


## COMPETÊNCIAS SOCIOEMOCIONAIS DIGITAIS PARA ESTUDANTES DA EDUCAÇÃO A DISTÂNCIA: FOCO NAS COMPETÊNCIAS EMOCIONAIS

 <https://doi.org/10.56238/arev6n4-016>

Data de submissão: 03/11/2024

Data de publicação: 03/12/2024

**Ketia Kellen Araújo da Silva**

Doutora em Informática na Educação / UFRGS

Escola de Guerra Naval / EGN-RJ

E-mail: [ketiakellen@gmail.com](mailto:ketiakellen@gmail.com)

Orcid: 0000-0003-4722-8072

Lattes: <http://lattes.cnpq.br/4998633057465863>

**Patricia Alejandra Behar**

Doutora em Computação / UFRGS

Universidade Federal do Rio Grande do Sul / UFRGS

E-mail: [pbehar@terra.com.br](mailto:pbehar@terra.com.br)

Orcid: 0000-0001-6939-5678

Lattes: <http://lattes.cnpq.br/7661737809414762>

---

### RESUMO

O presente artigo trata do mapeamento de Competências Socioemocionais (CSE) para alunos da Educação a Distância (EaD). Foi realizado: 1. Levantamento teórico e análise de dados; 2. Aplicação de questionário com especialistas e 3. Definição das competências com base no cruzamento dos dados. No levantamento bibliográfico, foi estabelecido uma relação entre Modelos e Competências socioemocionais, sendo mapeadas competências que foram validadas por especialistas através do questionário. Como resultados, foi estabelecida a área Emocional do aluno da EaD com quatro competências: 1. Consciência Emocional; 2. Regulação Emocional; 3. Gestão Emocional e 4. Comunicação e expressão Emocional.

**Palavras-chave:** Competência Social, Competência Emocional, Educação a Distância, Alunos da EaD.

## 1 INTRODUÇÃO

Atualmente a inovação tecnológica e as mudanças impulsionadas pela pandemia e distanciamento social, a nível educacional, estabeleceram uma nova relação social e emocional de professores e alunos com o ensino e com a aprendizagem em meio digital. À medida que os alunos enfrentaram rápidas mudanças na educação exigiu-se deles um conjunto de competências cada vez mais amplo e que apoie as necessidades do aprender exclusivamente através dos recursos on-line (Silva, 2022). Essas questões vêm determinando o repensar da ação educacional, o aluno tornou-se essencialmente o protagonista e percebeu-se que apenas competências técnicas, cognitivas e digitais, não são suficientes, sendo necessário um estudo sobre os impactos emocionais e sociais que envolvem a adaptação destes alunos a este novo cenário, fundamentalmente estruturado por meio de conexões virtuais. Desta forma, o mapeamento de competências socioemocionais, objetiva auxiliar os alunos a se relacionarem em meio digitais criando laços com atitudes positivas. Para isso, é necessário aprender a regular e gerenciar suas emoções, tanto de forma individual quanto coletiva e colaborativa em espaços digitais. Sabe-se que as emoções têm uma forte influência nos processos de autorregulação da aprendizagem e engajamento (Pekrun *et al.* 2017; Valiente *et al.* 2012), muitas pesquisas têm sido realizadas na busca por entender as emoções e como estas influenciam na aprendizagem especialmente mediada por computador, a distância e em processos colaborativos, entretanto são poucos os mapeamentos de competências socioemocionais específicos para o aluno em processo de aprendizagem em meios digitais. Nos últimos anos, com a pandemia, percebeu-se a importância em apoiar os alunos na ampliação da consciência sobre suas próprias emoções e as do grupo, já que praticamente o ensino nesse período foi realizado de forma remota e emergencial (ERE), que não se configura em um processo de educação a distância (EaD), porém utilizou-se características desta modalidade. Dentre elas, pode-se citar o distanciamento geográfico, o uso recursos tecnológicos e ferramentas bem como a internet para a realização das atividades. Ao mesmo tempo um número de situações emocionais e comportamentos sociais no meio digital emergiram em função destas mudanças, tanto no ERE quanto na EaD, pois ao utilizar-se de recursos tecnológicos para suprir o distanciamento físico, as relações sociais e emocionais dos alunos foram afetadas. A UNESCO (2020) apresenta uma relação de problemas enfrentados pelos alunos na educação online, dentre eles, comunicação, conectividade com outras pessoas, isolamento social e ansiedade geral, indicando baixa satisfação com o modelo virtual e com o ensino durante a pandemia. Segundo Beaunoyer (2020) e Miller (2019), a preocupação com os alunos foi o estresse, a redução do bem-estar e o engajamento no processo de aprendizagem, por terem as interações sociais limitadas no convívio pessoal, familiar e de trabalho fomentando emoções negativas.

Assim, aprender a regular as emoções é uma prática importante, já que estudantes emocionalmente competentes apresentam na prática uma relação consigo e com os outros mais positiva. No entanto, o mapeamento das competências socioemocionais em ambientes on-line não é tão simples de ser realizado, para isso, torna-se necessário, um estudo aprofundado sobre as emoções e o emprego de ferramentas computacionais sofisticadas para o reconhecimento e análise das emoções em ambientes digitais, que são encontrados em centros e laboratórios específicos.

Em resultados de estudos anteriores da pesquisadora, sobre as competências digitais de alunos da EaD, foi construído um Modelo de Competências Digitais MCompDigEaD 2.0, que se encontra em sua segunda versão<sup>1</sup>. Entretanto, percebeu-se a importância em incluir competências para além dos aspectos tecnológicos, principalmente sobre as questões sociais e emocionais e sobre como as emoções têm impacto na aprendizagem. Entende-se que as emoções afetam os processos cognitivos, motivacionais e regulatórios que mediam a aprendizagem, entretanto, no Modelo de Competências Digitais ainda existem lacunas sobre quais são as competências Socioemocionais. Desta forma, o presente estudo realizou um mapeamento de competências socioemocionais a fim de compor o MCompDigEaD 2.0 para alunos na educação a distância. A continuação, na seção 2, apresenta-se o referencial teórico. Já na seção 3, a metodologia com detalhamento das atividades e cronograma. Por fim, na seção 4, os resultados esperados.

## **2 O ALUNO DA EAD E AS COMPETÊNCIAS SOCIOEMOCIONAIS**

Nos últimos anos, um dos principais objetivos educacionais tem sido garantir que os alunos assumam um papel mais significativo em todo o processo educacional e, assim, se tornem agentes ativos na configuração de sua educação (Bovill, Cook-Sather, Felten, Millard e Moore-Cherry, 2016). A construção de competências é um dos fatores que contribuem para o desenvolvimento integral, autônomo e crítico do aluno na educação a distância e têm cada vez mais se concentrado na relação deste aluno com a tecnologia, através da competência digital (Ferrari, 2012; Silva 2019). Entretanto, tem-se discutido muito sobre a influência das relações sociais e emocionais entre os sujeitos na EaD, já que é preciso preparar o aluno para estudar a distância, construindo competências básicas, que o torne mais engajado e responsável pelo seu processo de aprendizagem. Assim, para aprender a lidar neste contexto, além dos aspectos básicos da tecnologia, precisa saber se comunicar, interagir, realizar trocas, trabalhar em equipe, regulando e gerenciando suas emoções. Desta forma, entende-se que é preciso auxiliar os alunos sobre a capacidade de perceber, identificar e compreender as relações sociais e seu efeito emocional em meios digitais (Boden e Thompson 2015).

---

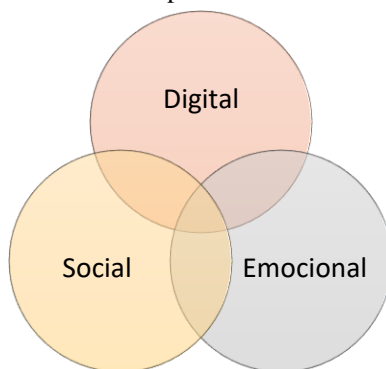
<sup>1</sup> Link acesso: [https://drive.google.com/file/d/1i0Yqtm5lVniITsflcKf6J2rtEodocN\\_P/view?usp=sharing](https://drive.google.com/file/d/1i0Yqtm5lVniITsflcKf6J2rtEodocN_P/view?usp=sharing)

Uma das soluções pode ser através de competências socioemocionais, que tem domínio entre as trocas sociais e os impactos emocionais. Considerando o contexto atual, com a pandemia instalada na maioria dos países, indagações surgiram e novos desafios foram impostos à Educação, como o surgimento do Ensino Emergencial Remoto e o Ensino na Pós-Pandemia. Professores que antes não utilizavam as Tecnologias Digitais (TD) buscaram, em poucos meses, aprender a manusear, para estabelecer vínculos sociais, afetivos e educacionais com seus alunos. Já os estudantes, que usavam as tecnologias para o lazer na sua maioria, aprenderam novas possibilidades de aplicá-las em seu processo de aprendizagem. Assim, um número de situações emocionais e comportamentos sociais emergiram em função destas mudanças, já que ao se utilizar de uma série de recursos tecnológicos para suprir o distanciamento físico, as relações sociais e emocionais dos alunos foram afetadas. Isso fez com que o perfil do aluno mudasse sendo necessário entender como passa o tempo e se relaciona através da tecnologia e como tudo isso influencia seu comportamento social e emocional ao lidar com uma aprendizagem totalmente a distância.

