

Inteligência emocional: uma questão de educação¹

Dra. Christina Menna Barreto Cupertino²

Inteligência Emocional: o que é?

Mais que um conceito operacionalmente definido, nos moldes científicos tradicionais, a expressão “inteligência emocional” foi desenvolvida e chega até nós por meio do livro do mesmo nome, de Daniel Goleman³, como uma *redefinição do que é “ser inteligente”*, que engloba o conhecimento e o uso apropriado de sentimentos e emoções em nossas relações com o mundo.

O conceito de Inteligência Emocional propõe uma redefinição do que é “ser inteligente”, como modo de conhecer e usar os sentimentos além de compreender o mundo racionalmente.

A inteligência humana, por sua exuberante complexidade, vem sendo sistematicamente alvo de estudos, nos quais os pesquisadores reconhecem a magnitude de seu objeto de estudo, assumindo a impossibilidade de dar conta de um fenômeno em si multifacetado. Muitos deles, que não seria oportuno enumerar nem discutir nesse contexto, já apontaram aspectos que, para eles, seriam componentes da inteligência, e que poderíamos associar aos fatores emocionais reunidos hoje como “inteligência emocional”.

O primeiro a considerar explicitamente como componentes de uma mesma manifestação humana a inteligência e os aspectos afetivos foi Howard Gardner⁴, ao fazer a separação da inteligência humana, anteriormente considerada uma só, no que ele denomina de “múltiplas inteligências”, inicialmente identificadas como sete, num processo que vem passando por reformulações no sentido de identificar e descrever mais algumas.

MÚLTIPLAS INTELIGÊNCIAS (Howard Gardner)

Diferentes portas abertas para o mundo

LINGÜÍSTICA (escritores e poetas)

MUSICAL (compositores e músicos)

ESPACIAL (arquitetos, artistas plásticos)

CORPORAL CINESTÉSICA (bailarinos, esportistas)

¹ Publicado em: Dois Pontos - teoria & prática da Educação, vol. 3, n. 29, 1996..

² Christina M. B. Cupertino é doutora em Psicologia pela PUC-SP, professora do Programa de Mestrado em Educação da Universidade Paulista - UNIP/Objetivo, e diretora do Projeto Objetivo de Incentivo ao Talento.

³ GOLEMAN, D. *A Inteligência Emocional*. Rio de Janeiro: ed. Objetiva, 1995.

⁴ GARDNER, H. *Frames of Mind*. Nova Iorque, Basic Books, 1983. Traduzido para o Português como *As estruturas da mente*.

LÓGICO MATEMÁTICA (a definição de inteligência com a qual estamos acostumados, dos cientistas, por exemplo)

PESSOAIS: INTRAPESSOAL (psicólogos)

INTERPESSOAL (relações públicas)

A despeito das críticas dos cientistas mais tradicionais quanto à falta de evidência sobre sua teoria, Gardner tem o benefício, irrecusável a meu ver, de assinalar mais as diferenças entre os indivíduos do que as semelhanças, e de tentar compreender as particularidades das pessoas na organização de suas experiências.

Em nosso processo de apreensão e compreensão do mundo que nos cerca a inteligência, entendida tradicionalmente como a racionalidade que nos diferencia dos outros entes do mundo, apoiada basicamente no exercício da lógica, vinha sendo considerada como a porta preferencial. Ampliando essa visão, em resumo o que nos diz Gardner é que existem mais portas que se abrem além da racionalidade lógica. Ou seja, não nos relacionamos com o mundo e com os outros todos da mesma maneira: cada um de nós tem uma porta preferencial entre outras possíveis, uma via de acesso que é mais fácil.

Apesar de não estar diretamente relacionado ao tema deste artigo, um exemplo de um outro tipo de inteligência que não a lógico-racional, fácil de demonstrar numa nação tetra campeã mundial de futebol, é a inteligência motora, que nos diz que a porta aberta ao atleta é o magistral uso de seu corpo, não só como ferramenta de trabalho, mas para o entendimento de variados tipos de relação entre fatos, objetos, pessoas, e para a construção de conhecimento de forma geral.

