

Licenciatura em Educação e Formação

2º ano 2º semestre

U.C. Competências Emocionais

Discente: Beatriz Januário

Reflexão sobre a aula de 27 de maio- Gestão de emoções e gestão de expectativa e de conflitos

A aula de dia 27 de maio foi dedicada ao tema relativo à gestão de emoções e à gestão de expectativa e de conflitos, onde as minhas colegas iniciaram a dinamização apresentando um estudo de Verbeek e Wall que se centrava na resolução de conflitos em chimpanzés. Posto isto, e seguindo o powerpoint disponibilizado pelo grupo, podemos concluir que “ com este estudo nota-se que os chimpanzés, perante uma situação de conflito, têm comportamentos amigáveis entre oponentes. Assim, existe um aumento da tendência afiliativa gerada por episódios de conflito, em que os oponentes se procuram. Estas interações amigáveis chamam-se de reconciliação, baseando-se no pressuposto de que funcionam para repor a tolerância e reparar a relação social que anteriormente foi prejudicada”. Considero então a partilha deste estudo bastante relevante para este tema, porque assim é possível perceber como é que estes animais, ao contrário de nós humanos, lidam com conflitos.

De seguida, o grupo apresentou outro estudo feito com crianças, onde estavam disponíveis três imagens relacionadas com o conflito (exclusão, agressão física e agressão verbal) e pedia-se que estas descrevessem o que viam nas imagens e qual seria a razão por que aquilo estaria a acontecer. Mostraram também os aspetos positivos e negativos do conflito, o que considero ser importante, porque por muito que não pensamos nisso, acaba sempre por haver um lado positivo neste tipo de “problemas”, neste caso, o grupo nomeou como aspetos positivos, como por exemplo, o facto de querermos desempenhar melhor as tarefas devido à motivação que se pode desenvolver, assim como a ajuda na adaptação e na mudança em novas situações. Por outro lado, mencionaram como aspetos negativos, entre outros, comportamentos agressivos e/ou irresponsáveis e um atraso na tomada de decisões.

Apresentaram também algumas sugestões de maneira a gerir conflitos de forma assertiva, o que considero de extrema importância nestas dinamizações, visto que, estamos a abordar

certos assuntos que por vezes necessitam destas sugestões para que nos possamos ajudar uns aos outros, dito isto, o grupo nomeou algumas sugestões que achei muito pertinentes. Abordaram a questão da inteligência emocional, o que nos leva a ter uma vida mais equilibrada, feliz e com resultados exponenciais, o que nos possibilita a gestão de conflitos. Posteriormente, ainda no que diz respeito à inteligência emocional, abordaram a inteligência emocional na educação, o que se adequa bastante bem à nossa licenciatura, visto que, os professores devem saber controlar as suas emoções de maneira a serem capazes de gerir os conflitos que poderão existir em sala de aula.

Para finalizar, achei esta dinamização muito interessante e cheia de conceitos pertinentes para este tema, muito organizado e bem conseguido no que diz respeito às atividades que trouxeram para realizar com a turma, pois inicialmente mostraram um vídeo e houve uma pequena reflexão em torno do mesmo, e de seguida realizaram um kahoot de maneira a consolidar os conceitos que já tinham referido ao longo do trabalho.