

Albufeira acolhe seminário sobre inteligência emocional nas escolas

written by O Cidadão | 14 de Fevereiro, 2025



O seminário **“Inspira-te!”** foi organizado pelo **Município de Albufeira**, no âmbito do **“Projeto SER”**, em parceria com o **Centro de Formação de Associação de Escolas de Albufeira, Lagoa e Silves (CFAE)**. O objetivo foi debater a necessidade de uma **melhor gestão emocional** dentro do ambiente escolar.

O presidente da Câmara Municipal de Albufeira, **José Carlos Rolo**, destacou a importância da inteligência emocional na educação: ***“Uma estratégia emergente na educação emocional não passa por criar uma nova disciplina, mas antes mesclar lições sobre sentimentos e relações interpessoais com outros tópicos já ensinados. Esta ‘alfabetização emocional disfarçada’ pode ser um bom começo para ajudar os alunos a terem uma melhor***

autoconsciência e regulação emocional que lhes permita gerir melhor a ansiedade, o stress ou a pressão dada pela carga académica, pela pressão nas redes sociais e pelas relações interpessoais.”

A vereadora da Educação, **Cláudia Guedelha**, reforçou a necessidade de integrar a educação emocional no ensino: *“A inclusão da educação emocional é determinante na construção de uma vida plena. O desafio é ensinar empatia na escola, construir um clima acolhedor e empático, numa ética relacional focada no respeito e na escuta, ou seja, um lugar de inclusão.”*

O evento contou com a participação de diversos especialistas, como **Teresa Andrade**, doutorada em Psicologia Clínica, **David Sousa**, especialista em Inteligência Emocional, **Manuela Queirós**, doutorada em Inteligência Emocional, e **Mikaela Övén**, especialista em Desenvolvimento de Competências. Também marcaram presença **Daniela Marto**, autora de livros infantis sobre mindfulness, e **Sabino Soares**, criador do Programa Bkind.

Durante o seminário, foram apresentados estudos de caso e investigações sobre a **inteligência emocional e a parentalidade consciente**. O encontro abordou a forma como a família e a escola podem contribuir para o bem-estar emocional dos alunos. No final, os participantes destacaram a importância de aplicar os conceitos aprendidos no dia a dia da comunidade escolar.