



# CARTILHA PODCAST

## EICAST: PODCAST SOBRE INTELIGÊNCIA EMOCIONAL



# FICHA CATALOGRÁFICA

Carvalho, Mileide de Souza

Ficha catalográfica / Mileide de Souza Carvalho. - Catu, 2023.

10p.

Dissertação (Pós-Graduação) - Instituto Federal Baiano, Campus Catu, Curso de Mestrado Profissional em EPT (PROFEPT), Catu, 2023.

Orientador: Fabio Carvalho Nunes

1. Ficha Catalográfica. 2. Método de Estudo. 3. Trabalhos Científicos. I. Nunes, Fábio Carvalho. II. Instituto Federal Baiano



# SUMÁRIO

AUTORES

4

APRESENTAÇÃO

5

O PODCAST COMO  
RECURSO  
EDUCATIVO

6

CONTEÚDO DOS  
PODCASTS

7

LAYOUT DO  
PODCAST

9

REFERÊNCIAS

10



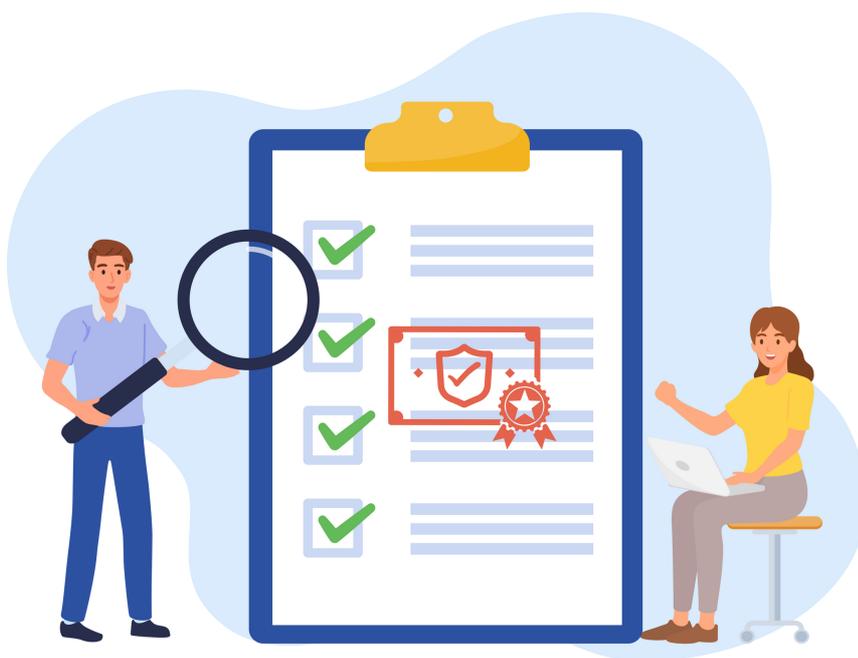


# AUTORES

Mileide de Souza Carvalho – Instituto Federal Baiano – campus Catu, mestranda do Programa de Educação Profissional e Tecnológica – ProfEPT.

Fábio Carvalho Nunes - Instituto Federal Baiano – Docente do Programa de Educação Profissional e Tecnológica – ProfEPT - campus Catu.

Diagramação e Design Gráfico: Francielle Rodrigues.



# APRESENTAÇÃO

O Produto Técnico e Tecnológico foi elaborado e fundamentado em pesquisas e teorias que estudam a inteligência emocional e como moldá-la com ações de educação emocional, sustentado principalmente nas teorias de Mayer e Salovey e Goleman. Contou ainda com experiências de profissionais em seu cotidiano de trabalho em instituição de ensino.

O podcasting, como o todo do processo de produção do podcast, é um recurso tecnológico atual situado na web e utilizado para várias finalidades, inclusive educacional.

O podcast é uma das mais recentes configurações entre os formatos sonoros disponíveis na web. Junção da palavra Ipod (MP3 player da Apple) e broadcasting (transmissão em rede), o podcast surgiu em 2004 e consiste em um arquivo sonoro disponibilizado em um site (LEMOS, 2005 apud PAULA, 2010).

O podcast, batizado Eicast foi escolhido como produto por considerar que o seu formato é facilmente acessível, tem caráter informativo e funciona como espaço dialógico; além de adequar-se bem ao público a que se destina. O Eicast trata de assuntos relacionados à Inteligência Emocional, mais especificamente no espaço da escola. Este recurso configura-se como um arquivo em áudio e/ou vídeo sobre um tema, depositado em plataforma específica, ficando disponível para acesso e compartilhamento. O podcast tem sido muito utilizado como ferramenta multimídia de aprendizagem.