Embora existam pesquisas e definições para as competências socioemocionais no contexto educacional, constata-se também muitas lacunas sobre quais são as competências no âmbito digital para alunos em processos de aprendizagem a distância. Frequentemente se dá mais destaque às competências digitais, em conformidade à modalidade, entretanto, elas se complementam, já que as competências socioemocionais são catalisadoras e efetivamente aplicadas nas relações e interações interpessoais e sociais (Gómez-Ortiz, Romera, & Ortega-Ruiz, 2017), incluindo expressão, percepção, compreensão e gestão das emoções que também podem ser comunicados em ambientes digitais (Berrocal, Cabello, & Cobo, 2017). Assim, consistem na aplicação de conhecimentos, habilidades e atitudes (CHA) para compreensão e administração das próprias emoções e das emoções dos outros, ao mesmo tempo em que é empática para construir e manter relacionamentos interpessoais desejáveis e tomar decisões responsáveis.

Compreende-se, portanto, que as competências socioemocionais no âmbito digital, podem ser chamadas também de competências socioemocionais digitais, organizadas em diferentes domínios como o digital, o social e o emocional, conforme Figura 1.

Figura 1. Domínios das competências socioemocionais na EaD



Fonte: autores (2023)

Portanto, entender como esses domínios se relacionam ao conceito de CSE e se complementam em processos de aprendizagem a distância é um dos desafios deste estudo.

Desta forma, compreender até que ponto e como os alunos estão cientes das emoções e das interações que estão experimentando durante a aprendizagem mediada pela tecnologia torna-se relevante para compreensão dos processos de mapeamento. Estudos mostram que as emoções têm impacto na aprendizagem e nos seus resultados (Pekrun et al. 2017; Valiente et al. 2012), afetam os processos cognitivos, motivacionais e regulatórios que mediam a aprendizagem (Pekrun 2006) e têm a função de indicar a presença de aspectos importantes, difíceis ou complexos da tarefa que requerem atenção e esforço (Boekaerts 2010). Assim como também podem afetar o interesse e a motivação dos alunos para aprender: emoções positivas podem aumentar a motivação, enquanto as emoções negativas podem levar a um baixo nível de interesse (Pekrun 2014). Desse modo, é importante dizer que a construção de conhecimento é mediada por emoções (Khosla et al., 2009; Miller, 2010; Yip e Côté, 2013). Se um clima positivo é oferecido no ambiente educacional para o domínio da gestão emocional, as experiências de múltiplos ensinamentos são fortalecidas e atingem a plenitude em sua internalização e implementação pelos indivíduos (Woods, 2010; 2012).

Assim, percebe-se a importância em identificar competências socioemocionais, orientadas para além da regulação, produção e a avaliação das emoções, também associam a comunicação e as relações sociais com os outros sujeitos. No entanto, a educação a distância possui limitações quanto a transmissão de informações das expressões sobre as emoções o que pode tornar difícil tanto para os professores quanto para os alunos modelarem suas competências socioemocionais o que afeta o seu engajamento, comunicação e colaboração. A questão que se aborda é se, conforme propõem outros estudos (Lindebaum e Cartwright, 2011 ; Barbieri e Majer, 2012 ; Lindebaum, 2012 ), é essencial dominar as emoções presentes no processo de aprendizagem, a partir de um processo social de enriquecimento, comunicação e colaboração (Avsec, 2012 ; Mikolajczak et al., 2009) assim, para

alcançar o objetivos mencionados busca-se nas competências socioemocionais respostas para a construção dos elementos essenciais aos alunos com objetivo de aumentarem a consciência de suas emoções nas relações que se desenvolvem em um processo de aprendizagem a distância, sendo capazes de perceber e interpretar com precisão o estado emocional dos outros e ter respostas positivas em sua aprendizagem.

Por isso, entende-se que o campo da competência socioemocional é dinâmico, mutável e acompanha a modalidade de ensino e perfil de alunos. No caso deste estudo, vincula-se a educação a distância, mesmo que no último ano, com a pandemia muitas mudanças educacionais foram vivenciadas, através do Ensino Remoto Emergencial, considerado temporário. Portanto, os estudos e pesquisas devem se voltar à educação pós-pandemia, ao novo normal, que chega com muitas dúvidas e incertezas, já que a educação não será mais a mesma, e a nova configuração se dará através da solidificação da tecnologia, por meio de uma modalidade cada vez mais híbrida, com a fusão de características de um ensino presencial e a distância. Assim, ao focar na EaD, compreende-se como ponto fundamental as relações sociais e emocionais que se configuram em espaços de aprendizagem em meios digitais, e que também serão importantes para a educação pós-pandemia. Portanto, as circunstâncias globais que surgem são irreversíveis do ponto de vista educacional e os desafios que emergiram com o distanciamento social precisam estar em constante discussão, buscando responder as indagações de alunos e professores que atuarão neste novo contexto educacional, pós-pandemia. Portanto é preciso avançar e priorizar tais pesquisas, já que nada será como antes, nem a EaD e nem o ensino presencial. Assim, ao realizar o mapeamento de competências socioemocionais em processos de aprendizagem a distância e mediados pela tecnologia, pretende-se apoiar alunos e professores para atuar em uma sociedade que está cada vez mais conectada e de relações virtuais.

### **3 METODOLOGIA**

O presente estudo consiste em uma pesquisa de caráter qualitativo. O que possibilita o aprofundamento necessário para diagnosticar a realidade do tema, a fim de definir competências. Os procedimentos realizados foram:

1. Levantamento teórico: contendo uma revisão sistemática dos conceitos na literatura;
2. Mapeamento preliminar, a partir do cruzamento dos dados para definição competências socioemocionais de alunos na educação a distância existente;
3. Avaliação com consulta a especialistas e partes interessadas para discutir as competências preliminares mapeadas e;
3. Finalização do mapeamento, com apresentação clara da estrutura e elementos a serem inseridos no MCompDigEaD.

### 3.1 DISCUSSÃO DOS DADOS

#### 3.1.1 Etapa 1 – Conceito de CSE

Na primeira etapa realizou-se uma revisão sistemática, (Silva e Behar, 2022) com a finalidade de identificar o conceito de CSE, e a categorização das competências com foco nos alunos. Desta forma, buscou-se em cinco banco de dados com relevância para a área, quais foram: *ACM Digital Library*, *Science Direct*, *Scopus*, Periódico da Capes e Google Acadêmico. Para tal foram selecionados 18 artigos publicados entre 2017 e 2022 de 556 publicações científicas identificadas.

O conceito de CSE foi analisado em todos os artigos, e construída o Quadro 1 com os termos extraídos.

