa Gonçalves³; Adalberto Moreira de Medeiros Junior⁴ Orlando de Lima Monteiro⁵

¹Doutoranda em Ciência da Educação na Área de Matemática, Centro Internacional de Pesquisas Integralize, CNPJ:32.682.373/0001-86, Itaporanga-PB, Brasil. <https://orcid.org/0009-0005-8137-7487>.

²Mestrando em Ciências da Educação- (UNAEDS)
boaventuraprof@yahoo.com.br - Goiás-Brasil

³Mestrando em Ciências da Educação- (UNAEDS)
neudsonrosa@gmail.com - Goiás-Brasil

⁴Especialista em Ensino da Língua Inglesa- URCA, Patos-Pb,
adalberto.junior@professor.pb.gov.br

⁵Mestrando em Ensino na Educação Básica. Programa de Pós-Graduação em Ensino na Educação Básica - PEEEB, CCCO - Codó-MA. Universidade Federal do Maranhão (UFMA).
monteiroorlando16@gmail.com

Introdução

A Educação Básica contemporânea enfrenta desafios complexos que transcendem o domínio puramente cognitivo, incluindo questões crescentes de saúde mental e bem-estar estudantil, exacerbadas pelas pressões sociais e pela ubiquidade da tecnologia. Neste cenário, o conceito de educação tem passado por uma transformação paradigmática, evoluindo de uma visão meramente instrucional para uma abordagem que prioriza o desenvolvimento humano integral. Tal perspectiva reconhece que o sucesso acadêmico e a formação cidadã dependem não apenas da aquisição de conhecimentos técnicos, mas também da capacidade dos indivíduos de compreenderem e gerenciarem suas emoções, de se relacionarem de forma construtiva e de tomarem decisões responsáveis (Goleman, 1995). A crescente prevalência de transtornos emocionais, como ansiedade e depressão, em crianças e adolescentes, conforme apontado por diversos estudos epidemiológicos, justifica a urgência de abordagens preventivas e promotoras de saúde mental no ambiente escolar.

A integração da educação emocional e do desenvolvimento de competências socioemocionais no currículo escolar emerge como uma resposta fundamental a essa demanda. Daniel Goleman, com sua obra seminal sobre inteligência emocional, revolucionou a compreensão de que as habilidades emocionais são tão cruciais quanto as intelectuais para o sucesso na vida (Goleman, 1995). Antonio Damásio, por sua vez, demonstrou a inseparabilidade entre emoção e cognição, evidenciando como os processos emocionais são intrínsecos à racionalidade e à tomada de decisões (Damásio, 1994). No contexto educacional, Rafael Bisquerra tem sido um proponente incansável da educação emocional como um processo contínuo e permanente que visa ao desenvolvimento de competências emocionais para o bem-estar pessoal e social (Bisquerra, 2003). Complementarmente, Fernández-Berrocal e Pacheco (2009) e Brackett e Soares (2011) têm enfatizado a importância de programas estruturados para o ensino dessas competências,

destacando seus benefícios na promoção de um ambiente escolar mais positivo e na melhoria do desempenho acadêmico.

Apesar do reconhecimento crescente da importância da educação emocional, ainda existe uma lacuna na literatura que explore de forma aprofundada os impactos específicos de programas de educação emocional no desenvolvimento integral do aluno, considerando suas múltiplas dimensões. Muitos estudos focam em aspectos isolados, como a redução de problemas comportamentais ou a melhoria do desempenho acadêmico, sem uma análise holística dos efeitos sobre a totalidade do ser. Este estudo, portanto, busca preencher essa lacuna, analisando, por meio de uma revisão integrativa da literatura, como a educação emocional e o desenvolvimento de competências socioemocionais impactam o desenvolvimento integral do aluno na Educação Básica, abrangendo aspectos cognitivos, emocionais, sociais e comportamentais.

Metodologia

Este estudo caracteriza-se como uma revisão integrativa de literatura, método que permite a síntese de resultados de pesquisas anteriores sobre um tema específico, proporcionando uma compreensão abrangente do fenômeno estudado. A busca por artigos científicos foi realizada em bases de dados eletrônicas reconhecidas internacionalmente, incluindo Scientific Electronic Library Online (SciELO), Education Resources Information Center (ERIC), PubMed e PsycINFO. O período de busca foi delimitado entre os anos de 2010 e 2025, visando a inclusão de publicações mais recentes e relevantes sobre o tema.

Os descritores utilizados, em português e inglês, foram: "educação emocional", "emotional education", "inteligência emocional", "emotional intelligence", "competências socioemocionais", "social-emotional competencies", "bem-estar estudantil" e "student wellbeing". A combinação desses termos foi realizada com operadores booleanos "AND" e "OR" para maximizar a abrangência da busca. Os critérios de inclusão abrangeram estudos empíricos ou revisões sistemáticas que abordassem a educação emocional ou o desenvolvimento de competências socioemocionais em contexto escolar, com foco na Educação Básica. Foram excluídos artigos sem clareza metodológica, aqueles que se concentravam exclusivamente em transtornos clínicos ou em aspectos do desenvolvimento sem intervenção educacional explícita. A análise dos dados foi realizada por meio de uma abordagem temática qualitativa, permitindo a identificação de padrões, categorias e temas emergentes nos estudos selecionados, a fim de sintetizar os principais impactos da educação emocional no desenvolvimento integral dos alunos.