Além da motora, entre as múltiplas inteligências estariam as inteligências intra e interpessoal, que unidas formam o embrião da noção de inteligência emocional. Elas abrangem dois diferentes movimentos, duas capacidades que temos: a de olharmos *para dentro* de nós mesmos, conhecendo-nos melhor enquanto pessoas, e a de olharmos *para fora*, para os outros que nos cercam.

Enquanto em Gardner essas duas possibilidades estão separadas, definindo dois tipos diferentes de pessoas, em Goleman estão unidos, como complementação da capacidade de raciocínio, constituindo a inteligência emocional. É importante assinalar, portanto, que *o que ambas as teorias combatem é a separação entre inteligência e emoção, como vinha acontecendo*, pelo menos formalmente, até agora, nos laboratórios das ciências do homem⁵, aproximando-nos mais da idéia de *sabedoria* tão presente na filosofia oriental.

Esse pensamento, apesar de alguns problemas de formulação e do forte apelo mercadológico que a ele vem sendo acrescentado, responde a pelo menos uma necessidade (a de revisão nas relações do homem com o mundo) e uma possibilidade (a de reformulação da visão de ciência), ambas de caráter revolucionário, que serão apontadas a seguir.

O que permite que falemos de uma inteligência emocional?

Como chegamos ao ponto de unir dois conceitos - inteligência e emoção - até então hoje considerados praticamente opostos?

⁵Idéia defendida também por Gardner em GARDNER, H. *Uma nova ciência da mente*, S. Paulo: EDUSP, 1985.

Inteligência emocional: para que?

O que permite que falemos de uma inteligência emocional? Ou, colocado de outra forma: como chegamos ao ponto de unir dois conceitos - inteligência e emoção - até então hoje considerados praticamente opostos?

Porque, afinal, o que a expressão “inteligência emocional” tem de novidade é a junção de duas coisas com as quais a Psicologia lida, separadamente, desde seu estabelecimento como uma ciência independente, funcionando dentro de modelos pré-estabelecidos. Através de um fazer científico calcado na necessidade de precisão na definição de conceitos, aplicados a fenômenos isolados, sobre os quais se devia operar de modo a proporcionar previsões seguras e condições de réplica, nos laboratórios de pesquisa psicológica emoção e inteligência sempre foram tratadas de forma exclusiva, como fenômenos que podiam até exercer influência um sobre o outro, mas que eram estudados, por exigências metodológicas, separadamente.

Dessa separação redutiva e racionalista, ou mais amplamente, do apoio na racionalidade quase que como veículo exclusivo de conhecimento do mundo, derivaram algumas noções que permeiam nossas vidas sem que sequer possamos nos dar conta delas, originando acontecimentos que demandam revisão radical diante dos sérios conflitos que experimentamos nas sociedades urbanas contemporâneas, como a violência, o preconceito, o sectarismo, para citar apenas alguns.

Uma dessas noções nos diz que em indivíduos bem sucedidos o aspecto intelectual, racional, é preferível e deve sobrepujar o afetivo, emocional. Pessoas que não se deixam levar pelas emoções, que conseguem manter a “cabeça fria” ao avaliarem situações são, implícita ou explicitamente, consideradas mais confiáveis. “Ter a cabeça no lugar” significa que somos maduros e que não nos deixamos levar pelas emoções, consideradas sinal de descontrole. Envolver-se emocionalmente é uma condição pessoal frequentemente considerada como algo a ser evitado, por enevoar nossa capacidade de julgamento. A abordagem racional, nós sabemos, é considerada a preferível na maior parte das situações.