**Tabela 1.** Síntese dos Conceitos de CSE dos artigos selecionados.

	<b>Conceitos</b>
A1	Competências socioemocionais, tanto para jovens quanto para adultos, serão chamadas de <b>inteligência emocional</b> (IE) ou competências EQ (Freedman, 2012), o <u>conhecimento e as habilidades</u> necessárias para combinar <u>pensamento e sentimento</u> para <u>tomar decisões</u> ideais (Freedman, 2010).
A2	Competência socioemocional é a capacidade de coordenar cognição, <i>afeto e comportamento</i> de modo que os indivíduos se adaptem em diversas culturas e contextos, realizem tarefas específicas e alcancem resultados positivos de desenvolvimento (Elias <i>et al.</i> , 1994).
A3	A competência socioemocional (CSE) inclui a capacidade de compreender e gerenciar <i>emoções</i> , expressar emoções de maneira apropriada, estabelecer e alcançar objetivos positivos, <i>sentir empatia e preocupação</i> com os outros, estabelecer relacionamentos positivos e tomar decisões responsáveis (Nagaoka <i>et al.</i> , 2015; Weissberg, Durlak, Domitrovich e Gullotta, 2015).
A4	<i>Gestão</i> eficaz de experiências <i>sociais e emocionais</i> intrapessoais e interpessoais de forma a promover a prosperidade própria e dos outros (Collie, 2019, p. 2).
A5	Competência socioemocional é a capacidade de compreender, gerenciar e expressar aspectos sociais e emocionais da vida de uma pessoa de maneira que permita o gerenciamento bem-sucedido das tarefas da vida, como aprender, se relacionar, resolver problemas cotidianos e adaptar-se às demandas de crescimento e complexidade. desenvolvimento (Elias, 2014). Isso inclui autoconsciência, controle impulsivo, trabalho cooperativo e preocupação consigo mesmo e com os outros.
A7	Conhecimentos, atitudes e habilidades necessárias para entender e gerenciar emoções, estabelecer e alcançar objetivos positivos, sentir e mostrar empatia pelos outros, estabelecer e manter relacionamentos positivos e tomar decisões responsáveis” (CASEL, 2018) As competências sociais e emocionais são capacidades, atributos e características individuais importantes para o sucesso acadêmico, a empregabilidade, a cidadania ativa e o bem-estar. Abrangem disposições comportamentais, emoções/atitudes, formas de abordar tarefas e gestão e controle dos comportamentos e dos sentimentos. As crenças sobre nós próprios e sobre o mundo, que caracterizam as relações de um indivíduo com os outros, fazem também parte das competências sociais e emocionais. (OCDE, 2018)
A8	A competência socioemocional, consiste em <b>inteligência emocional</b> , inteligência social, é uma competência complexa e multilateral existente em todas as dimensões da vida. (Goleman, 2012). Reconhecer, organizar e gerenciar emoções, ter empatia, tomar decisões certas, assumir responsabilidades, agir de forma ética e justa e evitar comportamentos negativos para que os indivíduos possam cumprir suas responsabilidades na vida (CASEL, 2017)
A9	A competência emocional é definida como a <i>capacidade de identificar os próprios estados emocionais e os dos outros</i> (por exemplo, avaliação), <i>expressar emoções adequadamente e regular essas emoções</i> . (Saarni, 2000).
A10	<u>Conhecimentos, opiniões e habilidades</u> para <i>reconhecer e gerenciar suas emoções</i> , estabelecer e realizar metas positivas, mostrar cuidado e preocupação com os outros, estabelecer e manter relacionamentos positivos, tomar decisões responsáveis e gestão eficiente de situações interpessoais (CASEL 2017).



A11	A competência socioemocional é a capacidade de <i>interagir com os outros</i> , monitorar e controlar os processos cognitivos, <i>regular as emoções</i> e o <i>comportamento</i> (Weissberg, Durlak, Domitrovich, & Gullotta, 2015).  A competência socioemocional contribui para o desenvolvimento humano em todos os domínios: cognitivo, físico, comunicacional (CASEL, 2015).
A12	<u>Conhecimentos, habilidades e atitudes</u> para <i>compreender e gerenciar</i> as próprias emoções e as emoções dos outros, ao mesmo tempo em que é empático para construir e manter relacionamentos interpessoais desejáveis e tomar decisões responsáveis (CASEL, 2015).
A13	As competências socioemocionais são definidas <u>como habilidades e conhecimentos emocionais efetivamente aplicados em interações</u> e relacionamentos interpessoais pró-sociais (Gómez-Ortiz, Romera, & Ortega-Ruiz, 2017), incluindo expressão, percepção, compreensão e gerenciamento de emoções (Berrocal, Cabello, & Cobo, 2017). Assim, as competências socioemocionais consistem em aplicar conhecimentos, habilidades e atitudes para compreender e gerenciar as próprias emoções e as emoções dos outros, ao mesmo tempo em que é empático para construir e manter relacionamentos interpessoais desejáveis e tomar decisões responsáveis (CASEL, 2015).
A14	Gestão eficaz de experiências sociais e emocionais intrapessoais e interpessoais de forma que promovam a prosperidade própria e dos outros. A CSE é operacionalizada pela satisfação das necessidades psicológicas básicas, motivações e comportamentos dos indivíduos, conforme descrito em detalhes abaixo. Esta definição considera tanto as manifestações (ou seja, comportamento) quanto os mecanismos (ou seja, satisfação de necessidades, motivação) (Collie <i>et al.</i> 2019).
A15	O conceito de competência socioemocional partiu da <b>Inteligência Emocional</b> ; ou seja, a pessoa é capaz de regular suas emoções (Mikulic <i>et al.</i> 2016). Abordagem multidisciplinar por abranger três aspectos: atitude, comportamento e habilidades (Morales, 2021). Conjunto de <u>conhecimentos, habilidades e atitudes</u> necessárias para <i>compreender, expressar e regular adequadamente</i> os fenômenos emocionais (Alzina e Escoda, 2007)
A16	<u>Conhecimentos, habilidades e atitudes</u> necessárias para desenvolver identidades saudáveis, <i>gerenciar suas emoções, estabelecer e alcançar objetivos pessoais e coletivos</i> , sentir e mostrar empatia pelos outros, estabelecer e manter relações interpessoais positivas e solidárias, gerenciar situações interpessoais de forma construtiva e tomar decisões responsáveis e cuidadosas (Payton <i>et al.</i> , 2008 ; Durlak <i>et al.</i> , 2011 ; Gutman e Schoon, 2013 ; CASEL, 2015 , 2020 ; Weissberg <i>et al.</i> , 2015 ; Taylor <i>et al.</i> , 2017 ; Jagers <i>et al.</i> , 2019 ; Mahoney <i>et al.</i> , 2020 ).
A17	A <b>inteligência emocional</b> tem sido descrita como um grupo de <u>habilidades, capacidades e competências</u> não cognitivas (incluindo empatia, autoconsciência emocional, habilidades interpessoais e gerenciamento de estresse) que influenciam a capacidade de lidar com as demandas e pressões ambientais (Talarico <i>et al.</i> , 2013). Os conceitos de competência <u>emocional e social</u> são considerados capacidades adquiridas derivadas da inteligência emocional (Goleman, 1998).
A18	Alzina e Escoda (2007) definiram como um conjunto de <u>conhecimentos, habilidades e atitudes</u> necessárias para compreender, expressar e regular adequadamente os fenômenos emocionais e a educação emocional, agrupadas em cinco blocos: consciência emocional, regulação emocional, autonomia pessoal, competência social e competências para a vida e bem-estar. Alzina (2003) estabeleceu a educação emocional como eixo para promover o desenvolvimento dessas competências como parte fundamental do crescimento pessoal global.

Fonte: autores (2023)

A partir da análise dos conceitos extraídos percebe-se a diversidade de termos e autores. Em síntese a maioria dos estudos utiliza competências socioemocionais no plural relacionada a momentos de análise e gerenciamento das emoções com interferência nas interações sociais. Entretanto, uma parcela de trabalhos trata a CSE como sinônimo de Inteligência Emocional, dando ênfase apenas ao elemento emocional. Percebe-se que esta temática já vem sendo questionada em diferentes trabalhos por não levar em conta toda complexidade das relações sociais. Esta questão pode estar ligada à dificuldade que existe de tratar as competências socioemocionais, ora como competências sociais e



competências emocionais e ora como um conjunto, formado por várias competências que se complementam. O conceito de competências socioemocionais é complexo, embora analisado em diversas pesquisas, ainda fica explícito nos resultados a necessidade de aprimorá-lo com base no perfil de aluno e objetivos educacionais.

Entre as várias definições, compreende-se que as competências socioemocionais são um conjunto de conhecimentos, habilidades e atitudes. Necessários para compreender, gerenciar, regular e expressar fenômenos sociais e emocionais a fim de estabelecer e manter relações intrapessoais e interpessoais saudáveis.

A partir da definição foi realizado levantamento sobre Modelos/ Frameworks de Competências Socioemocionais e perfil de estudantes com objetivo de realizar o mapeamento prévio, apresentado na etapa seguinte.

### **3.1.2 Etapa 2 – Mapeamento preliminar**

Após a descrição e análise do conceito de competências, foi realizada a triangulação dos dados para definição de um modelo prévio de CSE, da seguinte forma: a. Organizaram-se em uma tabela todos os modelos e suas competências; b. Em seguida, foram separadas as competências Emocionais e Sociais; c. Cada grupo foi analisado em profundidade, agrupando competências semelhantes dentro da própria categoria. d. Por fim, as competências semelhantes e que apareciam em vários modelos foram destacadas e aquelas que apareceriam apenas uma vez descartadas. Foram analisados dez modelos e 87 competências, sendo 32 competências emocionais e 55 competências sociais. Em seguida realizou-se o agrupamento das Emocionais e Sociais, buscando semelhanças e organizando em grupos. As Emocionais tiveram como resultado cinco grupos de competências semelhantes. 1. Competências ligadas a consciência ou autoconsciência emocional, que aparecem em cinco modelos; 2. Regulação emocional, que aparece em dois modelos, porém organizada em cinco competências distintas; 3. Gestão Emocional, em quatro modelos; 4. Controle emocional em quatro modelos e 5. Expressão ou comunicação emocional em dois modelos. Já as Sociais onze grupos, as que mais se repetem são: Gestão de relacionamento, sociabilidade ou competência interpessoal; Empatia; Tomada de decisão responsável/ responsabilidade e Cooperação/Trabalho em equipe. Em três modelos aparece a Resolução de Conflitos e a Autonomia e por fim em dois estão: Consciência Social; Motivação/ Atitude positiva; Respeito e Assertividade.

