



**UNIVERSIDADE ESTADUAL DA PARAÍBA**  
**CAMPUS III**  
**CENTRO DE HUMANIDADES OSMAR DE AQUINO**  
**CURSO DE LICENCIATURA PLENA EM LETRAS PORTUGUÊS**

**WALCKRIA SANTANA DOS SANTOS**

**UM DIÁLOGO ENTRE EDUCAÇÃO EMOCIONAL E LITERATURA NO ENSINO  
MÉDIO: UMA ABORDAGEM A PARTIR DE *O MUNDO DE SOFIA*, DE JOSTEIN  
GAARDER**

**GUARABIRA**

**2025**

WALCKRIA SANTANA DOS SANTOS

**UM DIÁLOGO ENTRE EDUCAÇÃO EMOCIONAL E LITERATURA NO ENSINO  
MÉDIO: UMA ABORDAGEM A PARTIR DE *O MUNDO DE SOFIA*, DE JOSTEIN  
GAARDER**

Trabalho de Conclusão de Curso (Monografia)  
apresentado ao Departamento do Curso de  
Letras Português da Universidade Estadual da  
Paraíba, como requisito parcial à obtenção do  
título de Licenciada em Letras Português.

**Área de concentração:** Literatura e educação.

**Orientadora:** Prof<sup>fa</sup>. Ma. Karla Valéria Araújo Silva

**GUARABIRA**

**2025**

É expressamente proibida a comercialização deste documento, tanto em versão impressa como eletrônica. Sua reprodução total ou parcial é permitida exclusivamente para fins acadêmicos e científicos, desde que, na reprodução, figure a identificação do autor, título, instituição e ano do trabalho.

S237d Santos, Walckria Santana dos.

Um diálogo entre educação emocional e literatura no ensino médio [manuscrito] : uma abordagem a partir de "O mundo de Sofia", de Jostein Gaarder / Walckria Santana dos Santos. - 2025.  
49 f. : il. color.

Digitado.

Trabalho de Conclusão de Curso (Graduação em Letras português) - Universidade Estadual da Paraíba, Centro de Humanidades, 2025.

"Orientação : Prof. Ma. Karla Valeria Araujo Silva, Departamento de Letras - CH".

1. Proposta pedagógica. 2. Literatura Filosófica. 3. Emoções. 4. Ensino médio. 5. O Mundo de Sofia. I. Título

21. ed. CDD 370.15

WALCKRIA SANTANA DOS SANTOS

UM DIÁLOGO ENTRE EDUCAÇÃO EMOCIONAL E LITERATURA NO ENSINO  
MÉDIO: UMA ABORDAGEM A PARTIR DE O MUNDO DE SOFIA, DE JOSTEIN  
GAARDER

Trabalho de Conclusão de Curso  
apresentado à Coordenação do Curso  
de Letras Português da Universidade  
Estadual da Paraíba, como requisito  
parcial à obtenção do título de  
Licenciada em Letras

Aprovada em: 30/05/2025.

BANCA EXAMINADORA

Documento assinado eletronicamente por:

- **Olavo Barreto de Souza** (\*\*\*.669.444-\*\*), em 09/06/2025 09:20:09 com chave 15cbfa70452c11f094762618257239a1.
- **Karla Valeria Araujo Silva** (\*\*\*.046.744-\*\*), em 08/06/2025 14:31:44 com chave 72b81c6c448e11f09d0e1a1c3150b54b.

Documento emitido pelo SUAP. Para comprovar sua autenticidade, faça a leitura do QRCode ao lado ou acesse [https://suap.uepb.edu.br/comum/autenticar\\_documento/](https://suap.uepb.edu.br/comum/autenticar_documento/) e informe os dados a seguir.

**Tipo de Documento:** Folha de Aprovação do Projeto Final

**Data da Emissão:** 09/06/2025

**Código de Autenticação:** 604eff



A todos que genuinamente acreditam na indissociabilidade entre a educação, o amor, a esperança e um olhar que seja capaz de enxergar além do visível, que sabem o quanto isso pode transformar caminhos, perspectivas e destinos, DEDICO.

## AGRADECIMENTOS

A Deus, por todas as vezes em que pensei não ser capaz, por me fazer cheia de coragem, por não me deixar desistir, por segurar minha mão, nos momentos difíceis e nos momentos em que me senti sozinha, e pelas vezes em que me mostrou o quanto sou capaz não apenas de sonhar, mas também de realizar.

A mim, por ter persistido, por não ter desistido daquilo que sempre fez meus olhos brilharem, por ter seguido adiante, mesmo quando achei que não seria boa o suficiente, por ter enfrentado os meus medos e por cada conquista diária.

À minha mãe por tudo que já fez e faz por mim, por ser a pessoa incrível que é e por trazer brilho para a minha vida e para todos que estão a sua volta.

À professora Karla Valéria, pela orientação excepcional, por apoiar e abraçar minhas ideias e por toda paciência. Sou grata por todos os ensinamentos que me proporcionou, sem dúvidas, me inspiro e espero ser uma professora com os seus princípios.

À minha irmã Jackline, por sempre estar ao meu lado, por me apoiar e pela insistência em me lembrar o quanto eu seria uma boa professora, mesmo quando me senti tão insegura. Por todas as vezes que não me deixou desistir, por me lembrar que eu era capaz, por sempre ser uma inspiração de coragem para mim.

Aos meus irmãos, João Vitor e Laura, que sempre serão meu motivo para continuar buscando ser a melhor versão de mim mesma.

À minha avó, Maria da Conceição, por sua empolgação sempre que fala sobre o quanto me admira por ter escolhido ser professora, pela gratidão que tenho por sua vida, por estar comigo na realização de um dos meus sonhos, pois nesse processo passou por situações extremamente difíceis, mas Deus me deu isso de presente, a sua presença e sua saúde.

À minha tia Valdenize, por todo o apoio, por ouvir minhas ideias e por ter estado tão presente em tantos processos.

À minha tia Viviane, por sempre ter sido um exemplo de força.

Ao meu avô (*in memoriam*) que, embora fisicamente ausente, sentia sua presença ao meu lado, dando-me força. Consigo sentir seu orgulho daqui, e esse é um dos motivos para o meu coração palpitar de felicidade.

À Thiago Sousa por todo apoio e estrutura que me proporcionou durante esse curso, nunca irei esquecer do que já fez por mim.

Aos meus amigos, por todo apoio e amizade em todo o processo. Sou grata por existirem e por poder contar com todos vocês. Em especial, Jardiel, por todas as palavras de apoio e por todo auxílio durante a escrita desse trabalho. A João Victor por estar comigo em muitos momentos do curso, por todo apoio e amizade, por ter estado comigo, nesse momento, contribuindo com a sua presença e ajuda. A Tiago Ribeiro por sempre me motivar com palavras positivas e por ter estado comigo em muitos momentos do curso. A minha amiga Josi por estar presente em muitos momentos do curso e por ter tornado o processo mais leve. À minha amiga Victória França por toda parceria na Residência Pedagógica, e durante o curso. E a todos que fizeram parte dessa trajetória na UEPB.

Aos professores do curso de graduação da UEPB — em especial àqueles que, com carinho, transmitiram seu conhecimento, contribuíram para o desenvolvimento desta pesquisa e para a formação de quem sou hoje.

À CAPES, pela oportunidade de participar da Residência Pedagógica. Esse programa foi essencial, pois me possibilitou ter a minha primeira experiência com a sala de aula e foi a partir disso que tive certeza de que queria seguir o caminho da docência.

À escola José Tomaz de Aquino, colégio no qual estudei, na infância, e hoje, atuo como professora de Língua Portuguesa. Sinto-me grata por minha primeira experiência ser nessa escola e por estar aprendendo com profissionais excelentes.

A cada aluno que tive antes da conclusão deste curso, por me ensinarem o verdadeiro significado de ser professor, e aos futuros alunos, que, sem dúvida, continuarão a tornar meu aprendizado constante e me trazendo novos motivos para continuar buscando ser a melhor professora possível.

Aos meus alunos atuais por trazerem tanto sentido e significado para aquilo que faço com amor que é ensinar. Apesar dos desafios, vocês fazem valer a pena cada esforço.

Aos professores da banca examinadora, Danielle e Olavo, por terem aceitado o convite para avaliarem o meu trabalho e pela contribuição significativa.

Àqueles que me ajudaram mesmo que indiretamente e que tornou esse processo mais leve e tranquilo.

À arte que está por toda parte e que sempre nos salva da monotonia do corpo e nos reconecta à alma.

*“[...] E o exercício da literatura para mim é a minha maneira de não adoecer. Eu sempre penso isso e quando eu falo de não adoecer, eu tô falando mesmo é desse adoecimento emocional, porque a arte, ela é uma válvula de escape e a literatura para mim é essa criação, a possibilidade que eu tenho de sair de mim mesma, de indagar o mundo, de inventar um outro mundo, de apresentar a minha discordância com esse mundo e é uma experiência que eu tenho, desde bem nova” (EVARISTO, Conceição, 2020, s.p.)*

## RESUMO

A presente pesquisa pretende discutir acerca da importância de se construir uma educação emocional no âmbito escolar, considerando que tal construção poderá promover um melhor autoconhecimento, melhores relações interpessoais e resultados positivos no que se refere ao ensino/ aprendizagem. Nesse sentido, nosso objetivo geral consiste em apresentar uma proposta pedagógica para o ensino médio, que visa promover o letramento emocional em sala de aula, a partir da obra *O Mundo de Sofia* de Gaarder (2012), mostrando a relevância da literatura filosófica para a vida de alunos. Buscaremos, dessa forma, destacar o quanto a partir da obra literária *O Mundo de Sofia*, de Gaarder (2012) os estudantes podem refletir sobre a compreensão de si mesmos e como podem ser compreendidos, independente de qual seja o problema que estejam enfrentando. Além disso, os discentes devem ser levados, a partir da narrativa de *O Mundo de Sofia*, de Gaarder (2012), a reconhecer também a sua capacidade de enfrentar desafios. Quanto à metodologia do nosso trabalho, esta é de abordagem qualitativa, do tipo explicativa, com análise textual. No que se refere aos principais fundamentos teóricos utilizados, destacamos: Goleman (1995), Damásio (2012), Descartes (1637), Chauí (2000), Gaardner (2012), Libâneo (1990), Wallon (2007), Vygotsky (2001), Marx (1867), Freire (1985), Cosson (2006). Além desses, a pesquisa também foi direcionada pela Base Nacional Comum Curricular (Brasil, 2018). Como considerações a partir do que foi pesquisado e proposto, percebe-se o quanto pode ser possível uma transformação no que se refere aos alunos, sua conexão consigo e a possibilidade de conseguirem lidar melhor com suas emoções através da utilização da obra literária como forma de instigar, refletir, fazer ligações com o presente, captar possíveis aproximações com o cotidiano e a realidade apresentada pela obra.

**Palavras-Chave:** Proposta pedagógica; Literatura Filosófica; Emoções; Ensino médio; *O Mundo de Sofia*.

## ABSTRACT

This research aims to discuss the importance of building emotional education in the school environment, considering that such construction can promote better self-knowledge, better interpersonal relationships and positive results in terms of teaching/learning. In that regard, our analysis has as its general objective to present a pedagogical proposal for High School, which seeks to promote emotional literacy in the classroom using the literary work *O Mundo de Sofia* de Gaarder (2012), showing to us the relevance of philosophical literature in students' lives. We will investigate, in this way, highlight how much to start from the base work *O Mundo de Sofia*, de Gaarder (2012) the students can reflect about understanding of themselves and how they can be personally understood, regardless of what problem they are facing. Furthermore, students should be led by the narrative of *O Mundo de Sofia*, de Gaarder (2012), to also recognize their ability to face their challenges. About the methodology of our work, it is a qualitative approach, of explanatory type, with textual analysis. Regarding the main theoretical foundations used, we highlight: Goleman (1995), Damásio (2012), Descartes (1637), Chaui (2000) Gardner (2012), Libâneo (1990), Wallon (2007), Vygotsky (2001), Marx (1867), Freire (1985), Cosson (2006). In addition to these theorists, the research was also guided by Base Nacional Comum Curricular (Brasil, 2018). As considerations based on what was researched and proposed, it is clear how much transformation can be possible in relation to students, their connection with themselves and the possibility of being able to better deal with their emotions through the use of literary work as a way to instigate, reflect, make connections with the present, capture possible approximations with everyday life and the reality presented by the work.

