

# Competências socioemocionais

## O emergir da mudança necessária

Sabina Valente - Centro de Investigação em Educação e Psicologia da Universidade de Évora

A escola, por tradição, tem colocado o enfoque do seu trabalho, sobretudo, no desenvolvimento da dimensão cognitiva dos alunos. No entanto, as necessidades dos jovens apelam a novas competências e ofertas educativas, para responder a uma sociedade cada vez mais exigente, stressante e mutante. Neste sentido, o presente artigo teve por objetivo fazer uma abordagem de reflexão sobre o valor da inclusão das competências socioemocionais na educação. Sendo função da escola formar indivíduos autónomos, responsáveis e cidadãos ativos, as competências socioemocionais em meio escolar possibilitam a criação de um quadro de referência que assente numa consciência individual, mas também coletiva e na necessária responsabilidade social. É feita referência ao sistema educativo atual, aos benefícios das competências socioemocionais e são apresentados alguns exemplos de programas internacionais e nacionais que trabalham estas competências em contexto escolar. Concluindo que perante o próprio, os outros, as mudanças e incertezas e a diversidade do mundo, importa formar os alunos em competências socioemocionais, contribuindo para o seu desenvolvimento integral, ajudando-os a enfrentar de modo eficaz os desafios do quotidiano e a prosperar tanto no contexto académico, como na vida pessoal e social.

### **Repensar a educação: o estudante para além da dimensão cognitiva**

Sendo a educação um dos principais motores de desenvolvimento social e económico da sociedade, implica que o sistema educativo esteja em constante mutação, acompanhando as alterações sociais (Cristo, 2013). Colocam-se por isso novos desafios, distintos dos do passado, consequentes da globalização e do desenvolvimento tecnológico. Nesta sequência, a escola tem de preparar alunos

para profissões ainda não existentes. Desta forma, os desafios em educação tornam-se plurais e exercem sobre o sistema educativo uma forte pressão para a mudança.

O sistema educativo, atualmente, provoca stress em toda a comunidade escolar, por se pautar pela transmissão de conteúdos, conteúdos esses muitas vezes distantes dos interesses, expectativas e realidade dos alunos. Salienta-se que este tipo de educação enfraquece o desenvolvimento dos alunos, anulando qualquer participação ativa dos mesmos, e converte os conteúdos programáticos em algo sem vida interior, sem emoção, o que empobrece a participação e desempenho dos alunos (Barrantes-Elizondo, 2016), potenciando a desmotivação académica, revolta, impulsividade e indisciplina que se vivencia em muitas salas de aula. Em concordância com esta realidade, durante o Encontro sobre Educação realizado em novembro p.p., David Rodrigues, conselheiro nacional de Educação, falou “sobre a contribuição das emoções na aprendizagem e no crescimento das crianças, tantas vezes descuradas pelo sistema de educação atual, que sobrevaloriza conhecimentos e palavras utilitárias”.

Um bom sistema educativo é aquele que acompanha a evolução social, sendo capaz de responder a novos desafios que justificam uma alteração mais sustentada nos princípios de tolerância, empatia, pensamento crítico, reflexão, regulação emocional, colaboração e cooperação, possibilitando aos alunos a promoção de valores éticos. Neste sentido, repensar a educação passa por perceber que a mesma não pode incidir unicamente na dimensão cognitiva, quando se sabe que a inteligência académica não é suficiente, nem para assegurar êxito na vida profissional, nem no bem-estar da vida quotidiana.

Considerando que o desenvolvimento dos alunos visa a autonomia, a autodeterminação e



a autorrealização, constata-se que nem sempre as competências cedidas pela escola são as que mais contribuem para esse destino desejável e normativo no desenvolvimento individual dos mesmos. Acresce que, apesar da formação integral dos alunos se apresentar como objetivo primordial da educação, a preocupação em educar para o que mais importa tem permanecido ausente. Do mesmo modo, Filliozat (2003) salienta que: “Na escola aprende-se história, geografia, matemática, línguas, desenho, ginástica... Mas o que se aprende no âmbito da afetividade? Nada. Absolutamente nada sobre o modo de intervir em caso de conflito. Absolutamente nada sobre a tristeza, o controlo do medo, as expressões de cólera”.