Após a organização por grupos, foi realizada o cruzamento e análise de cada um, buscando a definição de uma competência por grupo. Como resultado, obteve-se a Tabela 2 única com as competências socioemocionais de alunos mapeadas.

Tabela 2. Competências Socioemocionais de alunos

Domínios	Competências
Emocional	Autoconsciência/ Consciência Emocional
	Regulação Emocional
	Autogerenciamento/ Gestão Emocional
	Estabilidade/ Controle Emocional
	Comunicação/ expressão Emocional
Social	Relacionamento com os outros/ interpessoais
	Colaboração
	Tomada de decisão responsável
	Cooperação/ Habilidades Sociais
	Resolver Conflitos
	Autogestão/ autonomia
	Consciência Social/ Autorregulação
	Motivação
	Respeito pelos outros
	Assertividade
	Relacionamento com os outros/ interpessoais

Fonte: autores (2023)

Após identificação das competências, foi realizado cruzamento com as competências do MCompDigEaD 2.0, modelo composto por 14 competências digitais, organizadas em sete áreas, conforme Tabela 3.

Tabela 3. Competências Socioemocionais de alunos

Áreas	Competências
Área 1. Introdução às Tecnologias Digitais	1.1 Competência: uso do computador de mesa (desktop) e funções dos dispositivos móveis e aplicativos.
Área 2. Ferramentas para Comunicação Digital.	2.1 Competência: Recursos básicos de comunicação em rede.
	2.2 Competência: Ferramentas de comunicação para Interação e colaboração em rede.
Área 3. Gestão da Informação em rede.	3.1 Competência: Busca e tratamento da informação (Pesquisa/ filtragem).
	3.2 Competência: Avaliação e compartilhamento da informação.
Área 4. Saúde e Segurança Digital.	4.1 Competência: Ergonomia para uso do computador de mesa (desktop) e dispositivos móveis.
	4.2 Competência: Proteção dos Dados pessoais e dispositivos móveis.
Área 5. Convivência e Cidadania Digital.	5.1 Competência: Cooperação em Ambientes Virtuais de Aprendizagem.
	5.2 Competência: Resiliência Virtual.
	5.3 Competência: Trabalho em Equipe em rede.
Área 6. Criação e Desenvolvimento de Conteúdo Digital.	6.1 Competência: Produção de conteúdo (Plágio, referência).
	6.2 Competência: Difusão de conteúdo digital.
Área 7. Gestão do aluno virtual.	7.1 Competência: Organização e Planejamento do aluno.
	7.2 Competência: Gestão do perfil de aluno Virtual.

Fonte: Silva e Behar, 2022

Ao realizar a análise, percebeu-se que as competências sociais, já estavam contidas no modelo, dentro das áreas de Área 2. Ferramentas para Comunicação Digital, que trata da Comunicação, interação e colaboração em rede por meio dos ambientes virtuais de aprendizagem, ferramentas on-line e aplicativos; e Área 5. Convivência e Cidadania Digital, através da cooperação em Ambientes Virtuais de Aprendizagem, Resiliência Virtual e Trabalho em equipe em rede. Conforme Figura 2. a seguir.

Figura 2. Relação entre competências

Domínios		Áreas	Competências
Emocional	Autoconsciência/ Consciência Emocional	Área 1. Introdução às Tecnologias Digitais	1.1 Competência: uso do computador de mesa (desktop) e funções dos dispositivos móveis e aplicativos.
	Regulação Emocional		2.1 Competência: Recursos básicos de comunicação em rede.
	Autogerenciamento/ Gestão Emocional	Área 2. Ferramentas para Comunicação Digital.	2.2 Competência: Ferramentas de comunicação para interação e colaboração em rede.
	Estabilidade/ Controle Emocional		
Social	Comunicação/ expressão Emocional	Área 3. Gestão da Informação em rede.	3.1 Competência: Busca e tratamento da informação (Pesquisa/ filtragem).
	Relacionamento com os outros/ interpessoais		3.2 Competência: Avaliação e compartilhamento da informação.
	Colaboração	Área 4. Saúde e Segurança Digital.	4.1 Competência: Ergonomia para uso do computador de mesa (desktop) e dispositivos móveis.
	Tomada de decisão responsável		4.2 Competência: Proteção dos Dados pessoais e dispositivos móveis.
	Cooperação/ Habilidades Sociais	Área 5. Convivência e Cidadania Digital.	5.1 Competência: Cooperação em Ambientes Virtuais de Aprendizagem.
	Resolver Conflitos		5.2 Competência: Resiliência Virtual.
	Autogestão/ autonomia		5.3 Competência: Trabalho em Equipe em rede.
	Consciência Social/ Autorregulação	Área 6. Criação e Desenvolvimento de Conteúdo Digital.	6.1 Competência: Produção de conteúdo (Plágio, referência).
	Motivação		6.2 Competência: Difusão de conteúdo digital.
	Respeito pelos outros	Área 7. Gestão do aluno virtual.	7.1 Competência: Organização e Planejamento do aluno.
	Assertividade		7.2 Competência: Gestão do perfil de aluno Virtual.
	Relacionamento com os outros/ interpessoais		

Fonte: Autores (2024)

Verificou-se desta forma, a partir do cruzamento das competências mapeadas e as do MCompDigEaD 2.0, a necessidade de competências emocionais dos alunos, já que as sociais já se encontravam contempladas. A partir da descoberta da lacuna e foco do estudo, determinou-se que o resultado deveria focar na construção de uma área no MCompDigEaD 2.0 especificamente para competências emocionais.

Desta forma, foi realizada, a definição dos conhecimentos, habilidades e atitudes (CHA) das cinco competências emocionais, bem como o objetivo de cada competência e da nova área do modelo. Este mapeamento foi realizado retomando o referencial teórico, analisando os conceitos e teorias, através da leitura, classificação e análise das competências e elementos dos modelos identificados na Etapa 1. Todas as competências Emocionais e modelos foram inseridos em uma tabela Excel onde forma sendo descritos. Toda essa exploração inicial permitiu perceber que a Competência: controle emocional e estabilidade, estava contida na competência de gestão emocional, transformando-se então em quatro conjuntos de competências e seus elementos, que foram para avaliação dos especialistas.

A seguir, a tabela X, apresenta o número de elementos, conhecimentos, habilidades e atitudes (CHA) mapeados por competência.

Tabela 4. Competências Emocionais e elementos CHA

Domínio	Competências	N. elementos do CHA		
		C	H	A
Emocional	Autoconsciência/ Consciência Emocional	9	15	7
	Regulação Emocional	13	28	18
	Autogerenciamento/ Gestão Emocional	5	7	7
	Comunicação/ expressão Emocional	8	13	6

Fonte: autores (2023)

O conjunto de competências mapeadas foi submetido a apreciação de especialistas, para que com base nas respostas fosse possível realizar o aprimoramento das competências.

### 3.1.3 Etapa 3 – Avaliação com especialistas

A avaliação das competências com especialistas foi organizada em duas etapas. Na primeira, realizou-se um encontro virtual, com todos os especialistas para apresentação da pesquisa, detalhando as etapas e resultados encontrados. A avaliação com especialistas é importante em situações onde evidencia-se carência na qualidade e dados insuficientes para resolução. Entende-se que ao unir e agregar um conjunto de análise e julgamento de especialistas aos dados, são realizadas melhores decisões e conclusões.

Em seguida, foi enviado por e-mail para 15 especialistas um questionário em formato de Word contendo as listas de competências estudadas, solicitando a análise dos seguintes pontos: Avalie as competências nos quadros a partir dos seguintes pontos:

- **Nome da Competência:** realize a análise do nome, as que contém dois nomes aponte aquele que acredita ser o mais apropriado ou aponte outra sugestão.
- **Descrição da Competência:** realize a análise da descrição, termos, objetivo e verifique se está de acordo com o nome da competência.
- **Elementos (CHA):** realize a análise de cada elemento, lembre-se que são conhecimentos, habilidades e atitudes. Os elementos estão adequados? Estão repetidos? Os termos estão alinhados a competência? Existe algum elemento que deveria ser trocado de elemento ou de competência?
- **Área de competência no MCOMPDIGEAD:** a área e explicação sobre ela está no final do material, analise se a área está alinhada as competências e se a descrição corresponde de forma adequada ao perfil de aluno virtual.

No documento de avaliação em Word, os especialistas também poderiam realizar sugestões e comentários. Exemplo

Tabela 5. Exemplo de quadro de análise

Autoconsciência ou Consciência Emocional			Análise e sugestões
Capacidade para reconhecer as próprias emoções e as emoções dos outros em meios virtuais e como elas influenciam o comportamento no contexto digital.			
Conhecimentos 9	Habilidades 15	Atitudes 7	
Conhecer as próprias emoções e a dos outros (raiva, ansiedade, medo, ciúme, atração, excitação, tristeza, vergonha, alegria, desapontamento, surpresa, aversão e etc).	Saber identificar as próprias emoções e a dos outros.	Ser responsável e assumir os próprios sentimentos, pensamentos, desejos e ações.	