**Keywords:** Pedagogical proposal; Philosophical literature; Emotions, High School; *O Mundo de Sofia*.

## LISTA DE ILUSTRAÇÕES

Figura 1 – Roda das emoções de Plutchik .....	24
Figura 2 – Hipocampo .....	29
Figura 3 – Romance “O Mundo de Sofia” de Jostein Gaarder .....	35

## LISTA DE QUADROS

Quadro 1 – Revisão da Literatura .....	18
Quadro 2 – Sequência Básica .....	42

## SUMÁRIO

<b>1 INTRODUÇÃO .....</b>	<b>14</b>
<b>2 REVISÃO DA LITERATURA .....</b>	<b>18</b>
<b>3 A ALFABETIZAÇÃO EMOCIONAL, O LETRAMENTO EMOCIONAL E OS SEUS PAPÉIS NA EDUCAÇÃO .....</b>	<b>22</b>
<b>4 A EDUCAÇÃO EMOCIONAL, A INTELIGÊNCIA EMOCIONAL, AS EMOÇÕES, OS SENTIMENTOS E O AMBIENTE ESCOLAR.....</b>	<b>25</b>
<b>4.1 Os professores e os problemas com burnout e seu impacto no cérebro: uma necessidade de observar qual o papel do professor e do psicólogo escolar .....</b>	<b>27</b>
<b>5 A DESIGUALDADE SOCIAL E O IMPACTO NO DESENVOLVIMENTO DO ALUNO: EMOÇÕES, SENTIMENTOS E A APRENDIZAGEM.....</b>	<b>32</b>
<b>6 O MUNDO DE SOFIA DE JOSTEIN GAARDER: A LITERATURA FILOSÓFICA COMO PROPOSTA DE INTRODUÇÃO AO ENSINO DAS EMOÇÕES .....</b>	<b>34</b>
<b>7 METODOLOGIA.....</b>	<b>38</b>
<b>7.1 Caracterização da pesquisa .....</b>	<b>38</b>
<b>7.2 A sequência didática e seu papel na proposta.....</b>	<b>40</b>
<b>9 CONSIDERAÇÕES FINAIS.....</b>	<b>44</b>
<b>REFERÊNCIAS .....</b>	<b>46</b>

## 1 INTRODUÇÃO

Ao pensar sobre educação emocional, podemos considerá-la como uma abordagem imprescindível para alcançar diversos benefícios para o ser humano. É através dela, por exemplo, que podemos adquirir a capacidade de desenvolver autonomia, empatia, de se relacionar consigo e com o outro, desenvolver habilidades interacionais, intersociais, intrassociais, socioemocionais etc. Com isso, toda essa gama de competências poderá resultar em um alto desenvolvimento pessoal que pode refletir no meio, no qual o indivíduo esteja inserido. Mas será que ao falar das emoções o assunto sempre foi considerado dessa forma? Sabe-se que, por muitos séculos, estigmas existem e se mantêm com relação às emoções e aos sentimentos.

Ainda nessa linha de pensamento, poderíamos nos questionar: por que geralmente há dissociação entre educação emocional e o desenvolvimento intelectual, se um depende do outro para um bom resultado no aprendizado do aluno? Nesse viés, é importante pontuar que ao se fazer essa separação podemos ter impactos não significativos, no desenvolvimento dos alunos e no trabalho dos professores, os quais geralmente não foram preparados academicamente para lidar com as questões emocionais.

Diante disso, surge, então, a pergunta que irá nortear o nosso trabalho: como é possível promover a educação emocional, através do romance *O Mundo de Sofia*, de Gaarder (2012), nas aulas de Língua Portuguesa? Tal inquietação justifica a motivação para o desenvolvimento desse trabalho, que resulta das experiências em sala de aula, durante a Residência Pedagógica\* na rede estadual e na rede municipal. Com base nessa vivência, foi possível perceber a carência dos alunos em ter uma atenção maior para a área emocional, pois muitos educandos precisam automatizar seus comportamentos para manter a rotina escolar, sem refletir sobre as mudanças que encaram, os problemas que acontecem no dia a dia, sobre o que estão sentindo naquele momento etc. Além disso, essa ausência de autoanálise é principalmente causada pela falta de formação desta competência, e esta ausência pode gerar ações e sentimentos como ansiedade, agressividade, insegurança, frustração e raiva excessiva, podendo resultar, posteriormente, em doenças crônicas como a depressão.

---

\* A residência pedagógica é um programa da Coordenação de Aperfeiçoamento de Pessoa de Nível Superior (CAPES), com vínculo ao Ministério da Educação (MEC), que tem por objetivo aperfeiçoar a prática de estudantes da Licenciatura ao oferecer um primeiro acesso a docência. A relevância e os benefícios do programa e do projeto desenvolvido nas escolas da educação básica do Brasil são incontáveis, pois isso possibilita que o discente não entre em uma sala de aula sem saber conhecimento e experiências prévias com o cotidiano escolar.

Outrossim, destacamos uma segunda justificativa com relação a escolha da obra *O Mundo de Sofia*, de Gaarder (2012), que se deu a partir da experiência pessoal com a obra, a qual trouxe aprendizados significativos e grandiosos. A escolha se deu, principalmente, por ter sido essencial na fase na qual me encontrava, pois aos quatorze anos, assim como a maioria dos adolescentes, ainda estava construindo minha identidade, descobrindo e enfrentando dúvidas e mudanças. Assim, a partir do contato com a narrativa, conheci a personagem principal que se chama Sofia, e ao decorrer dos acontecimentos da história, foi possível conhecer as dúvidas e o desconhecimento de mundo que ela apresentava ter, e os seus questionamentos etc.

Desse modo, cresci e amadureci junto com a Sofia, por meio do conhecimento da história da filosofia e do teor psicológico, didático e reflexivo que a obra apresenta. Também, desenvolvi o pensamento crítico e consegui enxergar a importância do poder da pergunta para conhecer a si mesmo. Portanto, ao pensar na temática da pesquisa, a proposta de inserir a leitura de *O Mundo de Sofia* de Gaarder (2012), dentro da sala de aula, revelou-se como uma ferramenta pedagógica com potência para desenvolver o autoconhecimento.

Ainda, ao falar sobre o emocional, principalmente no que se refere ao contexto brasileiro, nota-se um histórico de repressão do sentir que atravessa gerações ao longo do tempo, desde o tempo de nossas tataravós, bisavós, avós e pais, resultando em uma sociedade adoecida por não ter sido educada a expressar seus sentimentos. Essa repressão pode ser interpretada a partir da teoria de Marx (1867) como um dos efeitos da alienação imposta pelo sistema capitalista, que reduz o ser humano à sua força de trabalho e o valoriza apenas naquilo que é útil à produção e ao lucro. Nesse cenário, emoções e afetos passaram a ser vistos como elementos supérfluos, não produtivos, sendo desprezados e suprimidos. Ainda, o autor afirma que essa alienação não é apenas para o âmbito do trabalho, mas também na sua relação consigo mesmo. Dessa forma, pode surgir a percepção que problemas como a ansiedade e a depressão são exclusivos da atualidade, já que não se discutia sobre o assunto em questão.

Porém, vê-se que até mesmo em tempos atuais o cuidado com as emoções ainda é negligenciado por motivos sociais, econômicos e até mesmo culturais, como por exemplo, a influência de algumas culturas no silenciamento emocional, (visto que a expressão pode ser vista como fragilidade) e a desigualdade social que gera uma barreira entre a temática e o indivíduo. Assim, ao mencionar a introdução da educação emocional através da literatura, se faz necessário o conhecimento de que ela está interligada com outras áreas, como a filosofia, a sociologia e a psicologia, pois todas elas estão conectadas com um mesmo propósito: a pergunta como ponto de partida para um autoconhecimento.

Também, possibilita um melhor entendimento das atitudes de alunos dentro da escola e ter o conhecimento de como o cérebro funciona, torna possível uma abordagem pedagógica adequada a cada tipo de necessidade para que haja qualidade de ensino/ aprendizagem. Ainda, é válido lembrar que o mais importante nessa perspectiva da pergunta não é a resposta a se obter, mas o ato de se questionar sobre si e sobre o mundo a sua volta. Dessa forma, a educação emocional precisa ser inserida em diversos âmbitos, especificamente no ambiente escolar, pois não há aprendizagens significativas sem saúde mental e sem reflexão.

Sendo assim, o trabalho tem como objetivo geral apresentar uma proposta pedagógica para o ensino médio, visando promover o letramento emocional em sala de aula, a partir da obra *O Mundo de Sofia* de Jostein Gaarder, mostrando a relevância da literatura filosófica para a vida de alunos. Além disso, como objetivos específicos nos propomos a: a) analisar como a desigualdade social pode impactar as emoções e como afeta diretamente as aprendizagens e o resultado do aluno no meio escolar; b) refletir sobre o letramento emocional e como a educação emocional é indispensável no contexto escolar; c) compreender como é possível estabelecer uma relação significativa entre emoções, filosofia, sociologia, o cotidiano vivido e a obra *O Mundo de Sofia*, de Jostein Gaarder.

Nossa pesquisa se enquadra numa perspectiva de abordagem qualitativa analítica, dividindo-se em seções que seguirão a seguinte sequência: no primeiro momento, serão apresentadas algumas pesquisas feitas sobre a temática através do estado da arte; em seguida, será discutido sobre a alfabetização emocional, o letramento emocional e os seus papéis na educação; a educação emocional e inteligência emocional, a importância de ambos para o ambiente escolar e as consequências de sua ausência; falaremos, também, sobre o Burnout e os papéis de cada profissional dentro da escola; a desigualdade social e o impacto nas emoções e nas aprendizagens.

Posteriormente, trataremos, especificamente, da obra proposta para a análise, dando ênfase ao ensino das emoções por meio da literatura filosófica. Por fim, após a seção da caracterização da metodologia, iremos expor uma proposta interventiva como encaminhamento estratégico para abordagem da educação emocional nas aulas de Língua Portuguesa a partir do modelo da sequência básica de Cosson (2006) e parte da sequência expandida, também proposta pelo mesmo autor. Contudo, desta última sequência, faremos menção apenas da etapa da contextualização presentificadora.

Ademais, vale destacar que tivemos como embasamento teórico e discursivo os pressupostos de Goleman (1995), que irá trazer o conceito de inteligência emocional, destacando cada ponto da temática na sua obra *Inteligência emocional: a teoria revolucionária*

que redefine o que é ser inteligente; Damásio (2012), que aborda na sua obra a indissociabilidade da emoção e da razão, reforçando a importância de abordar e considerar o emocional no processo de formação do indivíduo. Ainda, o autor reforça em seu livro *O Erro de Descartes* a sua crítica em fazer essa separação do emocional com o cognitivo; Descartes (1637), que o autor traz a teoria cartesiana a qual considerava a razão e a lógica em detrimento das emoções. Obra que aborda a frase “Penso, logo existo”; Chauí (2000), que defende a ideia de que a filosofia permite que os seres humanos questionem o seus cotidianos e suas vidas.

Assim, sua obra trata principalmente da educação filosófica e do seu caráter formador; Gardner (2012), traz em sua obra *O Mundo de Sofia* uma introdução da história da filosofia, no qual faz relações com a filosofia, emoções e sociologia, aspectos indispensáveis para letrar emocionalmente. Libâneo (1990), defende em sua obra uma educação que valoriza a humanidade e criticidade, no qual o docente deve promover uma formação integral. Wallon (2007), aborda a psicogênese da pessoa completa, considerando corpo, cognitivo e emoções. Vygotsky (2001), relata como a linguagem é fundamental para autorregulação das emoções e da formação cognitiva simultaneamente. Marx (1867), critica em *O capital* o sistema que valoriza o capitalismo e que conseqüentemente pode gerar alienação, não apenas nas relações sociais e trabalhistas, como também emocionais. Freire (1985) propõe uma educação crítica, libertadora e que respeite o processo emocional e cognitivo dos alunos. E entre outros teóricos que irão abordar sobre o tema em questão. Na próxima seção, a revisão da literatura será apresentada.

## 2 REVISÃO DA LITERATURA

Estado da arte, revisão de literatura ou estado do conhecimento consiste em um compilado de pesquisas feitas sobre o tema que deseja ser trabalhado, com o objetivo de entender como a temática em foco se manifesta no meio acadêmico. Muitos autores possuem suas definições e conceitos para o estado da arte e, segundo Ferreira (2002), o estado da arte é o mapeamento, ou seja, a trilha que é feita para chegar em diferentes concepções sobre um determinado assunto, em períodos diferentes, por pessoas diferentes e estudos a partir de caminhos diferentes.