Com essa ferramenta pretende-se disseminar o conceito da IE, seus principais pilares, formas de utilizar as emoções para gerir circunstâncias cotidianas de forma positiva, levar a repensar as relações eu/eu e eu/outro e acima de tudo ampliar o debate acerca da educação emocional nos espaços de educação formal.

O propósito deste produto técnico é fornecer uma ferramenta educativa que contribua com a gestão emocional de estudantes de um modo geral, partindo-se de um diagnóstico realizado no IF Baiano *campus* Bom Jesus da Lapa. Ferramenta esta que pretende favorecer os processos de ensino e aprendizagem dos estudantes e impactar de forma positiva na qualidade de vida, através da melhor gestão das emoções e tomada de decisões responsáveis.

O Eicast terá, a princípio, quatro episódios com as seguintes temáticas e estará depositado no Spotify.

- 1 - Principais conceitos e teorias e os pilares da IE;
- 2 - Emoção, memória e aprendizagem;
- 3 - Convidado - Tema: Ansiedade;
- 4 - Estratégias para desenvolver a Inteligência Emocional na escola.

# O PODCAST COMO RECURSO EDUCATIVO

A educação para o século XXI deve considerar os estudantes nativos de uma era digital, interagindo constantemente com diversos formatos de conteúdo além do texto, tais como imagens, animações, vídeo e áudio. Há uma abundância de informações facilmente acessíveis e a escola deve adequar-se e utilizar este cenário a favor da aprendizagem, de modo a potencializar a autonomia do aluno na construção do conhecimento. As tecnologias digitais estão também a serviço do ensino.

O podcast configura-se como recurso tecnológico disponível para disseminar informações, com algumas características bastante vantajosas, como a liberdade, qualquer pessoa consegue criar; mobilidade e assincronicidade, os episódios podem ser acessados a qualquer tempo e qualquer lugar, de modo online ou offline, se baixados; tem baixo ou nenhum custo de produção, muitos programas são gratuitos.

Além disso, a produção do podcast traz várias vantagens para a educação. Desde o estímulo a criatividade, leitura, organização de roteiro, contato com tecnologias para produção e edição dos áudios, desenvolve habilidade na fala e com entrevistas. Mostra-se como um excelente meio de trabalhar em grupo e desenvolver competências socioemocionais (CORADINI et al, 2020).

Ainda como recurso didático, os podcasts já disponíveis podem ser utilizados em sala de aula para abrir ou complementar a discussão de um determinado tema em estudo. Como uma nova Tecnologia da Informação e Comunicação, pode ser um ótimo recurso a ser utilizado em conjunto com metodologias ativas ou ainda com as metodologias tradicionais. Logo, torna-se necessário ressaltar que a escuta ou produção de podcasts são possibilidades de estratégias de ensino a serem utilizadas, podendo servir para o desenvolvimento de práticas integradoras.



# CONTEÚDO DOS PODCASTS

O Elcast foi idealizado, elaborado e produzido pela pesquisadora Mileide Carvalho, como produto técnico para o Programa de Mestrado em Educação Profissional e Tecnológica, a partir da dissertação EQUIPE MULTIPROFISSIONAL NO DESENVOLVIMENTO DA INTELIGÊNCIA EMOCIONAL: CONTRIBUIÇÕES PARA A EDUCAÇÃO PROFISSIONAL E TECNOLÓGICA (EPT).

Consta de quatro episódios com os seguintes temas:

1. Principais conceitos e teorias e os pilares da IE – traz informações sobre o conceito de Inteligência Emocional e seus pilares.

O primeiro conceito de IE a definiu como uma subforma de inteligência social, abrangendo a habilidade de monitorar as emoções e sentimentos próprios e dos outros, discriminá-los e utilizar essas informações para orientar pensamentos e ações (WOYCIEKOSKI e HUTZ, 2009).

Esse conceito foi apresentado na década de 90, por Salovey e Mayer e posteriormente popularizado por Daniel Goleman, com a publicação do livro IE a teoria revolucionária que redefine o que é ser inteligente.

Dentre os pilares, definidos por Goleman, estão competências inter e intrapessoais, são elas: Empatia, habilidade social, automotivação, autoconhecimento e autocontrole. De modo geral trata-se da capacidade de criar motivações para si próprio e de persistir num objetivo apesar dos percalços; de controlar impulsos e saber aguardar pela satisfação de seus desejos; de se manter em bom estado de espírito e de impedir que a ansiedade interfira na capacidade de raciocinar; de ser empático e autoconfiante; ter a capacidade de gerenciar as situações do cotidiano de forma a otimizá-las, reduzindo conflitos (GOLEMAN, 2011).

Você pode conferir isso e muito mais no link:

[https://open.spotify.com/episode/11oh3XbEbwgcehIhP7m08R?  
si=1An2RQmQsW20WLFBSFmpA](https://open.spotify.com/episode/11oh3XbEbwgcehIhP7m08R?si=1An2RQmQsW20WLFBSFmpA)

2. Emoção, memória e aprendizagem – esse episódio trata da relação entre memória e aprendizagem e o modo como as emoções influenciam esses processos.