Fonte: autores (2023)

O resultado dos especialistas foram recomendadas alterações, exclusões e a unificação de alguns elementos. Ao mesmo tempo, foram apontadas dúvidas quanto ao título de algumas competências e suas descrições. Todas as alterações sugeridas foram inseridas em uma tabela em Excel, para que fosse possível realizar o cruzamento e análise.

O resultado foi a definição do nome das competências, objetivos e elementos, conforme pode ser visto a seguir.

A área 8 do MCompDigEaD 2.0, intitulada: Área de desenvolvimento Emocional do aluno da EaD, tem como objetivo de auxiliar o aluno da EaD na construção de práticas e estratégias no ensino a distância que auxiliem seu processo de aprendizagem levando em conta sua Consciência, regulação, gestão e comunicação das emoções, conforme Tabela A, a seguir.

Tabela 6. Competências Emocionais e os elementos do CHA

Domínio	Competências	N. elementos do CHA		
		C	H	A
Emocional	Consciência Emocional	13	11	11
	Regulação Emocional	10	11	10
	Gestão Emocional	8	8	9
	Comunicação e expressão Emocional	12	12	7

Fonte: autores (2023)

A seguir apresenta-se o mapeamento final das competências emocionais para alunos da EaD.

#### 4 COMPETÊNCIAS EMOCIONAIS PARA OS ALUNOS DA EAD

O modelo de competências digitais para alunos da EaD, incorporou a área 8, conforme pode ser visto a seguir, Tabela 7.

Tabela 7. MCompDigEaD 2.0 com nova área

Áreas	Competências
Área 1. Introdução às Tecnologias Digitais	1.1 Competência: uso do computador de mesa (desktop) e funções dos dispositivos móveis e aplicativos.
Área 2. Ferramentas para Comunicação Digital.	2.1 Competência: Recursos básicos de comunicação em rede.
	2.2 Competência: Ferramentas de comunicação para Interação e colaboração em rede.
Área 3. Gestão da Informação em rede.	3.1 Competência: Busca e tratamento da informação (Pesquisa/ filtragem).
	3.2 Competência: Avaliação e compartilhamento da informação.
Área 4. Saúde e Segurança Digital.	4.1 Competência: Ergonomia para uso do computador de mesa (desktop) e dispositivos móveis.
	4.2 Competência: Proteção dos Dados pessoais e dispositivos móveis.
Área 5. Convivência e Cidadania Digital.	5.1 Competência: Cooperação em Ambientes Virtuais de Aprendizagem.
	5.2 Competência: Resiliência Virtual.
	5.3 Competência: Trabalho em Equipe em rede.
Área 6. Criação e Desenvolvimento de Conteúdo Digital.	6.1 Competência: Produção de conteúdo (Plágio, referência).
	6.2 Competência: Difusão de conteúdo digital.
Área 7. Gestão do aluno virtual.	7.1 Competência: Organização e Planejamento do aluno.
	7.2 Competência: Gestão do perfil de aluno Virtual.
Área 8. Desenvolvimento Emocional do aluno Virtual.	8.1 Consciência Emocional
	8.2 Regulação Emocional
	8.3 Gestão Emocional
	8.4 Comunicação e expressão Emocional

Fonte: autores (2023)

A área 8, Desenvolvimento Emocional do Aluno Virtual, é composta por um conjunto de competências que tem como objetivo auxiliar o aluno da EaD na construção de práticas e estratégias que auxiliem seu processo de aprendizagem através da Consciência, regulação, gestão e comunicação das emoções a fim de estabelecer e manter relações intrapessoais e interpessoais saudáveis.

A seguir apresenta-se as Tabelas 8, 9, 10 e 11 de cada competência, seu objetivo e elementos mapeamentos.

Tabela 8. Consciência Emocional

8.1 Consciência Emocional		
Esta competência tem como objetivo auxiliar o aluno no reconhecimento das próprias emoções e das emoções dos outros em ambientes virtuais de aprendizagem (AVA) e como elas influenciam/afetam o comportamento no contexto de cursos a distância.		
Elementos		
Conhecimentos (Saber)	Habilidades (Saber fazer)	Atitudes (Ser)
<ul style="list-style-type: none"> <li>Conhecer as próprias emoções e a dos outros (raiva, ansiedade, medo, ciúme, atração, excitação, tristeza, vergonha, alegria, desapontamento, surpresa, aversão etc.);</li> <li>Conhecer como as emoções influenciam meu comportamento no</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Saber identificar e lidar com as próprias emoções e sentimentos que surgem fruto da empatia;</li> <li>Saber reconhecer e administrar as minhas emoções de maneira apropriada em qualquer contexto;</li> <li>Saber perceber/ captar o clima</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Ser responsável com as próprias emoções e sentimentos, empático e compreensivo ao relacionar-se com os outros mesmo em situações inesperadas e de alta ansiedade;</li> <li>Ser confiante e perseverante em relação a própria experiência no meio</li> </ul>



<p>AVA;</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Conhecer as emoções experimentadas por outros ou que os outros manifestam no contexto digital;</li> <li>• Conhecer a intensidade das emoções sabendo separar intensidade passada e presente;</li> <li>• Conhecer as situações que podem gerar estresse para o aluno em um curso a distância;</li> <li>• Conhecer como o estado emocional afeta o meu desempenho pessoal no AVA;</li> <li>• Conhecer as possíveis causas e consequências das emoções;</li> <li>• Conhecer como as emoções podem impactar a tomada de decisão em ambientes virtuais e colaborativos;</li> <li>• Conhecer o conceito ou significado de emoções reativas versus adaptativas;</li> <li>• Conhecer o significado histórico-pessoal e/ou cultural que são conferidas as emoções;</li> <li>• Conhecer as emoções que podem ser primárias (básicas), secundárias (sociais) e de segundo plano (estados de ânimo) no AVA;</li> <li>• Conhecer a influência das emoções no estado de ânimo;</li> <li>• Conhecer a diferença entre emoção e sentimento no AVA.</li> </ul>	<p>emocional no AVA;</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Saber reconhecer o nível atual de intensidade das minhas emoções, não confundindo-o com intensidades de momentos passados;</li> <li>• Saber determinar os meios mais eficazes de amenizar o estresse, por exemplo, pausas mais frequentes, praticar um esporte ou meditação, repousar mais cedo, diminuir a cafeína;</li> <li>• Saber analisar a si em situações difíceis durante um curso a distância ou estressantes, reconhecendo como as emoções afetam o desempenho no AVA;</li> <li>• Saber identificar emoções e entender as causas e consequências delas no AVA;</li> <li>• Saber distinguir emoções reativas versus adaptativas;</li> <li>• Saber avaliar as emoções em relação ao significado histórico-pessoal e cultural que lhe são conferidas;</li> <li>• Saber diferenciar os tipos de emoções primárias (básicas), secundárias (sociais) e de segundo plano (estados de ânimo);</li> <li>• Saber analisar quando uma emoção influencia seu estado de ânimo.</li> </ul>	<p>digital, demonstrando confiança nas pessoas;</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Ser prestativo e empático, compreendendo as próprias necessidades emocionais e das outras pessoas no digital;</li> <li>• Ser honesto e íntegro em relação às emoções e sentimentos vivenciados;</li> <li>• Ser educado e se relacionar bem com as pessoas, respeitando suas dificuldades e necessidades emocionais, bem como origens e gêneros variados assim como perspectivas diferentes no ambiente virtual de aprendizagem;</li> <li>• Ser resiliente em situações de estresse no virtual e na relação com o outro, compreensível antes de tomar uma decisão;</li> <li>• Ter sensibilidade e compreensão do próprio estado emocional e da do outro, fazendo escolhas conscientes, com atenção à influência das emoções quanto ao desempenho de tarefas no ambiente virtual;</li> <li>• Ter autoconhecimento dos tipos de emoções no virtual e como elas influenciam o estado de ânimo;</li> <li>• Ter paciência com as dificuldades do outro compreender suas emoções e empático no diálogo com as pessoas de forma a auxiliar o outro a restaurar o seu equilíbrio emocional;</li> <li>• Ter proatividade adotando medidas que auxiliem na compreensão das emoções no ambiente virtual;</li> <li>• Ter consciência de em alguns momentos poderá ser incapaz de tomar consciência das próprias emoções e sentimentos devido a dinâmicas inconscientes.</li> </ul>
--	--	--

