**INTELIGÊNCIA EMOCIONAL NA EDUCAÇÃO INFANTIL**

Gricelia da Silva

Lorivane A Meneguzzo

**Resumo:** Pretende-se nesse artigo abordar aspectos teóricos acerca da inteligência emocional na educação infantil, enfatizando os benefícios de desenvolver essa habilidade na criança. Também será abordado algumas formas dos cuidadores desenvolverem a inteligência emocional na criança. O estudo foi realizado com base na pesquisa bibliográfica.

O termo Inteligência Emocional, está sendo utilizado desde a década de 90 em estudos psicológicos e pesquisas acerca da aprendizagem. Em 1995 Daniel Goleman lançou o livro Inteligência Emocional, tornando o termo popularmente conhecido. Inteligência Emocional se define como a habilidade que permite perceber, apreciar e expressar corretamente nossas emoções e para acessar e ou gerar sentimentos que facilitam os pensamentos, afim de compreender as emoções para regula-las no intuito de favorecer o crescimento emocional e intelectual.

A inteligência emocional se manifesta quando o ser humano aprende a lidar com as próprias emoções e passa a usufruir dessas emoções a favor de seu próprio bem estar. Também faz parte da inteligência emocional aprender a entender os sentimentos e as condutas do outro inseridos em uma sociedade. Dessa forma entende-se que a inteligência emocional está ativa quando o indivíduo consegue conciliar o lado emocional e o racional do cérebro, neutralizando a maioria das as emoções negativas, que possam produzir comportamentos destrutivos e, potencializando as emoções positivas afim de gerar os resultados esperados.

Segundo Daniel Goleman a inteligência emocional possui cinco pilares, o primeiro é conhecer as próprias emoções, ao conhece-las as possibilidades de êxito aumentam; o segundo é o controle das emoções, todos passamos por momentos estressantes, mas mesmo diante de problemas, manter o equilíbrio é fundamental para encontrar a melhor solução; o terceiro é a automotivação aprender a responder seus estímulos para depois decidir a melhor estratégia, o quarto é a empatia, aprender a se colocar no lugar do outro e entender seus comportamentos nos tornam mais sensíveis e abertos a aceitação de determinadas situações; o quinto é saber se relacionar interpessoalmente, ou seja, saber manter boas relações é a base para alcançar o sucesso no trabalho e na vida em sociedade. Enfim compreender esses pilares possibilitará a construção de relações saudáveis e tomada de decisões conscientes, evitando que o indivíduo tome decisões impulsivas e posteriormente venha a se arrepender desses atos.

A possibilidade de sucesso é maior para as pessoas que desde a infância tiveram oportunidade e condições de obter as melhores classificações no seu percurso escolar, porém, a capacidade intelectual não é necessariamente pré-requisito de um bom desempenho pessoal e social. Assim sendo a criança que ao longo da vida obtiver estímulo e condições para desenvolver suas habilidades emocionais poderá vir a desenvolver suas capacidades e atingir um excelente desempenho.

A habilidade de uma pessoa para compreender os seus sentimentos e os dos outro é uma das capacidades mais importantes do ser humano, designando-se Inteligência Emocional. Trata-se de um conceito que ganhou mais visibilidade após a publicação de Daniel Goleman. Uma pessoa emocionalmente inteligente consegue identificar suas emoções, gerencia suas reações adequadamente, desenvolve o autocontrole, a empatia e uma considerável aceitação de si mesmo e dos outros.

Ao desenvolver a inteligência emocional o indivíduo dispõe de alguns benefícios dentre eles destaca-se; maior controle nos níveis de ansiedade e stress; melhoria dos relacionamentos interpessoais; mais eficiência na administração do tempo e consequentemente aumento de produtividade; maior comprometimento das metas; maior empatia pelo outro; enfim aumento da autoestima e da autoconfiança.

Estudos comprovam que todas as suas emoções influenciam nas decisões, nos relacionamentos e no trabalho. Ao entender suas emoções e os pilares da inteligência emocional o indivíduo pode aplica-los em seu dia a dia, isso será primordial para o seu sucesso profissional e pessoal!

Dessa forma essas pessoas que aprendem a lidar com a Inteligência Emocional sabem pensar, sentir e agir de forma inteligente e consciente, e não permitem que as suas emoções administrem totalmente sua vida e se acumulem de forma a atrapalhar seus relacionamentos e seu trabalho.

