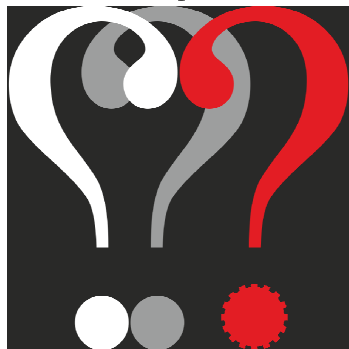


Clube de Inteligência



Emocional

PROJECTO IEE

Inteligência Emocional na Escola
Aprender a ser feliz

Ano Lectivo 2010/2011

Promotora do projecto:

Professora Doutora Manuela Queirós
Escola E.B. 2,3 de S. João da Madeira

O propósito do projecto **IEE - Inteligência Emocional na Escola – Aprender a ser feliz** é criar nas escolas o **Clube de Inteligência Emocional** e que funcionará como “laboratório de emoções”, onde estas são trabalhadas de uma forma prática e assim ajudar os alunos a desenvolver a sua inteligência emocional, ou seja, a capacidade para perceber, compreender, usar, e regular as suas emoções e as dos outros de uma forma natural.

Este projecto, nasceu no ano lectivo 2006/2007, com o **Clube de Inteligência Emocional** na Escola E.B. 2,3 de S. João da Madeira e foi alvo de uma investigação ao nível de um Mestrado em Activação do Desenvolvimento Psicológico da Universidade de Aveiro, realizado pela Dr^a Isabel Ramos, sob a orientação do Professor Doutor Carlos Fernandes da Silva, tendo por título “*Medição da Eficácia do Treino de Competências de Inteligência Emocional*”.

Na introdução deste trabalho pode ler-se: “Os alunos que frequentam o **Clube de Inteligência Emocional** da Escola EB2,3 de São João da Madeira criado por Manuela Queirós, dizem que o trabalho com as emoções os tem ajudado a **encontrar um equilíbrio e serenidade emocionais** necessários para lidar com diversas situações do dia-a-dia, como por exemplo, a **agressividade** nas relações com os colegas e professores”.

A Inteligência Emocional (Salovey et al., 1995) é definida como a habilidade individual para perceber, clarificar e gerir as nossas emoções e as emoções dos outros de forma a facilitar os processos cognitivos e promover o crescimento pessoal e intelectual.

É entendida como uma habilidade individual para reparar os estados emocionais negativos e manter os positivos. (Queirós et al., 2005).



São desenvolvidos quatro domínios: a **Percepção das emoções** (habilidades envolvidas na identificação de sentimentos por estímulos), o **Uso das emoções** (na capacidade de empregar as informações emocionais para facilitar o pensamento e o raciocínio), **Entender emoções** (habilidade de captar variações emocionais nem sempre evidentes) e o **Controle e gestão (transformação) da emoção**, que constitui o aspecto mais facilmente reconhecido da inteligência emocional e que é a aptidão para lidar com os próprios sentimentos.

O Projecto IEE será avaliado por uma entidade externa à escola, a nível de uma investigação de doutoramento e os resultados da avaliação externa serão divulgados através da produção de um artigo científico, artigo de revista / jornal regional / nacional, de um vídeo, de uma conferência, etc.

Nesta fase, o projecto terá incidência nos concelhos de S. João da Madeira, Oliveira de Azeméis, Vila Nova de Gaia, Santa Maria da Feira, Vagos e Coimbra.

Mediante os resultados da avaliação externa, o Projecto IEE poderá ser proposto (ou não) o seu alargamento e generalização a todas as escolas do País.

RESUMO DO PROJECTO

• Como pode ser desenvolvida nas crianças?

A infância é um lugar privilegiado para a aprendizagem inteligente das emoções. A sua aprendizagem é necessária ao longo da vida. No entanto, as habilidades emocionais básicas devem ser introduzidas na escola desde os 3 anos.

A inteligência emocional pode ser desenvolvida nas crianças, tanto de uma forma individual como colectiva em pequenos grupos, através de uma série de exercícios simples e práticos para cada habilidade emocional básica.

Assim, irão ser trabalhados, tanto de uma forma individual como colectiva em pequenos grupos, uma série de exercícios práticos para cada habilidade emocional básica, onde se pretende alcançar os seguintes objectivos:

- Proporcionar aos alunos a construção dos conhecimentos necessários ao permanente processo de crescimento emocional e intelectual;
- Fornecer ferramentas úteis para o bem-estar físico, emocional e mental;
- Desenvolver as seguintes habilidades:
 - Perceber, valorizar e expressar emoções com exactidão;
 - Gerar sentimentos que facilitem o pensamento;
 - Compreender emoções e o conhecimento emocional;
- Gerir as emoções promovendo um crescimento emocional e intelectual.