A aprendizagem está ancorada em diversas habilidades e eventos cognitivos, tais como percepção, atenção, motivação e interesse. Entretanto, uma das funções mentais que mais favorece a aprendizagem é a memória, a qual também se relaciona intimamente com as emoções. A memória é o processo pelo qual o conhecimento acerca do mundo aprendido é codificado, armazenado e posteriormente evocado (SIQUEIRA, 2018).

A ligação das emoções com a fixação das memórias acontece porque as áreas cerebrais envolvidas na memória também fazem parte do sistema límbico, que está diretamente relacionado com as emoções.

Goleman 2011 esclarece que sob pressão emocional ou psicológica não há aprendizado. Isso ocorre porque, ao sentir ameaçado, os mecanismos de luta ou fuga são acionados, impedindo que o foco, atenção, memória, fatores indispensáveis a aprendizagem, sejam acionados.

Quer saber mais? Acesse aqui

Link para acesso:

<https://open.spotify.com/episode/73xh5b2oj9RAM0oVKxIsLr?si=MkhVrqgLQyqQ9N3Avm17KA>

3. Ansiedade – traz como convidado o psicólogo Ramon Cerqueira. Ele esclarece o que é a ansiedade, sintomas, dá dicas de controle emocional e sugere algumas ações a serem aplicadas no espaço escolar para lidar com o problema.

Segundo dados da OMS, o Brasil é um dos países com população mais ansiosa, cerca de 9,3% da população apresenta transtorno de ansiedade. Há também um enorme alerta sobre a saúde mental dos brasileiros, já que uma em cada quatro pessoas no país sofrerá com algum transtorno mental ao longo da vida (CNS, 2023).

Num diagnóstico realizado por esta pesquisa no IF Baiano *campus* Bom Jesus da Lapa, os discentes respondentes apontaram a ansiedade como o principal problema emocional no cotidiano da escola.

Esses fatores aqui apontados, justificam a escolha do tema deste episódio. Vai conferir!

Link de acesso: <https://open.spotify.com/episode/3wqL0eDZ2qIn8uhRg41BOZ?si=6U-S0jheTDq14B84sjJeeQ>

4. Estratégias para desenvolver a Inteligência Emocional na escola – neste episódio são apresentadas estratégias de educação emocional, levando sugestões de como planejar ações de Educação Emocional considerando a realidade local no espaço da escola.

Neste quarto e último episódio algumas estratégias de promoção da educação emocional no espaço escolar são abordadas, tendo como base resultados obtidos dentro do escopo da pesquisa EQUIPE MULTIPROFISSIONAL NO DESENVOLVIMENTO DA INTELIGÊNCIA EMOCIONAL: CONTRIBUIÇÕES PARA A EDUCAÇÃO PROFISSIONAL E TECNOLÓGICA (EPT) realizada no Instituto Federal Baiano *Campus* Bom Jesus da Lapa.

Para implementar ações de educação socioemocional, alguns aspectos precisam ser considerados, como: capacitação dos profissionais, envolvimento da família e comunidade, recursos humanos e financeiros, planejamento considerando o envolvimento de todo o corpo escolar e a realidade local, designação de um responsável por conduzir as ações e estabelecer parcerias.

Algumas experiências desenvolvidas no Brasil e no mundo são apresentadas. Só ouvindo pra saber como está bom.

Link de acesso:

<https://open.spotify.com/episode/5qjmdTKyc2qTIPJ3gYDkS5?si=B44hRCSxS2OTdzD5yZ4qog>

# LAYOUT DO PODCAST



**Elcast**  
Mileide Carvalho >

5,0 ★ (5)