A partir disso, justifica-se a sua importância neste trabalho, pois ao nortear o pesquisador acerca do que já foi investigado acerca do tema escolhido, bem como observar e analisar as diversas perspectivas dos estudos encontrados, promove o conhecimento de quais aspectos estão foram enfatizados por outros estudiosos. Nossa pesquisa em questão teve cunho bibliográfico de abordagem qualitativa, com a realização da coleta de dados e artigos científicos das plataformas: *Google acadêmico, Periódico Capes e Repositório da UEPB, campus III*. A busca teve como ponto de partida as palavras-chave: *Educação emocional, emoções no âmbito escolar, inteligência emocional na educação pública, Educação emocional nas aulas de Língua Portuguesa, e aquisição das habilidades emocionais a partir da filosofia*. Com enfoque nos trabalhos realizados de 2020 a 2024, apontamos a seguir os trabalhos encontrados:

**Quadro 1.** Distribuição das pesquisas organizadas por: títulos dos trabalhos, autores, ano da publicação, objetivos e site de busca.

**Título:** Concepções de educação emocional e a coordenação pedagógica

**Autores/ ano:** SOUZA, Lanúbia Karlla Oliveira de; 2020.

**Objetivo:** Descrever as concepções de educação emocional e o trabalho da coordenação pedagógica para o desenvolvimento de habilidades socioemocionais na escola

**Site de busca:** Google acadêmico

**Título:** O desenvolvimento da inteligência emocional na primeira infância: contribuições para educadores

**Autores/ ano:** MARTINS, Quitéria Bendita dos Santos; SCORALICKEMPKE, Natália Nunes; 2020.

**Objetivo:** Elucidar o conceito de Inteligência Emocional, sua definição e importância, a fim de compreender quais estratégias podem ser utilizadas por educadores e instituições de ensino, a fim de proporcionar uma educação emocional afetiva.

**Site de busca:** Google acadêmico

**Título:** A Literatura infantil e o cinema: estratégias para promover a educação socioemocional.

**Autores/ ano:** NEVES, Bianca Schmidt, 2021.

**Objetivo:** Evidenciar os impactos da educação socioemocional para o desenvolvimento cognitivo e emocional de crianças durante a educação básica, apresento a forma como tal eixo educacional é abordado na Base Nacional Comum Curricular

**Site de busca:** Google acadêmico

**Título:** A percepção docente sobre educação emocional como método de inclusão no processo educacional.

**Autores/ ano:** SILVA, Elaine Conceição da; COSTA, Cristiane Dias Martins da, 2023.

**Objetivo:** Averiguar a importância da emoção para aprendizagem do ponto de vista docente.

**Site de busca:** Google acadêmico

**Título:** Literatura para a infância e educação emocional: o novo de emoções de Elisabete Neves

**Autores/ ano:** GUERREIRO, Carla Alexandra do Espírito Santo, 2022.

**Objetivo:** Constatamos como a literatura de potencial recepção infantil, mais concretamente a obra narrativa: O novo de emoções de Elisabete Neves (2019) se apresenta como uma forma privilegiada de ajudar as crianças a compreenderem o que sentem e a organizarem as suas emoções e os seus sentimentos.

**Site de busca:** Google acadêmico

**Título:** Educação emocional, formação humana e espiritualidade

**Autores/ ano:** POSSEBON, Fabrício; POSSEBON, Elisa Pereira Gonsalves; DANTAS, Taísa Caldas, 2022.

**Objetivo:** Compreender as percepções dos docentes que integram a rede municipal de Queimadas PB, sobre os impactos e mudanças na vida pessoal e profissional após terem participado da formação em educação emocional

**Site de busca:** Periódico Capes

**Título:** Implicações de um programa de educação emocional baseado em mindfulness no bem-estar e nas competências socioemocionais de estudantes

**Autores/ ano:** SILVA, Anielson Barbosa da; 2023.

**Objetivo:** Este estudo analisa as implicações de um programa de educação (PEE) baseado em Mindfulness no bem-estar e no desenvolvimento de competências

**Site de busca:** Periódico Capes.

**Título:** Os desafios enfrentados pelos docentes no ensino remoto e a importância da educação emocional para formação continuada.

**Autores/ ano:** DANTAS, Taísa Caldas; BEZERRA, Maria Maysa Romão; BARROS, Rahyanne Milene da Silva; MORAIS, Vitória Monteiro de; 2023.

**Objetivo:** Analisar os desafios enfrentados pelos docentes no ensino remoto durante a pandemia e a importância da educação emocional na formação continuada para o enfrentamento das questões.

**Site de busca:** Periódico Capes

**Título:** O despertar das emoções: o desenvolvimento sociomocional através da literatura infantil

**Autores/ ano:** FONSECA, Ana Patrícia Soares da, 2023.

**Objetivos:** promover o desenvolvimento socioemocional da criança e despertar a reflexão dos seus diferentes estados emocionais e dos outros, recorrendo à Literatura Infantil.

**Site de Busca:** Google acadêmico

**Título:** Educação emocional e educação infantil: uma análise das produções teóricas do congresso nacional de educação (CONEDU)

**Autores/ ano:** SILVA, Laísa Caroline Nunes da; NASCIMENTO, Fernanda Sardelich, 2024. **Objetivo:** Analisar como a temática da educação emocional, no âmbito da educação infantil, tem sido abordada no Congresso Nacional de Educação- CONEDU[...]

**Site de busca:** Google acadêmico

**Título:** Percepção de professores sobre um programa de educação emocional: um estudo qualitativo

**Autores/ ano:** FURLAN, Natália Pozzon; MÉA, Cristina Pilla Della; 2024.

**Objetivo:** Analisar as percepções de professores sobre os impactos e as mudanças de comportamentos após a realização de um programa de educação emocional com crianças matriculadas na educação infantil.

**Site de busca:** Google acadêmico

**Título:** Educação emocional no processo de ensino/aprendizagem

**Autores/ ano:** Silva, Alexsandro Galdino da, 2022.

**Objetivo:** compreender a importância da educação emocional na educação básica e a sua contribuição para o processo de ensino/aprendizagem.

**Site de busca:** Biblioteca UEPB, campus III.

**Título:** A função da afetividade na educação infantil: a influência e as contribuições acerca da aprendizagem

**Autores/ ano:** Silva, Danusa de Fátima Lourenço da, 2021.

**Objetivo:** Investigar a influência da afetividade no processo de ensino e aprendizagem, promover um espaço para essa discussão[...]

**Site de busca:** Biblioteca UEPB, Campus III.

Fonte: elaborado pela autora (2024)

Dessa forma, a partir da pesquisa realizada, foi preciso delimitar datas em intervalos específicos de tempo para uma busca mais suscinta, pois foi possível notar que há uma extensão muito grande de trabalhos sobre a educação emocional em múltiplos âmbitos, como os institucionais de ensino superior, em cursos de enfermagem, medicina, de literatura com foco no desenvolvimento da leitura, a educação emocional para uma boa gestão escolar etc.

Porém, há uma quantidade menor de trabalhos com foco na educação emocional nas escolas, assim como na biblioteca da UEPB, campus III, onde há trabalhos que abordam a educação emocional e sua importância para a aprendizagem, mas nenhum trabalha a educação emocional por meio da literatura filosófica, o que evidencia o diferencial de nossa pesquisa que é a aquisição do gerenciamento das emoções através de livros que tenham a filosofia e o questionamento como foco principal, especificamente fazendo uso da obra filosófica *O Mundo de Sofia* do escritor Jostein Gaarder, dentro das aulas de Língua Portuguesa. Na próxima seção, será abordado sobre o processo de alfabetização e letramento em seus sentidos gerais e os novos conceitos que se relaciona com as emoções. Ainda, será apresentado brevemente sobre as filosofias clássicas e modernas e a relação com os estudos que tratam sobre a lógica, as emoções e o ser humano.

### 3 A ALFABETIZAÇÃO EMOCIONAL, O LETRAMENTO EMOCIONAL E OS SEUS PAPEIS NA EDUCAÇÃO

A alfabetização e letramento, em seus sentidos gerais, são bastante conhecidos e amplamente explorados por linguistas e por estudiosos de outras áreas da educação. Diante disso, para que haja entendimento destes novos conceitos, é necessário compreender a origem destes termos no seu sentido geral. Para Soares (1998), a alfabetização significa o processo de codificação e decodificação, ou seja, está ligada a capacidade de ler e escrever, embora haja outras definições de alfabetização, essa é a mais recorrente. E o processo de letramento, segundo a autora, vai muito além dessas habilidades e relaciona-se com a utilização da escrita e da leitura de forma ativa e crítica na sociedade e em seus diversos contextos.

Assim, partindo destas definições, surge a alfabetização emocional e letramento emocional, estes referindo-se ao processo de ensino e aquisição do gerenciamento das emoções. Segundo Goleman (1995), a alfabetização emocional é mais que um meio para uma melhor aquisição da aprendizagem, pois também pode ser utilizada para aprender sobre afetividade de forma pontual. Já o letramento emocional está ligado com a capacidade de pôr em prática todos os ensinamentos que ocorrem durante a jornada de alfabetização emocional. Logo, nessa fase já não se fala apenas em entender como as emoções funcionam, nem apenas nomeá-las, mas também sobre conseguir usar essas emoções a partir da identificação, análise do contexto e condutas conscientes, sabendo que cada ação pode gerar uma consequência ou que nem toda situação requer uma ação imediata.

Dessa forma, ao abordar as relações entre educação e as emoções, é válido entender o desencontro dos estudos de filosofias modernas, que na maioria delas consideravam o científico em detrimento da sabedoria que era cultuada pela filosofia clássica, na qual considerava emoções, ética e uma formação profunda do *eu* com base na busca por conhecimento de si e do mundo a partir das experiências. Assim, um desses estudos foi feito pelo filósofo Descartes (2011) que na sua obra *Discuragir no automático do método*, publicada originalmente em 1637, fala sobre a lógica cartesiana na qual consiste em considerar no ser humano apenas a sua racionalidade, foco principal da teoria cartesiana:

E não sei de outras qualidades que sirvam para a perfeição do espírito, porque, quanto à razão ou ao senso, que é a única cousa que nos faz homens e nos distingue dos animais, quero crer que existe toda, inteira, em cada um de nós, seguindo eu, a este respeito, a opinião dos filósofos que dizem que só há mais ou menos entre os acidentes, e não entre as formas ou natureza dos indivíduos de uma mesma espécie (Descartes, 2011, p.24).

Diante disso, sabe-se que a racionalidade diferencia o ser humano de outros animais; porém, não é apenas isso que define a mente humana. Pois, a teoria cartesiana quando propôs a separação da alma, emoções e o corpo, estava equivocada ao considerar que o ser humano é puramente razão e que apenas por meio dela que seria possível alcançar o conhecimento. Em razão disso, Damásio (2012, p. 12) argumenta que:

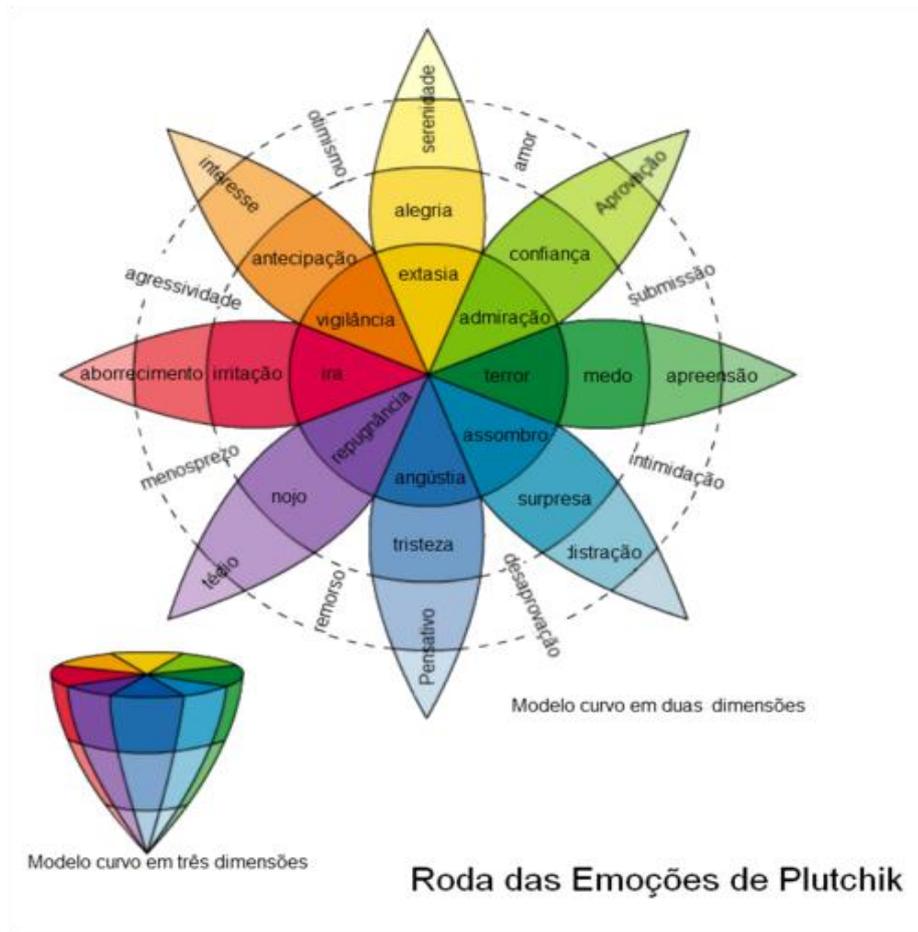
Os níveis mais baixos do edifício neurológico da razão são os mesmos que regulam o processamento das emoções e dos sentimentos e ainda as funções do corpo necessárias para a sobrevivência do organismo. Por sua vez, esses níveis mais baixos mantêm relações diretas e mútuas com praticamente todos os órgãos do corpo, colocando-o assim diretamente na cadeia de operações que dá origem aos desempenhos de mais alto nível da razão, da tomada de decisão e, por extensão, do comportamento social e da capacidade criadora. Todos esses aspectos, emoção, sentimento e regulação biológica, desempenham um papel na razão humana. As ordens de nível inferior do nosso organismo fazem parte do mesmo circuito que assegura o nível superior da razão (Damásio, 2012, p. 12).