Uma outra idéia é a de que as emoções são imutáveis condições inerentes que carregamos desde o berço, e que constituem nosso “temperamento”, com o qual nascemos e que teremos que carregar para o resto de nossas vidas. Desse ponto de vista, elas não necessitam nossa atenção, a não ser que se transformem em algo indesejável, que interfira em nosso equilíbrio de julgamento e decisão (lógico-racional, claro), quando então têm que ser submetidas a processo curativo, químico ou psicoterapêutico.

Esse processo - da racionalidade supervalorizada e do pouco contato com as emoções -, que leva ao desconhecimento daquilo que sentimos, de nossas próprias emoções e das de nossos semelhantes vem, sem dúvida, ocasionando fenômeno semelhante ao que vivemos há muito pouco tempo com relação ao desejo de dominação da natureza, com a conseqüente possibilidade de destruição do planeta. Diante daquela crise, surgiram alternativas que hoje se constituem em embriões de soluções consensuais baseadas no respeito ético à natureza e à saúde.

A crise relativa ao desconhecimento emocional, para a qual a noção de inteligência emocional se apresenta como saída possível, caracteriza-se por dificuldades de relacionamento, hoje facilmente observáveis em todos os níveis, na maior parte dos agrupamentos humanos, e principalmente nas sociedades ocidentais. Elas nos atingem indiscriminadamente, sejam provenientes de lugares estranhos ou de nossa proximidade mais próxima. Vão das relações do indivíduo com ele mesmo (frente à solidão da vida urbana) ao confronto entre países vizinhos; da incompreensão no seio das famílias - seja nos casais ou nas relações entre pais e filhos - ao genocídio; das relações extremamente competitivas no trabalho às guerras de gangues comuns entre as tribos urbanas.

Essas situações evidenciam a incompreensão de parte significativa dos processos de funcionamento dos indivíduos, nós mesmos ou outros, assim como a ameaça que aquilo que é diferente constitui para nós, uma vez que estamos habituados a pensar e acolher apenas o similar por meio de séculos de treinamento numa lógica binária, que favorece o agrupamento da semelhança e o afastamento da diferença.

Tornamos assim premente a necessidade de desenvolvimento e expressão adequada do calor afetivo nos relacionamentos, da compreensão humana acrescentada à frieza da aproximação racional dos fenômenos, da qual um outro exemplo é bastante eloqüente para nós, brasileiros: a aplicação fria e meramente técnica dos cálculos numéricos de sucessivos planos econômicos, sem que fossem levadas em consideração as vidas humanas que seriam afetadas, algumas de forma drástica e por vezes fatal.

“Manter a cabeça fria”, reconhecemos agora, não é mais a única condição possível para a realização pessoal, e a integração entre afeto e intelecto mostra-se como uma das possibilidades de encaminhamento desta questão. Essa união, possibilitada pela visão atual das ciências humanas, mais integradora e interdisciplinar do que há alguns anos, favorece o manejo conjunto destas duas instâncias, aproximando-as numa única expressão, que nos diz que temos que repensar o que entendemos por inteligência incluindo nela o aspecto emocional, pois ao contrário do que imaginávamos ter concluído anteriormente, apenas a inteligência e a realização não andam obrigatoriamente juntas.

Em outras palavras, *não basta ser inteligente para ser feliz*. Reconhecemos agora que as emoções têm papel fundamental na existência e nas relações humanas, e que pelo afeto podemos resolver uma série de situações em nossas vidas.

Inteligência emocional: como desenvolver?

Concordamos todos que hoje em dia é necessário procurar os meios para o desenvolvimento de um mundo mais humano. Duas formas de aproximação deste problema se apresentam: a educação e a reeducação. A primeira trata de *cuidarmos do desenvolvimento afetivo das gerações futuras assim como cuidamos de sua saúde física, de seu desenvolvimento cognitivo e de sua inserção no mercado de trabalho*, uma vez que parece tomar corpo a evidência de que as emoções *podem e devem ser ensinadas ao longo da vida das pessoas*.