Tabela 9. Regulação Emocional

8.2 Regulação Emocional		
<p>Esta competência tem como objetivo auxiliar o aluno na regulação e controle das emoções em Ambientes Virtuais de Aprendizagem (AVA). Envolve tornar-se consciente da relação entre emoção, cognição e comportamento sendo capaz de utilizar estratégias para controlar a reatividade emocional durante o processo de aprendizagem a distância, com objetivo de não ter respostas comportamentais automáticas.</p>		
Elementos		
Conhecimentos (Saber)	Habilidades (Saber fazer)	Atitudes (Ser)
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Conhecer seu estado emocional auxiliando no controle e regulação em AVA;</li> <li>• Conhecer as relações/ semelhanças e diferenças entre emoção, cognição e comportamento;</li> <li>• Compreender que os estados</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Saber identificar as emoções e seu estado emocional em AVAs.</li> <li>• Saber lidar e controlar a emoção, a cognição e o comportamento, através de estratégias eficazes de regulação de humor, de raiva e de irritação face a frustrações em meio virtual, como</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Ter aceitação de seu estado emocional atuando para transformá-lo, se for necessário;</li> <li>• Ter consciência do seu estado emocional e cognitivo, adotando estratégia que amenize e regule as respostas comportamentais,</li> </ul>

<p>emocionais podem ser regulados pela cognição (raciocínio, consciência) e que estas afetam o comportamento;</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Compreender que as próprias emoções devem ser reguladas no AVA, isso inclui o autocontrole da impulsividade (raiva, violência, comportamentos de risco) e tolerância à frustração para prevenir estados emocionais negativos (estresse, ansiedade, depressão), entre outros aspectos;</li> <li>• Conhecer as emoções negativas (raiva, frustração, desânimo, tristeza, medo) por meio do uso de estratégias de regulação;</li> <li>• Conhecer as emoções positivas (alegria, amor, humor) e como elas podem influenciar a regulação em um AVA;</li> <li>• Conhecer as emoções que afetam minhas ações sob determinado contexto cognitivo;</li> <li>• Conhecer formas de manter o equilíbrio emocional ao lidar com várias demandas de trabalho/estudo em situações estressantes no ensino a distância.</li> <li>• Conhecer as emoções agradáveis e desagradáveis em um ambiente virtual de aprendizagem, para regular e responder de maneira apropriada ao contexto.</li> <li>• Conhecer a diferença entre ações reativas e não reativas e possíveis transições entre emoções em um mesmo evento, como a transição da raiva para a satisfação, ou da raiva para a vergonha.</li> </ul>	<p>fracasso, erros ou falhas;</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Saber lidar com as próprias emoções, como frustração, estresse ou júbilo extremo no AVA;</li> <li>• Saber utilizar estratégias de regulação para saber lidar com emoções negativas, acalmando-se e distanciando-se dos outros ao ser dispensado, diminuído, desafiado, ignorado etc., mantendo escolhas não reativas e refletindo sobre as suas ações que levaram a essa situação.;</li> <li>• Saber optar por emoções positivas e criar estratégias para serem utilizadas no AVA;</li> <li>• Saber usar estratégias de regulação que melhoram a intensidade e a duração desses estados emocionais, tanto negativos quanto positivos;</li> <li>• Saber tomar uma decisão, a partir de uma postura emocional regulada;</li> <li>• Saber manter-se tranquilo e consciente sobre situações adversas, quando sob pressão ou estresse intenso, utilizando e construindo estratégias que auxiliem na manutenção do equilíbrio emocional ao lidar com várias demandas de trabalho/estudo;</li> <li>• Saber permanecer aberto as emoções, tanto os agradáveis quanto desagradáveis no AVA;</li> <li>• Saber analisar prováveis transições entre emoções e sentimentos, como a transição da raiva para a satisfação, ou da raiva para a vergonha;</li> <li>• Saber aceitar sua experiência emocional no AVA de acordo com o que constitui um equilíbrio emocional desejável.</li> </ul>	<p>mantendo equilíbrio entre agressividade e passividade;</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Ter perseverança na busca por uma regulação das emoções de forma consciente;</li> <li>• Ser ético, resiliente, reflexivo e proativo buscando o aprendizado sobre a regulação emocional continuamente;</li> <li>• Ser calmo, paciente e resiliente em situações adversas, de perigo ou sob pressão e estresse, ou seja, perante situações que envolvam emoções negativas como a frustração no AVA;</li> <li>• Ser confiante e verdadeiro ao utilizar emoções positivas no AVA e responder de maneira apropriada, apesar de contextos emocionais desfavoráveis ao processo de aprendizagem a distância;</li> <li>• Ser tolerante e humilde para reconhecer seus limites emocionais;</li> <li>• Ser resiliente, flexível perante as situações de estresse no ensino a distância decorrentes dos estudos e trabalhos.</li> <li>• Ter controle das emoções e impulsos no AVA;</li> <li>• Ter confiabilidade na tomada de decisões ao passar por momentos de transições entre as emoções.</li> </ul>
---	---	---

**Tabela 10. Gestão Emocional**

**8.3 Gestão Emocional**

Esta competência tem como objetivo auxiliar o aluno no gerenciamento das emoções, pensamentos e comportamentos em um processo de aprendizagem a distância para atingir objetivos pessoais e coletivos.		
<b>Elementos</b>		
<b>Conhecimentos (Saber)</b>	<b>Habilidades (Saber fazer)</b>	<b>Atitudes (Ser)</b>
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Conhecer formas de gerenciar suas emoções o suficiente para aceitar diferentes opiniões no AVA;</li> <li>• Compreender como autogerenciar seu próprio bem-estar para conquistar uma melhor experiência de aprendizagem a distância;</li> <li>• Conhecer a forma de inibir reações automáticas como gritar, e dar</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Saber gerenciar as emoções positivas e negativas no AVA;</li> <li>• Saber se automotivar e se envolver emocionalmente em diversas atividades de vida pessoal, social, acadêmica, profissional, de lazer etc.;</li> <li>• Saber resolver problemas de forma calma, analítica, averiguando os fatos antes de emitir um juízo e</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Ser proativo e gerenciar suas emoções, através de uma imagem positiva de si mesmo; e, tanto quanto possível, do outro;</li> <li>• Ser responsável pela tomada de decisão;</li> <li>• Ser otimista e se sentir emponderado ao enfrentar os desafios diários digitais;</li> </ul>

<p>respostas controladas apropriadas à situação digital;</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Conhecer formas de gerenciar o comportamento através das emoções, tanto positivas quanto negativas e sob pressão;</li> <li>• Conhecer os tipos de comportamentos agressivos e perturbadores;</li> <li>• Conhecer formas de focar suas emoções como forma de ajudar a atingir seus objetivos reconhecendo seus limites e potencialidades;</li> <li>• Conhecer ferramentas digitais para auxiliar no gerenciamento das emoções no AVA;</li> <li>• Conhecer as decisões mais acertadas nas interações diárias, a partir das emoções presentes e futuras, para a solução de problemas.</li> </ul>	<p>controlando a ansiedade em contextos digitais;</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Saber reconhecer e evitar comportamentos explosivos diante de uma situação estressante;</li> <li>• Saber controlar as palavras e ações mesmo sob pressão;</li> <li>• Saber como evitar distrações e impulsos repentinos; concentrando a atenção na tarefa atual, a fim de atingir objetivos pessoais;</li> <li>• Saber usar as ferramentas digitais para efetuar as estratégias de autogerenciamento emocional no digital;</li> <li>• Saber tomar decisões gerenciando as emoções para resolver problemas.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Ser engajado em comportamentos altruísta, seguros, saudáveis e éticos;</li> <li>• Ser respeitoso com os outros quando eles têm comportamentos divergentes;</li> <li>• Ser resiliente sob pressão, controlando as emoções;</li> <li>• Ter a intenção de ser justo, caridoso e compassivo no AVA, tendo consciência sobre os seus limites e potencialidades;</li> <li>• Ser proativo para construir estratégias de gerenciamento das emoções no virtual por meio de ferramentas digitais;</li> <li>• Ser flexível e ter adaptabilidade em diferentes contextos e em situações de mudança no virtual.</li> </ul>
---	--	--