Na sequência desta perspetiva, as competências essenciais para potenciar o desenvolvimento dos alunos permanecem fora dos currículos. Importa referir que a discussão relativa à importância das competências socioemocionais, ou seja, às capacidades e atitudes demonstrativas do “saber estar” e do “saber gerir” emoções no sentido de alcançar objetivos, demonstrar empatia, manter

relações sociais positivas e tomar decisões de maneira responsável, entre outras (OECD, 2015), ganhou destaque e relevância com o Paradigma do Desenvolvimento Humano, proposto pelo Programa das Nações Unidas para o Desenvolvimento (UNDP, 1990), e com o Relatório da Comissão Internacional sobre Educação para o Século XXI (UNESCO, 1996). Tendo estes contribuído para o debate alusivo à necessidade de uma educação plena, que concorra para o desenvolvimento integral do ser humano em todas as suas dimensões, incluindo a socioemocional.

Acresce lembrar que o relatório da UNESCO, em 1996, propôs um sistema educativo assente em quatro pilares: (a) aprender a conhecer; (b) aprender a fazer; (c) aprender a ser; e (d) aprender a conviver. Volvidos 23 anos deste relatório, é abordada a promoção do desenvolvimento das competências socioemocionais na escola, devido ao apelo da Organização para a Cooperação e Desenvolvimento Económico de que o ensino em Portugal concedesse maior ênfase ao desenvolvimento das competências

socioemocionais, consideradas vitais à redução do abandono escolar e à melhoria da qualidade e equidade na escola (OECD, 2015).

Neste sentido, e pós amplo debate nacional que envolveu professores, acadêmicos, famílias, parceiros sociais e alunos, foi aprovado o Perfil dos Alunos à Saída da Escolaridade Obrigatória (ME/DGE, 2017), onde se estabelece a matriz de princípios, valores e áreas de competências a que deve obedecer o desenvolvimento do currículo. Das áreas de competências apresentadas salientam-se: (a) o relacionamento interpessoal (competências que permitem reconhecer, expressar e gerir emoções, construir relações, estabelecer objetivos e dar resposta a necessidades pessoais e sociais); e (b) a autonomia e desenvolvimento pessoal (competências relacionadas com os processos através dos quais os alunos desenvolvem confiança em si próprios, motivação para aprender, autorregulação, espírito de iniciativa e tomada de decisões fundamentadas, aprendendo a integrar pensamento, emoção e comportamento, para uma autonomia crescente). Pois, só assim se contribui para a valorização do desenvolvimento integral dos alunos, iniciando um futuro benéfico à educação, possibilitando aos decisores e atores educativos, ao nível dos estabelecimentos de educação e ensino, o desenvolvimento de competências socioemocionais nos alunos. Refira-se, ainda, o enfoque na educação inclusiva aliada à autonomia e flexibilidade curricular passando a ser conferida às escolas a possibilidade para, em diálogo com alunos, famílias e a comunidade envolvente, tomarem decisões que ajudem os alunos a alcançar as competências previstas no Perfil do Aluno à Saída da Escolaridade Obrigatória (Decreto-Lei n.º 54/2018; Decreto-Lei n.º 55/2018). Atente-se, também, a este propósito a criação da Estratégia Nacional de Educação para a Cidadania.

De salientar que “as escolas serão melhor sucedidas na sua missão educacional se envidarem esforços para integrar a aprendizagem social e emocional na experiência educativa dos alunos, maximizando o seu potencial para o sucesso atual e futuro na vida pessoal e profissional” (Costa & Faria, 2013, p. 407) na medida que estas competências têm uma importância decisiva em todas as aprendizagens e são cruciais ao

desenvolvimento humano (Fernández-Berrocal & Extremera, 2002).