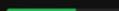
Seguindo 🔔 ⚙️ ⋮ ▶️

**Episódios** Sobre Artistas parecidos

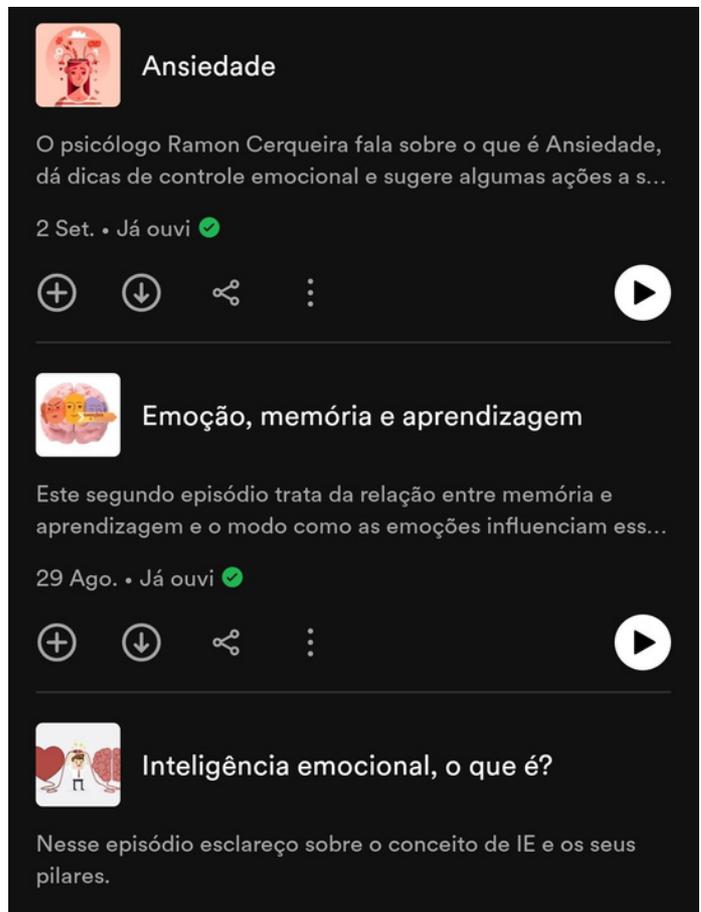
🔗 Todos os episódios • Mais recente

 Educação emocional na escola

Nesse último episódio, estratégias de educação emocional são apresentadas, levando sugestões de como planejar açõ...

Qua. • 4min restante(s) 

✅ ⬇️ 🔗 ⋮ ▶️



 **Ansiedade**

O psicólogo Ramon Cerqueira fala sobre o que é Ansiedade, dá dicas de controle emocional e sugere algumas ações a s...

2 Set. • Já ouvi ✅

⊕ ⬇️ 🔗 ⋮ ▶️

 **Emoção, memória e aprendizagem**

Este segundo episódio trata da relação entre memória e aprendizagem e o modo como as emoções influenciam ess...

29 Ago. • Já ouvi ✅

⊕ ⬇️ 🔗 ⋮ ▶️

 **Inteligência emocional, o que é?**

Nesse episódio esclareço sobre o conceito de IE e os seus pilares.



# REFERÊNCIAS

Conselho Nacional de Saúde. Ministério da Saúde. Brasília, DF: CNS, 2023. Disponível em <https://conselho.saude.gov.br/ultimas-noticias-cns/2971-27-04-live-transtornos-mentais-e-adoecimento-no-ambiente-de-trabalho-como-enfrentar#:~:text=Dados%20da%20Organiza%C3%A7%C3%A3o%20Mundial%20de,mental%20ao%20longo%20da%20vida> . Acesso em 12 de setembro de 2023.

CORADINI, N. H. K.; BORGES, A. F.; DUTRA, C. E. M. Tecnologia educacional Podcast na Educação Profissional e Tecnológica. **Revista Eletrônica Científica Ensino Interdisciplinar**. Mossoró, v. 6, n. 16, 2020. disponível em: <http://periodicos.uern.br/index.php/RECEI/article/view/4066/2135>, acesso em 11 de setembro de 2023.

GOLEMAN, D. Inteligência emocional: a teoria revolucionária que define o que é ser inteligente [recurso eletrônico]. Rio de Janeiro: Objetiva, 2011. Disponível em [https://saogoncalosp.com.br/arquivos\\_site/estantevirtual/inteligencia-emocional-daniel-goleman3.pdf](https://saogoncalosp.com.br/arquivos_site/estantevirtual/inteligencia-emocional-daniel-goleman3.pdf). Acesso em janeiro de 2022.

PAULA, J. B. C. Podcasts educativos: possibilidades, limitações e a visão de professores de ensino superior. 2010. 143 p. Dissertação (Mestrado em Educação Tecnológica) – Centro Federal de Educação Tecnológica de Minas Gerais (CEFET-MG), Belo Horizonte, 2010. Acesso em 04 de setembro de 2022.

SIQUEIRA, S. D. A neurobiologia das emoções e sua integração com a cognição em crianças no ambiente escolar. 2018. 83 p. Trabalho de conclusão do Curso de Especialização em Neurociências e suas Fronteiras, da Universidade Federal de Minas Gerais. UFMG, Belo Horizonte, 2018. Acesso em 04 de setembro de 2022.

WOYCIEKOSKI, C. e HUTZ, C. S. Inteligência Emocional: Teoria, Pesquisa, Medida, Aplicações e Controvérsias. **Psicologia: Reflexão e Crítica**. Rio Grande do Sul, 2009, V. 22, N.1, pag1-11. Disponível em <https://doi.org/10.1590/S0102-79722009000100002>. Acesso em 12 de setembro de 2023.