Tabela 11. Comunicação e expressão Emocional

8.4 Comunicação e expressão Emocional		
<p>Esta competência tem como objetivo auxiliar o aluno na comunicação por meio da expressão emocional em meios virtuais de aprendizagem utilizando vocabulário e ferramentas de maneira adequada. A expressão emocional refere-se à capacidade de expressar os próprios pensamentos e sentimentos de maneira apropriada e clareza em diferentes formas de comunicação verbal e não-verbal no contexto de aprendizagem a distância.</p>		
Elementos		
Conhecimentos (Saber)	Habilidades (Saber fazer)	Atitudes (Ser)
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Conhecer o vocabulário emocional e termos expressivos comumente disponíveis no contexto do sujeito para rotular as próprias emoções no AVA;</li> <li>• Conhecer ferramentas digitais e estratégias com reações, que podem ser usadas para expressar emoções no virtual como os E-moticons;</li> <li>• Conhecer os tipos de comunicação verbal e não verbal para expressar as emoções no ambiente virtual;</li> <li>• Conhecer as estratégias de comunicação dos estados de ânimo no AVA;</li> <li>• Compreender que o estado emocional interno não precisa corresponder à expressão externa, tanto em si mesmo quanto nos outros;</li> <li>• Compreender que a expressão emocional pode impactar os outros;</li> <li>• Conhecer as normas sociais e de expressão no AVA;</li> <li>• Conhecer as formas de expressar com confiança opiniões, necessidades e sentimentos; exercendo a influência social;</li> <li>• Conhecer como expressar as</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Saber usar vocabulário emocional, para expressar-se adequadamente no AVA;</li> <li>• Saber usar as ferramentas digitais para expressar suas emoções, como uso de E-moticons em chats;</li> <li>• Saber usar pistas situacionais e expressivas (comunicação verbal e não verbal) que tenham consenso cultural para o significado emocional;</li> <li>• Saber avaliar criticamente as expressões externadas em si e nos outros;</li> <li>• Saber analisar criticamente as próprias expressões emocionais no AVA;</li> <li>• Saber ouvir, cumprimentar, agradecer, pedir um favor, pedir desculpas, atitude de diálogo etc.;</li> <li>• Saber como iniciar e manter conversas, expressar seus próprios pensamentos e sentimentos com clareza, tanto verbal quanto não verbal, e certificar-se de que foram bem compreendidos pelos outros;</li> <li>• Saber promover a comunicação aberta e permanecer receptivo a más e boas notícias no AVA;</li> <li>• Saber articular pensamentos e</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Ser empática ao utilizar ferramentas e estratégias para expressões das emoções no AVA a partir do uso de vocabulários e termos emocionais;</li> <li>• Ter confiança para manifestar opiniões, necessidades e sentimentos exercendo a influência social;</li> <li>• Ter responsabilidade por suas próprias expressões emocionais no virtual;</li> <li>• Ter segurança para expressar-se emocionalmente e estar atentando para as normas de comunicação no virtual;</li> <li>• Ser empático ao se envolver nas experiências emocionais dos outros;</li> <li>• Ser seguro emocionalmente para responder a elogios/críticas ao exercer influência social;</li> <li>• Ser responsável em relação a sua forma de expressar e comunicar suas emoções e sentimentos através de diferentes formatos como expressão facial, movimentos corporais, tom de voz e escrito no AVA.</li> </ul>

<p>emoções e necessidades relacionadas de forma construtiva no contexto de aprendizagem a distância;</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Conhecer as consequências e diferença de suas ações emocionais no meio social, digital, virtual e um AVA;</li> <li>• Conhecer as estratégias para realizar uma comunicação emocional efetiva nos AVAs;</li> <li>• Conhecer como as emoções podem ser comunicadas em um AVA, desde a expressão facial, movimentos corporais, tom de voz e escrito.</li> </ul>	<p>ideias de forma eficaz usando a comunicação oral, escrita e não verbal em uma variedade de formas e contextos digitais;</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Saber se comunicar efetivamente lidando com as emoções em diferentes espaços do AVA (incluindo multilíngues);</li> <li>• Saber analisar o estado de ânimo do outro através das pistas deixadas no AVA, como por exemplo, Emoticons, forma de escrita ou áudio;</li> <li>• Saber identificar as emoções no AVA em seus diferentes formatos como expressão facial, movimentos corporais, tom de voz e escrito.</li> </ul>	
--	---	--

Fonte: autores (2023)

## 5 CONSIDERAÇÕES FINAIS

Nos últimos anos, houve um amplo esforço científico na compreensão da influência das questões sociais e emocionais na educação, buscando criar modelos que atendam às diferentes necessidades de ensino e de aprendizagem. A partir de uma visão panorâmica, os resultados desta revisão indicam que a pesquisa sobre CSE conta com um interesse crescente e global.

O objetivo deste estudo se constituiu através dos recentes desdobramentos educacionais em relação as questões sociais e emocionais gerados pela pandemia da COVID-19. Diante da relevância do tópico, esta pesquisa apresentou um mapeamento de competências emocionais para os alunos da EaD. Iniciou realizando uma análise sistemática com objetivo de analisar e sintetizar os principais conceitos, modelos e formato de construção e avaliação relacionadas as competências socioemocionais na educação. Para tal, foram selecionados 18 artigos, que foram submetidos a uma avaliação de qualidade e os resultados da revisão foram obtidos a partir da análise destes documentos e das questões de pesquisa.

Duas grandes contribuições são alcançadas por meio deste estudo. Primeiramente, há uma revisão sistemática sobre o tema. Em segundo lugar, sintetiza-se e discute-se as informações disponíveis a partir das questões análise: (i) qual conceito de competências socioemocionais? (ii) quais são os modelos e competências socioemocionais mapeados? e como se configura o perfil do estudante nos estudos? Desta forma tem-se como principais conclusões desta revisão. Em terceiro, realiza-se o mapeamento com referencial teórico e análise de especialistas em comparação com as competências do MCompDogEaD2.0.

O conceito de competências socioemocionais é complexo, embora analisado em diversas pesquisas, ainda fica explícito nos resultados a necessidade de aprimorá-lo com base no perfil de aluno e objetivos educacionais.

Entre as várias definições, compreende-se que as competências socioemocionais são um conjunto de conhecimentos, habilidades e atitudes. Necessários para compreender, gerenciar, regular e expressar fenômenos sociais e emocionais a fim de estabelecer e manter relações intrapessoais e interpessoais saudáveis.

Com relação aos modelos e competências mapeadas, percebe-se que ao longo dos anos vários foram os marcos conceituais para compor diferentes propostas, refletidas nas necessidades educacionais a que se destinam. Em resumo, a partir da varredura de estudos identificou-se uma extensa lista de modelos e frameworks desenvolvidos por razões que vão desde a prática até o desenvolvimento de CSE. Essas estruturas incorporam uma diversidade de competências mapeadas, dentre elas podemos identificar o domínio de competências focadas no Social, em detrimento do Emocional. Isso acontece na maioria dos modelos, porém destacam-se dois que possuem um equilíbrio entre o Emocional e o Social, que são; CASEL (2012) e Modelo Pentágono (2007), a base de CASEL é a Inteligência Emocional e do Modelo Pentágono uma estrutura pensada nas competências e no construtivismo social.

A maioria dos estudos estão focados nos anos iniciais, ensino fundamental e médio, com poucos trabalhos vinculados à graduação e pós-graduação. Com relação a organização das competências, o domínio emocional foi predominante assim como o modelo CASEL. Percebe-se que existem diversos modelos, porém tem-se nas pesquisas americanas de CASEL o núcleo mais representativo por seu caráter longitudinal.

Um dado interessante está associado ao *framework* da OCDE, sendo mencionado em apenas um trabalho, provocando um questionamento do porquê o modelo de CSE da OCDE não ganha relevância em pesquisas, dada a contribuição internacional da organização.

Através dos resultados, em meio à literatura e referencial teórico, percebe-se que compreender as competências socioemocionais dos alunos requer um estudo aprofundado sobre as diferentes bases conceituais. Existem ainda muitos desafios na construção de CSE na educação. O objetivo deste trabalho foi de construir um arcabouço teórico para responder as questões de conceito e modelos, buscando mais clareza. As lacunas existentes com relação às CSE para estudantes adultos auxiliarão na construção de novos estudos voltadas para este perfil. Assim, espelhando-se nos resultados encontrados nesta RSL, realizou-se a proposta de competências mapeadas e inseridas no MCompDigEaD 2.0. Como proposta futura se pretende validar as competências com alunos da EaD e realizar a aplicação das competências mapeadas.

Por fim, espera-se que à medida que a compreensão e a apreciação da importância de apoiar o desenvolvimento social e emocional dos alunos se transformem em pesquisas e práticas, este resultado conceitual poderá sustentar com mais proximidade tais estudos com foco educacional.