Assim, ao referir-se às emoções e à sua relação com a educação como uma proposta de letramento emocional, fala-se de uma junção indispensável no âmbito educacional, pelo seu grande papel de formar indivíduos e deixá-los preparados para o ambiente escolar e para encarar a vida. Com isso, e a partir desta e de outras teorias existentes a favor da importância das emoções para o aprendizado e para um conhecimento do próprio indivíduo, é possível comprovar a importância de considerar o emocional tanto quanto o cognitivo, principalmente quando parte para uma análise do impacto no funcionamento do cérebro e nas aprendizagens.

Nesse sentido, Goleman (1995, p. 38) afirma que a razão e a emoção são as duas mentes do ser humano e que elas agem simultaneamente no cérebro, ajudando em tomadas de decisões e entre outras ações na vida em sociedade. Portanto, isso confirma que a espécie humana não é inteiramente emocional ou completamente racional, mas sim um conjunto de ambos.

Além disso, para uma alfabetização emocional eficaz, o processo de adquirir um vocabulário emocional se torna essencial nesta etapa, pois não é possível expressar um sentimento que é desconhecido e anônimo para a mente e o corpo que o sente. Diante disso, a roda das emoções de Plutchik (1980) ajuda nessa identificação e visualização do sentir, pois apresenta oito emoções básicas, chamadas de emoções primárias, suas emoções opostas e entre outras emoções e sentimentos que ajudam na auto-observação. Vejamos essa representação na figura 1 que segue abaixo:

**Figura 1:** Roda das emoções de Plutchik (1980)



Fonte: NEVES, Renata de Assunção; DAMAZIO, Vera MM. (2025).

Diante da representação acima, notamos um leque de classificações, causas e fatores atribuídos a um mesmo sentimento e essa ação de nomear o que se passa no interior é o que pode trazer autoconhecimento. Logo, quem não consegue entender o que sente, pode generalizar, esconder, mentir para si mesmo etc. Ao proceder dessa maneira, as emoções são conhecidas, tornando o corpo que as sente consciente e capaz de agir sobre sua condição.

Na próxima seção daremos continuidade à discussão das emoções com foco no conceito de educação emocional e inteligência emocional, bem como a importância de se abordar a pauta das emoções no ambiente escolar, mostrando como o ensino não deveria ser baseado apenas no intelecto, mas também no emocional e social do indivíduo.

#### **4 A EDUCAÇÃO EMOCIONAL, A INTELIGÊNCIA EMOCIONAL, AS EMOÇÕES, OS SENTIMENTOS E O AMBIENTE ESCOLAR**

O conceito de educação existe há séculos e formou-se, inicialmente, com os gregos e filósofos. Para Vianna (2006, p. 130) “a educação, em sentido amplo, representa tudo aquilo que pode ser feito para desenvolver o ser humano e, no sentido estrito, representa a instrução e o desenvolvimento de competências e habilidades”. Para Teixeira (1968, s.p), “educação é o processo de assegurar a continuidade do lado bom da vida e de enriquecê-lo, alargá-lo e ampliá-lo cada vez mais”. Quando se fala em educar as emoções, é nesse sentido que se preocupa, com a finalidade de conseguir alcançar o que diz a sentença: conhece-te a ti mesmo, lema que se refere ao filósofo Sócrates e outros estudiosos que seguiam esta filosofia.

Diante do que afirma Libâneo (1990, p. 16-17),” a educação, ou seja, a prática educativa, é um fenômeno social e universal, sendo uma atividade humana necessária à existência e funcionamento de todas as sociedades”. Isto é, abordará tudo aquilo que esteja relacionado ao educar, mediar, sentido que se relaciona com o externo do indivíduo. Ademais, o autor dirá também que cada sociedade precisa cuidar da formação dos indivíduos, auxiliar no desenvolvimento de suas capacidades físicas e espirituais. Assim, nessa afirmação entende-se que educar não se refere apenas a uma educação do intelecto, mas também do interior. Nesse caso, a educação emocional e a inteligência emocional tornam-se indispensáveis para o crescimento humano, ambas se diferenciam por suas definições que caracterizam as etapas da busca por autoconhecimento e domínio das próprias emoções.

Nesse viés, ao referir-se à educação emocional, fala-se do processo de ensino sobre as emoções, sobre o direcionamento para trilhar um caminho com o objetivo de alcançar o conhecimento de si e dos outros. Em outras palavras, a educação emocional refere-se a uma alfabetização emocional, pois também envolve o recurso de crescer o vocabulário emocional, saber ler as emoções pessoais e as de outros. E sobre a inteligência emocional, Goleman (1995) diz que é a capacidade de motivar a si, de regular-se, ter persistência e sobre ser capaz de refletir sobre ações e reações. Além disso, o autor afirma que a inteligência emocional tem ligação direta com o alcance do sucesso, isso porque o indivíduo que recebeu uma educação emocional se torna altruísta, autoconfiante, desenvolve a sua capacidade de liderança, e consegue uma boa relação com o seu meio.

Dessa forma, ser inteligente emocionalmente é algo que o ser humano é capaz de tornar-se ao receber a educação emocional, já que ela exerce um papel de alfabetizadora das emoções e a inteligência emocional funciona como uma espécie de letramento emocional, ou seja,

utilizar as ferramentas que foram adquiridas na sociedade, ajudando na resolução de problemas diversos dentro da realidade de cada um.

Concernente a isso, é possível perceber que a ausência dessa educação emocional pode gerar o analfabetismo emocional, que significa dizer que é um indivíduo que age sem refletir antes sobre o que sente e sem pensar qual a razão da ação tomada. Assim, isso resulta em comportamentos impulsivos, agressivos e isso pode ser comprovado em tudo que já aconteceu até os dias atuais, como por exemplo, as violências causadas por alunos que demonstra a importância da inteligência emocional que também pode servir como capacitadora dos indivíduos, ensinando-os a lidar com o mundo a sua volta.

Sobre isso, Barcelos et al. (2015, p. 71) disserta que “o letramento emocional como uma forma de novo letramento essencial para que nós possamos sobreviver à crise de valores, ao caos, à violência, e a intolerância que tantas vezes se instala na sala de aula, na escola, na sociedade como um todo”. Logo, essa falta de atenção ao emocional ocasiona inúmeros problemas para o ser humano, em todas as áreas, principalmente na sua aprendizagem no âmbito escolar, pois o indivíduo perde seu foco e não consegue enxergar sentido no ato de aprender, pela falta de tolerância, conviver em grupo e entre outros aspectos que ocorrem pela falta de introdução dessa educação emocional. Assim, ao inserir a educação emocional nas escolas públicas, é possível obter o que Libâneo (1990, p. 17) diz o ramo educacional:

Através da ação educativa o meio social exerce influências sobre os indivíduos e estes, ao assimilarem e recriarem essas influências, tornam-se capazes de estabelecer uma relação ativa e transformadora em relação ao meio social. Tais influências se manifestam através de conhecimentos, experiências, valores, crenças, modos de agir, técnicas e costumes acumulados por muitas gerações de indivíduos e grupos, transmitidos, assimilados e recriados pelas novas gerações (Libâneo, 1990, p. 17).

Desse modo, é preciso considerar que o âmbito escolar precisa sempre adequar-se às necessidades dos estudantes e, a partir de uma análise da realidade social, vê-se que o ser humano está a cada dia mais longe de construir uma sociedade pacífica, principalmente nas escolas. Assim, faz-se necessário que haja novas intervenções para mudar esse cenário de contextos adoeceadores e estressores e, tomando como base para o contexto de introdução de uma educação emocional, conivente com a afirmação feita por Coelho (2012, p.17) sobre os estímulos e ensinamentos sobre as emoções, vemos o quanto é importante que os alunos possam moldar a si e o ambiente que estejam inseridos e que possam conquistar aquilo que Gardner (1995) intitulou como inteligências múltiplas.

Duas dessas inteligências consistem na intrapessoal, que é o sucesso que o indivíduo tem em sua relação consigo; e a interpessoal, que é a capacidade de uma boa relação com as pessoas nos diversos contextos, competências indispensáveis para um convívio saudável na sociedade. Ainda, considerando a concepção de Wallon (2007) seguindo a corrente construtivista, sobre a importância de trabalhar as emoções no campo educacional, este autor chama de formação integral o fato de tratar a criança como um ser humano completo. Assim, ao relacionar com o ensino, é preciso considerar não apenas o intelectual, mas também o afetivo e o social dessa criança. Essa afirmação, portanto, mostra a necessidade de introduzir uma educação que enxergue o aluno de forma completa mostrando o quanto a educação e as emoções são indissociáveis.

No subtópico seguinte será discutido sobre o impacto do estresse no cérebro, especificamente nas áreas do hipocampo e como atinge a neuroplasticidade do cérebro, que consequentemente atinge o processo de ensino/ aprendizagem. Além disso, será falado sobre esses temas relacionados ao ambiente desfavorável na sala de aula e como pode ser relevante trabalhar a temática da educação emocional no cenário em questão.

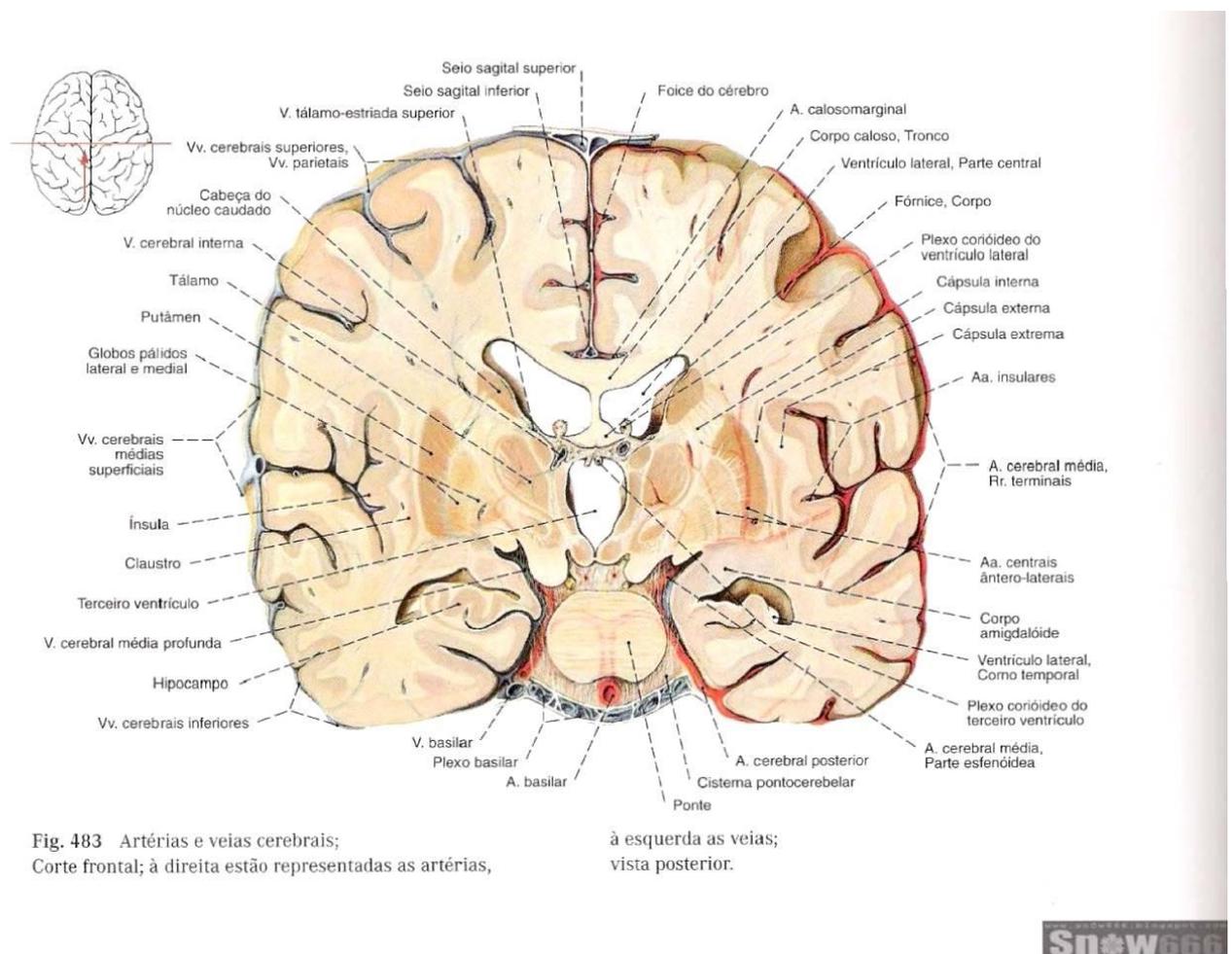
#### **4.1 Os professores e os problemas com burnout e seu impacto no cérebro: uma necessidade de observar qual o papel do professor e do psicólogo escolar**