**Como desenvolver a Inteligência Emocional**

Atualmente a metodologia educativa defende que a escola não deve se deter apenas a ensinar conteúdos cognitivos, mas deve incluir em seu currículo os conteúdos relacionados ao emocional as vivencias da criança. Assim sendo a inteligência emocional pode ser trabalhada desde os primeiros anos escolares, pois as emoções estão presentes na vida desde o nascimento, e sabe-se que os primeiros anos são fundamentais para o desenvolvimento do ser humano como um todo.

O desenvolvimento da inteligência emocional está relacionado a prática diária, porém existem algumas formas de ampliar essa habilidade através das interações entre o bebê e seus cuidadores e das interações com o outro e com o mundo ao seu redor. A rotina diária é uma excelente forma de desenvolvimento da Inteligência Emocional, estimular a criança a resolver seus problemas e os desafios que surgem diariamente é um excelente ponto de partida para ter uma criança e futuramente um adulto emocionalmente inteligente. Os cuidadores, entende-se como cuidadores os pais, as pessoas que convivem constantemente com a criança e seus professores, estão à frente na ação de educadores emocionais.

Enquanto cuidadores existem algumas estratégias para promover a inteligência emocional na criança, dentre elas estão: brincar regularmente com a criança estimulando a interação e o respeito pelo outro; permitir e estimular a criança a expressar-se e expor seus sentimentos e opiniões; ouvir e conversar com a criança questionando-a acerca de suas atitudes no dia a dia; também faz parte dessas estratégia a imposição de limites, a criança precisa aprender a lidar com “não” e saber que nem sempre irá conseguir realizar suas vontades, outro ponto a ser considerado é que diante da desmotivação da criança o cuidador deve motivar, incentivar, enfatizando que os desafios surgem para serem superados.

Segundo Reis, o aprendizado eficaz no uso das emoções permite que a criança tenha mais controle sobre seus impulsos, auxiliando-a na sociabilidade e consequentemente ser menos agressiva. Ao comunicar-se adequadamente acerca de seu estado emocional, ela desenvolve relações mais saudáveis ao longo da vida. Essas crianças emocionalmente inteligentes são mais seguras ao buscar soluções para seus problemas, ou seja, em situações de perdas e separações conseguem administrar esses fatos com maior tranquilidade e equilíbrio. Ao facilitar o desenvolvimento da Inteligência Emocional na criança o cuidador estará oportunizando o crescimento saudável e instigando-a a criar mecanismos de defesa contra possíveis perturbações de cunho psicológico, como depressão, ansiedade construindo assim uma personalidade sólida e significativamente mais imune a criticidade.

 A professora Esther Garcia indica algumas formas de trabalhar a inteligência emocional na educação infantil, dentre eles destaca-se: fazer desenhos em que a criança possa expressar-se emocionalmente; identificar e imitar as emoções perante os colegas; expressar-se musicalmente (tocar instrumentos e cantar); promover jogos e brincadeiras cooperativos e estimular o contato físico entre as crianças e seus cuidadores.

Pesquisas na área afirmam que as emoções positivas geram motivação, interesse, colaboração, perseverança e criatividade, já as emoções negativas, além de atrapalharem a percepção, a atenção e a memória, são responsáveis pela evasão escolar, conflitos interpessoais e insegurança (SILVA, 2018).

Assim sendo cabe aos cuidadores trabalhar esses aspectos com as crianças, para que no futuro tenhamos cidadãos adultos emocionalmente maduros.

**Referências**

SILVA, Adriana Maria Simão; SILVA, Marcio Moreira. **Inteligência emocional e sua aplicação no contexto educacional.** Luminar, Revista de Ciências e Humanidades. Disponível em:

<http://periodicos.urca.br/ojs/index.php/BDCC/article/view/1569/0>. Acesso em agosto de 2018.

REIS, Cristina. **Estimular a inteligência emocional em crianças**. Disponível em: <http://uptokids.pt/educacao/estimular-a-inteligencia-emocional-em-criancas/>. Acesso em agosto de 2018.

**Segredos para educação emocional infantil.** Disponível em: <https://amenteemaravilhosa.com.br/educacao-emocional-infantil/#A_importancia_da_educacao_emocional_infantil>. Acesso em Agosto de 2018.

BUENO, José Mauricio. **Inteligência Emocional: Um Estudo de Validade sobre a Capacidade de Perceber Emoções.** Disponível em: <http://www.scielo.br/pdf/prc/v16n2/a08v16n2>. Acesso em agosto de 2018.