### **Desenvolvimento integral do aluno: o futuro começa hoje**

Fazendo uma breve incursão teórica, a educação emocional é um processo educativo, contínuo, permanente, que pretende potenciar o desenvolvimento de competências emocionais como elemento essencial do desenvolvimento integral da pessoa, com o objetivo de capacitar para a vida, tendo como finalidade aumentar o bem-estar pessoal e social (Bisquerra, 2003, p.18). O desenvolvimento destas competências não deve estar focalizado unicamente em alunos sinalizados com problemas comportamentais, mas em todos os alunos, por ser fundamental à sua formação integral. Acresce a importância em implementar também programas de educação emocional em pais e professores, visto serem o modelo de desenvolvimento dos alunos.

Investigadores que trabalham nessa linha de ação (Barrantes-Elizondo, 2016; Brackett, Bailey, Hoffmann & Simmons, 2019; Costa & Faria, 2017) defendem diversas razões para a inclusão das competências socioemocionais nos currículos escolares, indicando serem um aspeto fundamental no desenvolvimento humano, de forma a regular as emoções para prevenir comportamentos de risco e também a necessidade em preparar para a gestão de situações imprevisíveis e difíceis de gerir.

A educação emocional, através do desenvolvimento de competências socioemocionais, é fator promotor em distintas áreas, das quais se salientam: o aumento do sucesso académico, a capacidade de adaptação ao ambiente externo, e a capacidade para lidar melhor com adversidades e situações de stress. Estas competências diminuem os comportamentos agressivos e aumentam a capacidade para estabelecer relações mais saudáveis (García-Sancho, Salguero & Fernández-Berrocal, 2014; Marques & Carvalho, 2012).

Outros benefícios das competências socioemocionais são expostos de seguida, incluídos na descrição de projetos que as dinamizam em contexto escolar. A nível internacional salientam-se os programas:

- *Social and Emotional Learning* (SEL), originário nos Estados Unidos da América, foi desenvolvido com o intuito de prevenir a violência escolar e assenta na crença de que as competências académicas estão intrinsecamente relacionadas à capacidade que as crianças e jovens têm em gerir e controlar as suas emoções, bem como em comunicar e resolver dificuldades e conflitos interpessoais (Durlak et al., 2011). O paradigma SEL contempla cinco áreas de competências interligadas: o autoconhecimento, a consciência social, a autogestão e organização, a resolução de problemas de forma responsável e a gestão de relacionamentos. O ensino destas competências é vital para lidar com problemas comportamentais, académicos, disciplinares e de segurança, promovendo a autoconsciência, a gestão das emoções e a aquisição de competências como a empatia, a capacidade de perceber diferentes perspetivas e pontos de vista, o respeito pela diversidade e a capacidade de tomar decisões acertadas (Zins, Weissberg, Wang & Walberg, 2004). Os programas SEL referem-se a processos de desenvolvimento de competências socioemocionais, que dependem da capacidade do indivíduo para reconhecer, compreender e gerir emoções. Estas capacidades são os principais pilares de construção para outros resultados que os programas SEL incluem, como a capacidade em persistir perante desafios, a gestão do stress, a capacidade para desenvolver relacionamentos

saudáveis, suscitar confiança nos outros, e para prosperar tanto no contexto académico, como na vida pessoal e social. Num estudo realizado em mais de 213 programas SEL, foi possível concluir que uma escola que aplique com êxito um currículo de qualidade de aprendizagem e competências SEL pode esperar melhorias comportamentais e um aumento positivo nos resultados das avaliações (Durlak, Weissberg, Dymnicki, Taylor & Schellinger, 2011).