Duas formas de aproximação deste problema se apresentam: a educação e a reeducação. A primeira trata de *cuidarmos do desenvolvimento afetivo das gerações futuras assim como*

cuidamos de sua saúde física, de seu desenvolvimento cognitivo e de sua inserção no mercado de trabalho, uma vez que parece tomar corpo a evidência de que as emoções podem e devem ser ensinadas ao longo da vida das pessoas.

A segunda trata de sua recuperação em diferentes contextos, através de treinamentos de habilidades pessoais específicas como auto-percepção, criatividade e liderança, por exemplo. Ambas as possibilidades baseiam-se no que vem sendo demonstrado nos processos de intervenção psicológica, como as psicoterapias, aconselhamentos individuais e em grupo, psicodiagnósticos de tipo interventivo⁶, grupos operativos, etc., que podem ser considerados cenários para o reaprendizado emocional. Assim, se do ponto de vista afetivo podemos considerar tais processos como reeducação, podemos também pensar em recursos para a *educação* das emoções.

Inicialmente tomada como tarefa a ser realizada no seio das famílias, a educação das emoções parece demandar cada vez mais agentes que a levem adiante. Anteriormente voltada prioritariamente à transmissão do conhecimento acumulado, a escola pode assumir papel importante nesse trabalho, oferecendo aos alunos *a possibilidade de desenvolvimento emocional compatível com a oferecida no âmbito do intelecto*, focalizando-o na mesma medida em que favorece o desenvolvimento intelectual e a aquisição de informações.

Se podemos pensar na escola como campo para a educação emocional, o contexto das organizações, dentro do qual sempre se acreditou que a competência e o sucesso implicam na dedicação quase que integral ao trabalho e na conseqüente atrofia da vida emocional, parece ser, além das áreas curativas já mencionadas, um excelente cenário para a reeducação emocional.

Nos ambientes de trabalho, o indivíduo que deseje ser considerado como indivíduo propriamente dito, e não apenas como mais um numa massa indefinida de trabalhadores, tem que travar uma batalha solitária em direção à competência máxima, desconsiderando aquilo que sente assim como aquilo que sentem os outros indivíduos de que essa massa é composta. Nessa área, massacrante do ponto de vista afetivo, conhecemos bem a valoração positiva acoplada aos empresários e executivos considerados bem sucedidos, imersos em agendas carregadíssimas, afastados de amigos verdadeiros e de relacionamentos afetivos significativos, precocemente estressados e conduzidos aos consultórios psiquiátricos, em busca de anti-depressivos, estimulantes e, acima de tudo, de um sentido para a vida.

O reverso dessa situação está na ênfase ao reconhecimento de si e do outro, no que diz respeito aos sentimentos e que, como dissemos, pode ser reaprendido. É normal que não saibamos fazer uso adequado daquilo que desconhecemos, o que de certa forma torna-nos ignorantes emocionais. Há centenas de anos viemos aprendendo a ignorar e reprimir nossas emoções com nossos pais, na escola, no trabalho.

Por outro lado, impressionamo-nos com exceções de autodidatas afetivos que aprendemos a reconhecer através da História, como Ghandi, por exemplo, ou outros mais próximos, como um avô, um colega de trabalho, uma professora em especial, aos quais admiramos como jóias raras.

⁶O trabalho de psicodiagnóstico interventivo, que explora diferentes modos de utilização do material habitualmente aplicado nas avaliações psicológicas já para desencadear processos de transformação dos clientes está descrito em ANCONA-LOPEZ, M. (org.) *Psicodiagnóstico interventivo*. S. Paulo: Cortez, 1995.

Assim como vislumbramos, na vivência junto a estas pessoas, a possibilidade de integração harmoniosa entre afeto e intelecto, na direção de uma vida mais plena e criativa, podemos nós mesmos nos transformar, a partir de um trabalho de reeducação emocional ou não, em modelos que possam ser seguidos por nossos filhos, alunos e colegas.