A Síndrome de Burnout é considerada uma modalidade de estresse ocupacional, que atinge profissionais no desempenho de funções assistenciais (Levy; et al, 2009). Ainda, ao analisar o impacto desse estresse nas emoções, é possível notar que o contexto escolar desfavorável para um ensino pleno do educando afeta tanto os alunos como os professores, o que gera o Burnout, também definido como um esgotamento emocional. No artigo de Reis et al (2006) resume o que Cooper et al (1996) diz “Ensinar é uma atividade em geral altamente estressante, com repercussões evidentes na saúde física, mental e no desempenho profissional dos professores”.

Dessa forma, esse estresse afeta principalmente a parte do cérebro que é chamada de hipocampo. Essa área tem a função de memorização, aprendizagem e junto com a amígdala cerebral, estrutura que está ligada ao processo emocional, envolve emoção e memória tornando possível que o aprendizado cresça. Porém, diante de uma situação estressante, o hipocampo fica exposto ao excesso de cortisol liberado pelo estresse, o que não é prejudicial apenas para o processo de ensino e aprendizagem (ou seja, para aluno e docente,) mas também para saúde mental do indivíduo.

No que concerne ao estresse, este também afeta a neuroplasticidade do cérebro que é a capacidade que ele tem em criar conexões neurais. No entanto, quando o cérebro está em situações constantes de estresse, a neuroplasticidade fica comprometida, o que também prejudica a sua capacidade e rendimento de aprendizagem. A seguir a figura 2 que demonstra a posição do hipocampo e sua proximidade com a amígdala cerebral, evidenciando sua importância nos processos de aprendizagem e resposta ao estresse.

**Figura 2:** Anatomia do encéfalo mostrando estruturas próximas ao hipocampo.



Fonte: *Sobotta, Johannes 2000.*

Ainda sobre o estresse e os seus impactos, Santos et al. (2024, p. 237) argumentam:

Em situações de estresse constantes, a atenção que é o elemento essencial do processo de aprendizagem, é desviada e o foco passa a ser os sintomas e os mecanismos de busca para proteger o organismo de seus efeitos. Isto leva à redução significativa do potencial de aprendizagem. Considera-se, em casos de adolescentes (estudantes) com dificuldades cognitivas, que estas podem surgir nos primeiros anos de vida acadêmica.

Assim, é possível perceber que o ensino da educação emocional pode beneficiar a toda uma sociedade, principalmente aos professores, que precisam de um ambiente ameno para poder ministrar suas aulas, que traga segurança e qualidade de ensino para os educandos. Conseqüentemente, tornando possível o início da construção de um ambiente que proporcione uma aprendizagem significativa.

Nesse sentido, é importante saber qual é papel do professor e qual é o papel de um psicólogo para que haja uma busca coletiva por um ensino melhor. Dessa forma, no contexto escolar, especificamente na escola pública, é possível perceber que os alunos estão desgastados emocionalmente, e os professores emocionalmente abalados, o que pode gerar comportamentos agressivos nos alunos, em muitos casos por falta de conhecimentos sobre si e resultar em ações impulsivas.

Tudo isso, conseqüentemente, dificulta o caminho para uma aprendizagem significativa. É preciso que as escolas considerem as emoções dos alunos e se faz necessário que haja psicólogos para conseguir tratar de cada caso de forma particular, pois cada ser humano tem sua singularidade. No caso dos transtornos ou doenças já apresentadas, algumas escolas já disponibilizam psicólogos para crianças que apresentam laudos com os indicativos de determinadas especificidades; porém, é preciso uma atenção para o emocional dessas crianças. Quanto aos professores, Goleman (1995, s.p) afirma que:

Aos professores, sugiro que considerem também a possibilidade de ensinar às crianças o alfabeto emocional, aptidão básica do coração. Tal como hoje ocorre nos Estados Unidos, o ensino brasileiro poderá se beneficiar com a introdução, no currículo escolar, de uma programação de aprendizagem que, além das disciplinas tradicionais, inclua ensinamentos para uma aptidão pessoal fundamental — a alfabetização emocional (Goleman, 1995, p. 21).

Nesse caso, é possível perceber que o professor pode inserir nas aulas essa educação emocional; todavia, é preciso de mais intervenções, como por exemplo, inserir no currículo escolar, pois vê-se que as escolas ainda não priorizam o ensino que direcione o aluno a um caminho que eles saibam lidar com suas emoções de forma inteligente e cuidadosa. Mas, para que o professor consiga ensinar sobre as emoções, é preciso que ele tenha conhecimento de si mesmo, que consiga dominar suas ações e reações dentro da sala de aula, pois só assim ele conseguirá dar início ao ambiente propício para uma aprendizagem significativa.

Na próxima seção iremos refletir sobre como a desigualdade social pode impactar as emoções e como conseqüência, impactar o desenvolvimento do aluno na sala de aula. Também,

será discutido sobre a relação das emoções não trabalhada com o baixo rendimento escolar e a importância de o professor entender esses diversos contextos em que a maioria dos alunos estão inseridos.

## 5 A DESIGUALDADE SOCIAL E O IMPACTO NO DESENVOLVIMENTO DO ALUNO: EMOÇÕES, SENTIMENTOS E A APRENDIZAGEM

Quando se fala de educação pública, sabe-se que há uma gama de fatores que podem interferir no aprendizado dos alunos, uma dessas interferências mostra ser o fator principal que é a desigualdade social. Marx (2013) explicou a origem dessa desigualdade social em seu livro *O capital*, e afirmou que a desigualdade social não é algo natural, mas consequência de uma estrutura da sociedade, criada pela burguesia que explora os trabalhadores os quais são mão de obra e a máquina que move o capitalismo que a classe dominante comanda. De acordo com Libâneo (1990, p.17), “[...] é fundamental para se compreender que a organização da sociedade, a existência das classes sociais, o papel da educação está implicado nas formas que as relações sociais vão assumindo pela ação prática concreta dos homens”.

Desse modo, para começar a entender as ações dos alunos é preciso não desprezar a realidade vivida por eles, e com isso se faz necessário uma abordagem humanizada na educação. Ademais, ao falar da desigualdade social, também aborda a pobreza que faz parte da realidade da classe baixa, a falta de acesso ao básico, estrutura emocional, física e familiar na maioria dos casos. Logo, todos esses fatores atingem o emocional do indivíduo e tornam-se barreiras, quando o assunto é seu aprendizado na escola, pois a ausência de estrutura afeta o cognitivo de forma direta. Sobre isso, Gaspar (2006) dirá que:

A pobreza tem sido descrita como uma condição especialmente geradora de estresse e sofrimento. A pobreza, bem como pertencer a grupos minoritários, significa estar exposto a situações que provocam uma deterioração, assim como ter uma mãe com perturbação mental e conflitos familiares e parentais. Esta condição significa um grande risco para a saúde e bem-estar físico, mental e social da criança e pode afetar a estabilidade e o bom desenvolvimento das relações familiares. É assumida a relação entre pobreza e adversidade. A pobreza é um fator de risco para a saúde e bem-estar do indivíduo em nível físico, mental e social (Gaspar, 2006, p. 48).

Com isso, conclui-se que o contexto no qual a criança esteja inserida, irá refletir no seu comportamento em sala de aula, na sua participação, no seu desenvolvimento nas disciplinas, nas relações sociais, e essa criança pode ser interpretada de uma forma equivocada, podendo ouvir argumentos como os que Libâneo (1990) traz em seu livro: as crianças são indisciplinadas e relapsas porque seus pais não lhes dão educação conveniente em casa. Dessa forma, é preciso que haja reflexões sobre isso, pois entender qual a causa dos problemas existentes pode ser a resposta para a desordem no âmbito escolar e de julgamentos pré-determinados.

Sendo assim, torna-se fundamental uma busca para entender e possivelmente encontrar uma alternativa para esses alunos que não estão conseguindo adquirir conhecimento e passar a enxergar a relação disso com as suas emoções. Com isso, vemos o quanto é indispensável entendermos que a ideia da meritocracia não existe, pois não é apenas querer, as oportunidades não são dadas de forma igualitária e nem todas as ações é ausência de querer ou reflexo de um fracasso pessoal.

Percebe-se então que, diante de realidades e situações diferentes, principalmente no que diz respeito à luta de classes entre elite e proletariado, ou seja, classe baixa e classe alta, o que envolve a vida de uma criança com estabilidade em todas as áreas da vida não está presente na vida de uma criança pobre, o que a limita de inúmeras formas. Logo, não basta apenas querer, é preciso que haja as condições necessárias para que seja possível alcançar. Gaspar (2006, p. 50) resumirá os pensamentos de McLoyd (1998) sobre os impactos da pobreza quando disse “a pobreza tem efeitos no nível do desempenho escolar e no funcionamento socioemocional da criança, sendo os efeitos inflacionados, quando em conjunto com uma educação parental inconsistente e uma exposição constante a acontecimentos estressores”.

Dessa forma, aponta-se que o baixo rendimento e outros problemas encontrados no âmbito escolar têm ligação com as emoções dos indivíduos envolvidos. Sobre o conceito de emoções, Goleman (1995) diz que:

Quanto a mim, interpreto emoção como referindo-se a um sentimento e aos raciocínios aí derivados, estados psicológicos e biológicos, e o leque de propensões para a ação. Há centenas de emoções, incluindo respectivas combinações, variações, mutações e tonalidades (Goleman, 1995, p. 310).

Logo, entende-se que a educação não é recebida da mesma forma para todos os indivíduos, há fatores que determinam a qualidade da aprendizagem, e isso se dá pelo emocional de cada ser humano. Sobre a aprendizagem Libâneo (1990, s.p) diz que: “O processo de aprendizagem: em que consiste, como as pessoas aprendem, quais as condições externas e internas que o influenciam. [...] qualquer atividade humana praticada no ambiente em que vivemos pode levar a uma aprendizagem.” Diante disso, podemos entender que se as condições externas e internas interferem no aprendizado e se cada uma dessas partes é particular de cada pessoa, nota-se que a aprendizagem chegará com mais facilidade ou mais dificuldade dentro do cérebro de cada aluno, por esse fato é necessário entender a realidade de cada indivíduo. Segundo Libâneo (1990) a transformação da escola depende da transformação da sociedade,

pois a forma de organização do sistema socioeconômico interfere no trabalho escolar e no rendimento dos alunos.

Paralelo a isso, é fundamental que, em primeiro momento, haja uma mudança de pensamento da sociedade, e que possam começar a entender a importância de cuidar das emoções dos alunos como parte essencial para um aprendizado de qualidade, para que, em segundo momento, seja possível uma abordagem na sala de aula, inserindo a educação emocional em disciplinas já existentes, pois alguns métodos de ensino têm priorizado, na prática, apenas um ensino voltado para conteúdos com foco principal para o cognitivo e com utilidade para o mercado de trabalho.

Isto posto, iremos a partir da próxima seção discutir sobre a narrativa da obra *O Mundo de Sofia* de Jostein Gaarder, sobre a filosofia e suas relações com a preservação da saúde mental.