- *Recognizing, Understanding, Labeling, Expressing, Regulating* (RULER) é uma abordagem sistémica do SEL. Criado com base no modelo de capacidades da inteligência emocional, de Mayer e Salovey (1997), tem por foco o desenvolvimento da inteligência emocional de crianças e adultos, implicando a escola, os pais, os professores e toda a comunidade educativa (Brackett, Rivers, Reys & Salovey, 2012). O RULER centra-se na aprendizagem de capacidades que lidam com questões de conflito interpessoal e ensinam estratégias de regulação emocional. A evidência empírica, relativa à eficácia dos programas RULER, indica que estes potenciam o rendimento académico dos alunos, melhoram a qualidade dos ambientes de aprendizagem, melhoram as relações professor-aluno e diminuem os problemas de comportamento dos alunos, sendo um êxito na redução da violência e de comportamentos abusivos em sala de aula (Brackett et al., 2019).



HoriaVarlan



- *Collaborative for Academic, Social and Emotional Learning* (CASEL) consiste num projeto que surgiu com o propósito de aplicar programas SEL de alta qualidade, baseados em evidências, desde o ensino pré-escolar até ao ensino secundário (CASEL, 2003). Os resultados da aplicação deste programa revelam, nos alunos, alterações significativas nas capacidades socioemocionais, nas interações sociais e nos resultados académicos. Tornando-se os estudantes melhores comunicadores, colaborativos em trabalho de equipa e resistentes aos desafios (Durlak, Weissberg & Pachan, 2010).

Em Portugal, destacam-se três projetos que trabalham competências emocionais, nomeadamente:

- Associação Escola das Emoções (AEE) que tem por objetivo informar e divulgar a importância da educação emocional nas crianças/jovens, famílias, organizações e em cada indivíduo. A AEE em parceria com as escolas promove a educação emocional com o intuito de atingir o desenvolvimento social e emocional das crianças/jovens, famílias e do indivíduo através do conhecimento do corpo, mente e da origem das emoções.

- Projeto Clube de Inteligência Emocional na Escola (Projeto CIEE) que promove a inteligência emocional através da educação e desenvolvimento de competências emocionais, com o objetivo de munir os alunos de ferramentas que lhes permitam

viver de uma forma mais saudável, mais alegre e mais feliz, diminuindo os comportamentos de risco e contribuindo para melhores resultados na escola, na vida familiar e em sociedade; e a

- Associação Internacional para o desenvolvimento da Educação Emocional (PAIDEIA) que tem por objeto social dar a expressão organizada ao desenvolvimento, produção e difusão científica no âmbito da educação emocional e competência/inteligência emocional. Desde a sua criação, tem desenvolvido formação em educação emocional e competência emocional a professores, participando e/ou organizando eventos científicos (PAIDEIA; Correia, 2019, p.54).

Acresce que apesar da diversidade de programas existentes e da comunidade científica ser uníssona em apresentar os benefícios dos mesmos, em Portugal, os programas de promoção de competências socioemocionais/emocionais ainda são escassos, considerando as necessidades de formação ao desenvolvimento integral dos alunos.

### Considerações finais

Tendo por foco não os problemas do sistema educativo, mas a solução dos mesmos, este artigo de reflexão teve por objetivo fazer uma abordagem de reflexão sobre o valor da inclusão das competências socioemocionais na educação, em concordância com o exposto pela OECD

(2015) ao referir que os alunos precisam de um conjunto equilibrado de competências cognitivas e socioemocionais para serem bem-sucedidos na vida moderna. A capacidade de atingir objetivos, de trabalhar eficientemente em grupo e de lidar com as emoções será essencial para enfrentar os desafios futuros.

De salientar que a perspetiva da aprendizagem em competências socioemocionais surgiu para enfrentar diversos problemas sentidos nas escolas. Nesta sequência, estas competências são detentoras de ferramentas que permitem aos alunos questionar os saberes estabelecidos, agregar conhecimentos emergentes, perceber as distintas perspetivas existentes, comunicar eficientemente e saber solucionar problemas complexos.