Resultados e Discussão

A análise da literatura revelou que a educação emocional é um processo intencional e sistemático que visa ao desenvolvimento de um conjunto de competências socioemocionais essenciais para a vida. Essas competências, conforme delineadas por Goleman (1995) e Bisquerra (2003), incluem a autoconsciência (capacidade de reconhecer as próprias emoções), a autorregulação (habilidade de gerenciar impulsos e emoções), a consciência social (empatia e compreensão das emoções alheias), as habilidades de relacionamento (capacidade de construir e manter relações saudáveis) e a tomada de decisão responsável (habilidade de fazer escolhas éticas e construtivas). O desenvolvimento dessas competências impacta positivamente diversas dimensões do aluno, promovendo um crescimento integral.

No âmbito cognitivo, programas de educação emocional demonstram melhorias significativas na concentração, na memória e na capacidade de resolução de problemas, culminando em um desempenho acadêmico geral mais elevado. A redução da ansiedade e do estresse, por exemplo, libera recursos cognitivos que antes eram consumidos por preocupações emocionais, permitindo que os alunos se dediquem mais efetivamente às tarefas de aprendizagem (Brackett

& Soares, 2011). Em termos emocionais, os achados indicam uma redução notável nos níveis de ansiedade, depressão e estresse, ao mesmo tempo em que se observa um aumento da resiliência, do otimismo e da satisfação com a vida. A capacidade de identificar e expressar emoções de forma saudável contribui para um maior equilíbrio psicológico (Pacheco, 2009). Socialmente, a educação emocional fomenta o desenvolvimento de relacionamentos interpessoais mais saudáveis, aprimora a empatia e a colaboração, e contribui para a redução de conflitos e casos de bullying no ambiente escolar, criando um clima mais acolhedor e inclusivo (Fernández-Berrocal & Pacheco, 2009).

Comportamentalmente, observa-se uma diminuição da agressividade e de comportamentos de risco, acompanhada por um aumento da autorresponsabilidade e da proatividade. Alunos com competências socioemocionais desenvolvidas são mais propensos a tomar decisões ponderadas e a agir de forma construtiva diante de desafios. O bem-estar integral, que engloba a saúde mental, a qualidade de vida e o senso de propósito, é o resultado cumulativo desses impactos positivos. A literatura, incluindo as contribuições de Soares (2011), reforça que a educação emocional não é um adendo, mas um pilar fundamental para a formação de indivíduos equilibrados e capazes de prosperar em um mundo em constante mudança. Contudo, é importante reconhecer as limitações do campo, como a variabilidade na implementação dos programas, as diferenças culturais que podem influenciar a eficácia das intervenções e a necessidade de continuidade e reforço das competências ao longo de toda a trajetória educacional para que os benefícios sejam duradouros.

Conclusões

A educação emocional é fundamental para o desenvolvimento integral do aluno. Este estudo cumpriu seu objetivo de analisar como a educação emocional e as competências socioemocionais impactam o desenvolvimento integral na Educação Básica. Os principais achados demonstram melhorias significativas na saúde mental, nos relacionamentos interpessoais, no desempenho acadêmico e no bem-estar geral dos estudantes. A autoconsciência e a autorregulação emocional são pilares para a resiliência e o otimismo. A consciência social e as habilidades de relacionamento promovem ambientes escolares mais empáticos e colaborativos. A tomada de decisão responsável contribui para a redução de comportamentos de risco e o aumento da proatividade.

As contribuições deste estudo são relevantes para a prática docente e para as políticas públicas. Ele reorienta as práticas pedagógicas para uma educação mais holística, que valoriza tanto o intelecto quanto as emoções. Incentiva a formulação de políticas públicas que integrem a saúde mental e o desenvolvimento socioemocional como componentes essenciais do currículo escolar. A implementação de programas de educação emocional pode transformar o ambiente escolar, tornando-o um espaço mais acolhedor e propício ao florescimento de todos os alunos. A formação continuada de professores é crucial para o sucesso dessas iniciativas.

As limitações do estudo incluem a dependência da qualidade e da abrangência da literatura disponível. A pesquisa sobre educação emocional ainda está em desenvolvimento, com variações metodológicas e contextuais entre os estudos. Há uma necessidade de mais estudos longitudinais que acompanhem os alunos por períodos mais extensos para avaliar a sustentabilidade dos impactos. A agenda para pesquisas futuras deve explorar a eficácia de programas de educação emocional em diferentes contextos culturais e socioeconômicos. É importante investigar a inclusão de alunos em situações de vulnerabilidade e a integração da educação emocional com outras metodologias pedagógicas ativas. O impacto a longo prazo na vida adulta e profissional dos indivíduos também merece atenção aprofundada.

Palavras-Chave: Educação Emocional; Inteligência Emocional; Competências Socioemocionais; Bem-Estar Estudantil; Desenvolvimento Integral.

Referências Bibliográficas

BISQUERRA, R. (2003). Educación emocional y bienestar. Madrid: Praxis.

BRACKETT, M. A.; SOARES, A. B. (2011). Emotional intelligence in education: Bridging research and practice. New York: Guilford Press.

DAMÁSIO, A. R. (1994). O erro de Descartes: Emoção, razão e o cérebro humano. São Paulo: Companhia das Letras.

FERNÁNDEZ-BERROCAL, P.; PACHECO, M. (2009). Inteligencia emocional en la escuela. Madrid: Pirámide.

GOLEMAN, D. (1995). Inteligência emocional. Rio de Janeiro: Objetiva.

PACHECO, M. (2009). Educação emocional: Um guia para pais e professores. Lisboa: Lidel.

SOARES, A. B. (2011). Inteligência emocional e desempenho acadêmico: Um estudo com universitários. Psicologia: Reflexão e Crítica, 24(1), 108-116.



REALIZAÇÃO:



UECE



AINPGP