## 6 O MUNDO DE SOFIA: A LITERATURA FILOSÓFICA COMO PROPOSTA DE INTRODUÇÃO AO ENSINO DAS EMOÇÕES

**Figura 3-** Romance “O Mundo de Sofia”



Fonte: Google (2025)

A obra *O Mundo de Sofia* de Jostein Gaarder, foi publicado em 1991 e trata-se de um romance que possui como enredo ensinamentos acerca da história da filosofia, desde os gregos, onde a humanidade teve um grande início com perguntas que perduram até hoje: Quem somos? De onde viemos? Para onde vamos? O que é o mundo? O que existe realmente? Concomitantemente, conta a história de Sofia e de suas indagações sobre a vida a partir destas novas reflexões que surgiram dos questionamentos filosóficos. O livro leva o leitor a conhecer o amadurecimento da personagem Sofia, no processo de uma aventura, que foi iniciada pelo recebimento de cartas anônimas e misteriosas que surgem dias antes do seu aniversário de quinze anos, enviadas por um professor de filosofia, detalhe que ela só saberá posteriormente. Nas primeiras páginas Gaarder (2012, s.p.) diz: “Todas as crianças nascem bem na ponta dos

finos pêlos do coelho. Por isso elas conseguem se encantar com a impossibilidade do número de mágica a que assistem. Mas conforme vão envelhecendo, elas vão se arrastando cada vez mais para o interior da pelagem do coelho”.

Com essa afirmação, o autor aponta uma questão crucial ao pensar nas crianças e em suas transições para a pré-adolescência, adolescência e a vida adulta, fases nas quais elas deixam de questionar-se, de maravilhar-se com o mundo e não demonstram interesse com a origem de todas as coisas (como interessam-se na infância) nas quais envolvem o ser humano e que são consideradas cruciais para o autoconhecimento. Segundo Freire e Faundez em um entrevista (1985, s.p), acontece :o seguinte diálogo “No ensino esqueceram-se das perguntas, tanto o professor como o aluno esqueceram-nas, e no meu entender todo conhecimento começa pela pergunta. Começa pelo que você, Paulo, chama de curiosidade. Mas a curiosidade é uma pergunta!”

Dessa forma, buscar educar emocionalmente um indivíduo é algo que estará interligado com a filosofia, e Freire (1985, p. 09) afirma que: “[...] estudar Hegel, Marx, Sartre, ou mesmo filosofia antiga, era uma forma de nos apropriarmos de certos conceitos, de uma capacidade crítica para compreender nossa realidade, e não um mero debater-se no ensino da filosofia dos sistemas ou dos sistemas da filosofia.” Com isso, confirma-se que é preciso usar a filosofia como uma forma de educar a si mesmo para uma melhor relação e entendimento do mundo e não enxergar como uma disciplina que pode ser negligenciada. Também, é preciso quebrar os estigmas com relação a esta área, já que ela sempre foi considerada erudita, exclusiva para os mais sábios ou direcionada para a classe alta.

Porém, segundo Santos (1998, p. 03) a filosofia hoje é mais uma conversa com o mundo real que a tentativa de o mistificar. Portanto, o principal interesse nessa utilização da filosofia na sala de aula vai muito além de um foco na filosofia que se preocupava apenas com o mundo teórico, explicações e questionamentos metafísicos, pois também se preocupa em usá-la como forma de dialogar com a realidade, o cotidiano e dilemas que perduram há séculos. Assim, busca-se conseguir uma conexão com o interior a partir da junção destas duas filosofias.

Com base nisso, sobre o ato de perguntar e questionar-se, no livro *O Mundo de Sofia* (Gaarder, 2012) a palavra *pergunta* aparece 137 vezes e esse fato traz a seguinte reflexão: seria a pergunta o início para o entendimento de si mesmo e assim ser possível a autorregulação das emoções e transformar a própria mente através de questões filosóficas? Sobre isso Galvão (2021) em sua palestra intitulada *Filosofia, Saúde Mental e Equilíbrio Emocional*, fala sobre sua conversa com um psiquiatra e suas considerações acerca dessa relação:

[...] não se espera que um medicamento ofereça cura de um sintoma, seja ele de que natureza for, mas que ofereça a lucidez que foi perdida para que essa pessoa adquira uma postura mental, vá atrás de uma postura mental e uma postura concreta de vida que possa transformar o gatilho daqueles sintomas. E a partir daí que eu considere e considero ainda hoje, que uma parceria entre a psiquiatria, a psicologia, a filosofia, no tratamento dos males humanos [...] é uma parceria muito bem-sucedida[...] (Galvão, 2021, s.p).

Nesse viés, trazendo para o contexto escolar, vê-se que a literatura filosófica e a psicologia têm a possibilidade de uma relação entre elas para amenizar quadros que já estão presentes no cotidiano das escolas ou para evitá-los. Desse modo, é possível usar o livro *O Mundo de Sofia*, de Jostein Gaarder para uma introdução de valores, de orientar sobre o funcionamento e conhecimento de cada uma das emoções a partir do que é exposto no livro, com perguntas que levam a reflexão, como as que são trazidas por Gaarder (2012, s.p): “[...] haverá uma vontade ou um sentido por detrás daquilo que acontece? Haverá vida depois da morte? Como podemos encontrar resposta para estas perguntas? E, acima de tudo, como deveríamos viver?”

Ainda, Galvão (2021) dirá que a filosofia trata exatamente dessa questão dos valores como prevenção e mesmo como postura que pode conduzir auxiliados a todos os outros campos, pode surgir algumas saídas para problemas já instalados. Assim, ao relacionar e trazer a Psicologia para o campo da Filosofia e Literatura, nota-se que a pergunta é o que ambas têm em comum, pois é crucial para o desenvolvimento pessoal e um meio para educar sobre as emoções. Dessa forma, é importante clareza quanto a literatura filosófica ser um meio para educar emocionalmente os indivíduos.

Freud (1996, s.p) ao abordar sobre os mecanismos de defesa, como exemplo, o ato de reprimir o próprio sentir, podem ser a tentativa de escapar de problemas existentes por meio da fuga mental, psíquica. Com isso, o autor vai dizer que essa ação de ignorar não vai fazer com que as emoções e os sentimentos desapareçam., mas pode agravá-los e tornar o indivíduo vítima do sentimento.

Nessa perspectiva, pode-se perceber que isso é o principal objetivo da filosofia, pois ao se realizar o contato com os questionamentos filosóficos, encara-se os próprios vazios com o objetivo de entendê-los. Ainda nessa linha de raciocínio, Chauí (2000) dirá suas considerações a respeito do assunto em questão:

Assim, uma primeira resposta à pergunta “O que é Filosofia?” poderia ser: A decisão de não aceitar como óbvias e evidentes as coisas, as ideias, os fatos, as situações, os valores, os comportamentos de nossa existência cotidiana; jamais aceitá-los sem antes havê-los investigado e compreendido. Perguntaram, certa vez, a um filósofo:

“Para que Filosofia?”. E ele respondeu: “Para não darmos nossa aceitação imediata às coisas, sem maiores considerações” (Chauí, 2000, p. 09).

Logo, confirma-se novamente a importância da filosofia e da literatura e todo o conhecimento que é possível adquirir através dessas duas áreas, pode-se induzir a mente para aquilo que o ser humano quer fazer dela, através dos questionamentos adquiridos é possível tomar uma ação sobre si mesmo, ou seja, educar as emoções para ser aquilo que se deseja, e jamais o que as situações fazem de cada indivíduo. Dessa forma, sendo possível conseguir o que Galvão (2021) irá chamar de Teoria da responsabilidade, que consiste em abandonar a posição de vítima e agir sobre a própria situação. Na próxima seção, a metodologia da pesquisa será abordada.

## 7 METODOLOGIA

O método do nosso trabalho terá como caminho de apresentação: a metodologia escolhida, o percurso metodológico, a sequência didática escolhida e, por fim, a sistematização da proposta de ensino. Nesse contexto, considerando que o objetivo principal desta pesquisa é propor uma intervenção para introduzir a educação emocional no âmbito escolar através da literatura filosófica, especificamente fazendo uso da obra *O Mundo de Sofia*, de Jostein Gaarder, nesta 6ª seção, apresentaremos a metodologia utilizada no decorrer do nosso trabalho, com a finalidade de alcançar o presente objetivo proposto. No que diz respeito à metodologia, segundo Lehnhart (2024), diz respeito aos procedimentos, às técnicas científicas ou ferramentas que serão utilizadas para a realização do trabalho, ou seja, esta etapa é crucial para que haja clareza nos passos que serão seguidos para a realização da pesquisa. No subtópico em seguida irá abordar sobre a caracterização da pesquisa.

### 7.1 Caracterização da pesquisa

O nosso trabalho possui cunho qualitativo, que segundo Prodanov e Freitas (2013, p. 128), “o ambiente natural é fonte direta para coleta de dados, interpretação de fenômenos e atribuição de significados”. Também se caracteriza como explicativo, pois, de acordo com Prodanov e Freitas (2013, p. 127) a abordagem explicativa “procura identificar os fatores que causam um determinado fenômeno, aprofundando o conhecimento da realidade”. Ou seja, compromete-se em mostrar a razão e a causa dos acontecimentos. Assim, indicamos que o tópico, a seguir, abordará a proposta de ensino como forma de conseguir inserir nas aulas de Língua Portuguesa o ensino do gerenciamento das emoções através da sequência de Cosson (2006) na qual visa o letramento literário, conseqüentemente ao utilizar essa sequência e um livro de teor filosófico, questionador e estimulante simultaneamente, é possível que também haja um letramento emocional.

Assim, para a realização da proposta de letramento emocional, será utilizado o livro *O Mundo de Sofia*, de Jostein Gaarder, focando em pontos da obra que agucem o pensamento crítico dos alunos, a capacidade de sentir empatia, que cause possíveis identificações ao perceber traços nos personagens da história apresentada, reflexões a partir das interpretações e ligações com o presente. Por essa razão, a escolha da obra se deu pelo seu caráter filosófico e por apresentar uma linguagem de fácil entendimento por ser direcionado para o público jovem.

Além disso, a escolha do direcionamento para o ensino médio foi motivada pela facilidade de comunicação com as turmas sobre temas mais complexos pela maturidade, considerando a idade prevista para esse nível de ensino. Além disso, também a escolha ocorreu em razão das dúvidas que normalmente acompanham essa fase de transição. No próximo subtópico abordaremos a proposta de intervenção por meio da sequência básica de Cosson (2006), a qual sugere etapas para o desenvolvimento do letramento literário na sala de aula.

## 7.2 A sequência didática e seu papel na proposta

Propomos uma sequência didática que segue a linha de Cosson (2006) também focando nas habilidades apresentadas na Base Nacional Comum Curricular (BNCC, 2018) com ênfase no que é direcionado para o ensino médio. Assim, a BNCC (2018) reforça a importância da prática em sala de aula da educação emocional:

[...] destaque-se a relevância desse campo para o exercício da empatia e do diálogo, tendo em vista a potência da arte e da literatura como expedientes que permitem o contato com diversificados valores, comportamentos, crenças, desejos e conflitos, o que contribui para reconhecer e compreender modos distintos de ser e estar no mundo e, pelo reconhecimento do que é diverso, compreender a si mesmo e desenvolver uma atitude de respeito e valorização do que é diferente (Brasil, 2018, p. 137).

Assim, percebe-se que a literatura filosófica pode ser considerada formadora do sujeito, e quando se refere a ensinar sobre o funcionamento das nossas emoções, não é diferente. Assim, apresentamos a proposta seguindo etapas, com base na sequência didática de Cosson (2006), na qual apresenta os seguintes passos para uma introdução da literatura na sala de aula: **A motivação**, que é descrita pelo autor como auxiliadora no processo e preparação para a leitura em foco, pois é o momento que os conhecimentos prévios dos alunos são acionados. Para essa etapa, Cosson (2006) sugere que haja o uso de múltiplos estímulos, incluindo atividades de leituras, escrita, e oralidade, com o objetivo de despertar o interesse, as emoções e as discussões acerca da obra que será trabalhada. Além disso, Cosson (2006) afirma que por mais que esse momento influencie diretamente o leitor, isso não determina a leitura;

**A introdução** é o segundo passo da sequência básica, que segundo o autor é o momento para iniciar a apresentação da obra a ser trabalhada com a turma. Cosson (2006) alerta o professor, pois não precisa necessariamente fazer essa exposição do autor se prolongar por muito tempo, para que não haja fuga do foco principal. Um segundo cuidado é para o professor alertar-se ao falar da obra, ser cuidadoso ao contar a história para que não tire possível interesse

pela obra apresentada, trazendo a chance para que o aluno possa buscar e descobrir do que o livro se trata. Ainda, esse momento pode ser utilizado para explorar elementos pré-textuais, como os elementos da capa, epígrafe, o sumário; Para-textuais, como a introdução, o meio do livro e o fim; Pós-textuais, como as referências, fotos (se houver) dos apêndices etc. Dessa forma, trazendo familiarização do aluno com a obra a ser lida.