- **Quais os benefícios do treino dessas competências na infância?**

A inteligência emocional influi de forma decisiva na adaptação social e psicológica dos alunos, no seu bem-estar emocional e, inclusive, nos seus insucessos escolares e nos seus futuros fracassos profissionais. Por exemplo, os alunos com pouca inteligência emocional têm uma auto-estima mais baixa, índices elevados de agressividade, maior sintomatologia depressiva e ansiosa e índices mais elevados de insucesso escolar e de consumo de droga (*Berrocal, et. al., 2004*).

Ajudar os alunos a desenvolver a sua inteligência emocional pode constituir um factor preponderante para a diminuição de comportamentos e atitudes de indisciplina, agressividade e de desmotivação, contribuindo para um maior sucesso escolar.

- **Que abordagens são feitas no Clube de Inteligência Emocional?**

Serão abordados conceitos teóricos básicos sobre o que são as emoções e o que é a inteligência emocional. Quanto aos conceitos práticos, o Clube centra-se em 6 habilidades emocionais que são o eixo da inteligência emocional:

- Atenção e percepção das nossas emoções;
- Conhecimento das nossas emoções;
- Regular as nossas emoções;
- Percepção emocional interpessoal;
- Compreender os outros (empatia);
- Regular as emoções nos outros.

- **Que metodologias são seguidas no Clube de Inteligência Emocional?**

- Desenvolvimento das habilidades emocionais básicas;
- Técnicas de relaxamento;
- Exercícios respiratórios;
- Risoterapia;
- Desenvolvimento de estratégias orientadas para a manutenção do equilíbrio emocional.

- **Que recursos são necessários?**

As sessões do clube IEE serão desenvolvidas por um par pedagógico, constituído por um professor e um psicólogo, preferencialmente da área da saúde, nas escolas dos 2º e 3º ciclos dos ensinos básicos e do ensino secundário. Nas escolas do 1º ciclo e nos jardins-de-infância, o par pedagógico será constituído pelo professor titular da turma e um psicólogo, preferencialmente, da área da saúde.



Os docentes desenvolvem a actividade do clube na sua componente não lectiva, sendo que ao responsável pelo Clube deve ser atribuído um bloco semanal de 90', para a organização do clube, preparação das sessões e produção de materiais didácticos.

Os professores que vão trabalhar no projecto IEE, frequentarão em Setembro a Acção de Formação (intensiva - 25 horas) “A Inteligência Emocional na Escola” (Centro de Formação das Terras de Santa Maria), assim como os psicólogos (55 horas).

Os encargos serão apenas com o psicólogo que serão suportados pelos Pais / Associação de Pais / Autarquias / Escolas, num valor previsto de 5,00 euros.

• Quem já aderiu ao Projecto?

DREN - Direcção Regional de Educação do Norte

- Agrupamento de Escolas de S. João da Madeira
- Agrupamento de Escolas Oliveira Júnior, de S. João da Madeira
- Escola Secundária Dr Serafim Leite, de S. João da Madeira
- Escola Secundária João da Silva Correia, de S. João da Madeira
- Agrupamento de Escolas Bento Carqueja, de Oliveira de Azeméis
- Escola Secundária Ferreira de Castro, de Oliveira de Azeméis
- Escola Secundária Soares Basto, de Oliveira de Azeméis
- Agrupamento de Escolas Dr. Costa Matos, Gaia
- Agrupamento de Escolas de Valadares, Gaia
- Agrupamento Vertical de Escolas da Madalena, Gaia
- Agrupamento Vertical de Escolas de Oliveira do Douro, Gaia
- Agrupamento de Escolas Júlio Dinis – Grijó
- Agrupamento de Escolas do Pinheiro da Bemposta
- Agrupamento de Escolas de Milheirós de Poiares
- Escola EB2,3 Doutor Ferreira da Silva – Cucujães – Oliveira de Azeméis

DREC - Direcção Regional de Educação do Centro

- Escola Secundária de Vagos
- Agrupamento de Escolas de Vagos
- Escola Tecnológica e Profissional de Sicó - Avelar

Outras entidades que já aderiram ao projecto IEE:

- CONFAP - Confederação Nacional das Associações de Pais
- PAIDEIA – Plataforma Aberta, Associação Internacional para o Desenvolvimento da Educação Emocional
- Vereador da Cultura da Câmara Municipal de Oliveira de Azeméis

Equipa para investigação de doutoramento ao projecto IEE:

- Responsável pela orientação do grupo de doutorandos – Prof. Dr. Jacinto Jardim
- Doutorandos – Mestre Ana Raquel Azenha; Dr. Fernando Batista