## REFERÊNCIAS

- ALZINA, Rafael Bisquerra; ESCODA, Nuria Pérez. Las competencias emocionales Educación XX1, Universidad Nacional de Educación a Distancia Madrid, España. vol. 10, pp. 61-82, 2007.
- AVSEC, Andreja. Do emotionally intelligent individuals use more adaptive decision-making styles?. *Studia Psychologica*, v. 54, n. 3, p. 209, 2012.
- BEAUNOYER, Elisabeth; DUPÉRE, Sophie; GUITTON, Matthieu J. COVID-19 and digital inequalities: Reciprocal impacts and mitigation strategies. *Computers in human behavior*, v. 111, p. 106424, 2020.
- BARBIERI, Angela; MAJER, Vincenzo. Emotionally intelligent organisations: applying Mayer and Salovey's model. In: *INTERNATIONAL JOURNAL OF PSYCHOLOGY. THE ATRIUM, SOUTHERN GATE, CHICHESTER PO19 8SQ, W SUSSEX, ENGLAND: JOHN WILEY & SONS LTD*, p. 530-530, 2012.
- BODEN, Matthew Tyler; THOMPSON, Renee J. Facets of emotional awareness and associations with emotion regulation and depression. *Emotion*, v. 15, n. 3, p. 399, 2015.
- BOVILL, Catherine et al. Addressing potential challenges in co-creating learning and teaching: Overcoming resistance, navigating institutional norms and ensuring inclusivity in student-staff partnerships. *Higher Education*, v. 71, p. 195-208, 2016.
- CASEL, Collaborative for Academic, Social, and Emotional Learning. CASEL's SEL Framework. Collaborative for Academic, Social, and Emotional Learning. 2012.
- CASEL, Collaborative for Academic, Social, and Emotional Learning. Effective Social and Emotional Learning Programs: Middle and High School Edition. Collaborative for Academic, Social, and Emotional Learning, 2015. Available online at: <http://secondaryguide.casel.org/>
- CASEL, Collaborative for Academic, Social, and Emotional Learning. Awareness management social awareness social and emotional relationship: social and emotional learning (SEL) competencies, 2017.
- CASEL, Collaborative for Academic, Social, and Emotional Learning. Core SEL competencies. 2018. Disponível em <https://casel.org/core-competencies/>
- COLLIE, Rebecca J.; PERRY, Nancy E. Cultivating teacher thriving through social-emotional competence and its development. *The Australian Educational Researcher*, v. 46, n. 4, p. 699-714, 2019.
- DURLAK, Joseph A. et al. The impact of enhancing students' social and emotional learning: A meta-analysis of school-based universal interventions. *Child development*, v. 82, n. 1, p. 405-432, 2011.
- ELIAS, Maurice J. et al. The school-based promotion of social competence: Theory, research, practice, and policy. *Stress, risk and resilience in children and adolescence: Processes, mechanisms, and interventions*, p. 269-315, 1994.

ELIAS, Maurice. J.; KAMARINOS GALIOTOS, P. Sustaining social-emotional learning programs: A study of the developmental course of model/flagship SEL sites. Unpublished manuscript, Rutgers University, 2004.

BERROCAL, Pablo Fernández; GONZÁLEZ, Rosario Cabello; COBO, María José Gutiérrez. Avances en la investigación sobre competencias emocionales en educación. RIFOP: Revista interuniversitaria de formación del profesorado: continuación de la antigua Revista de Escuelas Normales, v. 31, n. 88, p. 15-26, 2017.

FREEDMAN, Joshua; SALOVEY, Peter. At the heart of leadership: How to get results with emotional intelligence. Six Seconds, 2007.

FREEDMAN, Joshua; EVERETT, Todd. The business case for emotional intelligence. White paper. Six Seconds, 2010.

FERRARI, Anusca et al. Digital competence in practice: An analysis of frameworks. Luxembourg: Publications Office of the European Union, 2012.

GOLEMAN, Daniel. Working with emotional intelligence. Bantam, 1998.

GÓMEZ-ORTIZ, Olga; ROMERA-FÉLIX, Eva-María; ORTEGA-RUIZ, Rosario. Multidimensionalidad de la competencia social: medición del constructo y su relación con los roles del bullying. Revista de Psicodidáctica, v. 22, n. 1, p. 37-44, 2017.

GUTMAN, Leslie Morrison; SCHOON, Ingrid. The impact of non-cognitive skills on outcomes for young people. A literature review. 2013.

JAGERS, Robert J.; RIVAS-DRAKE, Deborah; WILLIAMS, Brittney. Transformative social and emotional learning (SEL): Toward SEL in service of educational equity and excellence. Educational Psychologist, v. 54, n. 3, p. 162-184, 2019.

KITCHENHAM, Barbara et al. Guidelines for performing systematic literature reviews in software engineering. 2007.

KHOSLA, Rajiv et al. Emotionally intelligent diagnostic assessment for personalised e-training. In: 2009 11th IEEE International Symposium on Multimedia. IEEE, 2009. p. 693-698.

LINDEBAUM, Dirk; CARTWRIGHT, Susan. Leadership effectiveness: the costs and benefits of being emotionally intelligent. Leadership & Organization Development Journal, v. 32, n. 3, p. 281-290, 2011.

LINDEBAUM, Dirk; CASSELL, Catherine. A contradiction in terms? Making sense of emotional intelligence in a construction management environment. British Journal of Management, v. 23, n. 1, p. 65-79, 2012.

MEYERS, Duncan C. et al. Supporting systemic social and emotional learning with a schoolwide implementation model. Evaluation and program planning, v. 73, p. 53-61, 2019.

MORALES, Edgar Mauricio Maertínez. Formación socioemocional: más allá del discurso de las competencias. *Actualidades Pedagógicas*, v. 1, n. 76, p. 41-59, 2021.

MILLER, John P. *Whole child education*. University of Toronto Press, 2010.

MILLER, S. J. The Impact and Role of Emotions in Schools for Teachers and Students with Complex Gender Identities. *Teachers College Record*, v. 121, n. 13, p. 1-16, 2019.

MIKOLAJCZAK, Moïra. Going beyond the ability-trait debate: The three-level model of emotional intelligence. *E-Journal of Applied Psychology*, v. 5, n. 2, p. 25-31, 2009.

MIKULIC, Isabel María et al. Study of Socio-emotional Competences in Different Vital Stages. *Research Yearbook of the Faculty of Psychology*, 3(1), 374-382, 2016.

NAGAOKA, Jenny et al. *Foundations for Young Adult Success: A Developmental Framework. Concept Paper for Research and Practice*. University of Chicago Consortium on Chicago School Research. 1313 East 60th Street, Chicago, IL 60637, 2015.

OECD, Organization for Economic Co-operation and Development. *Study on social and emotional skills*. Paris, France: OECD, 2018.

PAYTON, John et al. *The Positive Impact of Social and Emotional Learning for Kindergarten to Eighth-Grade Students: Findings from Three Scientific Reviews. Technical Report. Collaborative for Academic, Social, and Emotional Learning (NJ1)*, 2008.

PEKRUN, Reinhard et al. Achievement emotions and academic performance: Longitudinal models of reciprocal effects. *Child development*, v. 88, n. 5, p. 1653-1670, 2017.

PEKRUN, Reinhard; LINNENBRINK-GARCIA, Lisa (Ed.). *International handbook of emotions in education*. Routledge, 2014.

PEKRUN, Reinhard; ELLIOT, Andrew J.; MAIER, Markus A. Achievement goals and discrete achievement emotions: A theoretical model and prospective test. *Journal of educational Psychology*, v. 98, n. 3, p. 583, 2006.

SILVA, Ketia Kellen Araújo da; BEHAR, Patrícia Alejandra. Competências digitais na educação: uma discussão acerca do conceito. *Educação em Revista*, v. 35, p. e209940, 2019.

SILVA, Ketia Kellen Araújo da; BEHAR, Patricia Alejandra. Parâmetros para construção de Modelos Pedagógicos baseado em Competências Digitais transversais na Educação a Distância. *Research, society and development*. São Paulo. Vol. 11, no. 8 (2022), e12411830287, 26 p., 2022.

SILVA, Ketia Kellen Araújo da; BEHAR, Patricia Alejandra. Mapeamento de Competências socioemocionais de estudantes: uma revisão sistemática. *INTER EDUCA*, v. 5, n. 1, 2023.

TAYLOR, Rebecca D. et al. Promoting positive youth development through school-based social and emotional learning interventions: A meta-analysis of follow-up effects. *Child development*, v. 88, n. 4, p. 1156-1171, 2017.

TALARICO, Joseph F. et al. Emotional intelligence and the relationship to resident performance: a multi-institutional study. *Journal of clinical anesthesia*, v. 25, n. 3, p. 181-187, 2013.

VALIENTE, Carlos; SWANSON, Jodi; EISENBERG, Nancy. Linking students' emotions and academic achievement: When and why emotions matter. *Child development perspectives*, v. 6, n. 2, p. 129-135, 2012.

YIP, Jeremy A.; CÔTÉ, Stéphane. The emotionally intelligent decision maker: Emotion-understanding ability reduces the effect of incidental anxiety on risk taking. *Psychological Science*, v. 24, n. 1, p. 48-55, 2013.

WOODS, Charlotte. Employee wellbeing in the higher education workplace: a role for emotion scholarship. *Higher education*, v. 60, p. 171-185, 2010.

WOODS, Charlotte. Exploring emotion in the higher education workplace: Capturing contrasting perspectives using Q methodology. *Higher Education*, v. 64, p. 891-909, 2012.

WEISSBERG, Roger P. et al. Social and emotional learning: Past, present, and future. 2015.

UNESCO. (2020). UNESCO in Peru in the face of the COVID-19 emergency. A strategic response. In *Informe*.