**A leitura** é o momento utilizado para leitura do livro, de forma silenciosa ou em voz alta, individual ou compartilhada. Esse momento é crucial para o primeiro contato do aluno com a história a ser lida, para sua descoberta sobre a história, enredo, personagens, narrativa, tema, estilo e outros elementos da narrativa. Assim, nesse momento, o professor precisa deixar claro o método e objetivo da leitura que será realizada, o tempo da leitura, se será necessário fazer uma leitura em casa ou na sala de aula, e essa leitura terá sempre o auxílio para possíveis dúvidas dos alunos.

**A interpretação** é a terceira parte da sequência didática e Cosson (2006) dividiu esta etapa em interior e exterior. A interior é a interpretação que tem conexões com todo conhecimento de mundo que o aluno tem, suas vivências o conectam com a história a qual resulta em uma interpretação que contém o que o aluno é e aquilo que sente. Na exterior, o aluno irá ampliar a sua primeira interpretação, fazendo uso daquilo que ele aprendeu na escola, crescendo a sua bagagem e o seu olhar para o texto, mostrando o que de fato é o letramento literário.

Além dessas etapas da sequência básica, Cosson (2006) ressalta a respeito da **contextualização presentificadora**, inserida na sequência expandida da obra, que apresenta as mesmas etapas da básica, porém, há dois momentos para interpretação e a prática da contextualização presentificadora que consiste na prática de utilizar a obra literária como forma de instigar os alunos a fazer ligações com o presente e com possíveis problemas sociais. Trazendo para a temática apresentada, é possível perceber a possibilidade de utilizar *O Mundo de Sofia* de Gaarder (2012) para que haja conexões com as vidas dos alunos e sentimentos, como uma forma de letrar emocionalmente, levando em consideração que as aprendizagens vão além daquelas que focam apenas no intelecto do indivíduo, possibilitando um ensino integral, conseguindo aquilo que é citado na BNCC (2018):

Garantir espaço, ao longo dos três anos, para que os estudantes possam: » saber sobre a condição juvenil e sobre as representações sobre jovens e juventudes; discutir sobre temáticas vinculadas a questões que os preocupam ou instigam sua curiosidade, privilegiando as que tiverem maior repercussão entre os estudantes; » saber sobre si, com foco na retomada da trajetória de formação (aprendizagens mais significativas,

dentro e fora da escola, interesses, potências e necessidades), dos modos privilegiados de expressão etc.; (Brasil, 2018, p. 75).

Diante do exposto seguiremos agora para o detalhamento da nossa proposta didática, a qual se apoia no modelo da sequência básica de Cosson (2006).

### Quadro 2: Sequência básica

<p><b>Público-alvo:</b> 1º, 2 e 3º ano do ensino médio</p> <p><b>Componente Curricular:</b> Língua Portuguesa</p> <p><b>Conteúdo:</b> Literatura infanto juvenil - <i>O Mundo de Sofia</i></p>	
<p><b>Objetivos:</b></p> <p><b>Geral:</b> Fazer leituras conjuntas do livro <i>O Mundo de Sofia</i>, de Jostein Gaarder seguindo as etapas de Cosson (2006) com Motivação, Introdução, Leitura, Interpretações particulares e conjuntas com o intuito de alfabetizar e letrar os educandos emocionalmente de forma simultânea.</p> <p><b>Específicos:</b></p> <p>A) Explorar a filosofia e sua ligação com questões emocionais e psicológicas.</p> <p>B) Ressignificar estigmas com relação a Literatura e a convencionalidade das aulas de Língua Portuguesa.</p> <p>C) Identificar como a Literatura, assim como outras formas de arte, podem ser úteis para resoluções dos problemas reais da vida do ser humano.</p> <p>D) Analisar a obra em sala de aula, focando nas principais questões levantadas.</p> <p>E) Estimular a capacidade de questionar-se e de opinar criticamente sobre a realidade de si e do outro.</p> <p>F) Propor um ambiente que haja troca de experiências e conhecimentos, que provoque os indivíduos, que os torne curiosos para buscar um conhecimento de si e dos outros, construindo empatia, segurança e a capacidade de falar sobre emoções e sentimentos de forma consciente.</p> <p>G) Refletir sobre a educação emocional através da obra <i>O Mundo de Sofia</i>, de Jostein Gaarder a partir da construção do autoconhecimento, extraíndo o aspecto poético e reflexivo do enredo do livro.</p> <p>H) Utilizar os momentos para sugerir atividades que trabalham o emocional dentro do letramento literário.</p> <p>I) Partilhar das interpretações, dúvidas e debates que surgirem a partir da Leitura do livro.</p>	
<p><b>1ª Etapa</b> <b>Motivação</b></p>	<p>Para favorecer o aprofundamento e engajamento dos alunos, o professor pode introduzir uma rotina em sala de aula através da apresentação de um cartaz que receberá o seguinte título: “Jornada das emoções: aprendendo a ter vocabulário emocional”. Este cartaz poderá ser exposto em um local que facilite a visualização e interação diária das turmas, tornando possível o início do trabalho sobre as emoções e instigando o hábito da autorreflexão. Esse cartaz será alimentado com estrelas que os alunos utilizarão para preencher os espaços brancos e indicar qual emoção estão sentindo naquele dia. Após a interação com o cartaz, nesta etapa</p>

da motivação, também pode ocorrer a primeira conversa sobre o assunto que será abordado também em outros momentos: as emoções.

Foto: Cartaz- Jornada das emoções

**Jornada das emoções: aprendendo a ter vocabulário emocional**

**Como você se sente hoje?**



- COM RAIVA
- FRUSTADO (A)
- SOZINHO (A)
- ENVERGONHADO (A)
- COM SAUDADE
- DESCONFIADO (A)
- FRUSTADO (A)
- INSATISFEITO (A)
- ENTENDIADO (A)
- COM MEDO
- ANSIOSA
- ALEGRE
- TRANQUILA
- DESANIMADO (A)

Fonte: Elaborado pela autora (2025)

Todos os assuntos citados, nessa fase, podem ser tratados de maneira mais geral, ou apenas como ponto inicial para conversas que irão se aprofundar em outras etapas. Nesta parte, depois da interação com o cartaz, a discussão pode surgir a partir dos questionamentos presentes no início do enredo de *O Mundo de Sofia*. (Gaarder, 2012) Perguntas como “Quem somos nós?” “Porque sentimos o que sentimos?”, “Vocês entendem sobre os sentimentos que nos cercam?”, “Sabem da importância de entendê-los?” Essas perguntas podem ser escritas em bilhetes, inspirado nos que Sofia recebia na história, para gerar a participação das turmas e familiarização com o livro.

Depois que o professor fizer esses questionamentos para a turma, é o momento de explicar que perguntas como essas perduram até os dias atuais, explicar sobre a filosofia e a sua essência questionadora e formadora, mostrar onde surgiu, qual a sua relação com o conhecimento de si mesmo, como isso ajuda no dia a dia e qual a ligação com as emoções e com a formação do nosso gerenciamento emocional. Dessa forma, o professor pode inserir, nas aulas, alguns vídeos que expliquem o surgimento da filosofia e como elas contribuíram com as sociedades antigamente e até os dias atuais.

Assim, a proposta terá seguimento com a introdução de um Diário das emoções como uma ferramenta de acolhimento, expressão e motivação. Ainda, os alunos poderão pôr o que estão

	<p>sentindo de forma anônima, nesse diário, e ao final do ano letivo o professor pode fazer uma aula para uma roda de conversa com o objetivo de refletirem coletivamente sobre o que foi escrito no diário, o que notaram de diferente em si mesmo, o quanto acham que evoluíram, visando o crescimento emocional da turma. A respeito dessa escrita criativa e da leitura a BNCC (2018) diz:</p> <p style="padding-left: 40px;">O que está em questão nesse tipo de escrita não é informar, ensinar ou simplesmente comunicar. O exercício literário inclui também a função de produzir certos níveis de reconhecimento, empatia e solidariedade e envolve reinventar, questionar e descobrir-se. Sendo assim, ele é uma função importante em termos de elaboração da subjetividade e das inter-relações pessoais. Nesse sentido, o desenvolvimento de textos construídos esteticamente – no âmbito dos mais diferentes gêneros – pode propiciar a exploração de emoções, sentimentos e ideias, que não encontram lugar em outros gêneros não literários e que, por isso, deve ser explorado (Brasil, 2018, p. 70).</p> <p>Dessa forma, a escrita também serve como ferramenta para conseguir o autoconhecimento, a partir da expressão e dos questionamentos que envolve essa arte.</p>
<p><b>2ª Etapa</b> <b>Introdução</b></p>	<p>Nesta etapa o professor pode criar momentos para chamar a atenção da turma, utilizando passo a passo como uma estratégia pedagógica para junção dos dois assuntos em foco: a literatura e o estudo das emoções.</p> <p>Nesta etapa, o livro <i>O Mundo de Sofia</i> de Jostein Gaarder pode ser apresentado para turma, levando em consideração o que o Cosson (2006) diz sobre esse momento, pois na introdução a leitura ainda não será iniciada, a exposição do autor será breve e o enredo será apresentado de maneira resumida e cuidadosa para não tirar da turma a chance de buscar, conhecer e entender por si mesmos. O professor precisa deixar que os alunos leiam e assim possam formar suas opiniões.</p> <p>Também, nessa segunda etapa é possível mostrar os elementos textuais e pós-textuais, como elementos da capa, as ilustrações, folhear o livro focando na divisão dos tópicos. Com isso, o professor pode dar seguimento com a leitura da epígrafe do livro: “Quem de três milênios, não é capaz de se dar conta, vive na ignorância, na sombra. À mercê dos dias e do tempo.”. Esta frase pode ser escrita no quadro, para que os alunos possam refletir sobre o que significa, qual o seu sentido e assim poder compartilhar os seus pensamentos.</p>
<p><b>3ª Etapa</b> <b>Leitura</b></p>	<p>Aqui, o professor pode criar um cronograma de leitura que possa guiar o aluno, dessa forma ele saberá quando iniciar e quando concluir as leituras dos capítulos determinados. E o diário das emoções (citado na motivação), gênero que será revisado brevemente em sala. Também, servirá como ferramenta para registros das partes que chamou atenção dos alunos, aquilo que trouxe identificação, partes que não conseguiram compreender etc. Assim, a cada final das leituras dos capítulos terá debates sobre aquilo que foi abordado na história, por abordar diversos temas na obra, há muitos assuntos para conseguir formar o senso crítico da turma.</p>

	<p>Também, é possível fazer perguntas como: quais partes o aluno percebeu que também tem as mesmas dúvidas da personagem principal, a Sofia.</p> <p>De que forma a turma acha que esses questionamentos estão ajudando a Sofia a entender quem ela etc. Para esse momento é proposto que as seguintes habilidades estejam em foco:</p> <p>EM13LGG303) Debater questões polêmicas de relevância social, analisando diferentes argumentos e opiniões manifestados, para negociar e sustentar posições, formular propostas, e intervir e tomar decisões democraticamente sustentadas, que levem em conta o bem comum e os Direitos Humanos, a consciência socioambiental e o consumo responsável em âmbito local, regional e global.</p> <p>(EM13LGG103) Analisar, de maneira cada vez mais aprofundada, o funcionamento das linguagens, para interpretar e produzir criticamente discursos em textos de diversas semioses</p> <p>(EM13LP45) Compartilhar sentidos construídos na leitura/escuta de textos literários, percebendo diferenças e eventuais tensões entre as formas pessoais e as coletivas de apreensão desses textos, para exercitar o diálogo cultural e aguçar a perspectiva crítica.</p>
<p><b>4ª Etapa</b> <b>Interpretação</b></p>	<p>Nesta última etapa da sequência, Cosson (2006) fala sobre a existência de duas interpretações da leitura. A primeira interpretação, será baseada na identificação que o aluno pode sentir ao relacionar a sua vida e suas vivências com aquilo que acontece no enredo da história, pois mesmo que o livro trate de fantasia, traz elementos, sentimentos e emoções do cotidiano. A segunda interpretação, será feita com a mediação do professor, direcionando o aluno a enxergar outra visão daquilo que havia sido interpretado de início.</p> <p>Nesse momento, o professor pode fazer rodas de conversas para que os alunos possam expor o que entenderam e o que conseguiram extrair daqueles capítulos, e assim o professor também pode guiar a turma para compreenderem melhor a relação do que Sofia vivencia, o que os seres humanos também vivenciam, qual a relação disso para o autoconhecimento, para entender melhor os sentimentos etc.</p>

Fonte: Elaborado pela autora (2025)

A partir dessa proposta, espera-se que os alunos consigam desenvolver reflexões sobre a importância do autoconhecimento, do reconhecimento de suas emoções e estabelecer uma melhor relação consigo e com os outros, e percebam que expressar os sentimentos e ter um momento de cultivar a arte, a leitura, a escrita etc., pode ser uma das maneiras de preservar a saúde mental. Com isso, a próxima seção abordará as considerações finais da pesquisa.