Conhecida a importância de educar para: pensar antes de agir; expressar sentimentos; expor ideias, em vez de impor; proteger as emoções; gerir ansiedade; filtrar estímulos stressantes; trabalhar perdas e frustrações; saber ter coerência, ousadia, autoestima, empatia, determinação, autonomia, em benefício do bem-estar próprio e social, defende-se a necessidade de promover programas de formação em competências socioemocionais nas escolas portuguesas. Acresce que, cada vez mais, a sociedade em geral e a escola em particular estão conscientes da necessidade de um currículo específico no âmbito da educação emocional.

Pelo exposto, poder-se-á concluir que perante o próprio, os outros, as mudanças e incertezas e a diversidade do mundo, importa formar os alunos em competências socioemocionais, contribuindo para o seu desenvolvimento integral, com ferramentas que lhes permitam gerir, de modo eficaz, os desafios do quotidiano e a prosperarem tanto no contexto académico, como na vida pessoal e social.

#### Referências

- AEE: Associação Escola das Emoções. Disponível em <http://escoladasemocoes.pt>
- Barrantes-Elizondo, L. (2016). Educación emocional: el elemento perdido de la justicia social. *Revista Electrónica Educare*, 20(2), pp.1-10. doi:10.15359/ree.20-2.24
- Bisqueria, R. (2003). Educación emocional y competencias básicas para la vida. *Revista de Investigación Educativa*, 21(1), pp. 7-43.
- Brackett, M. A., Rivers, S. E., Reyes, M. R., & Salovey, P. (2012). Enhancing academic performance and social and emotional competence with the RULER Feeling Words Curriculum. *Learning and Individual Differences*, 22, pp. 218-224. doi:10.1016/j.lindif.2010.10.002
- Brackett, M. A., Bailey, C. S., Hoffmann, J. D., & Simmons, D. N. (2019). RULER: A Theory-Driven, Systemic Approach to Social, Emotional, and Academic Learning. *Educational Psychologist*, 54(3), 144-161, doi:10.1080/00461520.2019.1614447
- Projeto CIEE: Clube Inteligência Emocional na Escola. Disponível em <http://www.inteligenciaemocionalnaescola.org>
- CASEL-Collaborative for Academic, Social & Emotional Learning (2003). *Safe and sound: an educational leader's guide to evidence based social and emotional learning (SEL) programs*. Chicago, IL: CASEL.
- Correia, A. I. (2019). *Gestão de emoções para professores e educadores*. Lisboa: Livros Horizonte
- Costa, A. & Faria, L. (2013) Aprendizagem social e emocional: Reflexões sobre a teoria e a prática na escola portuguesa. *Análise Psicológica*, 4 (XXXI), pp. 407-424. doi: 10.14417/ap.701.
- Costa, A., & Faria, L. (2017). Educación social y emocional revisitada: perspectivas sobre la práctica en la escuela portuguesa. *Revista Interuniversitaria de Formación del Profesorado*, 88 (31.1), pp. 65-76.
- Cristo, A. H. (2013). *Liberdade e autonomia na educação: Escolas para o século XXI*. Lisboa: Fundação Francisco Manuel dos Santos.
- Decreto-Lei n.º 54 de 6 de julho de 2018, do Ministério da Educação. Diário da República: 1.ª série, n.º 129. Disponível em <https://dre.pt/home/-/dre/115652961/details/maximized>
- Decreto-Lei n.º 55 de 6 de julho de 2018, do Ministério da Educação. Diário da República: 1.ª série, n.º 129. Disponível em [https://www.dge.mec.pt/sites/default/files/Curriculo/AFC/dl\\_55\\_2018\\_afc.pdf](https://www.dge.mec.pt/sites/default/files/Curriculo/AFC/dl_55_2018_afc.pdf)