Desse modo, o trabalho com sentimentos e emoções - dentro das escolas, das famílias e das organizações -, concomitante aos desafios do aprimoramento intelectual, pode ampliar os recursos pessoais necessários em situações de conflito e de solução de problemas. Uma gama maior de recursos auxilia a reduzir a pressão que as pessoas impõem a si mesmas em seu movimento em direção à realização, por aumentar o auto-conhecimento e auto-estima que, diminuídos, fazem com que os indivíduos percam a confiança em suas habilidades e a motivação.

Por meio deste trabalho educativo é possível também desenvolver a ética e a consideração pelos outros, na medida em que quando aprendemos a conhecer, levar em conta e expressar adequadamente nossos próprios sentimentos - positivos e negativos - somos intimados a conhecer, levar em conta e aceitar a expressão dos sentimentos alheios. Ao darmos espaço para nossas particularidades e idiossincrasias, identificáveis apenas quando conhecemos bem a nós mesmos de uma forma não cindida, é inevitável reconhecermos o espaço para que os outros tenham suas próprias particularidades e idiossincrasias, aceitando-as quando nos agradam ou repetidamente assinalando nossa discordância, quando existir.

Experiências calcadas nessas trocas, ao invés de em mera avaliação objetiva, solidificam capacidades e relacionamentos significativos, assim como o investimento pessoal naquilo que é importante para aquele indivíduo em especial.

Inteligência emocional: o que ela não é?

Acompanhamos toda uma argumentação relativa ao fato de que o surgimento da expressão “inteligência emocional” é fruto de uma mudança global de perspectiva, quanto à visão de ser humano e quanto às alterações na maneira de entender as pessoas pela via da ciência.

A inteligência emocional, vimos, é o reconhecimento de que somos, ao mesmo tempo, razão e emoção, e de que ambas se mesclam, em nossa experiência, de modos particulares, individuais, conforme as diferentes situações.

Dessa forma, gostaria de concluir essa exposição exercitando o mais rigoroso direito à crítica quanto à possibilidade de que a inteligência emocional seja quantificada, isto é, medida por meio dos já - infelizmente - tão divulgados testes de “quociente emocional”.

Essa denominação, se concordamos com o que foi exposto acima, é uma aberração, é uma expressão vazia, que não diz respeito a nada, uma vez que emoções não são passíveis de serem medidas.

Já mergulhamos na mesma ilusão quanto aos testes de inteligência, criados e usados a maior parte das vezes de modo a auxiliar na tomada de decisões educacionais, em situações que, se por um lado trouxeram benefícios, favoreceram processos de discriminação

inaceitáveis. Corremos o risco de fazermos o mesmo com relação a essa mais recente descoberta, aniquilando-a.

Inteligência, emoções, afetos, são definições científicas, convenções acadêmicas, e como tais, não dizem respeito a coisas concretas, que podem ser localizadas, medidas, pesadas. As experiências humanas são fenômenos complexos, idiossincráticos, que assumem configurações diferentes conforme as situações vividas. É apenas como metáforas dessas situações que os instrumentos de avaliação psicológica fazem algum sentido, na descrição cuidadosa de existências particulares.

A pretensão de quantificar as emoções é, portanto, um retrocesso dentro de toda uma trajetória que fez desabrochar a necessidade de seu reconhecimento e expressão, levando-nos a lugar nenhum.

Risco que, nesse momento, não podemos nos dar ao luxo de correr.

REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

ANCONA-LOPEZ, M. (org.) *Psicodiagnóstico interventivo*. S. Paulo: Cortez, 1995.

GARDNER, H. *Uma nova ciência da mente*, S. Paulo: EDUSP, 1985.

_____. *Frames of Mind*. Nova Iorque, Basic Books, 1983. Traduzido para o Português como *As estruturas da mente*.

GOLEMAN, D. *Inteligência Emocional*, Rio de Janeiro: Ed. Objetiva, 1996.