## 9 CONSIDERAÇÕES FINAIS

De acordo com o que foi apresentado, a partir das pesquisas realizadas, foi possível perceber a importância de uma educação que priorize o emocional dos alunos e o quanto abordar essa temática se faz necessário e fundamental. Dessa forma, a psicologia, a literatura e a filosofia podem ser grandes aliadas do desenvolvimento pleno dos educandos, formando-os de forma integral, no âmbito escolar e além dele.

Assim, nota-se que a educação emocional pode ser uma possibilidade e até mesmo uma abordagem estratégica para um ensino de qualidade, inserindo na sala de aula o quanto é significativo ter um controle emocional para alcançar uma melhor versão de si e modalizar cenários que estão pré-estabelecidos. Ensinar a sociedade que cuidar das emoções é um sinal de força e determinação, para que assim seja possível vencer tabus instalados, sobre os sentimentos, cuja ideia é que trabalhar as emoções é um sinal de fragilidade.

Nesse sentido, conferimos ao término deste trabalho que os nossos objetivos inicialmente propostos foram alcançados, visto que foi possível trazer uma proposta para o ensino médio a partir de *O Mundo de Sofia*, de Gaarder (2012); conseguimos refletir sobre a importância de uma educação emocional nas escolas, principalmente em contextos de grande vulnerabilidade social. Além disso, foi possível estabelecer relações entre as diversas áreas do conhecimento e trazer a interdisciplinariedade para o âmbito escolar.

Conclui-se que a literatura tem o potencial de transformar a vida das pessoas, e isso não significa que ela tem efeito curativo de patologias (doenças psiquiátricas), mas que pode servir como preventiva de situações emocionais que afetam o cérebro e o desenvolvimento cognitivo. Além disso, como vimos na proposta, a obra *O Mundo de Sofia* pode ser um instrumento significativo para trabalhar com os alunos o autoconhecimento, o reconhecimento das emoções bem como o fortalecimento destas a partir das reflexões e identificações que essa leitura poderá gerar no indivíduo.

Dessa forma, esperamos que esta pesquisa possa contribuir encorajando os professores e a rede escolar para o trabalho com as emoções em sala de aula e como meio de influência positiva para os adolescentes, jovens e adultos, tornando-os capazes de questionar-se e maravilhar-se com o mundo à sua volta. Esperamos também que as discussões tecidas ao longo desse trabalho sejam úteis no que se refere ao âmbito acadêmico e agregue as pesquisas relacionadas à temática do letramento emocional no contexto escolar.

## REFERÊNCIAS

- BARCELOS, Ana Maria Ferreira. Letramento emocional no ensino de línguas. In: TOLDO, Cláudia; STURM, Luciane (Orgs.). **Letramento: práticas de leitura e escrita**. Campinas, SP: Pontes Editores, 2015. p. 65–78.
- BRASIL. Ministério da Educação. **Base Nacional Comum Curricular**. Brasília, DF: MEC, 2018. Disponível em: <https://basenacionalcomum.mec.gov.br/>. Acesso em [inserir data de acesso].
- CHAUI, Marilena. **Convite à filosofia**. São Paulo: Ática, 2000.
- COELHO, Luana; PISONI, Silene. Vygotsky: sua teoria e a influência na educação. **Revista e-PED**, v. 2, n. 1, p. 144–152, 2012.
- COOPER, G. **Handbook of stress, medicine and health**. Nova York: CRC, 1996.
- COSSON, R. **Letramento literário: teoria e prática**. São Paulo: Contexto, 2006.
- DA SILVA, Anielson Barbosa. Implicações de um programa de educação emocional baseado em mindfulness no bem-estar e nas competências socioemocionais de estudantes. **Revista Alcance**, v. 30, n. 2 (maio/ago.), p. 54–66, 2023.
- DAMÁSIO, Antônio Rosa. **O erro de Descartes: emoção, razão e o cérebro humano**. São Paulo: Companhia das Letras, 2012.
- DANTAS, Taísa Caldas et al. Os desafios enfrentados pelos docentes no ensino remoto e a importância da educação emocional para formação continuada. **Revista @ambienteeducação**, p. e023034, 2023.
- DESCARTES, René. **Discurso do método**. Tradução de J. Guinsburg e Bento Prado Jr. São Paulo: Abril Cultural, 1973. (Coleção Os Pensadores).
- FONSECA, Victor da. Importância das emoções na aprendizagem: uma abordagem neuropsicopedagógica. **Revista Psicopedagogia**, v. 33, n. 102, p. 365–384, 2016.
- FONSECA, Ana Patrícia Soares da. **O despertar das emoções: o desenvolvimento sociomocional através da literatura infantil**. Tese (Mestrado em Educação Pré-Escolar), Escola Superior de Educação e ciências sociais), Portalegre, 2023.
- FERREIRA, Norma Sandra de Almeida. As pesquisas denominadas “estado da arte”. **Educação & Sociedade**, Campinas, v. 23, n. 79, p. 257–272, ago. 2002.
- FREIRE, Paulo. **Educação como prática da liberdade**. 23. ed. Rio de Janeiro: Paz e Terra, 1999.

- FREIRE, Paulo. **Pedagogia do oprimido**. 17. ed. Rio de Janeiro: Paz e Terra, 1987.
- FREIRE, Paulo; FAUNDEZ, Antônio. **Por uma pedagogia da pergunta**. Rio de Janeiro: Paz e Terra, 1985.
- FURLAN, Natália Pozzan; DELLA MÉA, Cristina Pilla. Percepção de professores sobre um programa de educação emocional: um estudo qualitativo. **Revista Brasileira de Educação**, v. 29, p. e290001, 2024.
- FREUD, Sigmund. Inibição, sintoma e angústia (1926). In: **Obras Completas**, vol. XVII. Rio de Janeiro: Imago, 1996.
- GAARDER, Jostein. **O mundo de Sofia**. Porto Alegre: Seguinte, 2012.
- GALVÃO, Lúcia Helena. **Filosofia, saúde mental e equilíbrio emocional**. São Paulo: Nova Acrópole, 2021. Disponível em: [https://youtu.be/\\_jO1Qhog\\_wM?si=QG0EzcOC63P3i5Da](https://youtu.be/_jO1Qhog_wM?si=QG0EzcOC63P3i5Da). Acesso em [inserir data de acesso].
- GARDNER, Howard. **Inteligências múltiplas: a teoria na prática**. Porto Alegre: Artmed, 1995.
- GASPAR, Tania et al. Qualidade de vida e bem-estar em crianças e adolescentes. **Revista Brasileira de Terapias Cognitivas**, v. 2, n. 2, p. 47–60, 2006.
- GOLEMAN, Daniel. **Inteligência emocional: a teoria revolucionária que redefine o que é ser inteligente**. Rio de Janeiro: Objetiva, 1995.
- GUERREIRO, Carla Alexandra do Espírito Santo. Literatura para a infância e educação emocional: o novo de emoções de Elisabete Neves. **Nuevas perspectivas y temáticas de la lectura en el siglo XXI**, v. 1, p. 271–282, 2022.
- LEVY, G. C. T. M. et al. Síndrome de burnout em professores da rede pública. **Produção**, v. 19, n. 3, p. 458–465, 2009.
- LIBÂNEO, José Carlos. **Didática**. São Paulo: Cortez, 1990.
- MARTINS, Quitéria Benedita dos Santos; SCORALICK-LEMPKE, Natalia Nunes. O desenvolvimento da inteligência emocional na primeira infância: contribuições para educadores. **Revista Digital Fapam**, v. 10, p. 1–12, 2020.
- MCLOYD, V. Socioeconomic disadvantage and child development. **American Psychologist**, v. 53, n. 2, p. 185–204, 1998.
- NEVES, Bianca Schmidt. **A literatura infantil e o cinema: estratégias para promover a educação socioemocional**. Tese (Doutorado em Educação). Campinas: UNICAMP, 2021.
- NEVES, Renata de Assunção; DAMAZIO, Vera M. M. Comunidades virtuais acolhedoras: estratégias de design emocional para o apoio a mães de crianças surdas. **Estudos em Design**, v. 33, n. 1, 2025.

PLUTCHIK, Robert. **Emotion: a psychoevolutionary synthesis**. New York: Harper & Row, 1980. Acesso em: 13 de maio de 2025.

POSSEBON, Fabrício; POSSEBON, Elisa Pereira Gonsalves; DANTAS, Taísa Caldas. Educação emocional, formação humana e espiritualidade. **Nuances: Estudos sobre Educação**, v. 33, e022010, 2022.

PRODANOV, C. C.; FREITAS, E. C. **Metodologia do trabalho científico: métodos e técnicas da pesquisa e do trabalho acadêmico**. 2. ed. Novo Hamburgo: Feevale, 2013.

REGO, Teresa Cristina. **Vygotsky: uma perspectiva histórica-cultural da educação**. 12. ed. Petrópolis: Vozes, 2001.

REIS, Eduardo J. F. B. dos; ARAÚJO, Tânia M. de; CARVALHO, Fernando M.; BARBALHO, Lúcia; SILVA, Maria O. Docência e exaustão emocional. **Educação & Sociedade**, Campinas, v. 27, n. 94, p. 229–253, jan./abr. 2006. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/es/a/sbzFLvJbZLg69wmdVx7Ppkm/>. Acesso em [inserir data de acesso].

SANTOS, Antocléia et al. Estresse e impacto na memória e no funcionamento cognitivo: revisão com enfoque na neurociência. **Ensino & Pesquisa**, v. 22, p. 230–243, 2024.

SANTOS, Simone Rios Bambini. O Mundo de Sofia no CEFET-MG. **Educação e Tecnologia**, Belo Horizonte, jul./dez. 2006, p. 49.

SILVA, Alexsandro Galdino da. **Educação emocional no processo de ensino/aprendizagem**. 2022. 36 f. Trabalho de Conclusão de Curso (Graduação em Pedagogia) – Universidade Estadual da Paraíba, Guarabira, 2022.

SILVA, D. de F. L. da. **A função da afetividade na educação infantil: a influência e as contribuições acerca da aprendizagem**. 2021. 46 f. Trabalho de Conclusão de Curso (Graduação em Pedagogia) – Universidade Estadual da Paraíba, Guarabira, 2021.

SILVA, Laisa Caroline Nunes da. **Educação emocional e educação infantil: uma análise das produções teóricas do Congresso Nacional de Educação (CONEDU)**. 2024. Trabalho de Conclusão de Curso (Pedagogia), Caruaru, 2024.

SILVA, P. P. N. D.; SOUZA, R. T. D.; VASCONCELLOS, V. M. R. D. O estado da arte ou o estado do conhecimento. **Educação**, v. 43, n. 3, 2020.

SILVA, Elaine Conceição da; COSTA, Cristiane Dias Martins da. A percepção docente sobre Educação Emocional como método de inclusão no processo educacional. **Revista Polyphonia**, Goiânia, v. 34, n. 1, p. 372–386, 2023. DOI: 10.5216/rp.v34i1.77923. Disponível em: <https://revistas.ufg.br/sv/article/view/77923>. Acesso em: 22 out. 2024.

SOBOTTA, Johannes. **Atlas de anatomia humana: cabeça, pescoço e extremidade superior**. 24. ed. Rio de Janeiro: Guanabara Koogan, 2000. v. 1, p. 325.

SOUZA, Lanúbia Karlla Oliveira Vale. Concepções de educação emocional e a coordenação pedagógica. **Revista Caparaó**, v. 2, n. 2, p. e25, 2020.

SOARES, Magda. **Alfabetização e letramento: as muitas facetas**. São Paulo: Contexto, 1998.

TEIXEIRA, Anísio. **Pequena introdução à filosofia da educação: a escola progressiva ou a transformação da escola**. 5. ed. São Paulo: Cia. Editora Nacional, 1968.

VIANNA, Carlos Eduardo Souza. Evolução histórica do conceito de educação e os objetivos constitucionais da educação brasileira. **Revista Janus**, Lorena, v. 3, n. 4, 2006.

WALLON, Henri. **A evolução psicológica da criança**. São Paulo: Martins Fontes, 2007.