- Durlak, J., Weissberg, R., & Pachan, M. (2010). A meta-analysis of after-school programs that seek to promote personal and social skills in children and adolescents. *American Journal of Community Psychology*, 45 (3-4), pp. 294-309. doi: 10.1007/s10464-010-9300-6
- Durlak, J. A., Weissberg, R. P., Dymnicki, A. A., Taylor, R. D., & Schellinger, K. B. (2011). The impact of enhancing students' social and emotional learning: A meta-analysis of school-based universal interventions. *Child Development*, 82 (1), 405-432. doi:10.1111/j.1467-8624.2010.01564.x
- Fernández-Berrocá, P., & Extremera, N. (2002). La inteligencia emocional como una habilidad esencial en las escuelas. *Revista Iberoamericana de Educación*, 29, 1-6. doi:10.35362/rie2912869
- Filliozat, I. (2003). *El corazón tiene sus razones*. Barcelona: Ed. Urano.
- García-Sancho, E., Salguero, J.M., & Fernández-Berrocá, P. (2014). Relationship between emotional intelligence and aggression: a systematic review. *Aggressive and Violent Behavior*, 19, 584-591. doi:10.1016/j.avb.2014.07.007
- OECD. (2015). *Skills Strategy Diagnostic Report Executive Summary Portugal*. Disponível em <https://www.oecd.org/skills/nationalskillsstrategies/Portugal-Executive-Summary-web.pdf>
- Marques, S. D., & Carvalho, D. J. (2012). Sucesso escolar e inteligência emocional. *Millenium*, 42(1), pp. 7-84.
- Mayer, J. D., & Salovey, P. (1997). What is Emotional Intelligence? In P. Salovey & J. Sluyter (Ed.), *Emotional development and emotional intelligence: Educational implications* (pp. 3-31). New York: Basic Books.
- Ministério da Educação/Direção-Geral da Educação [ME/DGE]. (2017). *Perfil dos alunos à saída da escolaridade obrigatória*. Lisboa: Autor. Disponível em [https://dge.mec.pt/sites/default/files/Curriculo/Projeto\\_Autonomia\\_e\\_Flexibilidade/perfil\\_dos\\_alunos.pdf](https://dge.mec.pt/sites/default/files/Curriculo/Projeto_Autonomia_e_Flexibilidade/perfil_dos_alunos.pdf)
- PAIDEIA: Associação Internacional para o Desenvolvimento da Educação Emocional. Disponível em <https://eepaideia.wixsite.com/paideia>
- UNDP (1990). *Human Development Report 1990. Concept and measurement of Human Development*. New York: Oxford University Press. Disponível em [http://hdr.undp.org/sites/default/files/reports/219/hdr\\_1990\\_en\\_complete\\_nostats.pdf](http://hdr.undp.org/sites/default/files/reports/219/hdr_1990_en_complete_nostats.pdf)
- UNESCO (1996). *Educação: um tesouro a descobrir, relatório para a UNESCO da Comissão Internacional sobre Educação para o Século XXI*. Presidente da Comissão: Jacques Delors. Paris: UNESCO. Disponível em [https://unesdoc.unesco.org/ark:/48223/pf0000109590\\_por](https://unesdoc.unesco.org/ark:/48223/pf0000109590_por)
- Vilorio, C. (2005). La Educación Emocional en edades tempranas y el interés de su aplicación en la escuela. Programas de Educación Emocional, nuevo reto en la formación de los profesores. *Tendencias Pedagógicas*, 10, pp. 109-123.
- Zins, J. E., Weissberg, R. P., Wang, M. C., & Walberg, H. J. (2004). *Building school success through social and emotional learning*. New York: Teachers College Press.

Valente, S. (2019). Competências socioemocionais: o emergir da mudança necessária. *Revista Diversidades*, 55, 10-15. [https:// www.madeira.gov.pt/dre/Estrutura/DRE/Publicações](https://www.madeira.gov.pt/dre/Estrutura/DRE/Publicações).

Contacto: [sabinav@uevora.pt](mailto:sabinav@uevora.pt)